

**Geçmişteki
Cinsel
Tacizler**



**Josh McDowell
& Ed Stewart**

Türkçesi: Ebru Şahin



Bu kitap,
GÜVERCİN
REKLAM VE TANITIM
HİZMETLERİ LTD. ŞTİ.

için Yeni Yaşam Yayınları tarafından üretilmiştir.

Ücretsiz Sipariş Hattı:
0800 261 55 09

ISBN 978-975-9062-45-3

Yeni Yaşam Yayınları
Serasker Cad. Sakız Sokak,
Aytaç 2 İşhanı; No: 40/1
Kadıköy - İSTANBUL
Tel.: (0216) 414 20 61

PAST SEXUAL ABUSE
© 2000 Josh McDowell and Ed Stewart.
All right Reserved.

Bu kitabın Türkiye'deki tüm hakları
Güvercin Reklam'a aittir.

Basım: Anadolu Ofset - İstanbul
Tel: (0212) 567 13 89
1. Basım, Nisan 2008



Bu kitabın hazırlanmasında büyük katkıları olan Teksas, Austin Intimate Life Ministries başkanı David Freguson'a teşekkürü borç biliriz. David bu dizinin bütün kitaplarına katkıda bulunmuştur. Tanrı'nın tesellisini ve desteğini diğer insanlara iletmemizde bize öncü olmuştur. Intimate Life Ministries'in sunduğu seminer ve kaynaklardan faydalanmanızı tavsiye ederiz.

Yirmi üç yıllık arkadaşım (Josh) Dave Billis bu dizideki kitapların hazırlanmasında desteğini bizden esirgememiştir. Dizideki kitaplarda anlatılan her bir hikâye, Dave'in kendi çalışması olan "Youth in Crisis Resource" adlı kitabın çarpıcı bölümlerinden oluşmuştur. Dave ayrıca dizinin tasarım ve düzeninden de

Giriş

sorumludur. Dave'in yeteneğine ve desteğine minnettarız.

Joey Paul of World Publishing bu projeye inanmakla kalmamış, bu projeyi başından sonuna kadar desteklemiştir.

**JOSH MCDOWELL
ED STEWART**



Dışarıdan gelen ayak seslerini duyduğunda korkuyla irkildi. Büyükbabasının evindeki karanlık misafir odasında yalnız olan kız, kalıp yatağın altına gizlemek istedi. Fakat kapının kolu çevrildiğinde geç kaldığını anladı. Gelen kişiden gizlenebilmek için yorganı başına çekip saklanmaya çalıştı.

Gelen kişinin odaya girdiğini duydu, sonra da, "Tatlım, büyükbaba geldi" dediğini... "Anneannen uyudu, şimdi gizli ziyaretimizi gerçekleştirebiliriz." Küçük kız yatağın bir ucunda büzülüp kalmıştı; kendini iyice küçültmek, hatta yok etmek istiyordu. Dokunulmasını istemediği yerlerine dokunan büyükbabasının "gizli ziyaretlerini" sevmiyordu. Bu "ziyaret-

lerin" bir sır olduğunu söylediği için de bundan kimseye söz edemiyordu. Ayrıca, böyle kötü bir şey yaptığı için başı belaya girer diye kimseye söylemek istemiyordu.

Küçük kız odanın kapısının kapandığını duydu. "Haydi gel, tatlım" diyen büyükbabasının elleri onu kavrayana dek bir yumru olup saklandı yorganın altında.

"Gizli ziyaret istemiyorum artık" dedi küçük kız, büyükbabası yorganı açarken. "Lütfen büyükbaba, bugün ziyaret istemiyorum."

"Ama bugün gizli ziyaretimizi yapmalıyız, tatlım" dedi sevecen bir ses tonuyla, küçük kız bulmak için elini yorganın altına götürürken...

İyice büzülen kız, "Hayır, büyükbaba, hayır" diye bağırmaya başladı.

"Uyan, haydi uyan!" Birinin omzuna hafifçe dokunduğunu hissetti Ann. "Kâbus görüyorsun Annie, haydi uyan!" Duyduğu ses büyükbabasına ait değildi. Heather'ın sesine benziyordu.

Birkaç dürtükmeden sonra Ann tamamen uyandı. Heather onu sarsıyordu, her yer karanlıktı. Ann kilisenin düzenlediği yaz kampında olduğunu ve uyku tulumunda uyuduğunu hatırladı birden. Heather ve kiliseden

dört kız daha onunla aynı kulübedeydi. Kamp danışmanları Jenny Shaw da oradaydı.

Ann derin bir nefes aldı. Rüyasındaki gibi altı yaşında değildi artık; on dört yaşındaydı. Büyükbabasıyla birlikte de değildi; kamptan arkadaşları vardı yanında. Fakat rüyasında kalbi o kadar hızlı atmıştı ki, serin dağ kampında bile terden sırlıklam olmuştu.

“Ann, iyi misin?” diye sordu Heather. ““Hayır, büyükbaba yapma’ diye bağırıyordun. Çok acı çekiyor gibiydin.”

Ann, arkadaşının yüzünü zor seçiyordu karanlıkta. “İyiyim artık, dediğin gibi sadece kötü bir rüya. Şu anda iyiyim.”

Heather kısık bir ses tonuyla devam etti. “Çok kötü bir rüyaydı sanırım, sanki büyükbaban çekiç gibi bir şeyle seni kovalıyormuş gibi...”

“Seni de uyandırdım, üzgünüm” dedi Ann. “Umarım kulübedeki herkesi uyandırmamışımdır.”

“Merak etme” dedi Heather. “Herkes uyuyor.”

Ann Cassidy, Heather Wells’i en iyi arkadaş olarak görüyordu. Heather onun hep yanında, onu önemsiyordu – tıpkı bir kardeş gibi. Annesinin onu bir Hristiyan okuluna

kaydettirdiği beşinci sınıftan beri arkadaştlar.

Okuldaki ilk yılında, Ann hayatının en önemli iki insanıyla tanışmıştı. İlki, beşinci sınıfta tanıştığı Heather Wells, ikincisi de İncil çalışmaları sırasında tanıştığı İsa Mesih'ti. Ann o yılın Ekim ayında İsa Mesih'e iman etmiş ve Pazar günleri Heather'la birlikte kiliseye gitmeye başlamıştı. O günden beri de kardeş gibi olmuşlardı.

"Peki ne görüyordun?" diye sordu Heather meraklı bir kardeş edasıyla.

Ann cevap vermek istemiyordu. Bu rüyayı daha önce birçok kez görmüştü; kendisini hep kirli hissettiriyordu bu rüya. Çünkü bunun rüyadan öte bir şey olduğunu biliyordu. Bu aynı zamanda kötü bir anıydı da...

"Bir şey yok gerçekten" dedi Ann - gerçeği saklamak istiyordu. "Uyumalıyız" dedi.

"Büyükbabanla sorunların mı var Annie?" diye sordu. "Dua etmemi istediğin bir şey var mı?"

Ann, Heather'ın yaptığı birçok şeyi takdir ediyordu. Arkadaşı her şey için dua ediyordu. "Büyükbabam iki yıl önce öldü" diye cevapladı Ann.

"Üzgünüm Ann. Ben de..."

“Sorun değil. Haydi tekrar uyuyalım. Sabah dualarımıza devam edecek miyiz peki?”

“Tabii ki, kahvaltıdan sonra okçuluk sahasında.”

“Tamam, iyi geceler” diye fısıldadı Ann. “Çok teşekkürler!”

“İyi geceler.”

Yanındakiler uyurken, Ann hâlâ uyanıktı. Heather da tekrar uyumuştı. *Sana gerçekleri söylemedim Heather* diye söylendi kendi kendine. *Şu anda büyükbabamla bir sorunum yok, çünkü artık yaşamıyor. Ama büyükbabamın bana yaptıklarını kimseye anlatamadım. Olanlardan çok utanıyorum ve başka birilerine anlatmaya korkuyorum. Bu korkunç anılardan hiçbir zaman kurtulamayacağım. Belki bunun için birlikte dua etmeliyiz.*

Kahvaltıda, Jenny Shaw’ın kulübesi üç gün üst üste kamp idarecisinin “Temiz Grup” ödülünü kazandı. Heather Wells her zamanki gibi tebrikleri kabul ediyordu, Ann ise geri planda duruyordu. Birçok kişi onların arkadaş olduğuna inanamıyordu. Heather çok dışa dönük, Ann ise içine kapanıktı. Buna rağmen Heather, Ann’i her şeyin içine dâhil ediyordu. Ann’in Heather’ı takdir etmesinin bir sebebi de buydu.

Kahvaltıdan sonra dua etmek için Ann ve Heather en sevdikleri yere gittiler; yani okçuluk sahasına. İncil'i açmadan önce, gece yarısı yaptıkları konuşmadan sonra kafasını kurcalayan bir konuyu gündeme getirdi Ann. "Okumaya başlamadan önce senden özür dileirim" dedi.

Heather, Ann'e bakıp, "Ne için?" diye sordu.

Ann derin bir nefes aldı. Konuyu açtığı için biraz gerilmişti. "Dün gece büyükbabamla hiçbir sorunumun olmadığını söyledim sana."

"Evet, çünkü büyükbaban iki yıl önce ölmüş!"

"Sana büyükbabamla ilgili gerçeği anlatmadım" dedi.

"Ölümüyle mi ilgili?"

"Hayır, aramızdaki sorunla ilgili."

"Büyükbabanla aranızda sorunlar vardı, dün geceki rüya da bununla ilgiliydi, değil mi?"

Aklına rüyası gelen Ann'i bir titreme aldı. Gözlerini yere dikip bakmaya başladı. En sonunda, "Bundan daha önce kimseye bahsetmedim... aileme bile" dedi.

Heather, Ann'in elini tuttu. Bundan bahsetmenin Ann için ne kadar zor olduğunu anlıyordu. "Sorun yok, Ann. Senin için burada

olduğumu biliyorsun. İstersen bana anlatabilirsin” dedi.

“Dört yaşındayken başladı her şey. Annemle babam bir yerlere gittiğinde yılın birkaç haftası beni büyükbabamlara bırakırlardı. Anneannem alışverişte ya da başka bir yerdayken, büyükbabam bana bir şeyler yapardı – doğru olmayan şeyler...” Ann gözlerinden akan utanç gözyaşlarına hâkim olamıyordu. “Özel yerlerime dokunurdu. Ona da dokunmamı isterdi. Bunun bizim sırrımız olduğunu söylerdi. Kimseye söylememem gerektiğini söylerdi, ben de söylemedim. Ama kâbuslar görmekten alıkoyamıyorum kendimi.”

Başını arkadaşının omzuna yaslayan Ann ağlamaya başladı. Heather’ın teselli edici ellerini omzunda hissetti; onun da derin derin iç çektiğini duydu. “Zavallı Annie” dedi üzgün ve kırgın bir ses tonuyla. “Geçmişte bu kadar kötü bir olay yaşadığımı bilmiyordum. Çok üzgünüm.” İki kız birkaç dakika daha birlikte ağlamaya devam etti.

“Bu ne kadar sürdü?” diye sordu Heather, gözyaşlarını silerken.

“Üç yıl kadar” diye açıkladı Ann. “Sonra büyükbabam iyice hastalandı. İki yıl önce ölene kadar da hastanede kaldı.”

“Aileme söyleyemedim” diye devam etti Ann. “Çünkü başımın belaya gireceğini, bunun da benim hatam olduğunu düşünüyordum.”

“Annie, sen sadece küçük bir kızdın o zamanlar” dedi Heather. “Bu senin hatan değildi. Büyükbaban gerçekten yanlış bir şey yaptı. Kimse küçük bir kıza böyle şeyler yapmamalıdır.”

“Öyleyse o zaman olanlar yüzünden neden kendimi suçluyorum?”

Heather bir an düşündü. “Bu soruya nasıl bir cevap vereceğimi bilmiyorum. Ama Jenny Shaw biliyordur.” Jenny Shaw bu hafta boyunca danışmanları olmuştu. Jenny ve kocası Doug, Ann ve Heather’ın gittiği kilisede gönüllü gençlik rehberiydiler. Her ikisi de Jenny’yi manevi ablaları olarak görüyordu.

“Bundan Jenny’ye bahsedebileceğimi sanmıyorum” dedi Ann, kaşlarını çatarak.

“Kâbuslarını ve büyükbabanı bana anlattığın için çok sevindim Annie” dedi Heather. “Senin yanında olacağım ve seninle birlikte dua edeceğim. Ama yine de bütün bunlarla nasıl başa çıkacağımızı öğrenmek için Jenny’ye danışmalıyız. Onunla konuşabiliriz.”

Ann ürkmüştü, ama Heather’ın haklı oldu-

ğunu da biliyordu. Gençlik grubuna geldiğinden beri, Jenny onun en büyük manevi desteği idi. “Belki Jenny’nin konuşacak vakti yoktur” dedi Ann.

“Sadece onunla konuşmak için bana hazır olduğumu söyle. Gerisini ben hallederim” dedi Heather.

Bu sırdan bahsetmek ne kadar korkunç olsa da, Ann bunu Heather’a anlattığı için çok memnundu. Dinleyerek ve kendisiyle birlikte ağlayarak, Heather yükünün bir kısmını almıştı sanki. Jenny ile konuşmak ona daha iyi gelecekse, bunu yapmaya hazırdı. “Tamam, Jenny’le konuşacağım, ama sen de yanımda olacaksın” dedi.

Heather cesaret verici bir gülümsemeye, “Arkadaşlar böyle günler içindir” dedi.

Heather, Jenny’ye öğle yemeğinden sonraki boş vaktinde onunla buluşmak istediklerini söyledi. Jenny de kabul etti. Diğer dört arkadaş at binmeye gittiklerinde onlar da konuşmak için kulübeye gittiler.

Heather elini tutarken, Ann de Jenny’ye kabuslarından ve çocukluğunda başına gelen kötü olaylardan bahsetti. Çok fazla ayrıntıya girmeden Jenny kim, nerede, ne zaman gibi sorularla basit ayrıntıları öğrenmeye çalıştı.

Ann olayları anlatırken kendini ağlamaktan alıkoyamıyordu, ama Jenny ve Heather ona destek olmak için yanındaydılar. Jenny, Ann'e sarılarak, "Sorun değil Ann, istediğin kadar ağlayabilirsin. Biz senin yanındayız" dedi. Ann de kendini rahat bıraktı; üçü birden ağlamaya başladı.

Bu duygusal dakikalardan sonra Jenny, "O 'gizli ziyaretler' boyunca yaşadığın şeye verilen bir isim var, Ann. Hiç duydun mu?" diye sordu.

Ann, Jenny'nin nereye varmak istediğini biliyordu. Ama sözcükler o kadar kirli ve o kadar korkunç geliyordu ki, söylemeye cesaret edemiyordu. "Evet, biliyorum" dedi en sonunda.

"O zaman, büyükbabanın o gizli ziyaretler boyunca sana ne yaptığını söyle bana" diye ısrar etti.

Bu sözcükler Ann için yasaklanmıştı sanki - tıpkı küfretmek veya Tanrı'nın adını boş yere anmak gibi! Bu sözcükleri telaffuz bile etmek istemiyordu. Ama Jenny'nin de desteğiyle en sonunda, "Büyükbabam bana cinsel tacizde bulunuyordu" dedi.

"Haklısın" dedi Jenny. "Bunu anlaman çok önemli. Annen, baban, büyükbaban, annean-

nen gibi büyüklerin seni koruması ve seninle ilgilenmesi beklenir. Oysa büyükbaban kendi zevkleri için senden bir şeyler aldı; seni kullandı. Cinsel taciz bir suçtur Ann. Eğer büyükbaban yaşıyor olsaydı ve bu davranışlarını sürdürseydi, sana polise gitmeni veya bir çocuk bürosuna başvurmanı söyledim. Bu kadar ciddi bir konu bu.”

“Ama biraz da benim hatam gibi sanki” dedi Ann, gözyaşlarına hakim olmaya çalışarak. “Büyükbabam reddedilemeyecek kadar tatlı olduğumu söyledim.”

Jenny yavaşça başını salladı. “Senin hatan değildi. Sana ne söylemiş olursa olsun, kendini ne kadar suçlu hissedersen hisset, suçlanacak kişi sen değilsin.”

Ann, Jenny’nin sözleriyle iyice rahatladı. Sanki yükünün bir kısmı daha omuzlarından alınmıştı. “Benim hatam değildi” diye tekrarladı.

“Haklısın” dedi Jenny gülümseyerek. “Ayrıca bütün bunlarla baş edecek kadar cesaretli olduğun için seninle gurur duyuyorum. Yüreğindeki bu derin yarayı iyileştirmek için sana yardım etmek istiyorum.”

“İyileştirmek mi? Ama bu çok uzun zaman önceydi.”

“Açıklayayım. Farz et ki kolun kırıldı ve bundan kimseye bahsetmedin. İyileştirmesi için de doktora gitmedin. Ne olurdu o zaman?”

“Muhtemelen iyileşirdi, ama eğişik de kalabilirdi” diye tahminde bulundu. “Ya da hiç iyileşmeyebilirdi.”

“Haklısın” dedi Jenny. “İşte sana da buna benzer bir şey oldu. Büyükbabanın tacizinden dolayı çocukken manevi olarak yara aldın. Duyguların zamanla biraz iyileşmiş olabilir. Fakat Tanrı, uzun zamandır hâlâ canını yakan bu yarayı iyileştirmek üzere seni umursayan birilerini yardım etmeleri için sana gönderdi.”

Bu, Ann’e mantıklı gelmişti. “Anladım” dedi.

“Bu yüzden yaraların iyileşinceye kadar seninle birlikte olduğumu bilmeni istiyorum Ann. Bana güvenebilirsin.”

“Bana da” dedi Heather.

Jenny saatine baktı. “Ama şimdi takımın oyun zamanı geldi. Eğer ikiniz de isterseniz yarın bu saatte sizinle tekrar buluşmak istiyorum. Uğradığın tacizle ilgili konuşmamız gereken başka şeyler de var.”

“Tabii ki buluşmak isterim” dedi Ann, istekli şekilde. Heather da orada olacağını söyledi.

Kulübeden ayrılmadan önce, Jenny, Ann'in iyileşmesi için hep birlikte dua etmeleri gerektiğini söyledi. Bütün gün boyunca, Ann kendini daha iyi, daha mutlu hissetti. Geçmişindeki o karanlık lekeyi çok önem verdiği iki kişiye anlatmıştı ve onlar, hâlâ kendisini seviyorlardı. Ann, bu günün yaşamındaki yeni bir dönemin başlangıcı olduğunu hissetmişti.

Düşünme Molası

Ann Cassidy'nin büyükbabasıyla yaşadıkları ne yazık ki ender yaşanan bir olay değil. Her iki dakikada bir, bir çocuğun taciz edildiğini biliyoruz. On sekiz yaşına gelmeden her üç kadından ve her yedi erkekten birinin de tacize uğradığı tahmin ediliyor. Çocukların ve yetişkinlerin maruz kaldığı taciz olaylarını birçok insan görmüyor olabilir, fakat Ann gibi tacize maruz kalanlar bu durumdan kaynaklanan acı, utanç ve suçluluk gibi duyguları çok iyi biliyorlar. Siz de cinsel taciz kurbanı olduğunuz için bu kitabı okuyabilirsiniz.

Bu kavramı çok iyi anladığımızdan emin olmalıyız öncelikle. Cinsel taciz, bir yetişkinin cinsel arzularını tatmin etmek için bir çocuğa cinsel içerikli bir harekette bulunması veya

konuşarak taciz etmesidir. Daha açık olmak gerekirse, aşağıdaki olaylardan biri sizin başınıza gelmişse, siz de cinsel tacize uğramışsınız demektir.

- Bir yetişkin size cinsel organını göstermişse
- Bir yetişkin bakmak veya dokunmak için (cinsel olarak) sizi soymuşsa
- Bir yetişkin cinsel organınıza dokunduysa ya da sizin onunkine dokunmanızı sağladıysa
- Bir yetişkin cinsel organınıza dudaklarıyla dokunduysa ya da sizi kendi cinsel organına dudaklarınızla dokunmaya zorladıysa
- Bir yetişkin sizi mastürbasyona zorladıysa ya da mastürbasyon yaparken sizi onu izlemeye zorladıysa
- Bir yetişkin parmaklarıyla, cinsel organıyla ya da başka bir maddeyle cinsel organınıza ya da başka bir bölgenize girdiyse
- Bir yetişkin sizi onunla cinsel ilişkiye girmeye zorladıysa
- Bir yetişkin sizi pornografik amaçlar için kullandıysa

Tanrı cinsel tacizden nefret eder. Tanrı cinselliği evli çiftlere birbirlerine olan sevgilerini göstermeleri için yarattı (Yaratılış 2:24; İbraniler 13:4). Bunlar dışında gerçekleşen bütün cinsel ilişkiler O'nun istediğini ve tasarısını ihlal etmek demektir. Bu, bir yetişkinin bir çocuğu cinsel tatmini için kullanmasını da içerir.

Cinsel taciz, sizin cinsellik anlayışınızı ve Tanrı'nın cinselliği yaratma amacını bozar. Cinsel taciz, duygusal, sosyal ve cinsel olgunluğunuzun normal gelişimini etkiler. Cinsel taciz, gerçek insan sevgisi ve Tanrı sevgisi hakkında kafanızı karıştırır. Cinsel taciz, Tanrı'nın suretinde yaratılan sizleri bir birey olarak yaralar. Siz de cinsel taciz kurbanıysanız, duygusal ve fiziksel olarak bencil bir yetişkin tarafından yararlanılmışsınızdır.

Cinsel tacizin çocuklar ve yetişkinler üzerindeki etkisi nedir? Aşağıdaki ortak etkilerden bir veya birkaçı size uyuyor olabilir.

Fiziksel hastalık ve yara. Büyükbabası tarafından yapılan taciz Ann'de uzun süreli fiziksel bir hastalığa neden olmadı. Diğer çocuklar bu kadar şanslı değildir. Bazı kurbanlar, önüne gelenle birlikte olan bir yetişkinin tacizi yüzünden AIDS ve cinsel yolla bulaşan diğer

hastalıklara yakalanabiliyorlar. Bazıları vajina veya anüsün aşırı zedelenmesinden dolayı ciddi doku zedelenmeleri yaşayabiliyorlar. Cinsel tacizden kaynaklanan hastalıklar genellikle kalıcı ve ölümcül oluyor.

Hamilelik. Bazı kızlar tecavüz yüzünden hamile kalabiliyor ve zaten karmakarışık olan hayatları iyice karmaşık hale geliyor.

Suçluluk duygusu. Ann, neden büyükbabasının cinsel tacizi yüzünden biraz da olsa kendini suçluyordu? Çoğu çocuk, yetişkinleri haklı ve mükemmel görür. Eğer bir yetişkin onların canını yakmışsa, cinsel taciz de buna dahil, bunu hak edecek kötü bir şey yapmış olduklarını düşünürler. Bazı çocuklar da tacizin yanlış bir şey olduğunu bildikleri halde bunu önleyemedikleri için kendilerini suçlu hissederler.

Utanç. Utanç ayıbın kardeşidir ve bir kurban olarak parçası olduğunuz cinsel taciz olayında hissettiğiniz duygulardan biridir. Utanç kendinizi nasıl hissettiğinizle ilgilidir. Sizin suçunuz olmadığı halde, cinsel olarak taciz edildiğiniz için kendinizi kirli, kötü, değersiz ya da günahkâr hissediyor olabilirsiniz.

Çaresizlik. Ann, büyükbabası tarafından tacize uğradığında, kendini bu 'gizli' tuzağın

içinde çaresiz hissediyordu. Bunun yanlış olduğunu biliyor, fakat kimseye bundan bahsedemiyordu. Taciz eden kişi sizi cesaretlendiriyor, tehdit ediyor veya size rüşvet vererek sizi susturuyor olabilir. Belki de bu taciz olayından birilerine bahsettiğiniz halde sizi dinlememiş veya size inanmamış oldukları için kendinizi çaresiz hissediyor olabilirsiniz.

Değersizlik duygusu. Taciz eden kişi tarafından saygısızlığa uğradıkları için, kurbanların çoğu kendilerini değersiz ve sevgisiz hissederler. Tanrı da dâhil olmak üzere, erkek veya kız arkadaş, anne veya baba ya da kardeş gibi kişilerin de kendilerini sevmediğini düşünürler. Kendini değersiz hissetme duygusu, yeme bozukluğu ve intihar düşüncesi gibi başka sorunlara neden olabilir.

Daha fazla cinsel taciz. Çocukken yaşanan cinsel tacizler birden fazla olabilir. Taciz kurbanları, ilk deneyimlerinden dolayı duydukları değersizlik duygusu yüzünden kendilerinin taciz edilmeyi hak ettiklerini düşünürler.

Cinsel tacizden kaynaklanan başka etkiler de vardır: Başkalarına saldırma, başkalarına güvenememe, zayıf sosyal beceriler, duygusal olarak içe kapanma, kaçma, suç teşkil eden işler yapma (hayat kadınlığı gibi), depresyon,

sinir, korku, endişe ve intihar eğilimleri gibi. Cinsel taciz kurbanı olarak siz de bu yollardan bir veya birkaçı ile duygusal olarak yaralanmış olabilirsiniz. İyileşmek için gerçekten sevgi dolu kişilerin yardımına ihtiyacınız var. Ann gibi siz de uğradığınız tacizi gizliyorsanız ya da başkalarından yardım ve tavsiye almamışsanız, artık bunları yapma vakti geldi!

Ann'in de fark ettiği gibi, cinsel tacizin anısıyla baş etmek çok acı verici ve zordur. Uğradığınız cinsel tacizin etkilerinden kurtulmak için Ann'in hikâyesinin ilk bölümünde sizin için faydalı olabilecek bazı bölümler var.

İlk olarak, cinsel tacizin acısını hissettikçe birçok farklı duyguyla baş etmek zorunda kalıyor olabilirsiniz. Ann gibi kendinizi suçlu hissediyor, utanç ve umutsuzluk duyuyor olabilirsiniz. Hatta başınıza gelenlerden dolayı başkalarına öfke duyuyor da olabilirsiniz. Cinsel tacize uğradığınızı ilk kez kabullendiğinizde hayatınızda hiç ağlamadığınız kadar ağlamış da olabilirsiniz. Kendinizi duygusal olarak bitmiş ve tükenmiş hissedebilirsiniz. Bu duruma sinirlenebilir, sizi taciz edene öfke duyabilir ve sizi koruması gereken insanlara (ailenize, ağabey veya ablanıza) sinirleniyor olabilirsiniz. Hatta bunların olmasına izin ver-

diği için Tanrı'ya bile öfke duyuyor olabilirsiniz.

Bütün bu duyguların normal ve doğal olduğunu unutmamak gerekir. Tanrı'nın size sesleniş biçimi bu! İçinizdeki derin acıyla baş edebilmeniz için duygusal bir yoğunluk içine giriyorsunuz. Tabii ki bu duyguları ifade etmenin yapıcı ve yıkıcı yolları vardır.

Jenny Shaw'ın Ann'e verdiği tavsiye çok mantıklıydı. Duygularını saklamamasını ve acısını bastırmamasını tavsiye etti. Onunla acı çekmek ve ağlamak için kendisinin yanında olduğunu söyledi. Bu yanıt, İsa'nın Matta 5:4'teki sözlerini yansıtmaktadır: "Ne mutlu yaslı olanlara! Çünkü onlar teselli edilecekler." Yas tutmak içteki acıyı dışarı atmaktır. Başkalarıyla acını paylaşmak ve yalnız olmadığını anlamaktır. Bu, Tanrı'nın sizi kutsamasıdır; trajik bir duruma eşlik eden derin acıyı iyileştirme yoludur. Bu süreçte farklı duygular içine girmek iyi ve gereklidir.

İkinci olarak, cinsel taciz yüzünden hissettiğiniz duygularla baş edebilmek için şu anda en çok ihtiyaç duyduğunuz şey başkalarının desteğidir. Bu yüzden Jenny Shaw ve Heather, Ann'in yanında oldular, ona sarılıp onunla birlikte ağladılar. Çok derin bir acı hissetti-

ğımız zamanlarda en büyük tesellimiz, başkalarının da bizimle birlikte üzüyor olmasıdır. Tanrı'nın tesellisini başkalarının aracılığıyla hissederiz. Elçi Pavlus şöyle yazar: "Her türlü tesellinin kaynağı olan Tanrı'ya, merhametli Baba'ya, Rabbimiz İsa Mesih'in Tanrısı ve Babası'na övgüler olsun! Kendisinden aldığımız teselliyle her türlü sıkıntıda olanları teselli edebilmemiz için bizi bütün sıkıntılarımızda teselli ediyor" (2.Korintliler 1:3-4).

Teselli nedir? Belki de önce tesellinin ne olmadığını anlamalıyız. Teselli, dayanmanız, güçlü olmanız, her şeyi kabullenmeniz için yapılan moral verici kısa bir konuşma değildir. Teselli, bu tür şeylerin insanların başına neden geldiğini açıklamak değildir. Teselli, her şeyin Tanrı'nın kontrolünde olduğunu ve her şeyin düzeleceğini söylemek de değildir. Bütün bunlar bu süreçte faydalı olabilir, ama bizim teselliye olan ihtiyacımızı karşılamaz.

İnsanlar, kendileriyle acı ve üzüntülerini paylaştığımız zaman teselli bulurlar. Arkadaşı Lazar öldüğünde İsa nasıl teselli verileceğini göstermiştir (*Yuhanna 11:1-45*). İsa Lazar'ın kardeşleri Meryem ve Marta'nın evine vardığında, onlarla birlikte ağladı. Daha sonra yaptığı ise çok daha ilginçtir: Lazar'ı diriltti.

Peki İsa neden ağlamakta olan Meryem ve Marta'ya, "Ağlamanıza gerek yok, dostlarım, çünkü birkaç dakika sonra Lazar dirilecek" demedi? Çünkü o zaman, onların acısını kendi yüreğinde hissedecek birine ihtiyaçları vardı. İsa onların üzüntüsünü ve gözyaşlarını paylaşarak onları teselli etti. Daha sonra onların üzüntüsünü sevince dönüştürecek olan mucizeyi gerçekleştirdi.

İnsanlar tek başlarına acı çekmediklerini anlayınca teselli olurlar. Pavlus bize, "Sevinenlerle sevinin, ağlayanlarla ağlayın" demiştir (*Romalılar 12:15*). Acı çektiğinizde insanlar sizi neşelendirmeye çalışarak, güçlü olmanızı söyleyerek ya da feci olayın nedenlerini açıklayarak sizi teselli etmeye çalışabilirler. Bu insanlar hiç şüphesiz sizin için endişeleniyor ve sözleriyle sizi rahatlatmaya çalışıyorlar. Ama tesellinin ne olduğunu bilmiyorlar. Neyse ki, etrafınızda Heather ve Jenny Shaw gibi size ihtiyacınız olan teselli verecek insanlar var. Böyle insanlar sizinle birlikte acı çektiğinde ve ağladığında, Tanrı'nın size olan sevgi ve ilgisini hissedersiniz. Feci ve üzücü bir durumda gerçek tesellinin ne olduğunu bu noktada bize gösteren Heather ve Jenny olmuştur.

Fakat Ann Cassidy'nin de fark edeceği

üzere, cinsel tacizin neden olduğu yaraların iyileşmesi için bazı şeylere ihtiyaç vardır.

Ann'in Hikâyesi

"Ann, dünkü buluşmamızdan bu yana ne-ler hissediyorsun, ne düşünüyorsun?" diye sordu Jenny. Ranzalardan birinde o oturuyordu, diğerinde ise Ann ve Heather. Diğer oda arkadaşları nehir kenarında dalış yapıyorlardı.

"*Karışık* desek çok doğru bir sözcük olur. Birkaç kötü anı geldi gözümün önüne. Bu anılarla birlikte de geçmişte hissettiğim kirlilik, korku, utanç gibi bazı kötü duygular. Ama diğer zamanlarda dünkü konuşmamız aklıma geldi ve başıma gelenleri bilen birilerinin olduğunu düşündükçe rahatladım. Kötü duygu ve düşünceleri uzaklaştırmaya çalıştım ve güzel olan duygular üzerinde yoğunlaştım. Birkaç defa, ağlamak istediğimde aklıma güzel şeyler getirmeye çalıştım.

"Her şeyi içine atma, Ann" dedi Jenny, sevgi dolu bir ses tonuyla. "Böyle bir zamanda yapacağın en kötü şeylerden biri de başına gelenleri reddetmeye veya unutmaya çalışmak ya da duygularını bastırmaya çalışmaktır. Yapabileceğin en iyi şey ise, olanlarla yüz-

leşmek, duygularının farkına varmak, onları ifade etmek ve başkalarının yardımını kabul etmektir. Bence bir danışmanla görüşmen senin için çok iyi olur; tabii ailen de kabul ederse.”

Ann, birden korkuya kapıldı. “Ailem mi? Bu olanlardan aileme bahsetmeyeceksin, değil mi?”

Jenny hafifçe Ann’in omzuna dokundu. “Bu senin için çok zor olabilir, ama ailene tacizden bahsetmelisin. İyileşmen için ailenin desteği çok önemli.”

“Ya annem çılgına dönerse? Büyükbabam onun babasıydı.”

“Onun da büyük ihtimalle teselli, destek ve cesarete ihtiyacı olacak” dedi Jenny. “Ama o seni seviyor ve bu durumdan kurtulman için -her ne kadar kendisi de acı çekiyor olsa da- sana yardım etmek isteyecektir.”

Ann midesinde garip bir şeyler hissetti. “Böyle bir şeyi aileme nasıl söylerim?”

“Cumartesi eve gitmeden önce bu konuyu düşünürüz, Ann” diyerek cesaret verdi Jenny. “Eğer istersen ben de seninle gelirim, yanında olurum.”

“Ben de orada olabilirim Ann, eğer omzuna yaslanmak istediğin birine ihtiyacın olur-

sa..." dedi Heather.

Ann'in midesi tam olarak düzelmemişti, ama biraz yatışmıştı. "Siz ikiniz gerçekten benimle gelir misiniz?"

"Orada senin yanında olmak beni çok memnun eder" dedi Jenny.

"Böyle zor bir anında yalnız olmanı istemem" dedi Heather. "İstersen ben de gelirim."

Jenny ve Heather'ın gösterdiği yakınlıktan dolayı Ann'in gözleri yine doldu. "Bu benim için hiç kolay değil. Bütün yardım önerilerini kabul ediyorum" dedi.

Heather ona sıkı sıkı sarıldı.

Sonra Jenny, "Şu anda yaşadıklarınla baş edebilmen için en önemli kaynağını kullanmanı tavsiye ederim, Ann. Bu kaynak Tanrı'nın kendisidir. Cinsel tacize uğradığın için Tanrı'nın seni küçümsemediğini bilmeni istiyorum. Bunun senin hatan olmadığını biliyor. Büyükbabanın sana yaptıklarından dolayı hayal kırıklığına uğramış veya sana sinirlenmiş değil. Tanrı'nın sizin hakkınızda ne düşündüğünü size göstermek istiyorum. Kutsal Kitap'ı açalım."

Ann ve Heather kitaplarını çıkardılar. Her ikisine de bakmaları için bir ayet söyledi.

“Ann, senin ayetin, Tanrı’nın senin yüreğindeki acıdan dolayı neler hissettiğini anlatıyor. Bize Yeşaya, 63. bölüm, 9. ayeti okur musun?”

Ann yüksek sesle okudu. “Sıkıntı çektiklerinde O da sıkıntı çekti. Huzurundan çıkan melek onları kurtardı. Sevgisi ve merhametinden ötürü onları kurtardı, geçmişte onları sürekli yüklenip taşıdı.”

“Bu ayete göre insanlar sıkıntı çektiklerinde Tanrı nasıl davranıyor?” diye sordu Jenny.

“O da sıkıntı çekiyor” diye yanıtladı Ann.

“Peki sen bunları yaşarken Tanrı ne hissediyordur şimdi, Ann?”

“Ben bunları yaşadığım için mutsuz ve üzgünüm, bu yüzden sanırım O da mutsuz ve üzgün.”

Jenny konuyu iyice açmaya çalıştı. “Peki bu sana neler hissettiriyor?”

“Ben acı çektiğim için O da acı çekiyorsa, bu, kendimi çok özel hissetmeme neden olur... Beni gerçekten tanıyor ve seviyormuş gibi!”

“Haklısın, Ann” diyerek vurguladı Jenny. “Senin hakkındaki her şeyi biliyor. Büyükbabanın sana yaptıklarından dolayı ne hissettiğini yıllardır biliyor. Sen acı çektiğin için O da acı çekiyor. Bunu hatırlaman sana yardım edecek.”

“Benim ayetim de çok cesaretlendirici” dedi Heather.

Jenny başıyla onayladı. “Matta 11. bölüm, 28. ayeti bize okur musun Heather?”

“Ey bütün yorgunlar ve yükü ağır olanlar! Bana gelin, ben size rahat (huzur) veririm.”

Jenny Ann’e baktı. “Büyükbaban seni taciz ettiğinden beri sakladığın o karanlık sır yüzünden kendini ‘yorgun’ ve ‘ağır bir yükü sırtlanmış gibi’ hissediyor musun?”

“Böyle de denebilir” dedi Ann.

“Bu ayete göre, İsa Mesih senin durumun için ne tavsiye ediyor?”

Ann, Kutsal Kitap’taki ayete baktıktan sonra gülümseyerek Jenny’ye dönüp, “Huzur” dedi.

“Bakmanı istediğim bir ayet daha var.” Jenny onlara İbraniler 4:15-16’yı açmalarını söyledi.

Ann Kutsal Kitap’tan takip ederken Heather ayeti yüksek sesle okudu. “Çünkü başkâhinimiz zayıflıklarımızda bize yakınlık duymayan biri değildir; tersine, her alanda bizim gibi denenmiş, ama günah işlememiştir. Onun için Tanrı’nın lütuf tahtına cesaretle yaklaşılm.”

“Tanrı sadece acılarımı hissedip bana hu-

zur vermiyor, aynı zamanda bana yardım da ediyor” dedi Ann.

“Bunu anlamak çok önemli” dedi Jenny. Tanrı bu zor günlerinde yanında olup sana yardım etmek istiyor ve bunun için bekliyor. Bu yüzden duygularınla baş edebilmek için Tanrı’ya daha yakın olman ve O’nun gücüne ve yardımına güvenmen gerek.”

Ann başını salladı. “Bu konuda çok iyi sayılmam. Ama dua edeceğim!”

“Bu çok iyi Ann” diye cevap verdi Jenny. “Her gün zamanının birazını dua etmekle ve Kutsal Kitap’ı çalışmakla geçirmen sana çok yardımcı olacak.”

Grup oyunları için odayı terk etmeden önce Ann’in bu olayı ailesine ne zaman söyleyeceğini kararlaştırdılar. Bu üzücü olayı ailesine açıklarken Jenny ve Heather da orada olacakları sözünü yinelediler. Bu, Ann’in kendisini daha iyi hissetmesini sağlamıştı, ama yine de biraz gergindi. Çünkü ailesinin, özellikle de annesinin ne tepki vereceğini bilmiyordu.

Ann bütün bunların bitmesini diledi. Sonunda o korkunç sırrını güvendiği arkadaşlarına anlatmış ve onlar tarafından teselli edilmişti. Neden bu acıdan şu anda kurtulamıyordu? Jenny bunun bir süreç olduğunu söy-

lemişti, sanırım haklıydı da. Her şeyden önce, kırık kolun veya bir ameliyat yarasının iyileşmesi zaman alıyordu. Yürekteki acılar neden farklı olsun ki? İyileşme sürecindeki en önemli şey ise bu süreci yalnız geçirmeyecek oluşuydu. Jenny ve Heather, her zaman minnetle anacağı kişiler olacaktı.

Düşünme Molası

Ann gibi geçmişte cinsel tacize maruz kalan birinin acı çekmesi çok doğaldır. Ann çocuk olarak yaşadığı duygusal, fiziksel ve zihinsel darbenin acısını içinde saklıyordu. Olaylar gün yüzüne çıkınca, acı geri döndü. Ann vücudunun kutsallığını kaybettiği için acı çekiyordu. Haftalar ya da aylar süren bu acının beş farklı aşaması vardır. Bu aşamalardan bazıları iç içedir. Her insan bu süreci aynı biçimde yaşamaz, aşamalar iç içe geçer ve tekrar eder. Eğer cinsel tacize maruz kalmışsanız, siz de büyük olasılıkla Ann'in verdiği tepkileri verirsiniz.

Acıya verilen ilk tepki, *reddetmedir*. Böyle feci bir şeyin sizin başınıza geldiğine bazen inanamazsınız. Bu sırrı içinizde saklayarak yıllarca bu olayı reddetmiş olabilirsiniz. Beynini-

zin ve duygularınızın, acınızın şokunu atlatmaya çalışmasının bir yolu da, "Benim başıma bunlar gelmiş olamaz" demektir.

Acıya verilen ikinci tepki *öfkedir*. İçinizde sürekli cevabını bulmaya çalıştığınız, "Bunlar neden benim başıma geldi?" sorusunun mantıklı bir cevabı olmadığı için öfkeyle ortada dolanıp durursunuz. Tacize uğramış ve utanç duygusuna kapılmışsınızdır ve bu size haksızlık gibi gelir. Tacize neden olan şeylere karşı öfke duyabilirsiniz; tıpkı Ann'in ailesinin onu büyükbabasinda kalmaya zorlaması gibi. Sizi taciz eden kişiye öfke duyabilirsiniz. Hatta bu durumun olmasına izin verdiği için Tanrı'ya bile kızgın olabilirsiniz. Olanlardan biraz da olsun kendinizi sorumlu tuttuğunuz için kendinize bile öfke duyuyor olabilirsiniz.

Acıya verilen üçüncü tepki de bu feci olaydan ve bu olayın sonuçlarından kurtulmak için Tanrı'yla *pazarlık yapmaktır*. Tanrı'yla gizli bir anlaşma yapmaya çalışabilirsiniz. Acılarınızı ve kötü anılarınızı sildiği takdirde davranışlarınızı değiştireceğinize dair Tanrı'ya söz verebilirsiniz. İçinde bulunduğunuz durumu değiştirmesi ve yaşanan başarısızlıkları telafi etmesi için Tanrı'yla anlaşma yapmaya çalışıyor olabilirsiniz.

Acıya verilen dördüncü tepki de *depresyondur*. Bu, başınıza gelenlerden dolayı duyduğunuz karşı konulamaz mutsuzluk ve umutsuzluk duygusudur. Depresyon, o kişiyle tekrar karşılaşacağınızı düşündüğünüz için korku, endişe ve emniyetsizlik duygularıyla birleşebilir. Şiddetli yalnızlık, depresyonun bir başka yüzüdür. Geçmişinizi sır olarak saklamak için kendinizi diğer insanlardan izole ediyor olabilirsiniz. Bu şekilde, kendinizi size yardım edebilecek olan arkadaşlarınızdan ve sizi sevenlerden uzak tutmuş olursunuz.

Acıya verilen son tepki ise *kabul etmektir*. Zaman geçtikçe ve acıya verilen tepkiler azalmaya başladıkça, taciz gerçeğini kabul eder ve bu gerçekle baş etmeye başlarsınız. Bu aşamadayken bile, yine de reddetme, öfke ve depresyon düşüncelerine kapılabilirsiniz. Ama tüm bu acı ve zor durumlarda Tanrı, Kendisine güvenen ve iman eden kişinin hayatında her durumu iyilik için kullanır (Bkz. Romalılar 8:28).

Danışmanlar ve önderler, cinsel taciz gibi travmatik bir olaydan sonra yaşanan bu aşamaların çok doğal ve sağlıklı olduğunu söylerler. Bu aşamaları başarıyla geçmek bazen haftalar, hatta aylar sürebilir. Bu süreçte hissetti-

ğınız duygu ve düşüncelerin bazıları size yeni gelebilir ya da hayatınızda hiç hissetmediğiniz kadar güçlü olabilir. Bu şekilde davrandığınız için kendinizde bir sorun olduğunu da düşünebilirsiniz. Ama yoktur. Hayatınızda karşılaştığınız çok kötü bir olaya olağan tepkiler veriyorsunuz.

Cinsel tacizin verdiği acıyla baş ederken size yardımcı olan en iyi dostlarınızdan biri de zamandır. “Zaman her şeyin ilacıdır” atasözü gerçekten doğrudur. Kutsal Kitap şöyle der: “Göz yaşlarınız belki bir gece akar, ama sabahla sevinç doğar” (*Mezmur 30:5*). İçinizdeki bu derin acının geçmesi için zamana ihtiyacınız olduğunu kabullenin. Karmaşık duygu ve düşüncelerinizden kurtulmak zaman alacaktır. Duygularınızı olgun bir arkadaşla ya da Jenny gibi biriyle paylaşmanız gerekir. Haftalar geçtikçe acınız azalacak ve hayatınız normale dönecektir. Hissettiğiniz acının ve karışıklığın hemen geçmesini beklemeyin.

Ann, büyükbabası tarafından tacize uğradığını anlattığında, Heather ve Jenny onu teselli etmek için hemen onun yardımına koştular. Fakat geçmişte yaşadığı bu tacizin acılarının geçmesi için teselliden daha fazla şeye ihtiyacı vardı; tabii sizin de. Umarım ihtiyacınız

olan en önemli diğer iki şey de yakınınızda bulunan kişiler tarafından karşılanıyordur.

Öncelikle, *teselliye ihtiyacınız var*. Teselli ile destek arasındaki fark nedir? İnsanlar üzüntünüzü sizinle duygusal olarak paylaştığında, sizi teselli etmiş olurlar. Yükünüzü pratik ve yararlı yollarla hafifleterek ise size destek olurlar. Kötü bir olayın ardından bile hayatın günlük işleri ve akışı devam eder. Ama siz kendi duygusal yükünüzle uğraşırken bu işleri yerine getirecek enerjiyi kendinizde bulamazsınız. Bu görevlerin yerine getirilmesi için sizin ve ailenizin geçici olarak yardıma ihtiyacı olur. Bu yüzden de *Galatyalılar 6:2* ayetine göre yaşayan birilerine ihtiyacınız vardır: "Birbirinizin yükünü taşıyın, böylece Mesih'in Yasası'nı yerine getirirsiniz."

İnsanların yardım isteğini umursamayabilir veya reddedebilirsiniz. Bunu kendi başınıza halledebileceğinizi düşünebilir ya da normalde kendi yaptığınız işleri başkalarına yaptırmak istemeyebilirsiniz. Bu şekilde davranmayın. Tanrı, başkalarının yardımına ihtiyaç duyduğumuz zamanlar olabileceğini bildiği için *Galatyalılar 6:2* ayetini vahyetmiştir. Bu da öyle bir zaman işte! Başkalarının sizin için bir şeyler yapmasına izin verin ve bu yardım-

dan dolayı da kendinizi ezik hissetmeyin; aksine, yardımdan dolayı memnun olun. Böyle zamanlarda Tanrı'nın sizin ihtiyaçlarınızı bu şekilde karşıladığını hatırlayın.

Yardıma ihtiyacınız olduğunda kimse yardım teklif etmiyorsa siz isteyin. Güvendiğiniz bir arkadaşınıza ya da gençlik önderinize ihtiyaçlarınızdan bahsedip yardım istemenizin hiçbir sakıncası yoktur. Bazı insanlar yardım teklif etmezler, çünkü ne yapacaklarını bilemezler. İhtiyacınız olan şeyleri insanlara söyleyerek size yardım etmelerini sağlayabilirsiniz.

Peki ihtiyacınız olduğunda ya kimse yardımınıza koşmazsa? O zaman da yardım isteyin. Güvendiğiniz bir arkadaşınıza ya da yakın bir yakınınıza ihtiyacınızdan bahsedip yardım istemenizin hiçbir sakıncası yoktur. Örneğin; Jenny ve Heather, ailesiyle konuşurken Ann'in yanında olmayı teklif etmeselerdi, Ann'in bunu onlardan rica etmesinin bir sakıncası olmazdı. Çoğu durumda, insanlar yardım etmek ister, fakat nasıl yardım edeceklerini bilemezler. Böyle zamanlarda insanlara neye ihtiyacınız olduğunu söyleyip onların yardımlarını kabul etmelisiniz.

İkinci olarak, *insanların sizi cesaretlendirme-*

sine ihtiyacınız var. İnsanlar sizin için bir şeyler yaptıklarında cesaret bulursunuz. Jenny, Ann'i aradığında, ona mail attığında ve onun için dua ettiğini söylediğinde Ann bundan cesaret alıyordu. Nasıl olduğunu görmek için Heather uğradığında Ann'i teşvik etmiş oluyordu. Cesaret verici bu davranışlar, günlük ev işleri kadar faydalı görünmeyebilir, ama bunlar da gerekli şeylerdir.

Tekrar edecek olursak, ihtiyacınız olan teşviki ve cesareti bulamazsanız, bunu siz insanlardan isteyin. Sizi umursayan birine, "İlgiye ihtiyacım var" veya, "Bu aralar benimle zaman geçirmene ihtiyacım var" gibi şeyler söyleyebilirsiniz.

Jenny'nin Ann'e verdiği tavsiye, yani Tanrı'nın hayatına dahil olması, sizin hayatınız için de geçerlidir. Başka birinin size yaptıklarından dolayı Tanrı size ne kızar ne de dışlar. O sizi seviyor ve cinsel taciz yüzünden hissettiklerinizi anlıyor. Size olan sevgisini göstermek ve acınızı hafifletmek istiyor. Tanrı size yardım edebilecek kadar güçlüdür!

Günün belli bir bölümünü dua etmekle ve İncil çalışmalarıyla geçirmiyorsanız, bunu yapmanız iyi bir başlangıç olabilir. Yakup 4:8'de şöyle yazılıdır: "Tanrı'ya yaklaşın. O da

size yaklaşacaktır." Tanrı'ya yaklaşmanın ve O'nun size yaklaşmasını sağlamanın yolu duadan ve O'nun sözlerinden geçer. Örneğin, Kutsal Kitap'tan her gün bir mezmur okuyun. Sonra ne hissettiğinizi ve ne düşündüğünüzü Tanrı'ya anlatın. İyileşme sürecinde sizi daha güçlü kılmak için O'na dua edin. Tanrı sizi güçlendirecektir, çünkü sizi seviyor ve size yardım etmek istiyor.

Cinsel tacizle başa çıkmanın en önemli yollarından biri de bunu ailenizle paylaşmak ve onların yardımını almaktır.

Ann'in Hikâyesi

Pazar günü öğleden sonra, Jenny Shaw Cassidy'lerin evine ulaştığında, Ann onu babası Jerry ve annesi Dorothy ile tanıştırdı. Heather Wells de oradaydı. Ann, ailesine kampta gündeme gelen bir konu hakkında Jenny'nin konuşmak onlarla konuşmak istediğini söylemişti.

"Kampta çok harika vakit geçirdik" diyerek söze başladı Jenny. "Kızınızla ve diğer kızlarla birlikte olmak çok eğlenceliydi. Ann çok harika bir kız, onu kardeşim gibi seviyorum." Bunları duyunca Jerry ve Dorothy kızlarıyla gurur duydular.

“Güzel vakit geçirmek için her yıl yaz kampı düzenliyoruz” diyerek devam etti Jenny. “Fakat kızların birlikte bir hafta geçirmesi, onların birbirleriyle hayatın daha ciddi yanlarını konuşmalarını sağlıyor; hayatta karşılaştıkları zorluklar ve sorunlar gibi... Merak etmeyin, Ann’in bir sorunu yok. Ama geçen hafta bana ve Heather’a hayatı boyunca ona çok acı veren bir şeyden söz etti. Bunu sizinle paylaşması için onu teşvik ettim. Ben ve Heather da manevi destek vermek için buradayız. İstersen sen devam et, Ann.”

Ann yer yarılıp da içine girsem diye düşünüyordu; tıpkı dokuz yıl önce büyükbabası odasına girdiğinde olduğu gibi. Gergin olduğu halde, Jenny, Ann’in devam etmesi için onu teşvik etti. Derin bir nefes aldı ve konuşmaya başladı. “Anne, baba, hafta sonları siz evde yokken beni büyükbabam ve anneannemin yanına bırakırdınız, hatırladınız mı?”

Jerry başını salladı; Dorothy de, “Evet, büyükbabanlar orada bulunmandan çok mutlu olurlardı. Büyükbaban hastalanmadan önceydi. O zamanlar beş ya da altı yaşlarındaydın.”

Ann devam etmek için kendini zorladı. “Onlarla kalırken bazı şeyler yaşadım. Bu birkaç kez tekrarlandı, ama size hiç söyleme-

dim." Ann durdu ve dudaklarını ısırđı. "Ben, ...ben büyükbabamın tacizine uğradım."

Ailesinin yüzündeki şaşkınlık ifadesi korkunçtu. "Ne!" dedi babası, olanlara inanamıyordu.

Ann, Jenny'nin her şeyi olduğu gibi anlatması gerektiğini söylediğini hatırladı. "Onların evinde kalırken, büyükbabam üç yıl boyunca beni taciz etti. Bunu da bir sır olarak saklamamı söyledi."

Annesi gözyaşlarına boğulurken, Ann annesinin yüzüne baktı. Ellerini dudaklarına götüreren annesi, "Hayır, bu olamaz, olmaz böyle bir şey! Olamaz" diyordu annesi. Babası taş kesilmişti - yüzünde korkunç bir ifade belirdi.

Ann devam etti. "Bundan kimseye bahsedemedim, çünkü utanıyordum ve korkuyordum. O günden beri sürekli olanlarla ilgili kâbuslar görüyorum. Kampta, yine o kâbuslardan birini gördüm. Bu yüzden Heather ve Jenny'ye tacizden bahsettim. Bunun çok zor olacağını bildiğimiz halde Jenny size anlatmam gerektiğini söyledi. Bu durumu aşabilmem için sizin yardımınıza ihtiyacım var."

"Keşke bize söyleseydin, Ann" dedi Jerry, sesi çok üzgün çıkıyordu.

"Korkuyordum baba. Bunun biraz da be-

nim hatam olduğunu düşündüm ve başımın belaya girmesini istemedim. Büyükbabam da bunun sır olması gerektiğini söylüyordu, ben de ona inanıyordum.”

Odayı büyük bir sessizlik kaplamıştı. Ann’in annesi ağlıyordu, babası da şoke olmuş bir şekilde sessizce oturuyordu. Ailesi bu korkunç haberi sindirirken, Ann yanaklarından süzülen yaşları siliyordu. Jenny ve Heather da sessizce dua ediyorlardı.

En sonunda, Jerry Cassidy sandalyesinden kalktı ve kızına doğru yaklaştı. Kızının önünde diz çökerek, “Canım benim, orada olup seni koruyamadığım için çok özür dilerim. Sen taciz edilmeyi hak etmedin. Bu senin hatan değildi. Senin için çok üzülüyorum, çünkü seni çok seviyorum” dedi. Sonra Ann’e sarıldı ve birlikte ağladılar. Birkaç saniye sonra, Dorothy de onlara katıldı. Gözyaşlarını silerken Jenny ve Heather da onları izliyordu.

Birkaç dakika sonra Jenny ayağa kalktı ve, “Eminim birlikte konuşacak çok şeyiniz vardır. Sizi yalnız bırakalım. Ann’e üçünüzün de bir danışmanla görüşmenizi tavsiye ettim. Belki O’Neill size birini önerebilir.”

“Bu çok iyi bir fikir” dedi Jerry, mendille gözyaşlarını silerken.

“Sizin ve Ann’in yüreğindeki duygusal yararın iyileşmesi için biraz zamana ihtiyaç var” diye devam etti Jenny. “Her birinizin teselli, destek ve cesarete ihtiyacı var. Doug ve ben her zaman yardıma hazırız. Ann de, Heather gibi mükemmel bir arkadaşa sahip olduğu için çok şanslı. Tanrı, zamanla yaralarınızı iyileştirecek, biliyorum.”

Hep birlikte dua ettiler. Sonra, Heather ve Jenny, Cassidy ailesiyle vedalaştı. Ann, kapıya kadar onlara eşlik etti. “Beni yalnız bırakmadığınız için çok teşekkür ederim. Siz olmadığınız bunu başaramazdım” dedi.

“Bu korkunç sırrı anlatabildiğin için çok mutlu olduk” dedi Jenny. Heather da gülümseyerek onayladı.

“Düşünsenize, o gece kâbus gördüğümde Heather yanımda olmasaydı, bunların hiçbirisi olmayacaktı. Jenny, sen de konuşmaya ihtiyacımız olduğunda yanımdaydın. Tanrı hayatımıza sizin gibi iki harika insanı soktuğu için çok mutluyum” dedi.

“Birbirimize ihtiyacımız var” diye ekledi Jenny. “Tanrı bizi, başkasından teselli, destek ve cesaret aldığımızda iyi olacağımız şekilde yarattı. Tek başımıza acı çekmemizi ya da iyileşmemizi istemiyor.”

Ann gülümsedi. "O zaman ben de üçümü-zü kardeş ilan ediyorum. Böylece hiçbirimiz bir daha asla yalnız kalmayız." Hep birlikte güldüler, birbirlerine sarıldılar ve tekrar veda-laştılar.

Düşünme Molası

Cinsel tacize uğradığınızda, hemen aileniz-le bir araya gelmek, olanlardan bahsetmek ve iyileşme sürecinde onların da yardımını almak hayati önem taşır. Eğer tacizi gerçekleştiren kişi anne veya babanızdan biriye, o zaman hemen tanrısal bakış açısına sahip bir rehberle gitmeli ya da size yardım edebilecek olgun yetişkinlerle bu konuyu konuşmalısınız. Böyle bir buluşmaya hazır olmak için atmanız gereken adımlar şunlardır:

Birinin de *sizinle gelip gelmeyeceğine karar ve-rin*. Ann, Jenny Shaw'dan destek ve cesaret aldığı için çok memnundu. Yanınızda biri ol-duğu zaman belki de ailenizle konuşmak sizin için daha kolay olabilir. Durumunuzu Jenny gibi biriyle ya da olgun bir arkadaşınızla pay-laştıysanız, ailenizle konuşurken belki o kişi sizinle de birlikte olmak isteyebilir.

En uygun zamanda onlarla görüşün. Aileniz-le ya da size rehberlik eden kişiyle en kısa za-

manda konuşun. Konuşmalarınızın bölünmeyeceği ve engellenmeyeceği bir yer ve zaman ayarlayın. Ailenize, "Sizinle konuşmam gereken çok önemli bir konu var. Ne zaman oturup konuşabiliriz?" diye sorabilirsiniz.

Açık olun. Hemen konuya girin. Siz ya da Jenny Shaw gibi biri, cinsel taciz kurbanı olduğunuzu ailenize açıkça belirtmeli. Sözü dolandırıp durmak size sadece daha fazla acı verir.

Yardımlarını isteyin. İyileşme süreciyle ilgili düşüncelerinizi ifade edin ve açıklayın. Bir danışmanla görüşüp görüşmemeye karar verirken onların da tavsiyesini alın ve birlikte dua edin. Sizi taciz eden kişi hâlâ hayattaysa, başkalarını da taciz etmesin diye onu hemen gerekli yerlere şikayet etmek için ailenizden ya da sizden sorumlu olan kişiden yardım isteyin.

Sık sık dua edin. Aileniz inanlıysa, sizinle birlikte dua etmelerini isteyin. Cinsel tacizden dolayı duyduğunuz acılar iyileşirken hep birlikte Tanrı'nın size yol göstermesi için dua edin.

Ailenizin hislerine saygı duyarsanız ve onların tavsiyelerini dinlemeye istekli olursanız, aileniz iyileşmeniz için sizin en iyi destekçiniz

olacaktır. En sevdiğiniz insanların yanınızda olduğunu anlarsanız, duygusal yükünüzün bir kısmından kurtulursunuz.

Bu korkunç sırrı itiraf ettikten dört ay sonra Ann'in hayatı değişmeye başladı. Çocukluktan beri duyduğu utangaçlık yavaş yavaş azalıyordu. Başkalarından kaçmak yerine, Ann artık kendine daha çok güveniyor ve sosyal olarak daha çok etkinliğe katılıyordu. Utanç ve kendi kendini suçlama duyguları azaldıkça, diğer insanlarla daha iyi vakit geçiriyor, Heather ve Jenny'nin kendisine yaptığı gibi insanlara daha çok destek oluyordu. Siz de geçmişinizdeki bu cinsel tacizin acısından kurtulabilirsiniz. Bunu yapmanız için şu ilk adımları atmanız gerek:

1. *Olanları olduğu gibi anlatın: Cinsel tacize uğradınız.* Başınıza gelenleri kendinize, güvendiğiniz bir arkadaşınıza ya da size rehberlik eden birine itiraf etmelisiniz. Olanları açıklamaya çalışmadan, bu olayın sizde yarattığı etkileri anlatmalısınız. Olanları açıkça anlattığınız zaman, iyileşme sürecine geçebilirsiniz.
2. *Tacize hemen bir son verin.* Taciz son bulmamışsa hemen bir polise, bir yetkiliye, bir rehberine ya da bir çocuk bürosu-

- na haber verin. Jenny Shaw gibi biri size bu konuda yardım etmek isteyecektir.
3. *Sorumluluğu, ilgili kişiye yükleyin.* Başka birinin size yaptığı bir şey için kendinizi suçlamayın. Sizi taciz eden kişi suçu ne kadar sizin üstünüze atmaya çalışırsa çalışsın, sorumluluk sadece size taciz eden kişiye aittir. Siz kurbanınız. Bu sizin suçunuz değil.
 4. *İyileşmenizin kaynağı olarak Tanrı'ya dönün.* Tanrı'nın tacize sebep olmadığını, tersine, tacizden kaynaklanan travmanın çözümü olduğunu kabul edin (bkz. Mezmur 18:2-6; 25-30).
 5. *Masumiyetinizin kayboluşuna üzülme için kendinize zaman verin.* Kaybınızdan dolayı duyduğunuz reddetme, öfke, pazarlık, depresyon ve kabullenme gibi duygularla baş etmek için ilgili bir arkadaşınızdan ya da bir yetişkinden yardım isteyin. Bu tarz duyguları bastırmaktansa, bunları itiraf edin, ifade edin ve sizi sevenlerin yardımlarıyla bu süreci atlattırma çalışın.
 6. *Tanrı ile arkadaşlık edin.* Dualarla ve Kutusal Kitap (Tanrı sözü) aracılığıyla her gün Tanrı'yla görüşmeye çalışın. O'nun

gücüne güvenin, sözlerini öğrenin ve İsa Mesih'in yardımıyla bütün yıkıcı duygu ve düşüncelerle savaşın (Filipililer 4:4-9).

7. *Başkalarından yardım isteyin.* İyileşme sürecinde sizi gerçekten sevenlerle birlikte olmaya çalışın: Anlayışlı ailenizle, size rehberlik eden kişiyle, yakın bir arkadaşınızla, bir danışmanla ya da bir destek grubuyla.

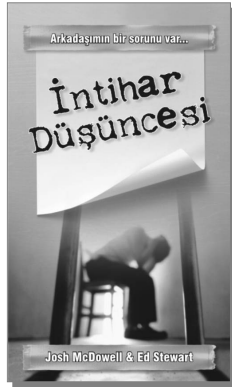
İyileşmenin zaman alacağını unutmayın. Cinsel tacizin iyileşme süreci acı verici olabilir; haftalar, hatta aylar sürebilir. Ama tacizden kurtuldunuz; geçirdiğiniz bu travmayı Tanrı'nın yardımıyla atlatabilirsiniz.

YAZARLAR HAKKINDA

JOSH McDOWELL, dünya çapında tanınan bir konuşmacı, yazar ve başarılı bir inanç savunucusudur. *Right from Wrong* (Yanlıştan Doğruya) ve *McDowell's Handbook on Counseling Youth* (Mcdowell'in Gençlere Öğütleri) gibi elliden fazla kitap yazmış ve bazı kitapların yazımında etkin rol oynamıştır. Josh ve eşi Dottie'nin dört çocukları vardır ve Teksas'ta yaşamaktadırlar.

ED STEWART, Hıristiyan inancını temel alan birçok kitabın yazarıdır ve bazı kitapların da yazımında görev almıştır. Birçok alanda deneyim sahibi olan Ed Stewart, Josh McDowell'la birlikte gençler için hikâyeler yazmaktadır. Şimdiye kadar yetişkinler için yazdığı dört tane romanı vardır. Ed ve karısı Carol, Oregon Eyaleti'ne bağlı Hillsboro Şehri'nde yaşamaktadır. İki yetişkin çocukları ve dört torunları vardır.

SERİNİN DİĞER KİTAPLARI



Bu kitapla ilgili daha ayrıntılı bilgi,
soru ve önerileriniz için
0800 261 55 09
numaralı ücretsiz iletişim hattımızı arayınız.

İnanç üzerine yanıt beklediğiniz
daha kapsamlı sorularınız için
www.isamesih.org
adresini ziyaret ediniz.