

Gud i en narcissistisk tid

Av Olof Edsinger

Människan är sig lik, brukar vi ibland säga. Vi menar då att människans grundläggande behov, frågor och problem går igen i alla tider och kulturer. Men det är också sant att människan och den kultur hon är en del av förändras. Behoven, frågorna och problemen tar sig olika uttryck i olika tider.

Före andra världskriget menar många psykologer och teologer att den stora Frågan i Västerlandet var kopplad till människans skuld. De protestantiska kyrkorna härleder viktiga delar av sin teologi till en tid då frågan: ”Hur ska jag finna en nådig Gud?” var på var mans läppar. Även en sådan psykolog som Sigmund Freud (själv präglad av det judisk-kristna arvet) ägnade stora delar av sin verksamhet åt frågan om skuld – särskilt då den undertryckta skulden, den som leder till ångest och neuroser.

Efter andra världskriget började man dock märka en förändring. Innan denna omvälvande händelse i västerlandets historia hade psykologernas terapioffor befolkats av människor som visserligen behövde hjälp för olika psykologiska störningar, men som för det mesta ändå uppvisade en förhållandevis stabil personlighetskärna. De var väl orienterade i tillvaron och kunde ge besked både om vilka de var, vad som var rätt och fel och vart de var på väg.

Under efterkrigstiden, däremot, började en ny symptombild att träda fram. De människor som sökte psykologerna hjälp var i allt högre grad plågade av känslor av tomhet, främlingskap och meningslöshet. I stället för skuld gav de uttryck för en diffus men ändå gnagande känsla av skam – en känsla av att något var fel, att något som inte gick att sätta fingret på ändå fick dem att skämmas. De existentiella frågor som från denna tid började ta över var sålunda inte: ”Hur ska jag komma till rätta med min skuld?” utan: ”Vem är jag? Vart hör jag hemma? Duger jag som den jag är?”

När idéhistoriker och sociologer försökt förklara denna utveckling har de ofta hänvisat till de samhällsförändringar som karaktäriserar tiden efter andra världskriget. I takt med att samhället blivit mer föränderligt, och den egna platsen i den stora helheten mindre tydlig, har nutidsmänniskan fått svårare att finna en naturlig vila i livet. Detta har gett upphov till nya psykosociala mönster hos stora delar av den amerikanska och europeiska befolkningen. På 70-talet hade processen gått så långt att ledande sociologer gav den västerländska kulturen efter andra världskriget etiketten ”narcissistisk”.

Den narcissistiska människan

Vilka karaktärsdrag döljer sig då, mer specifikt, bakom denna diagnos? Om man ser till de psykologiska handböckerna finner man att en narcissist är en person med genomgående mönster av grandiositet, brist på empati och överkänslighet för omvärldens omdömen. Ofta rör det sig om en person med splittrad eller otrygg uppväxtmiljö i botten, en människa som inte har fått den bekräftande spegling hon skulle ha behövt för att utvecklas till en trygg individ. Narcissisten är därför på ett överdrivet sätt både självupptagen och egenkär.

Om vi lyfter blicken från handböckernas beskrivningar av mer svåra störningar och betraktar nutidsmänniskan i allmänhet skulle man kunna säga följande.



Många människor i Västerlandet efter andra världskriget har vuxit upp under jämförelsevis instabila yttre förhållanden. Den gradvisa uppluckringen av familjen och mer tid på dagis – för att inte tala om de narcissistiska föräldrarna! – har sammantaget bidragit till en rörig uppväxtmiljö. I samhället som helhet har det vidare blivit allt svårare att – som i exempelvis bondesamhället – se sig själv som en del av ett större sammanhang. Många nutidsmänniskor uppfattar sig närmast som fragment i en i övrigt ganska otrygg och oberäknelig tillvaro.

Den narcissistiska människan är i många fall en individ som formats av denna flyktighet i hennes närmiljö. Eftersom tillvaron hon relaterar till är instabil, har hon själv blivit instabil. Hon har fått en svag personlighetskärna, och lever med en ständig brottning med den egna identiteten. Den egna otryggheten måste därför kompenseras av input utifrån, och medvetet eller omedvetet går hon med håven efter omgivningens uppmärksamhet, uppmuntran och bekräftelse. Den inre tomheten måste fyllas.

Narcissistens bekräftelsehunger leder i sin tur ofta till att han blir ett offer för sin egen omgivning. Eftersom det är viktigt för honom att passa in blir han extremt trendkänslig, och han försöker hela tiden leva upp till de ideal som hyllas i hans närmiljö. På så vis, tänker han, ska han förtjäna det värde som han innerst inne undrar om han verkligen äger.

Skammen - narcissistens existentiella smärta

Inte ens den bäste av oss förmår alltid leva upp till de ideal och/eller krav som ställs på oss. I narcissistens fall blir resultatet av denna oförmåga en ständigt gnagande känsla av skam.

Om skuld handlar om vad en människa *gör*, kan skammen sägas handla om vad en människa *är*. Lewis B Smedes skriver i boken *Skam, skuld och befrielse*: Känslan av skam gäller vårt personliga *jag* inte något illa vi har *gjort* eller *sagt* utan det vi *är*. Den säger oss att vi *är* ovärdiga. Fullständigt.

Skammen är svår att resonera med eftersom den har en så förlamande inverkan på den som plågas av den. Mer eller mindre medvetet lever därför narcissisten med en ständig kamp för att undvika skamfyllda situationer. När han trots sina ansträngningar blir innesluten i skammens grepp uppstår ett av två diametralt olika reaktionsmönster: förkastelse eller försvar.

När narcissisten misslyckas med att leva upp till de ideal som han själv eller hans omgivning har lagt på honom drabbas han väldigt ofta av förkastelse. Som psykologen Bo Sigrell skriver: ”Har man begått en handling som man känner skuld för, kan man försöka rätta till den. Skammen däremot upplevs som omöjlig att reparera. Hela ens person känns i grunden fel. [...] Det enda som återstår är att försvinna till ingenstans.

Det andra typiska reaktionsmönstret, försvaret, ser visserligen annorlunda ut men är ändå besläktat med förkastelsen. Om krossandet av min egen idealbild är det värsta som kan hända mig, måste det ju ligga nära till hands att jag i stället för att erkänna dem tar mina felsteg i försvar. Narcissisten är expert på att undfly det egna ansvaret. Om hans ursäkter inte accepteras är det inte ovanligt att han blir aggressiv i sitt försvar.

Förståelse i stället för förlåtelse

Mot denna bakgrund är det inte särskilt konstigt att den narcissistiska människan har problem med talet om synd och skuld.



Självvårdaren och psykoterapeuten Göran Bergstrand skriver: ”Att tvingas se sig själv som skyldig är [för narcissisten] att få sitt värde sänkt. Att be om och ta emot förlåtelse är att göra sig underlägsen och beroende inför den som förlåter.”

Narcissisten vill inte ha förlåtelse. I stället vill han ha förståelse. I grund och botten, menar han, ligger alla brister utanför honom själv. Visserligen misslyckas han ibland med att leva som han borde, men mest av allt är han ändå att betrakta som ett offer – och ett offer kan man ju inte anklaga för skuld!? För narcissisten blir syndernas förlåtelse därför ”ett obegripligt svar på en fråga man inte ställer. Dessutom: om jag gör så gott jag kan måste han [Gud] väl överse med resten. Gud är ju god! Är det inte ’hans yrke att förlåta’ (Voltaire)?”

En följd av detta – som i verkligheten nog kan betraktas som både orsak och verkan – är att det kristna syndabegreppet på ett radikalt sätt har omdefinierats i narcissismens tidevarv. I stället för att tala om synden som människans grundläggande bortvändhet från Gud – som hennes otro och ovilja att underordna sig Gud – uppfattas synden av den narcissistiska människan som ett allmänt ”misslyckande” i dennes strävan att leva upp till sina egna och andras (Guds?) ideal.

Följden av detta är att synden flyttas till en plats ”utanför” människan. Hon får en yttre måttstock att jämföra sig med, och behöver aldrig skåda in i sin egen själ. Den självklara följderna blir att hon heller aldrig behöver konfronteras med den djupa skulden – den skuld till vilken evangeliet är tänkt att vara lösningen.

Den narcissistiska människan och Gud

Men detta betyder inte att den narcissistiska människan skulle vara mindre religiös. Inte alls. Men den Gud som hon vänder sig till skiljer sig på avgörande punkter från den Gud vi möter i Bibeln. Rent allmänt kan man säga att synen på Gud som Allsmäktig och Upphöjd, den Helige inför vilken ”alla knän skall böjas [...] i himlen, på jorden och under jorden” (Fil 2:10) ligger långt från narcissistens föreställningsvärld. Dekalogens första bud – ”Du skall inte ha andra gudar vid sidan av mig” (2 Mos 20:3) – uppfattas snarast som något ”omotiverat, orättmätigt och orimligt” (Fredrik Brosché).

Om Gud verkligen finns är han därför ur den narcissistiska människans perspektiv att betrakta antingen som Springpojken eller som den store Terapeuten. Självvårdaren Anders Olivius skriver: ”Gud förväntas effektuera önskningar av alla slag. Som en stor och givmild moder ska han ge goda gåvor utan gräns. Och varför skulle han ge till somliga men inte till mig?” Teologen Agne Nordlander fyller i: ”När den narcissistiska människan blir religiös attraheras hon av bön, meditation och andlighet. Det är självklart för henne att hon bör ha rätt till direkt tillträde till Gud utan förmedlande instanser som en Försonare, nådemedel, präster och kyrka. Hon kräver omedelbart uppmärksamhet, ansikte mot ansikte. Hon har ingen förståelse för formaliteter eller vördnadsbetygelser inför Gud.”

Konsekvensen av detta blir att Gud aldrig fullt ut får vara Gud i narcissistens liv. Så länge Gud ”sköter sig” och uppfyller människans önskningar och behov får han visserligen hållas. Men någon djupgående utmaning av de egna värderingarna kan det aldrig bli tal om. Så snart Gud blir ohanterlig känner sig narcissisten nämligen otrygg, och till Gud kommer han ju av motsatt anledning: att stilla sin otrygghet och fylla sitt inre tomrum.



Likt en ständigt närvarande förälder ska Gud sörja för att narcissisten inte oroas i sin otrygga värld.

Narcissistens befrielse

Hur kan då narcissisten bli befriad från sina inre låsningar? Hur kan han bli av med sin rädsla för Gud Sådan Han Faktiskt Är, så att han inte bara tillber sin egen projektion av springpojkskuden eller terapeutguden? Hur kan han upptäcka den upprättelse som i den traditionella teologin omtalas i termer av synd och nåd, lag och evangelium, det personliga ansvaret och Guds frikännande dom?

I ett samtal eller en predikosituation tror jag här att vi kan dra lärdom av det ganska klassiska ”predikoschema” som lyfts fram av Fredrik Brosché i hans artikel ”Syndernas förlåtelse åt allt Sveriges folk”. Brosché pekar här på vikten av att som förkunnare ta sin utgångspunkt i skapelseperspektivet: att Gud har skapat oss alla, att han älskar oss och att han genom skapelsen och Kristus har visat sin oändliga givmildhet emot oss. En varelse som är föremål för så mycket omsorg från Guds sida kan helt enkelt inte vara utan värde! Därför, menar Brosché, kan man med detta som utgångspunkt lotsa fram också en narcissist till insikten att han står i ett skuldförhållande till sin Skapare.

Samma erfarenhet lyser igenom i många av de råd som de själavårdare och terapeuter som har behandlat detta ämne delar med sig av. Lite förenklat skulle man kunna säga att narcissistens rädsla för att inte duga måste bemötas med budskapet att ”du duger som du är”. Först därefter kan det bli tal om att försöka reda ut vad i ens liv som trots allt står i opposition mot Guds vilja.

För egen del har jag här blivit övertygad om hur viktigt det är att vi i kyrkan kan visa prov på en kärleksfull gemenskap. Den bekräftelse som narcissisten så desperat jagar efter kan aldrig kommuniceras enbart med ord; den måste också få konkret uttryck genom en äkta omsorg från andra människor. Först i en sådan helande miljö kan de inre låsningar som så många nutidsmänniskor bär på få möjlighet att ”blottna upp”.

Göran Bergstrand, som i flera artiklar har skrivit om detta, skjuter i detta sammanhang in sig på den ensamhet som blir följderna av narcissistens självcentrering. Han anknyter till D W Winnicotts definition av ensamhet som att ”ingen tar emot mina gåvor” och pekar på att helandeprocessen för den narcissistiska människan tar sin början när hon upplever att omgivningen är villig att bejaka henne och ta emot av de gåvor hon har att ge vidare av.

Överfört på en kristen kontext innebär detta att den narcissistiska människans väg in i församlingen ofta går genom den typ av gemenskap som kan erbjudas i till exempel en alphagrupp eller hemgrupp. Det innebär också ett så kallat ”gåvobaserat” arbete, där medlemmarnas personliga gåvoutrustning ligger till grund för hur kyrkan lägger upp sin verksamhet har framtiden för sig.

Detta får dock inte vara slutpunkten i kyrkans sätt att bemöta nutidsmänniskan. Även en narcissist behöver nämligen – hur smärtsamt det än kan vara – få hjälp att möta den Gud som är oändligt mycket större än henne själv och till vilken hon genom synden står i ett personligt skuldförhållande.

I mångt och mycket handlar detta om att börja se sig själv som ett ansvarigt subjekt. Narcissistens otrygghet gör det svårt för honom att konfronteras med den egna skulden.



Men när han blir inlemmad i en gemenskap där hans identitet kan bli upprättad får han sakta men säkert en möjlighet att ta ansvar för sitt eget liv. Som Göran Bergstrand skriver: ”Skulden kommer när man upptäckt sitt värde. Man är en som behövs. En som har gåvor att ge som skulle kunna vara till glädje för andra.”

Ett sunt förhållningssätt

Om vi som kyrka vill göra avtryck i en narcissistisk kultur har vi inget annat val än att anpassa vår verksamhet och sin förkunnelse till hur människorna i vår omgivning faktiskt fungerar. I klartext: När den fråga som gnager i folksjälen är: ”duger jag?” är det meningslöst för kyrkan ta sin utgångspunkt i de frågeställningar som präglade Sverige under 1800-talets (syndanöds)väckelse.

Lika viktigt är dock att vi inte gifter oss med tidsandan och låter den narcissistiska kulturen definiera innebörden i de sanningar och begrepp som vi har att förvalta som kyrka. I narcissismens tidevarv tenderar synd att bli detsamma som misslyckande, nåd detsamma som bekräftelse och Gud detsamma som en projektion av mitt eget känsloliv. Om vi på dessa punkter går tidsandan till mötes kan vi med all säkerhet få många sympatisörer. Men ytterst få människor kommer att få hjälp att befrias till det liv som Jesus genom sin död och uppståndelse har vunnit för vår skull!

Olof Edsinger

(En kortare version av denna artikel har tidigare publicerats i tidningen NOD nr 2 2005.)

Fotnot: För en längre artikel om den narcissistiska människan och hennes möte med det kristna frälsningsbudskapet, se Olof Edsingers artikel i *Ingång* nr 3 2001 (du kan även ladda ner artikeln på www.sea.nu).

Att samtala om:

- 1) I artikelns inledning talas det om de psykologiska och sociala förändringar som många forskare tyckt sig kunna urskilja under 1900-talets andra hälft. Bland annat står det: ”De existentiella frågor som från denna tid började ta över var sålunda inte: ’Hur ska jag komma till rätta med min skuld?’ utan: ’Vem är jag? Vart hör jag hemma? Duger jag som den jag är?’” Stämmer detta med din erfarenhet?
- 2) Ordet ”narcissism” är ursprungligen en psykologisk term, men används i artikeln i en mycket bredare bemärkelse. Bland annat står det: ”Den narcissistiska människan är i många fall en individ som formats av denna flyktighet i hennes närmiljö. Eftersom tillvaron hon relaterar till är instabil, har hon själv blivit instabil. Hon har fått en svag personlighets kärna, och lever med en ständig brottnings med den egna identiteten. Den egna otryggheten måste därför kompenseras av input utifrån, och medvetet eller omedvetet går hon med häven efter omgivningens uppmärksamhet, uppmuntran och bekräftelse. Den inre tomheten måste fyllas.” Känner du igen något av dig själv i detta? Känner du igen din omgivning?



- 3) Den som inte är trygg i sig själv blir lätt överkänslig för omgivningens reaktioner. Hur ska vi förhålla oss till människor som reagerar antingen med förkastelse eller försvar på kyrkans tal om synd och skuld? Hur tycker du att vi ska bemöta människor som bara söker förståelse/bekräftelse och som därmed förnekar sitt behov av förlåtelse?
- 4) Mot slutet av artikeln talas det om hur en narcissistisk människa kan möta befrielse hos Gud. Håller du med om det som står där? Hur återspeglar sig detta i ditt eget sätt att arbeta?
- 5) Kan en gemenskap präglas av både nåd och sanning – samtidigt? Kan bekräftelse och utmaning leva sida vid sida? Försök att måla upp bilden av hur en sådan gemenskap skulle se ut!

□