

Erfahrungsberichte Betroffener **GO AND CHANGE**

Ich werde hier über meine Erfahrungen mit sozialutopischen Lebensgemeinschaften berichten. Insbesondere möchte ich einen Einblick darin bieten, wie es mir bei Go and Change erging. Einer Gemeinschaft, die ich im Nachhinein auch als Psychokult bezeichnen würde. Wenn ich heute Menschen von Go and Change erzähle, sind diese oft verwirrt, weil ich ziemlich schreckliche Dinge erzähle und dabei lache. An dem Verarbeitungsstand, an dem ich mich aktuell befinde, kann ich nicht umhin diese ganze Geschichte als sehr absurd wahrzunehmen. Schließlich war ich 4 Jahre meines Lebens am schönsten und liebevollsten Ort der Welt. Ich hatte keinerlei Scham, Menschen von Go and Change zu erzählen, egal wie negativ darüber gerade in der Zeitung berichtet wurde, weil ich der Meinung war - auch wenn es vielleicht noch nicht alle verstanden - was wir bei Go and Change machten, war zukunftsweisend und genau das, was die Menschheit braucht.

Anfang 2019 zog ich mit 20 Jahren in eine WG, die von Go and Change gecoacht wurde, verliebte mich nach etwa einhalb Jahren in K. – den Gründer und spirituellen Kopf der Gemeinschaft und zog in das Kloster in der Nähe von Schweinfurt, indem ich von September 2020 bis März 2023 mit Unterbrechungen lebte. In dieser Zeit wurde ich sechs Mal aus der Gemeinschaft ausgeschlossen und habe sie einmal freiwillig verlassen – aus Sorge, ihr zu schaden. Meist wurde ich später wieder eingeladen, gelegentlich habe ich auch selbst darum gebeten, in diesen „Hain der Liebe“ zurückkehren zu dürfen. Im Mai 2023 las ich dann in der Zeitung, dass K. verhaftet worden war. Anders als bei den früheren Berichten war ich mir diesmal sicher, dass die dort beschriebenen Vorwürfe der Wahrheit entsprachen – weil ich Ähnliches erlebt hatte. Aus einem Gefühl der Mitverantwortung heraus entschloss ich mich, die Polizei zu kontaktieren, um die Hauptzeugin zu unterstützen. Was ich heute über Go and Change denke, steht also im krassen Gegensatz zu dem, was ich während meiner Zeit dort empfunden habe. Wenn ich darauf zurückblicke, kann ich manchmal selbst nur den Kopf schütteln – und über die Absurdität lachen, dass das tatsächlich etwas mehr als vier Jahre lang mein Leben gewesen sein soll.

Die Gemeinschaft Go and Change tritt als sozialutopische Lebensgemeinschaft auf und natürlich habe ich mich auch einer sozialutopischen Lebensgemeinschaft angeschlossen und nicht einem Psychokult oder einer Sekte. Doch schrecke ich davor zurück jegliche Lebensgemeinschaften mit Kulte oder Sekten gleichzusetzen, die versuchen eine Form des Miteinanders und des verantwortungsbewussten Lebens auf dieser Welt zu entwickeln, die gesünder ist als das, was in unserer Gesellschaft gerade als normal gilt.

Das, was es für mich so absurd macht, heute über Go and Change zu sprechen, ist, dass ich bereits in den ersten Begegnungen mit Go and Change die toxischen Mechanismen erkenne, die die tiefgreifende Abhängigkeit und Blindheit hervorgebracht haben, die dazu führten, dass die Gewalt bei Go and Change über die Jahre immer weiter eskalieren konnte. Die Gemeinschaft Go and Change ist nicht erst toxisch geworden, sie war es bereits bei meinem ersten Kennenlernen, auch wenn ich von diesem absolut begeistert war. Deswegen möchte ich hier einen besonderen Fokus auf diese erste Zeit legen und darauf, was mich bei Go and Change angezogen hat und wieso ich nicht so schnell wie möglich das Weite suchte.

Ich bin in einem gutbürgerlichen Bezirk Berlins aufgewachsen. Als einziges Kind zweier Eltern, die sich sehr darum bemühten, mir einen schönen Start ins Leben zu ermöglichen, fühlte ich mich in der Reihenhaussiedlung, in der bereits die Kinder einen vollen Terminplan hatten und von einem Hobby zum nächsten gebracht wurden, sehr einsam. Ich war nie komplett alleine, hatte in der Schule immer Freundinnen, erlebte diese Freundschaften aber als oberflächlich und fand fies und beängstigend, wie hinterm Rücken über andere geredet wurde. Als ich 10 Jahre alt war, nahm ich zum ersten Mal an einem Kinderzirkuscamp in einer sozialutopischen Lebensgemeinschaft teil. Dort war die wichtigste Regel, niemanden zu verletzen, auch nicht verbal. Ich besuchte diese Zirkuswochen ab dann jedes Jahr und erlebte einmal im Jahr eine Woche voller gegenseitiger Unterstützung, Selbstwirksamkeit und relativer Freiheit davon Angst zu haben, was andere über mich denken. Abgesehen davon entwickelte ich recht früh ein Bewusstsein dafür, dass es vielen Menschen auf der Welt schlechter ging als mir und aus meiner privilegierten Position heraus fühlte ich mich verantwortlich und wollte dazu beitragen, dass weniger Menschen leiden müssen. Die Probleme unserer Gesellschaft in ihrer Gänze zu begreifen und herauszufinden, wie ich dazu beitragen kann, dass diese Gesellschaft zu einer gerechten, alles Leben achtenden wird, war auch mit einem Gefühl der Überforderung verbunden.

Nach dem Abitur machte ich eine Alternative zu einem FSJ im Rahmen eines Projekts namens Project Peace. Wir lebten dort insgesamt sechs Monate zusammen und lernten verschiedene Ansätze kennen, wie Menschen zu einem schöneren Miteinander auf dieser Welt finden können. Unter anderem ging es darum, wie wir in der kleinen Gemeinschaft, die wir für die paar Monate bildeten, miteinander auf eine Weise kommunizieren können, die uns gut tut. Eine der Frauen, die uns über diese Zeit begleitete, war sehr inspiriert von Tamera, einer Gemeinschaft in Portugal. Von dort brachte sie die Idee der transparenten Kommunikation mit. Damit war gemeint, offen zu kommunizieren, was in einem vor sich geht. Ebenso brachte sie die Idee mit, dass Paarbeziehungen dazu bestimmt sind, dass man sich in gesellschaftlich oder familiär geprägten Zweierdynamiken verhasst, aus denen man ganz schwer herauskommt und dass es deswegen gut ist gegenüber einer Gruppe transparent auch über seine Beziehungen zu kommunizieren und somit anderen einen Blick darauf zu ermöglichen. Ich habe das alles dort sehr aufgesogen.

Ich hatte mich immer nach mehr Nähe und Begegnung gesehnt, hatte aber große Angst davor abgewiesen zu werden und habe mich oft nicht getraut etwas zu sagen. Beim Project Peace habe ich die sehr wertvolle Erfahrung gemacht, mit 12 jungen Leuten zusammen zu sein, die wirklich Bock darauf hatten einander kennenzulernen und die Tools, wie Sharing-Runden haben mir geholfen mich mitzuteilen und mich wirklich, so wie ich bin, angenommen zu fühlen. Dort hatte mich jedoch gestört, dass es mir erschien, als ob wir manchmal nur innerhalb der Runden wirklich ehrlich miteinander waren und die restliche Zeit auch manchmal aneinander vorbei lebten. Man könnte wahrscheinlich sagen, dass ich einen Wunsch nach Verschmelzung mit meinen Mitmenschen hatte. Diesen Wunsch kenne ich auch heute noch, auch wenn ich dem etwas kritischer gegenüber geworden bin.

Ein halbes Jahr später bin ich zum Studium nach Witten in eine große WG gezogen, die ich über WG-gesucht gefunden hatte. Meine Hoffnung war, hier ein paar der Erfahrungen vom Project Peace einbringen zu können und die Form der Gemeinschaft, die ich kennengelernt hatte, weiterzuleben. Erst am dem Abend, nachdem ich eingezogen war, wurde mir erzählt, dass die WG von Go and Change gecoacht wurde und dass alle meine neuen Mitbewohner*innen vorhatten im Laufe des nächsten Jahres zu Go and Change zu ziehen.

Am ersten Abend nach meinem Einzug fand direkt ein offener Abend statt, zu dem die WG-Menschen aus Witten eingeladen hatte, um sie an ihrem Miteinander teilhaben zu lassen. Von Go and Change war ihnen gesagt worden, dass sie zu viele „Prozesse“ machten und das sein lassen und einfach eine gute Zeit miteinander haben sollten. Die WG war sichtlich angespannt deswegen und für mich hat es sich total erzwungen angefühlt. Ich verstand die Situation nicht und fühlte mich sehr unwohl. Entschied mich aber nicht dafür mir etwas anderes zu suchen, sondern versuchte Teil zu werden. Schon in den ersten Tagen wurde mir klar, dass ich meine Zweifel nicht mit Menschen außerhalb der WG teilen sollte. Bei mir war also innerhalb der ersten Tage tief eingedrungen, dass meine negativen Empfindungen zu einem fälschlicherweise negativen Außenbild der WG beitragen würden.

Exkurs: „Projektionen“

Ich finde es bemerkenswert, dass ich das bereits in den ersten Tagen, die ich diese WG kennenlernte, verinnerlichte. Denn dass jegliche Kritik an Go and Change als Projektion abgetan wurde, bildet eines der Grundprobleme dieser Gemeinschaft. Bei Go and Change wurden regelmäßig sogenannte „Projektionsrunden“ einberufen, in denen alle Gemeinschaftsmitglieder aussprechen sollten, was sie Negatives über K. dachten, um dann darauf hingewiesen zu werden, dass in Wahrheit sie es waren, die sich so verhielten oder auf andere Weise selbst verantwortlich für das waren, was sie K. vorwarfen.

Im April 2020, etwa ein Jahr nachdem ich die Gemeinschaft kennengelernt hatte, nahm ich zum ersten Mal bewusst wahr, dass ich einer gleichgeschalteten Gruppe gegenüber saß, die synchron lachte – während ihr Anführer sich über mich lustig machte. Diese sogenannten „Prozesse“ waren eine grundlegende Praxis bei Go and Change: Man saß in einer Gruppe zusammen, und jemand mit vermeintlich höherem Bewusstsein sagte einem Dinge, die angeblich zur Selbsterkenntnis und Befreiung führen sollten. Die Gruppe bestätigte dann, dass diese Person tiefere Einsichten über das Gegenüber habe als dieses selbst. Man kann das auch als eine Form von **Gaslighting** bezeichnen. Ein weiterer Effekt dieser Prozesse war, dass sich die Gruppe durch ihre Einheitlichkeit rückversicherte. Dafür war es hilfreich, einzelne Personen lächerlich zu machen oder sie als die „Bösen“ der Gemeinschaft darzustellen – im Gegensatz zu denen, die sich dann als liebevoller, bewusster und weiterentwickelt erleben konnten. Dies lässt sich als **Scapegoating** beschreiben. Ich hatte das Projektions-Narrativ jedoch bereits so tief verinnerlicht, dass ich meine Wahrnehmung nicht ernst nahm. Statt sie als Warnsignal zu deuten, sah ich sie als Projektion – also als Ausdruck meines eigenen Widerstands gegen das, was K. mir „spiegelte“. Und genau das schien mir in diesem Moment zu bestätigen, dass er recht haben musste.

Genauso wurden im Sommer 2020, als die ersten kritischen Zeitungsartikel bei der Main Post erschienen, die darin geäußerten Vorwürfe natürlich als Falschaussagen von ehemaligen Gemeinschaftsmitgliedern abgetan, die entweder projizierten, weil sie ihre eigenen destruktiven Anteile nicht annehmen wollten oder einfach direkt logen, da sie Rache dafür nehmen wollten, dass Go and Change ihnen ihre Selbstbilder genommen hatte. Wenn die Vorwürfe berechtigt gewesen wären, würden die Leute zur Polizei gehen. Dass nun, nachdem K. in Untersuchungshaft genommen und zu mehreren Jahren Haft verurteilt wurde, nicht mehr Menschen bei Go and Change diesen Widerspruch bemerken, ist für mich rätselhaft. Gleichzeitig macht es für mich noch einmal deutlich: Es ging nie um Wahrheit oder inhaltliche Konsistenz – sondern darum, das Weltbild jederzeit so zu drehen, dass K. als erleuchtete Lichtgestalt und die Gemeinschaft als visionäre, auf Liebe basierende Zukunftsform menschlichen Zusammenlebens erscheinen konnte – ganz gleich, wie widersprüchlich oder realitätsfern das im Einzelfall auch war.

Dieser Umgang mit Kritik führte dazu, dass die eigenen Zweifel grundsätzlich als falsch abgetan und abgespalten wurden und das Äußern dieser als böse galt. Wenn also eine andere Person etwas äußerte, dass sich mit den eigenen Zweifeln deckte, wurde diese Person direkt mit wüsten Beschuldigungen überschüttet. „Ich kämpfe doch selbst schon die ganze Zeit gegen die Stimme in meinem Kopf. Wieso machst du es mir so schwer in der Liebe zu bleiben?“

Zurück zu meinen ersten Tagen in der WG:

Was ich dort erlebte, machte mich skeptisch. Die Gespräche wirkten für mich, als würden sie Nähe erzwingen, statt dass diese natürlich entstand. Da ich nicht nur mit einer großen Offenheit, sondern auch großer Selbstunsicherheit dort ankam, war ich jedoch schnell bereit anzunehmen, dass die anderen, die auch sehr nett zu mir waren, weiter waren als ich und ich schon noch verstehen würde, warum diese Form der Beziehungs- und Gemeinschaftsgestaltung besser war als das, was ich bereits kannte. Als ich einer Mitbewohnerin erzählte, dass ich Gewaltfreie Kommunikation kennen und schätzen gelernt hatte, sagte sie, dass sie darüber bereits hinausgewachsen waren: Die Idee, dass Menschen ihre eigenen Gedanken und Emotionen ergründen und diese im Fall eines Konflikts mitteilen, um eine gemeinsame Lösung zu finden, galt bei Go and Change als überholt. Im Fokus stand es anderen Menschen mitzuteilen, was an ihnen wahrgenommen wurde - es sollten „Spiegel“ vorgehalten werden. Und mit diesen „Spiegeln“ musste jederzeit gerechnet werden.

Mich machte das alles skeptisch, aber ich war neugierig auf Go and Change, da alle so begeistert davon waren und fuhr im März 2019 mit der WG zu einem Kennenlernwochenende.

Dieses Kennenlernwochenende bot zum einen eine perfekte Gemeinschaftserfahrung mit gemeinsamem Essen, Singen, Tanzen, Meditieren, Yoga und Joggen, zwischendurch halfen die Gäste im Garten, in der Küche oder in der Hauswirtschaft mit und zum anderen wurden die der Gemeinschaft zugrunde liegenden Konzepte vorgestellt.

Das war einmal die „Integrale Theorie“, eine sehr komplexe Theorie aus der vor allem auf die „Spiral Dynamics“ eingegangen wurde. Dieser Theorie zufolge durchläuft Bewusstsein unterschiedliche Entwicklungsstufen. Sowohl die Gesellschaft befinde sich auf einer Entwicklungsstufe, geprägt davon, welches Bewusstsein die meisten haben, aber auch jeder einzelne befinde sich auf einer Entwicklungsstufe und durchlaufe in seinem Leben sämtliche Bewusstseinsstufen, die die Gesellschaft bereits durchlaufen hat und entwickelt sich entweder etwas weniger weit oder auch weiter als die Mehrheit der Gesellschaft. Das, was ich beim Project Peace kennengelernt hatte, wurde als grünes Meme bezeichnet, in dem alles da sein darf und alle gleich sind. Die darauffolgende Stufe ist die erste Integrale Stufe, in der man Einsicht darin habe, dass man alle vorhergehenden Stufen durchlaufen hat und dadurch umfassendes Verständnis und einen tiefgehenden Blick für die Welt habe. In dieser Bewusstseinsstufe, die alle bei Go and Change anstrebten, wurde die Wichtigkeit zu bewerten und Unterschiede hervorzuheben betont. Hilfreich, um eine höhere Bewusstseinsstufe zu erreichen, sei das Spiegeln von unbewussten Verhaltensweisen und Motiven.

Dem lag die Annahme zugrunde, dass wir alle einen wahren, lichten Kern haben, der von den unbewussten Anteilen überschattet wird, die wir im Laufe des Lebens entwickeln. Es ging darum diese „Schatten“ aufzulösen, um immer mehr sein wahres Selbst („Licht“) zu verwirklichen. Einander dabei zu unterstützen, galt als liebevoll. Das Ziel, immer bewusster zu werden, wurde dem Ziel, immer liebevoller zu werden untergeordnet. Bewusstsein galt quasi als Vehikel, um liebevoll handeln zu können.

Aus der Integralen Theorie wurde auch die Notwendigkeit von Hierarchien abgeleitet. Die Kompetenzhierarchie wurde an sehr logischen Beispielen erklärt: Die Person, die sich am besten mit Gärtnern auskennt, hat im Garten das Sagen und die Person, die am besten Kochen kann in der Küche. Es wurde jedoch auch eine Bewusstseinshierarchie festgelegt und hing in der Gemeinschaft aus. K. hatte das höchstentwickelte Bewusstsein, darauf folgte F. und einige Mitglieder, die die Leitung von Go and Change bildeten. Von diesen wurde in diesen Abstufungen angenommen, dass sie tief in das Selbst der anderen Menschen einblicken, sowie sich selbst reflektieren konnten, wodurch sie am besten in der Lage wären zu entscheiden, was die Gemeinschaft oder ein einzelnes Mitglied auf dem Weg zu Heilung oder höherem Bewusstsein brauchten.

Go and Change wurde etwa 2015 als Wohngemeinschaft in Halle gegründet – von ein paar Leuten rund um zwei Männer, die sich gerade angefreundet hatten: K. und F. Das war, bevor ich sie kennenlernte. Die Geschichte, wie ich sie kenne, ist folgende: K. hatte sich intensiv mit NLP beschäftigt – also damit, wie man Menschen lesen und soziale Dynamiken beeinflussen kann. F. hingegen hatte die integrale Theorie für sich entdeckt. Die beiden waren ein absolutes Match: K. – meiner Meinung nach narzisstisch von sich überzeugt, F. nach meinem Empfinden – extrem selbstunsicher und in K. seinen neuen Guru/besten Freund findend, der ihm Sicherheit gab. Sie begannen, Wochenendseminare zu veranstalten, bei denen es vermutlich auch schon darum ging, sich durch „authentische Begegnung“ weiterzuentwickeln. Das zog viele Menschen an – so viele, dass sie sich irgendwann nach einer Immobilie umsahen. Sie fanden ein Kloster in der Nähe von Schweinfurt.

Ein Exposé überzeugte die Nonnen, die dort lebten und wieder in ihr Mutterkloster zurückzogen, davon, dass da Menschen einziehen würden, die auf ihre Weise auch einen spirituellen, liebevollen Weg gehen würden. Als ich Go and Change 2019 kennenlernte, war die Bewegung an einem ihrer stärksten Punkte: Es lebten etwa 70 Menschen im Kloster. Sie machten auf mich alle einen sehr offenen, herzlichen Eindruck und wirkten wie starke Persönlichkeiten – schon allein deshalb, weil sie so direkt in Kontakt gingen.

Meine ganze Gemeinschaftsehnsucht war erfüllt.

Abends saß man in Grüppchen zusammen mit Menschen von der Leitung in jeder Gruppe, die diese moderierten. Für den Besuch bei Go and Change wurde von den Gästen Vorschussvertrauen erwartet. Dies sei notwendig, um eine Kultur der Liebe zu entwickeln. Heute sehe ich das sehr kritisch und denke, dass Vertrauen unbedingt durch Erfahrung entstehen sollte. Damals fiel mir das Vertrauen aber nicht schwer, weil ich in ähnlichen Kontexten bis dahin nur positive Erfahrungen gemacht hatte. In dem ersten Gruppenprozess in dem ich war, wurde mir „gespiegelt“, dass ich Verantwortung abgebe. Es war fester Bestandteil meines Selbstbildes, dass ich Verantwortung übernehmen wollte. Daher war das ein ziemlicher Schock für mich.

Eine Frau aus der WG, die ich sehr gerne mochte, hatte bereits mehr Zeit bei Go and Change verbracht. Ich erzählte ihr davon, dass ich mit einem anderen neuen Mitbewohner in der WG eine Antipathie hatte, die ich nicht verstand. Das machte mir Sorgen, weil ich zu dem Zeitpunkt dachte, dass alle anderen meiner Mitbewohner*innen zu Go and Change ziehen würden und ich mit ihm die WG fortführen würde. Sie regte immer wieder an, dass ich mich damit an die Leitung wenden sollte. Aber die Leitung hatte mir ja gesagt, dass ich Verantwortung abgebe und außerdem war mir nicht ganz klar, wer bei Go and Change zur Leitung gehörte. Bis in die letzte Nacht schob ich es auf, nahm dann all meinen Mut zusammen und nach dem, was ich beim Project Peace gelernt hatte, erzählte ich in der Runde davon, wie es mir mit diesem Mitbewohner ging. Direkt fragte eine Frau, ob wir mal etwas miteinander hatten. Ich sagte Nein! Und K. wiederholte, „nein, das ist nichts sexuelles“. Damit war das geklärt, der Zweifel in den Gesichtern der anderen schwand. Ich verstand: Was K. sagte, war Gesetz. Dann sagte er, dass dieses Thema wohl zu groß war, um in dieser Nacht bearbeitet zu werden und forderte die WG auf mich in den Arm zu nehmen. Damit fühlte ich mich geborgen. Am nächsten Morgen sagte mir eine Frau, dass K. gesagt habe, dass ich soweit sei und länger bleiben dürfe.

An diesem Prozess, an den ich mich mit am klarsten erinnern kann, lassen sich bereits einige Problematiken erkennen, die mir damals nicht aufgefallen sind und zumindest teilweise die Funktionsweise der Gruppenprozesse bei Go and Change verdeutlichen: K. hatte die absolute Deutungshoheit und wurde von der bereits bestehenden Gruppe nicht angezweifelt. Er unterstützte mich zwar, in dem er meine Sichtweise bestärkte, arbeitete aber nicht wirklich mit mir an der Frage, die ich hatte. Stattdessen machte er etwas völlig anderes, was aber wie eine Intervention erschien und gab mir das Gefühl, dass dieses Thema größer sei als ich dachte und sehen konnte. So wurde vielen Menschen bei Go and Change erstmal mit positiver Aufmerksamkeit begegnet. In der Theorie des Gaslighting wird das als Love bombing bezeichnet. An diesem Abend habe ich bereits einen Teil der Deutungshoheit über mich selbst an K. übergeben, in der Annahme, dass er mich besser sehen könne als ich mich selbst. Im Anschluss daran kamen mehrere Menschen zu mir und sagten, dass sie es mutig fanden, dass ich mich in der Gruppe geöffnet hatte. Im Nachhinein denke ich, auch das hätte ein Warnsignal sein müssen: Im Gegensatz zu den Menschen bei Go and Change hatte ich bis dahin nur positive Erfahrungen gemacht, wenn ich vor einer Gruppe mitteilte, was in mir los war. Dass sich das bei Go and Change gravierend ändern würde und es mir bald nicht mehr einfallen würde frei in der Gruppe mitzuteilen, was mich beschäftigt, habe ich damals noch nicht geahnt. Das positive Feedback hat mich einfach nur stolz gemacht.

Exkurs: Verantwortungsabgabe und K.s Rolle bei Go and Change

Zu der Zeit, als ich Go and Change kennenlernte, zog sich K. aus der Leitung zurück. Mit der Aussage, dass zuviel Verantwortung an ihn abgegeben wurde und die Menschen mehr Selbstverantwortung übernehmen sollten. Im Laufe der folgenden Jahre beschwerte er sich immer wieder darüber, dass die Menschen bei Go and Change ihn nicht wie ein normales Mitglied behandelten. Bei unserem nächsten Treffen spiegelte er mir eine „Guru-Projektion“. Er sagte immer wieder er wolle kein Guru sein. Gleichermaßen forderte er Anerkennung und Sonderbehandlung dafür, was alle bei Go and Change ihm zu verdanken hätten und hatte bei allen Entscheidungen das letzte Wort. Wann er sagte: „Ihr gebt die Verantwortung an mich ab“ und wann er in das Gemeinschaftsgeschehen eingriff, damit weiter alles so lief, wie er wollte, erscheint mir heute willkürlich.

Ein üblicher Spiegel bei Go and Change war auch, dass Menschen „sich zum Opfer machten“, wenn sie mit etwas konfrontiert wurden und dann vielleicht unter Tränen versuchten sich zu rechtfertigen. Die Täter-Opfer-Umkehr wurde in meiner Erfahrung in einem „Prozess“ im Sommer 2022 absolutiert. In den Morgenstunden nach einer durchgemachten Nacht konfrontierte er mich damit, dass ich der Gruppe etwas verschweigen würde. Es war gerade ein neuer Eskalationspunkt erreicht worden, denn es ging nicht mehr darum, dass Gemeinschaftsmitgliedern vorgeworfen wurde, dass sie heimliche Absichten, Gedanken und Gefühle hatten. Es ging nun um Dinge, die tatsächlich geschehen sein sollten, an die sich niemand mehr erinnerte. Zu dieser Zeit vertrauten ich und die anderen K. so sehr, dass man eher die eigene Erinnerung in Zweifel zog, als zu denken, dass er sich irrte und so folgte ich in einer mehrstündigen Konfrontation vor der Gruppe jedem Hinweis den K. mir gab und jedem Gedankenspiel, das er mir anbot, um herauszufinden, was er meinte. Auch nach ca. 5 Stunden hatte ich noch nichts gesagt, was K. und die Gruppe befriedigte und war ziemlich verzweifelt. Da sagte er zur Gruppe, sie solle bloß nicht auf meine Opferverkörperung reinfallen. „Ich (K.) bin hier das Opfer.“ Etwa eine Woche später hat K. mir seine Backpfeife vor der gesamten Gruppe gegeben, weil er aufgrund der Unterstellungen, die er mir gegenüber erhob, wütend war. Als er das zweite Mal ausholte und die Angst in meinem Gesicht sah, sagte er mir, dass ich auf die andere Seite des Raumes gehen sollte, um nicht mehr in seiner Reichweite zu sein. Meine Knie zitterten und der einzige Gedanke in meinem Kopf war „bloß jetzt nicht zum Opfer machen.“

Ich denke noch ein weiteres Phänomen wurde mit dem Verantwortungsabgabe-Spiegel deutlich. K. spiegelte den Menschen in der Gemeinschaft zu dieser Zeit Verantwortungsabgabe und sie kopierten mit aller Härte das, was sie von ihm als liebevoll vermittelt bekamen. Dabei wurde sich am Inhalt von dem orientiert, was er sagte. Er jedoch beabsichtigte in den Prozessen eher, die Menschen in eine Abhängigkeit zu bringen, in dem er zunächst Vertrauen durch Selbstwert-Stärkung erzeugte und er die Menschen erst mit Negativem konfrontierte, wenn sie ihm blind vertrauten. Dadurch, dass die anderen Gemeinschaftsmitglieder viel eher das spiegelten, was sie von K. gehört hatten, während K. darauf aus war, Abhängigkeiten zu erstellen, wurde K. zur größten und für mich oft einzigen Vertrauensperson. Und ich denke, dass es vielen so erging.

Doch all diese Einsicht hatte ich nach meinem ersten Besuch bei Go and Change noch nicht.

Ich fühlte mich dort wohler als in der WG und hatte das Gefühl zu verstehen: was die WG versuchte zu kopieren, war etwas Gutes. Ich hatte sogar das Gefühl, dass hier alles gelebt wurde, was wir beim Project Peace angestrebt hatten.

Natürlich gibt es auch viele Menschen, die Go and Change besuchten und kein Interesse hatten wiederzukommen. Was mich so anfällig für die oben beschriebenen Mechanismen machte, ist neben der Sehnsucht nach Gemeinschaft und intensivem Kontakt, die erfüllt schien, dass ich zu dieser Zeit ein sehr geringes Selbstwertgefühl hatte. Ich wollte unbedingt „richtig“ sein und von anderen gemocht werden, hatte aber viel Angst mich auf eine Weise zu verhalten, die andere stören könnte. Damit war ich gefundenes Fressen für die Funktionsweise von Go and Change und ich bin der Überzeugung, dass viele Menschen bei Go and Change genau in ihrem Wunsch „gut“ zu sein und ihrer Angst „schlecht“ zu sein dazu gebracht wurden, anderen Menschen Schaden zuzufügen.

Die Übernahme der Deutungshoheit, über das Wesen und die Absichten der Gemeinschaftsmitglieder ist in meinen Augen das stärkste Mittel, durch welches die Abhängigkeit bei Go and Change erzeugt wurde. Doch bereits bei meiner zweiten Begegnung mit Go and Change kam ich mit zwei weiteren davon in Berührung.

Drogenerfahrungen

Kai und zwei weitere Gemeinschaftsmitglieder kamen uns in der WG besuchen, um den 30. Geburtstag eines Mitbewohners zu feiern. Hierzu wurden von Mittwoch bis Samstag im vertrauten Rahmen Pilze, LSD und MDMA konsumiert. Ich hatte bis dahin keinerlei Erfahrungen mit illegalen Drogen und nahm lediglich an einem Abend MDMA. Die Droge bewirkte, dass ich mich so lebendig fühlte, wie noch nie in meinem Leben und das drückte ich

auch aus und wurde dafür gefeiert. Kai erklärte mir später, dass das Ausdruck meines Lichts gewesen sei und sie das bei Go and Change bewusst bestärken wollten, während, wenn ich aus meinen Schatten agieren würde, man entweder nicht auf mich eingehen oder diese konfrontieren würde.

Im Laufe der Jahre konsumierten wir auch Speed und Koks, ich erlebte jedoch nie Drogenabhängigkeitserscheinungen. Da ich die Wirkung der Drogen nie mit den Drogen in Verbindung brachte, sondern diese eher als Türöffner zu einer wahrhaftigeren Realität und mehr Freiheit erlebte, war mein Schluss aus meinem ersten MDMA Trip nicht: „Ich will jetzt nur noch auf Drogen sein“ sondern, „ich will mehr Zeit mit diesen Menschen verbringen, mit denen ich mich so lebendig fühle“. Im Januar 2020 nahm ich mit Kai und anderen Gemeinschaftsmitgliedern LSD und MDMA. Wir verbrachten die Nacht hauptsächlich im Kreis sitzend und machten Dinge, die uns Helfen sollten in unsere Liebe/unser Licht zu kommen. Ich hatte nur schemenhafte Erinnerungen und bat um ein Gespräch mit einer Frau bei Go and Change, da ich mich an mehrere Interaktionen mit ihr erinnern konnte und nochmal wissen wollte, worum es genau dabei gegangen war. Wir hatten ein schönes Gespräch, sie fand allerdings, dass unsere Interaktionen nicht so bedeutungsvoll gewesen seien, im Unterschied dazu, was Kai mir gesagt hatte und sie fragte mich: „Warum erkennst du Kai nicht an?“ Doch wie so oft bei derartigen Fragen ging es nicht darum das herauszufinden. Die Möglichkeit, dass ich gute Gründe haben könnte, wegen denen ich Kai nicht anerkenne, wurde direkt ausgeschlossen. Die Frage war, warum ich es vermied ihn anzuerkennen. Und ich fand die Antwort darauf: Wenn ich Kai anerkenne, dann möchte ich zu Go and Change ziehen, weil ich nirgendwo sonst so viel Wahrheit leben kann. Meine Angst davor mich meinen Schatten zu stellen, so meinte ich zu erkennen, war es, die mich davon abhielt ihn anzuerkennen. Auf diese Weise trug der Trip, an dem ich nicht erinnere, dass Kai etwas Bedeutungsvolles zu mir sagte, dazu bei, dass ich mich entschied Kai anzuerkennen. Es ist, das habe ich in den Jahren gelernt, tatsächlich möglich sich für Vertrauen zu entscheiden und dann zu vertrauen.

Sexualität

Ein weiterer zentraler Aspekt bei Go and Change, der die Abhängigkeit vertiefte, war der Umgang mit Sexualität. Einerseits, da Sexualität als gesellschaftliches Tabuthema begriffen werden kann, definitiv aber ein sehr intimes, von gesellschaftlichen Erwartungen geprägtes Thema ist, was die meisten Menschen betrifft. Bei dieser und vielen folgenden Partys mit Go and Change ging es darum einen befreiten Umgang mit Sexualität zu finden. Tatsächlich hatte ich mich auch noch nie so frei gefühlt, wie bei dieser Party, bei der ich völlig ungehemmt mit all meinen WG-Mitbewohnern tanzte.

K., der sich -nach meiner Wahrnehmung- selbst als sexueller Heiler verstand und sich bei Go and Change zunehmend „hauptberuflich“ in diesem Feld betätigte, veranstaltete sogenannte Kontexte. In diesen brachte er Ideen ein, wie die sexuelle Befreiung der Mitglieder erreicht werden könnte. Gleichzeitig wurden die Teilnehmenden nach ihren Fantasien befragt – und gemeinsam überlegt, wie sich diese ausleben ließen.

Im Sommer 2020 wurde ich zum ersten Mal zu einem solchen sexuellen Kontext eingeladen. Je extremer die Fantasien, desto ehrlicher und mutiger galten die Frauen, die daran teilnahmen. In diesen Kontexten – in denen vermehrt Drogen konsumiert und sadomasochistische Elemente eingebaut wurden – gab ich nach und nach die Selbstbestimmung über meinen Körper auf.

Ich erlebte tiefe Glücksgefühle und Verbundenheit, fühlte mich aber oft auch überfordert: von den Drogen, der Intensität, der Sexualität. In dieser Überforderung wurde K. zur Orientierungsfigur, die mir Halt bot. Ich verband die sexuellen Erfahrungen mit ihm – und verliebte mich. So ging es vielen Frauen.

Die Selbstverständlichkeit, mit der dort gesellschaftliche Tabus gebrochen wurden, vermittelte mir ein Gefühl von großer Freiheit. Und so hatte ich einen der glücklichsten Momente bei einem Kontext, im Sommer 2021, weil ich mich zutiefst freute, dass das, was ich mit meinen Freunden machte „Drogen nehmen und Sex haben“ war. Problematisch war, dass die Gewalt – psychisch wie physisch – immer weiter eskalierte. Die intensive Verbundenheit und das ständige Gaslighting führten dazu, dass tatsächlich Verantwortung abgegeben wurde – und niemand K. Einhalt gebot.

Im Jahr 2019 besuchte ich Go and Change noch einige Male und übernahm immer tiefer die Überzeugungen, die dort vorherrschten. Glaubte immer mehr, dass in mir „Schatten“ sind, die ich nicht wahrnehmen kann und dass ich diese „Prozesse“ machen müsse, um ein liebevoller Mensch zu werden. In der WG versuchten wir die „Kultur“ von Go and Change zu kopieren, dadurch gab es eigentlich keine Zeiten ohne „Prozesse“ und „Spiegel“. Nachdem ich im Sommer 2020 bei den ersten sexuellen Kontexten dabei gewesen war und mich in K. verliebte, erfuhr ich einige Tage von ihm ein riesiges Maß an Bestätigung. Durch eine Hochzeit, die im Kloster stattfand, hatte ich die Fantasie, dass wir heiraten würden und erzählte ihm eher im Scherz davon. Er, damals 38 Jahre alt, nahm diese Fantasie auf und wir fantasierten darüber, wie wir heiraten würden und wie unsere Beziehung wohl in 30 Jahren wäre. Er ermutigte mich wieder MDMA zu nehmen und ich erzählte ihm von all meinen Ängsten und allem, was ich im Leben getan hatte, was ich bereute. Ich fühlte mich so geliebt, wie noch nie. Dass er das alles nicht ernst gemeint hatte, wurde mir erst Jahre später klar. Als er wieder mit seiner Ex-Freundin zusammenkam und mich das sehr verwirrte, da er mir versprochen hatte, dass er das nicht vorhatte, führte er mein Verhalten daraufhin als Grund dafür an, dass er nicht mit mir Beziehung führen konnte. Und so wurde der Wunsch, dass wir diese Beziehung führen würden, wenn ich nur ein liebevollerer Mensch wäre, zu der Triebfeder, die mich immer wieder zu Go and Change brachte.

Ich wurde unter Druck gesetzt in die Gemeinschaft einzuziehen – das sei Zeichen dafür, dass ich bereit wäre mich meinen Schatten zu stellen, um ein liebevoller Mensch zu werden. Als ich wenige Wochen später rausgeworfen wurde, ging es mir sowieso nicht gut in der Gemeinschaft und ein Teil von mir war erleichtert. Das wahrzunehmen war der Beweis für mich, dass Go and Change keine Sekte war. Ich dachte: In dem Moment, wo ich nicht mehr wirklich freiwillig dort war und nicht freiwillig das gemacht habe, was von mir gefordert wurde, wurde ich ausgeschlossen. Das fand ich sehr liebevoll und meinte mich auch dadurch, dass ich rausgeflogen war zutiefst geliebt zu fühlen.

Die folgenden Monate waren ziemlich furchtbar und ich sehnte mich sehr nach K. und dem Gefühl von Verbundenheit, was ich mit ihm verband. Im März 2021 nahm ich Kontakt zu ihm auf und er lud mich ein ins Kloster zu kommen. Daraufhin lebte ich dort bis ich im Januar 2022 erneut rausflog, wieder eingeladen wurde, wieder rausflog und noch einmal eingeladen wurde.

Mit jedem Mal, dass ich wieder in die Gemeinschaft kam, war ich bereiter alles dafür zu tun, um nicht wieder rauszufliegen, da ich in den Zeiten dazwischen immer sehr einsam und unglücklich war. So wie ich sind mittlerweile fast alle Gemeinschaftsmitglieder immer wieder rausgeflogen und wieder eingeladen worden. Was dies meiner Erfahrung und Ansicht nach bewirkt ist, dass man sich in der Zeit in der man draußen war die größte Mühe gab, sich noch bedingungslos für Go and Change zu entscheiden und dafür das machen zu wollen, was K. wollte.

Isolation und Realitätsverlust

Es gab selten wirklich einen Alltag im Kloster, aber es wurde immer davon gesprochen, dass wir nach dem nächsten Prozess endlich liebevoll zusammen leben könnten und all unsere Freund*innen und Familie einladen könnten uns besuchen zu kommen.

Doch tatsächlich wurde die Isolation immer stärker.

Ich geriet in Konflikt mit meinen Eltern, als ich ihnen erzählte, dass ich eine Liebesaffäre mit K. gehabt hatte und daraufhin rausgeflogen war und sie erlebten, wie schlecht es mir in dieser Zeit ging. Daher brach ich den Kontakt zu ihnen ab, als ich wieder zu Go and Change zog, um mich nicht vor ihnen rechtfertigen zu müssen. Als ich den Kontakt wieder aufnahm, stellte ich sie vor vollendete Tatsachen. Sie kamen mich dort besuchen,

Initiative zur Hilfe gegen seelische Abhängigkeit und religiösen Extremismus e.V.

hatten aber immer viel Kritik, was ich nicht verstehen konnte. Doch sie rangen sich so gut sie konnten dazu durch zu akzeptieren, dass ich diesen Weg gehen wollte und ich denke, dass das das Beste ist, was sie tun konnten. Sobald sie Go and Change kritisierten war ich dabei es zu verteidigen und da ich mich mit Go and Change so verbunden fühlte, wirkte Kritik daran, auf mich wie Kritik an mir. Wenn sie zu viel wurde, fand ich es gerechtfertigt den Kontakt abzubrechen. Erst als sie in Gesprächen mit mir aufhörten Kritik zu üben kam ich aus dem Verteidigungsmodus heraus und begann meine eigene Kritik zu entwickeln.

Isolation entstand, neben den für Außenstehende teilweise befremdlichen Methoden, auch dadurch, dass im Sommer 2020 mit der Corona-Krise und den ersten Artikeln, die in der Main Post geschrieben wurden, die so konträr zu dem waren, was die Menschen meinten bei Go and Change zu erleben, ein Abdriften in Verschwörungsmethoden begann. Ich weiß noch wie ich dachte, wenn in der Presse so falsch über Go and Change berichtet wird, wie kann ich dann noch irgendetwas glauben, was in den Medien geschrieben wird?

Versteht mich bitte nicht falsch – die Zeitungsartikel haben mir auch geholfen zu erkennen, wie gewaltvoll Go and Change ist, doch für die Menschen, die noch nicht bereit sind das zu erkennen bewirken diese Artikel natürlich, dass man sich noch mehr missverstanden und von der Gesellschaft angegriffen fühlt. Jegliche Rechtfertigung gegenüber anderen, ob die Gespräche mit meinen Eltern oder die Leserbriefe und Erfahrungsberichte, die an die Zeitung geschickt werden sollten, um die Redaktion über die „Wahrheit“ zu informieren, bewirkten ein engeres Zusammenrücken bei Go and Change.

Dieses Gefühl, der allgemeinen Berichterstattung nicht länger vertrauen zu können öffnete die Tür für Verschwörungstheorien. Wir schauten exzessiv die Matrix-Filme und es wurden Prozesse mit Menschen geführt, bei denen diese sich verhielten wie ein Mr. Smith oder ihnen unterstellt wurde, dass sie jetzt ein Programm von noch größerer Macht und Kompetenz seien, dass zugeschaltet wurde, um das unterdrückerische System aufrechtzuerhalten. Später hieß es einfach, eine Stimme würde uns alle beschallen und unsere Gedanken, Gefühle und Taten beeinflussen, um ein System des Leids aufrechtzuerhalten und es wurden Methoden entwickelt, wie man dieser Stimme trotzen könnte.

Im Sommer 2022 schauten wir uns eine „Doku“ zur Flat Earth Theorie an. Als eine Frau nach einer Folge schockiert darüber war, dass sie gar nicht gewusst hatte, wie die Familie Rothschild alles in den Händen hätte und beeinflusste, was wir glauben, relativierte F. das und sagte, dass es schon auch viele andere Möglichkeiten der Interpretation der Zusammenhänge auf der Welt gibt. Die Serie wurde uns gezeigt, um das Vertrauen in unser Wissen noch weiter zu erschüttern. Wer in diesem Gefühl der Unsicherheit - nicht mehr zu wissen, was wahr war und was Lüge - Orientierung bot, war K. In dieser Zeit kam es zu dem oben beschriebenen Bruch zwischen K. und mir, weil ich nicht gestand, was ich nicht getan hatte und ich verließ das Kloster und begann – auch weil ich zufälligerweise in einer Sozialpsychologie-Veranstaltung im Rahmen meines Studiums landete – vieles zu hinterfragen. Doch ich hielt noch an einigen Sachen fest. Damals war ich der Meinung, dass K. eine Psychose hatte und nun das Vertrauen der Gemeinschaftsmitglieder missbrauchte. Dass aber auch schon die Jahre vorher vieles auf Manipulation beruhte und die Kultur im Kloster in keiner Weise als „liebevoll“ bezeichnet werden konnte, war ich nicht bereit zu sehen. Deswegen war ich auch schockiert, als ich im November 2022 kontaktiert wurde, mit der Nachricht: Können wir telefonieren, es ist wichtig, es geht um unsere Kinder. In dem Telefonat wurde mir mitgeteilt, dass Frauen, die auf das Kloster projizierten, das Jugendamt eingeschaltet hatten und bewirken wollten, dass ihre Kinder nicht mehr ins Kloster dürfen.

„Sie versuchen, die Familien auseinanderzureißen“ wurde mir gesagt. Und in meiner Einsamkeit ließ ich mich trotz gruseliger Gespräche („wenn K. dich geschlagen hat, war das aus Liebe“) wieder darauf ein und sagte meine finanzielle Unterstützung zu. Daraufhin bemühte sich K. wieder sehr darum, Kontakt zu mir aufzubauen und es gelang ihm innerhalb von knapp 24 Stunden mich davon zu überzeugen, dass meine Kritik ja toll sei, weil er sich so freute, dass ich ihm mal meine Meinung sagte, dass er aber eben eine übergeordnete Perspektive habe, aus der heraus er trotzdem nichts falsch gemacht hatte. Außerdem erweckte er mein Mitgefühl, in dem er sagte, dass er als schwerstraumatisierter der Gemeinschaft doch am meisten Liebe verdient habe und ich kam zu dem (aus heutiger Sicht absurden) Schluss, dass es ungerecht sei, mächtige Menschen stärker für ihr Fehlverhalten zu verurteilen als Menschen ohne Macht, nur weil ihre Taten größere Konsequenzen nach sich ziehen. In den folgenden Wochen ging es mir sehr schlecht, da meine Abhängigkeitsstruktur wieder aktiviert war. Und ich ließ mich ein letztes Mal auf die Klosterwelt ein. Die Zeit, die darauf folgte, war geprägt von den schlimmsten Gewalterfahrungen meines Lebens. Als ich rausflog, obwohl ich mich, meinen eigenen Grundsätzen zuwider, auf eine Prügelei mit K. auf LSD eingelassen hatte und mit Prellungen am ganzen Körper in meine Wohnung nach Witten kam, hatte ich die realistischsten Selbstmordgedanken meines Lebens.

Hier kam mir wieder meine Ausbildung zugute. Aus meinem Praktikum in einer psychosomatischen Klinik hatte ich vor Augen, dass man mich in diesem Zustand in dieser Klinik nicht guten Gewissens entlassen hätte. Da ich nun wirklich alles in meiner Macht stehende getan hatte, um zu versuchen Teil von Go and Change zu sein, entschied ich, dass ich dort zwei Jahre lang nicht mehr hingehen wollte und auch in zwei Jahren nur, wenn ich wirklich das Gefühl hätte, dass sich etwas grundlegend in mir geändert hätte. Dadurch gewann ich Zeit und Ruhe. Als ich ca. einen Monat später die Zeitungsartikel über den Suizid von Sophie las – ich war zu der Zeit selbst nicht im Kloster gewesen, kannte sie aber – war ich nicht bereit, Go and Change die Schuld für ihren Tod zu geben. Ich fand aber, dass man zumindest hätte reflektieren müssen, dass man sich vielleicht geirrt hatte und anders mit Menschen umgehen sollte, damit sich nicht noch weitere Menschen das Leben nehmen. Da ich mir nun so gut vorstellen konnte, wie sich Sophie gefühlt haben musste, wuchs der erste große Kritikpunkt in mir. Einige Wochen später wurde ich wieder eingeladen zu einer Party ins Kloster zu kommen. Es fiel mir noch sehr schwer abzusagen, aber ich hatte mir das fest vorgenommen und als Antwort erhielt ich von einem Mann, mit dem Sex zu haben ich noch nie auch nur nachgedacht hatte die Nachricht: Schade, dann suche ich mir jemanden anderes um Sex zu haben.

Ich hätte keine Antwort bekommen können, die mir mehr geholfen hätte, meine Entscheidung nicht zu bereuen. Diese Zeit war extrem hart und ich hatte häufig das Gefühl in einem schwerelosen Raum zu sein und nirgendwo Halt zu finden. Einerseits wurde mir bei Go and Change eingeprengelt, dass ich eine große Gefahr für andere Menschen darstellte und den Menschen, die ich liebte immer schaden würde, wenn ich mich nicht veränderte. Andererseits musste ich mich, wenn ich Go and Change anzweifelte mit der Schuld auseinandersetzen, die ich auf mich geladen habe, wenn ich mich anderen gegenüber, im Glauben, dass das liebevoll sei, seelisch oder körperlich missbräuchlich verhalten habe.

In dieser Zeit war es sehr wichtig für mich alleine zu sein. Und ich empfand es als großes Geschenk mir selber Gedanken machen zu können und meine eigene Haltung zu den Geschehnissen zu entwickeln. Dennoch bin ich sehr dankbar für die Freundinnen, zu denen ich über die Jahre teilweise sporadisch Kontakt gehalten habe, die mich mit meinen verrückten Ideen ernst genommen haben, aber nicht so blöd waren, selbst ins Kloster zu kommen. Dadurch hatte ich über die Jahre immer Kontakt zu Menschen, die mich respektiert haben. Auch meine Eltern haben mir durch ihr Verhalten, das nicht K.s Voraussagen entsprach, sehr geholfen mir ein neues Leben aufzubauen. Besonders danke ich auch der Frau, die sich getraut hat die Polizei einzuschalten und den ewigen Gerichtsprozess durchgestanden hat, wegen dem K. zumindest für eine gewisse Zeit keinen großen Einfluss mehr auf die Geschehnisse im Kloster haben kann und ich wünsche den Menschen (und es sind leider erstaunlich viele), die sich noch nicht lösen konnten, dass ihnen die relative Ruhe, die wohl im Kloster eingekehrt sein wird hilft, wieder zu sich zu finden. Jedes Mitglied von Go and Change hat auch Schuld auf sich geladen, was diesen Prozess um so schwerer macht, doch ich fürchte um eine weitere Zunahme der Brutalität, wenn K. in die Gemeinschaft zurückkehren wird.

Ich danke auch der Frau vom Weißen Ring, die mir empfahl, mich an eine Sektenberatungsstelle zu wenden und der rechtlichen Beraterin der SektenInfo NRW, die mich unvoreingenommen und offen begleitete, bis ich mich entschied mich für eine Zeugenaussage bei der Polizei zu melden. Zu erkennen, dass Go and Change mehr Schaden anrichtete als die „normale“ Gesellschaft und eine Institution, von der ich bei Demonstrationen gegen den Braunkohleabbau auch schon Gewalt erfahren habe, ins Vertrauen zu ziehen war nicht leicht. Doch es war ein entscheidender Schritt in die Richtung, frei zu werden von der Gehirnwäsche, der ich unterzogen wurde. Und in das zu vertrauen, was ich selbst erlebt hatte und wusste, dass es wahr war. Ebenfalls hat mir eine Psychotherapeutin geholfen, die sagte, sie könne nur mit mir arbeiten, wenn ich einen Teil habe, der die Gemeinschaft verlassen wollte und alle Menschen, mit denen ich seit meinem Ausstieg Kontakt hatte, die aus dem selben (Alb-)Traum aufgewacht

Initiative zur Hilfe gegen seelische Abhängigkeit und religiösen Extremismus e.V.

sind und die bestätigten, dass das, was wir erlebten, mit Liebe nichts zu tun hatte. Ich danke auch Dieter Rohmann für das Seminar, bei dem ich Artikel 4 kennenlernte und Geschichten von anderen Sektenaussteiger*innen hörte, die so anders und doch so ähnlich sind und verdeutlichen, dass Go and Change nichts Besonderes ist. Danke, dass ich hier meine Geschichte erzählen durfte.