

Gunnar Elstad:

Sjelesorg og psykologi

LEGEME, SJEL OG ÅND.

Av rent praktiske grunner skjeller vi ofte mellom menneskets fysiske, psykiske og åndelige side. Vi må skjelle. Men vi kommer skjært ut dersom vi skiller for sterkt. Vi er nemlig til enhver tid hele mennesker. Livet lar seg ikke uten videre dele opp i en fysisk, en psykisk og en åndelig sektor.

Leger og sykepleiere skal først og fremst ta seg av våre legemlige sykdommer. Vi blir imidlertid litt oppgitt over leger som ikke møter våre følelsesmessige behov, men bare skriver ut beroligende midler uten engang å forhøre seg om hverdagen vår. I Norge har det dessuten vært god tradisjon at sykepleiere skal ta seg av pasientenes åndelige behov. Fra kristent hold har en i alle fall arbeidet for at denne siste oppgaven ikke skal bli forsømt.

Psykologer og psykiatere skal på samme måte først og fremst ta seg av våre psykiske problemer. Men en del psykiatriske pasienter vil, kan hende til sin store overraskelse, også få et mosjons- og trimprogram. Det er nemlig en sammenheng mellom fysisk og psykisk sunnhet. Enhver erfaren sjelesørger har fått erfare at psykiske forhold virker inn på det åndelige livet. Her skulle det være tilstrekkelig å nevne depresjonspasienter som ikke makter å tro at de er Guds barn - ja, kan hende tror de at de har syndet mot Den Hellige Ånd. Mange kristne vil også be om å få bli behandlet av en kristen psykolog eller psykiater. Og hvor mange ganger har vi ikke hørt mennesker som klager over at "De kristne tenker bare på min sjel, ikke på hele meg".

Sjelesørgeren skal konsentrere seg om det åndelige livet på samme måte som legen konsentrerer seg om det legemlige og psykodisiplinene konsentrere seg om det psykiske. Men vi skal etter hvert se at dette ikke må oppfattes for ensidig.

Det er ikke merkeligere at sjelesorgen må ta hensyn til psykiske behov enn at misjonen alltid har tatt hensyn menneskers legemlig behov. Bibelen sier ikke mer om moderne medisin enn den sier om moderne psykologi.

NOEN VIKTIGE AVGRENSNINGER.

Når vi i dag snakker om "ånd, sjel og legeme", må vi avgrense oss mot Kenneth E. Hagin og mange andre fremgangsteologer. De har nemlig laget et eget teologisk system, og til dels et psykologisk system, ut av denne tredelingen og gjort det til et viktig grunnlag for forkynnelse og sjelesorg. Her må vi nøye oss med å si at det ikke er noe bibelsk grunnlag for et slikt system - til tross for at ett, men bare ett, bibelvers nevner både ånd, sjel og legeme (1 Tess 5,23). Dette læresystemet er i høyeste grad tvilsomt - både ut fra teologiske og psykologiske synspunkter.

I det hele tatt er det grunn til å være skeptisk til en rekke former for "mentale helbredelser", "legedom for sår som fortiden har påført en", o.l. Det fremstilles ofte som om dette utelukkende er noe Den Hellige Ånd virker og ikke har noe med psykologi å gjøre. Ikke desto mindre minner enkelte teknikker til forveksling om ulike terapiformer psykologene lenge har gjort bruk av. De som søker slik sjelesorg, trenger ofte like mange samtaletimer som dem som oppsøker en psykolog. Det som opprinnelig var god psykologi, kan misbrukes og åndeliggjøres av uerfarne sjelesørgere. Forbønn for mennesker med psykiske problemer er en god ting. Men vi trenger ingen spesielle teknikker for å be, og forbønn er noe helt annet enn terapi.

Kristne som har lite greie på psykologi, kan være lette å lure. De kan lett tro at Den Hellige Ånd må stå bak alt som gir sterke følelsesmessige opplevelser, virker underfullt og mirakuløst, avslører noe de ikke har vært seg bevisst tidligere eller gjør det lettere å leve. Men slike opplevelser kan vi også få i individuell terapi eller gruppeterapi. Det behøver altså ikke være et verk av Den Hellige Ånd. Selv om det skjer mye i øyeblikket, kan imidlertid langtidsvirkningen av slike opplevelser være heller liten.

Selvsagt kan Gud gjøre under og helbrede våre psykiske lidelser på samme måte som han kan helbrede våre legemlige sykdommer. Når vi snakker om forbønn for syke, må vi inkludere psykiske lidelser. Det vi til nå har sagt, betyr ikke at vi er i tvil om dette. Men vi må gå fram med varsomhet og forstand.

Det er imidlertid ingen grunn til å tro at det skjer flere under på det psykiske området enn på det fysiske. Vi anbefaler folk å gå til lege selv om vi ber for dem, og vi ber Gud velsigne de inngrepene kirurgen gjør når mennesker skal opereres. På samme måte må vi av og til anbefale noen å oppsøke psykolog eller psykiater, og vi kan be Gud hjelpe disse til å gjøre en god jobb. Men verken medisinen eller psykiatrien skal åndeliggjøres og ikles en kristelig drakt.

FORENING ELLER ADSKILLELSE?

I norsk sjelesorgstradisjon finner vi tre ulike holdninger til forholdet mellom sjelesorg og psyko- disiplinene:

1) Noen har gått inn for en klar adskillelse. Sjelesorg blir da definert så snevert at psykodisiplinene overhodet ikke trekkes inn. Det hevdes til og med at det er uriktig å trekke dem inn.

Noen går inn for en klar adskillelse samtidig som de er åpne for et innbyrdes samarbeid mellom sjelesørger og terapeut - sjelesørgeren skal kun være sjelesørger, terapeuten skal kun være terapeut. Terapeuten og sjelesørgeren har da ulike midler og mål for hjelpen de gir.

En slik snever definisjon kommer etter vår mening ikke til rette med det ansvaret vi har for hele mennesket. Mange av dem som mer ureflektert argumenterer for et slikt skarpt skille, ønsker merkelig nok selv å få hjelp av troende psykiatere og psykologer når slik hjelp blir nødvendig. Kan hende er dette en liten indikasjon på at de føler seg tryggest når det ikke skilles for sterkt.

2. Det skilles overhodet ikke mellom sjelesorg og terapi.

Noen opphører terapien til sjelesorg. Da blir sjelesorgen fattig. Klientens fortid kan være viktig nok, men Guds framtid er tross alt av større betydning. Det er fint at vi har det godt med oss selv og våre medmennesker i den verden vi lever i nå, men forholdet til Gud og det evige liv kommer først. En ting er at vi trenger hjelp til å komme ut av selvforakt og usunn skyldfølelse. Noe ganske annet og mer vesentlig er det å se at vi er skapt i Guds bilde til fellesskap med Gud selv. Bibelen forkynner at vi er skyldige overfor Gud på grunn av synden, at vi fortjener å gå fortapt, men får tilgivelse av bare nåde for Jesu Kristi skyld. Ingen terapi kan hjelpe oss til å ta imot dette evangeliet. Det kan bare Den Hellige Ånd. Når terapien opphøyes til sjelesorg, står vi i fare for å psykologisere åndelige problemer.

Andre gjør sjelesorgen til terapi. Da ender vi i herlighetsteologi. Det finnes kristne som hevder at dersom en bare får det godt med Gud og har skjønt forskjellen på lov og evangelium, da forsvinner også alle de psykiske problemene og de problemene en har i forhold til andre mennesker. Rent prinsipielt er det ikke større forskjell på en slik påstand og påstanden om at en ikke behøver å være legemlig syk dersom en har det rett med Gud. Når sjelesorgen blir terapi, står vi i fare for å åndeliggjøre psykiske problemer.

3. Sjelesorg og terapi er to forskjellige ting. De skal ikke blandes sammen, men det må heller ikke være vanntette skott mellom dem.

Sjelesorgen skal først og fremst være sjelesorg og hjelpe mennesket til et rett og godt forhold til Gud og til å få del i det evige liv. Dersom Guds ord settes til side og den åndelige dimensjonen forsvinner, opphører sjelesorgen å være sjelesorg. Vi trenger sjelesørgere som på en rett måte er stolt av å være sjelesørgere og som ikke føler seg mindrevverdige i forhold til terapeuter.

Men sjelesørgeren må henvende seg til hele mennesket. Derfor er det ikke galt om sjelesorgen til en viss grad beveger seg inn på terapiens område. Det er i sin skjønneste orden at en lekmann utfører livreddende førstehjelp før lege og ambulansse ankommer. På samme måte vil det være godt om sjelesørgere kan litt psykologisk førstehjelp. Det kan også være verdifullt at sjelesørgere får opplæring og utdannelse til å takle en del problemer som psykiatere og psykologer ikke har tid til å ta seg av - eller som sjelesørgere kan takle like godt.

Noen kjøreregler må imidlertid gis:

- * Bare når det er helt nødvendig og når den som søker hjelp selv ønsker det, er moden for det og virker rimelig "sunn", kan sjelesorgen ta opp fortiden og de dypere lag av tanke- og følelseslivet. Det går som regel an å hjelpe uten å gå i dybden på denne måten.
- * Sjelesorgen må være så ryddig at både sjelesørgeren og klienten til enhver tid vet hva som er åndelig og bibelsk veiledning og hva som er psykologi. Alt må gjøres for å unngå sammenblanding.
- * Sjelesørgeren må kjenne sine begrensninger og ikke glemme hva som er det overordnede mål for den sjelesørgeriske virksomheten.
- * Sjelesørgeren må henvise til psykolog eller psykiater så snart han eller hun ser at det trengs mer kompetanse for å kunne gi tilstrekke lig hjelp. Sjelesørgeren bør dessuten alltid henvise til fagfolk når han står overfor det vi litt enkelt kan kalle psykiske lidelser.

I denne framstillingen forsvarer vi dette tredje standpunktet og slutter oss dermed til hovedtrenden i norsk sjelesorgtradisjon.

HVORFOR FULLSTENDIG ATSKILLELSE IKKE ER MULIG.

Det er mange grunner til at det er umulig med vanntette skott mellom sjelesorg og terapi:

1) Det åndelige og det psykiske er ofte så vevet inn i hverandre at det ikke er lett å sette et klart skille. La oss ta noen eksempler:

Ola har syndenød og føler seg forkastet av Gud. Det kan skyldes at Ordet har avslørt ham og at han trenger å få sin sak med Gud i orden igjen. I så fall trenger han hjelp til å se hva Guds ord sier om dette. Men det kan også hende han har det slik fordi han er en person med en overfølsom samvittighet, fordi han så ofte har blitt avvist av mennesker at han tror at han også er avvist av Gud, eller fordi han er inne i en depresjon. Uansett hva grunnen er har Ola behov for bibelske veiledning. Men i tillegg kan han ha behov for å snakke ut om sin barndom og ungdom og få hjelp også på det psykiske plan. Vi kan ikke vite hva slags hjelp Ola trenger før vi har fått litt innblikk i hva som er det egentlige problemet.

Det kan også være mange grunner til at Kari føler seg uttørket åndelig. Hun kan leve langt borte fra Kilden, hun kan være utbrent eller hun kan leve i en stadig frykt for at Jon skal gå fra henne.

Hvorfor vil Jens reise ut som misjonær? Er den viktigste grunnen at han er kalt av Gud? Eller prøver han å leve opp til et litt urealistisk ideal? Prøver han kanskje å skaffe seg en sårt tiltrengt identitet? Er det dypest sett en slags flukt bort fra noe han sliter med hos seg selv? Er det en kombinasjon av årsaker? Nå er det ikke uvanlig at vi finner blandede motiver når vi ser inn i oss selv. Likevel er det av stor betydning både for Jens og den organisasjonen som skal sende ham ut at han får sjelesørgerisk hjelp til å finne

ut av dette. Det vil fort bli kunstig om sjelesorgen bare skal ta opp spørsmålet om kall og la de andre problemene ligge.

2) Det er som regel bare en gradforskjell mellom det å fungere normalt og det å ha psykiske problemer. En sjelesørger må vite litt om psykologi og psykiatri for å kunne skjelne rett. La oss nok en gang ta noen eksempler:

Hvordan kan sjelesørgeren vite forskjellen på sunn og nevrotisk religiøsitet? Hva er forskjellen på sunn ydmykhet og usunn selvforakt? Hva er forskjellen på den angsten som hører menneskelivet til og den sykelige angsten? Hvordan skjelner en mellom myndige mennesker og maktmennesker? Kort sagt: Når skal en anbefale den som søker hjelp å oppsøke en psykiater eller få annen faglig hjelp?

3) Psykiske problemer er mer utbredt enn mange tror. Våren 1989 viste en undersøkelse at 1 av 3 norske skolebarn trenger hjelp av psykolog e.l. Norske og utenlandske undersøkelser som tar for seg den voksne del av befolkningen, viser at mellom 10 og 30% har problemer som er av en slik art at de virker inn på hverdagen deres. Det er utelukket at det behandlingsapparatet vi har kan hjelpe alle disse.

Ingen undersøkelser viser at bekjennende kristne har flere psykiske problemer enn andre deler av befolkningen. Men det er heller ingen undersøkelser som tyder på det motsatte.

Det viser seg da også at mange som søker sjelesorg, trenger hjelp for menneskelige eller psykiske problemer. Mange sjelesørgere har erfart at det er slik. Vi har dessverre få statistikker vi kan vise til, men de få som finnes, viser helt klart denne tendensen.

Forkynnelse og sjelesorg beveger seg innenfor de samme områdene av livet som psykologien. Svært mange kristne trenger hjelp fordi de opplever problemer i forhold til foreldre, ektefelle, venner og arbeidskamerater. Mange har problemer i forhold til seg selv, og blir urolige over egne tanker, følelser og atferd. Kristne kan også lammes av ensomhet, selvforakt, angst, depresjon og skyldfølelse.

Bibelen sier lite, ofte ingen ting, om hvordan vi gir konkret hjelp på disse områdene. Men forkynnelsen og sjelesorgen må i alle fall være opptatt av at det gis en veiledning som er mest mulig i pakt med Guds ord og i alle fall ikke i strid med det. Blir ikke dette gjort, overlates kristne til ukebladartikler, tv-programmer og populærvitenskapelig litteratur når de søker hjelp. Den veiledningen en får der, kan være god. Men den kan like ofte være vanskelig å forene med et bibelsk syn på livet.

BERETTIGET OG UBERETTIGET SKEPSIS.

Mange kristne er skeptiske til psykologien. Skepsisen er ikke helt grunnløs.

Alt for mange psykologer har fremstilt kristendommen som en nevrose, en livsløgn og et "opium for folket". Kristne har opplevd at terapeuten de gikk til, antydet at kristendommen var en viktig årsak til de psykiske problemene de søkte hjelp for. Det finnes også terapeuter som direkte eller indirekte oppmuntrer til å bryte med kristen tro eller kristen etikk. Når dette er tilfelle, har kristne all grunn til å være skeptiske. Vi må protestere når en terapeut psykologiserer vekk kristentroen eller når sjelesorgen bare gir psykologiske svar på genuint åndelige spørsmål. En dyktig fagperson vil imidlertid ha respekt for klientens kristne tro og skille mellom personlige verdier og usunn religiøsitet, uansett om han eller hun selv er personlig kristen.

Det er også all grunn til å være skeptisk når psykologien brukes til å bortforklare synd, skyld og personlig ansvar. Kanskje den som søker hjelp nettopp trenger å bli konfrontert med noe av dette og få hjelp til å forholde seg til det uten å knekkes. At syndige holdninger og handlingsmønstre har oppstått på grunn av uheldig påvirkning i barndommen, kan ikke benektes. Men det betyr ikke

at de er mindre syndige. Synd er synd, uansett hvordan den har oppstått.

Det finnes eksempler på at kristne som har gått i terapi, har mistet sin tro, tatt ut skilsmisse eller utfra venners og familiens synspunkter er blitt forandret til det verre. Terapien bør ikke nødvendigvis få skylden når slike ting skjer. En tro som i utgangspunktet ser sterk og trygg ut, kan mangle fundament. Et ekteskap som venner og bekjente synes fungerer utmerket, kan ha utallige skjulte og ubearbejdede konflikter. Verken terapeuter eller sjelesørgere kan gi noen garanti for at de vil makte å styrke troen hos noen eller lappe sammen et vanskelig ekteskap. At de vil gjøre alt de kan for å få det til, må vi derimot regne med når vi har med kristne hjelpere å gjøre.

Psykiateren må heller ikke uten videre få skylden når en som har gått i terapi viser problematferd. Når barn og tenåringer får psykiske problemer, kan det være et symptom på at familien som helhet fungerer dårlig. Og det er ingen grunn til å tro at de andre familiemedlemmene med en gang makter å innse eller innrømme det. Kanskje går de i forsvar og anklager terapeuten for å ha gjort en dårlig jobb - eller være ukristelig. Det er heller ikke alltid den ektefellen som går til psykolog som har flest problemer. Kanskje vedkommende reagerer normalt på usunnhet hos den andre. Men den andre er overhodet ikke motivert for veiledning eller hjelp av noen art. Han eller hun går i forsvar - og anklager psykiateren for uåndelighet.

Til slutt: Noen mennesker liker å ha makt over andre, manipulere dem og opptre som åndelige ledere (og sjelesørgere?) som ikke må motsies. Disse vil ofte stemple sine tidligere medarbeidere eller underordnede som vanskelige når de begynner å oppføre seg som selvstendige mennesker og ikke lar seg dirigere i samme utstrekning som før.

Vi understreker ofte at vi er store syndere og vil ikke drømme om å påstå at vi er feilfrie. Samtidig har vi en merkelig tendens til å benekte at vi i familien og fellesskapet kan skade hverandre på en slik måte at det går ut over den psykiske helsen. Det ønsker vi ikke å høre. De som får psykiske problemer, skal heller defineres som svake, følsomme eller ustabile mennesker. Vi vil ikke påta oss noen skyld for at de har det vanskelig.

Likedan har vi en tendens til å si at de som kritiserer noe i det kristne miljøet, er ukjærlige, for ikke å si ukristelige. Det gjelder f.eks. kritikk av enkelte former for barneoppdragelse. Men mye av det som kalles "kristent" kan være ubibelsk. Dersom det ikke blir avslørt som ubibelsk, kan det føre til at mange får problemer med troen. Usunne familier og miljøer er det dessverre mange av - også i kristen sammenheng.

Det er ikke bare våre egne synder som kan skade oss menneskelig og psykisk. Andres synder kan skade oss vel så meget. Selvforakt, usunn skyldfølelse og mye annet har som regel sin årsak i at andre mennesker, særlig foreldrene, har vært ukjærlige, fjerne, harde eller autoritære. Når vi ser de enorme skadevirkningene av dette, er det grunn til å undre seg over at så mange syndige ord, handlinger og holdninger ikke er blitt avløst i forkynnelse og veiledning.

Psykologien kan lære oss noe om hvordan slike sår kan gro igjen. Skal det skje, må vi først innrømme at vi har lidd urett og få kontakt med de vonde følelsene. Først deretter er det tid for å lære noe om tilgivelse. Det er viktig at det skjer i denne rekkefølgen - selv om noen vil hevde at det er mest kristelig at en hopper over det første leddet. (For øvrig er det interessant at så mange psykologer idag snakker om hvor viktig det er å tilgi. Det har Bibelen snakket om i flere tusen år)

Det finnes eksempler på at psykiske problemer kan forsvinne eller avta etter en omvendelse, etter en åndelig fornyelse eller etter at en har kommet inn i et godt fellesskap. Men dette er unntakene, ikke regelen. Vanligvis må en også ha hjelp på det menneskelige plan.

NÅR PROBLEMER ÅNDELIGGJØRES.

Forholdsvis ofte møter vi kristne som har en klar tendens til å åndeliggjøre psykiske problemer. Noen synes rett og slett det er flaut å innrømme at de plages av menneskelige svakheter. De mener at kristne skulle være hevet over slikt. Usikkerhet og selvforakt får navnet ydmykhet. Autoritære tendenser blir kalt myndighet. En som er redd for å ta beslutninger, kan snakke varmt om hvor viktig det er å vente til "Gud legger alt til rette". Økonomiske problemer kan også åndeliggjøres. Konflikter i ekteskapet kan betraktes som åndskamp. Det betyr som regel at den andre parten får skylden for problemene. Til slutt: det er fristende å få sin vilje igjennom ved å gjøre stridsspørsmål om til samvittighetssaker.

Frykten for å innrømme menneskelig svakhet kan faktisk være så stor at det kan oppleves lettere å forklare en usedvanlig sterk seksualdrift, et uforklarlig hat til ektefellen eller lyst til å spotte Gud med at en er besatt.

En av grunnene til at det er fristende å åndeliggjøre problemene, er at vi da fraskriver oss ansvaret for dem. Det er på en måte ikke oss selv det er noe galt med, men den generelle ondskapen i verden. Har våre problemer åndelige årsaker, kan vi kanskje ikke gjøre noe med dem heller? Vi slipper å forandre oss!?

Det kan høres merkelig ut, men vi er ikke så redde for å ha litt dårlig samvittighet og en porsjon skyldfølelse. Det styrker bare troen på at det er rett fatt med oss. Enkelte mennesker har ikke god samvittighet dersom de ikke har dårlig samvittighet. Vi er redd for å endre atferd, gyve løs på det som er galt og gjøre noe som ikke er naturlig for oss. "Kan en leopard omskifte sine flekker?" spør vi (Jer 13,23). Dessuten advarer vi sterkt mot alle former for loviskhet. Det syndige kan på den måten få gode kår i en åndelig atmosfære.

Bibelen sier ganske sterke ting om vår syndige natur. Den sier mye om hvor oppfinnsomme vi er når det gjelder å gi synden skinn av fromhet. Den sier også mye om hvordan vi skader og sårer hverandre i de nære menneskelige forholdene. Vi burde ikke oppleve det så veldig farlig om psykologien går løs på oss og avslører oss på disse områdene.

Det er ille når psykiske problemer åndeliggjøres. Men vi må også minne hverandre om at det er minst like ille når åndelige problemer psykologiseres. Dette kan dessverre også skje - som før nevnt.

NEVROTISK RELIGJØSITET.

Det finnes også noe vi kunne kalle "en nevrotisk religiøsitet". Den kjennetegnes ved at den religiøse ønsker å holde sider ved seg selv eller virkeligheten på avstand i en slik grad at de mer eller mindre benektes. Dette kan skje på tross av at det fra talerstolen forkynnes om ærlighet og om menneskets onde natur.

Den nevrotisk religiøse er som regel redd for forandringer både når det gjelder egen atferd og stil og fellesskapsformene i menigheten og samfunnet forøvrig. Skal noe forandres, skal det forandres slik at det blir som det var før. Løsningen på ethvert problem blir å finne tilbake til noe som fungerte i fortiden. Forsiktighet eller engstelighet blir en dyd.

En slik religiøsitet kan ofte ha sin grunn i en barneoppdragelse som preges av

- * en negativ eller direkte fiendtlig innstilling til kropp og driftsliv.
- * sannhetsfanatisme uten kjærlighet og uten forståelse for individuelle forskjeller. Det ufravikelige krav er "alt eller intet" og det gis ikke rom for kompromisser - ikke i noen sammenheng. En er praktisk talt aldri i tvil om at en selv tenker, føler og handler rett, og skjønner ikke at ikke alle andre kan reagere på samme måte.
- * autoritære holdninger som bryter ned barnets selvstendighet og jeg styrke.

- * sterkt press i retning av en bestemt livsstil. Bibelen brukes til legitimering av en rekke menneskebud.
- * sterkt press i retning av å benekte eller undertrykke alle negative følelser og ytringer og gi inntrykk av harmoni og lykke. Selv har en det bra, familien fungerer utmerket og det er alltid bare godt og trygt å være en kristen.

Slike holdninger kan meget lett kles i en religiøs eller kristen drakt. Men ikke misforstå. For mye og for lite er begge deler av det onde. Det blir ikke bedre dersom vi i stedet faller i den andre grøften. Dersom driftene får ta overhånd, sannheten pulveriseres, fastheten forsvinner, livsstilen oppløses helt og problemene forherliges, blir det like nevrotisk.

Den nevrotisk religiøse ønsker sjelesorg på sine egne premisser (slik vi for øvrig gjør alle sammen) - om han da i det hele tatt ønsker hjelp. Får han ikke det, vil han sikkert anklage sjelesørgeren for å være uåndelig. Da er det fint om sjelesørgeren er sterk nok til å tåle det.

TEOLOGER, PSYKOLOGER, MENNESKEKJENNERE.

Få vil være helt uenige i at en sjelesørger bør vite en del om menneskesinnet. Uenigheten går heller på spørsmålet om fagpsykologien kan gi oss kunnskapen vi trenger.

Selv sjelesørgere som er skeptiske til fagpsykologien, har gjort seg opp en del tanker og meninger om hvordan mennesker tenker, føler og reagerer. De fleste av dem regner seg til og med som gode menneskekjennere. De vil hevde at de har lært psykologi i "livets skole".

Selv om "livets skole" på mange måter er utmerket, er den ikke ufeilbarlig. Ikke all livsvisdom har bibelsk autoritet. Problemet er at vi likevel ofte stoler blindt på den. Det er lettere å bli ledet på avveier når vi ikke engang er oss bevisst at vi har en form for psykologi enn når vi forholder oss kritisk til fagpsykologiske teorier vi er oss bevisst.

Selvsagt kan vi ikke godta enhver psykologi, eller teologi for den saks skyld. Psykologien forteller heller ikke hele sannheten om livet og om mennesket. Den gir oss kun en del verdifulle del-sannheter. De aller fleste retningene tar dessuten utgangspunkt i en helt annen virkelighetsoppfatning og et helt annet menneskesyn enn det vi finner i Bibelen. Derfor er vi nødt til å korrigere ubibelske oppfatninger og aldri bruke psykologien ukritisk. De mange skoleretninger og synspunkter minner oss også om at delsannhetene vi gjør bruk av, neppe er evige sannheter. Kan hende må de revideres kraftig innen kortere eller lengre tid. Gud er derimot igår og i dag den samme, ja, til evig tid. Det han har sagt i sitt Ord, kan vi derfor regne med gjelder også i all fremtid. Med disse reservasjonene, bør vi kunne bruke psykologiske betraktninger uten å risikere å komme på avveier.

ULIKE SKOLERETNINGER.

Når det gjelder de psykologiske skoleretningene, er det vanskelig å se at noen er mer i pakt med Bibelen enn andre.

Det er lett å påvise at fremtredende representanter for psykoanalysen og atferdsterapien har hatt et menneskesyn og en virkelighetsoppfatning som er helt uforenlig med kristen tro. Ikke desto mindre kan en psykoanalytiker og en atferdsterapeut gi god og verdifull hjelp, også til en kristen. Mange terapeuter bruker teknikkene uten at de baserer terapien på livssynet til foregangsmennene eller -kvinnene. De fleste av oss har lært å lese, skrive og regne ut fra en pedagogikk som er basert på atferdspsykologi. Vi har neppe tatt skade av det.

Kristne har lett for å tro at den humanistiske psykologien er mer kristelig siden den snakker om skyld, ansvar og mening, og har et langt mer positivt menneskesyn enn en del andre retninger. Men så enkelt er det ikke. Den humanistiske psykologien er ikke bare åpen for kristen ideologi. Den er åpen for nær sagt hva som helst. Den avgrenser seg f.eks. lite mot New Age.

Det mest interessante er altså ikke hvilken retning innenfor psykologien vi henter hjelp fra. Ingen retninger er uproblematisk. Det mest interessante er om det vi henter fra ulike hold, lar seg forene med kristen tro og etikk og kan brukes uavhengig av det livssynet, menneskesynet og den virkelighetsoppfatningen grunnleggerne av de ulike retningene hadde.

Nok en gang vil vi understreke at det viktigste i sjelesorgen ikke er det psykologien sier. Bibelens tale om hvordan vi får et godt og rett forhold til Gud, til våre medmennesker, skaperverket og oss selv er vårt grunnlag. Guds Ord, ikke psykologien, avgjør hva som er viktig og uviktig, rett og galt. Det er Guds ord som skal kaste lys over det vi snakker om i sjelesorgen. Det betyr ikke at vi må lese eller sitere bibelvers hver gang vi samtaler med noen. Men det vi sier, skal være bibelsk og gi hjelp til å leve rett i de fire relasjonene vi har nevnt. Formidler vi bare psykologiske betraktninger eller unnlater å trekke inn Bibelens tanker, kan det vi driver med kanskje kalles terapi, men det er ikke sjelesorg.

SPØRSMÅL TIL SAMTALE.

1. Hva er forfatterens begrunnelse for at vi skal skjelve mellom sjele sorg og terapi, men ikke holde de to tingene fullstendig atskilt?
2. Hvordan kan menneskelige problemer åndeliggjøres, og hva kan det føre til?
3. Hvilke kjennetegn har nevrotisk religiøsitet?
4. Hvordan skal en forholde seg til ulike psykologiske skoleretninger?
5. Hva er den grunnleggende forskjell på sjelesorg og terapi?