

Gud i en narsissistisk tid

Av Olof Edsinger

I denne artikkelen gis det først en beskrivelse av narsissisme som psykologisk diagnose og deretter av hvordan våre narsissistiske mønster kan skape problemer i møte med Bibelens budskap om Gud, lov og evangelium. Den vender seg i første rekke til deg som er leder eller som vil gå i dybden i de spørsmålene som tas opp i foredraget «Å håndtere sin narsissisme» av Olof Edsinger.

Den sykelige narsissismen

Ifølge psykologibøkene er en narsissistisk person en som viser bevis på gjennomgående trekk av grandiositet¹, mangel på empati og overfølsomhet for andres meninger. Ofte dreier det seg om et menneske som har vokset opp i et flyktig eller utrygt miljø, der man ikke har fått den speiling eller bekreftelse som han/hun hadde trengt for å utvikles til et trygt individ. Ifølge Diagnostic and Statistic Manual of Mental Disorders kan en narsissistisk personlighetsforstyrrelse foreligge om minst fem av følgende kriterier er oppfylt:

- 1) Reagerer på kritikk med følelser av raseri, skam eller ydmykelse (selv om individet ikke viser det utad)
- 2) Utnyttende tilnærming til andre mennesker: drar nytte av andre for å oppnå egne mål
- 3) En grandios* følelse av å være en viktig person, for eksempel overdriver fremgang og talenter, forventer seg å bli betraktet som «spesiell» uten egentlig anledning
- 4) Anser at sine egne problemer er unike og bare forstås av andre «spesielle personer»
- 5) Opptatt av fantasier om grenseløs fremgang, makt, begavelse, skjønnhet og fullkommen kjærlighet
- 6) En følelse av å ha spesielle rettigheter: urimelige forventninger om å bli spesielt behandlet, for eksempel tenker at de ikke trenger å stå i kø som andre
- 7) Krever stadig oppmerksomhet og beundring, strekker seg langt for å komplimenter
- 8) Mangelfull empati: manglende evne for å forstå og sette seg inn hvordan andre føler seg, blir for eksempel lett irritert og skuffet når en venn som er blitt ordentlig syk melder avbud til et møte.²

Når sosiologer og idéhistorikere har begynt å omtale den vestlige kulturen som «narsissistisk» mener de ikke at disse karaktertrekkene skal passe inn på alle mennesker. Men likevel tror

¹ Grandiositet og grandios kan ha flere nyanser men handler om å tenke stort om seg selv, svulstige og høye tanker, planer og oppfattelse. Kan forklares som stormannsgalskap, oppblåst ego, store/høye tanker om seg selv og så videre.

² *Diagnostic and Statistic Manual of Mental Disorders*, tredje reviderade opplagan 1987. Citerad efter Bo Sigrell, *Narcissism: Ett psykodynamiskt perspektiv*, Stockholm: Natur och Kultur, första pocketutgåvan 1999, 58.

jeg at vi er mange som kan kjenne igjen både oss selv og mennesker rundt oss, i den måten å beskrive den narsissistiske personligheten på.

1. Selvopptatt, ensom og følelsesløs

Ett av narsissistens viktigste karaktertrekk er selvopptatthet. Selve ordet «narsissisme» er hentet fra den greske myten om Narkissos, den vakre ynglingen som blir forelsket i sitt eget speilbilde. Årsaken til narsissistens selvsentrering er da likevel noe helt annet enn sin egen storhet. Den vanligste årsaken er nemlig en følelse av utrygghet, denne følelse kan ha kommet tidlig i en persons utvikling. Når man ikke er trygg på seg selv tvinges man helt enkelt til å lukke seg rundt det man opplever man har så noenlunde kontroll over – sitt eget jeg.

Den som er veldig selvopptatt orker heller ikke å vise empati for personene som befinner seg i omgivelsene sine. Og i samme takt som evnen til relasjoner ødelegges, øker følelsene av ensomhet. Den utpregete narsissisten er en person som hele tiden må verne om seg selv, som har vanskelig å leve seg inn i hvordan andre mennesker har det, og som blir mindre og mindre etterspurt. Når opplevelsen av å ikke være etterspurt får feste blir han destruktiv, og den onde sirkelen er et faktum.

2. Med et stort bekræftelsesbehov

Et annet karaktertrekk hos det narsissistiske mennesket er dets bekræftelsesbehov. Eller, som psykologene Heinz Kohut og Ernest S. Wolf beskriver det: Narsissisten er «sulten» etter oppmuntring, oppmerksomhet og bekræftelse. Av denne grunn er det viktig for narsissisten å ikke bli betraktet som «hvem som helst». Som sjelesørgeren Anders Olivius skriver: «Å være vanlig blir noe krenkende. Man vil være spesiell, selv om man er verdiløs.»³

Uansett om narsissisten i tilfellet er i en selvsikker eller mindreverdige tilstand, har han derfor et stort bekræftelsesbehov – men det viktige er altså at bekræftelsesbehovet bygger på et en dypgående forakt for sin egen person; narsissisten kjemper med et indre tomrom som han konstant forsøker å få andre mennesker å fylle.

3. Flyktig og styrt av egne og andres ideal

Det mennesket som på en overdreven måte er avhengig av omgivelsenes responser blir naturlig nok veldig opptatt av trender. Det blir viktig å passe inn og å holde seg til det politisk korrekte. Samtidig får dette til følge at narsissisten ofte oppfattes som flyktig. Det er

³ Anders Olivius, *Att möta människor: En grundbok i själavård*, Stockholm: Verbum förlag, tredje helt omarbetade upplagan 1996, s 179.

vanskelig for en narsissist å lande. Ettersom han hverken kjenner tillit til sin omgivelse eller klarer å binde seg til noe varig og bestående, har han en tendens til å drive rundt som en rastløs sjel.

4. Ute av stand til å ta personlig ansvar

Det mennesket som kjemper med sitt eget selvbilde, og som dypest selv forakter seg selv, kan også ha vanskelig for å få kontakt med sitt personlige ansvar. Ettersom narsissisten har et så stort behov for bekreftelse, blir han selektiv i møtet med de ulike normsystem han kommer i kontakt med. Normer og holdninger som bekrefter dens eget jeg blir viktige, mens slike som utfordrer eller stiller spørsmål om dette, velges bort.

5. Med skammen som fremste smerte

Ett fenomen som går hånd i hånd med vår tids narsissistiske mønster er at den vestlige kulturen har gått fra å være en «skyldkultur» til å bli en mer «skamkultur». Jimmy Long, som har jobbet mye med kristent studentarbeid i USA, skriver: «Skam er den viktigste årsaken til følelsesmessig smerte i vår tid. Det er et biprodukt av den siste tidens sosiale forandringer og vanskelige familieforhold. Skammen angriper det aller innerste i vårt jeg gjennom å eksponere det for andre, noe som leder til fysisk og følelsesmessig isolering. Skam leder til redusert selvfølelse. Resultatet er økt selvbevissthet og en følelse av personlig mindreverdighet, en følelse av å ikke være tilstrekkelig god nok. Vi kjenner oss som mislykkete personer.»⁴

Den store forskjellen mellom skam og skyld handler om at skam er noe som berører hele vår personlighet – «jeg er feil» - mens skylden som oftest er mer avgrenset – «jeg har tenkt, sagt eller gjort noe feil». Filosofen Leonard Boonin skriver: «Skyld er i første rekke og i bunnen forbundet med overtredelser og brudd, skam er i første rekke og i bunnen forbundet med mislykkethet, mangler, utilstrekkelighet og svakhet. En person som uten unnskyldning eller grunn trækker over en gjeldende norm påtar seg skyld. En person som ikke lykkes å leve opp til dette gjeldende og bindende ideal påtar seg skam.»⁵

På bakgrunn av dette er det ikke rart at det narsissistiske mennesket plages mer av skam enn av skyld. Ettersom han har et så stort behov for bekreftelse og ettersom alle forsøk på å leve opp til egne og andres forventninger mislykkes, gjør det at bekreftelsen uteblir og skamfølelsen får påvirke personen uendelig.

⁴ Jimmy Long, *Generating hope: A strategy for reaching the postmodern generation*, Downers Grove (IL): InterVarsity Press 1997, s 163f. (Egen översättning.)

⁵ Citerat efter Ullaliina Lehtinen, "Skuld och skam", *Filosofisk tidskrift* 2/98, s 22f.

Det narsissistiske mennesket og Gud

En annen måte å beskrive disse mønstrene på er at det narsissistiske mennesket har et stort behov for *kontroll*. Man vil ikke tape ansikt og man vil ikke bli oppfattet som svak, noe som ikke minst blir en stor utfordring i forhold til Gud. Generelt sett kan vi si at synet på Gud som Allmektig og Opphøyd, den Hellige som skal hylles ved at «hvert kne bøye(r) seg, i himmelen, på jorden og under jorden» (Fil 2:10) ligger langt fra narsissistens tankeverden. Det første budet – «Du skal ikke ha andre guder utenom meg» - oppfattes som noe umotivert, urettferdig og urimelig.

Om Gud virkelig finnes er han derfor utfra narsissistens perspektiv å regne som en budbringer eller som «Den Store Terapeuten». Anders Olivius skriver: «Gud forventes å oppfylle alle ønsker av alle slag. Som en stor og gavmild mor skal han gi gode gaver uten grenser. Og hvorfor skulle han gi til noen men ikke til meg?»⁶ Teologen Arne Nordlander fyller inn videre:

Når det narsissistiske mennesket blir religiøst blir det tiltrukket av bønn, meditasjon og åndelighet. Det er selvsagt for narsissisten at han har direkte tilgang til Gud uten noen mellomledd som en Forsoner, nådemidler, prester eller kirken. Narsissisten krever umiddelbar oppmerksomhet, ansikt mot ansikt. Han har ingen forståelse for formaliteter eller tilbedelse av Gud.

Gud forventes bare å være der for dens skyld, omtrent som spedbarnet selvsagt forventer seg å få melk fra morens bryst. Videre er det selvsagt at narsissisten skal komme til himmelen. Kan det finnes en mer verdig slutt for en person med så storslåtte visjoner?⁷

Om Gud ikke lever opp til narsissistens forventninger er det Gud – ikke mennesket – som det er feil med. «[Gud] blir forvandlet til en ond, urettferdig og lunefull makt, som man øser sitt moralske sinne over. Så dømmes man bort Gud og blir mer rettferdig enn han. Altså slår grandiositeten ut i full blomst.»⁸

Narsissisten i møtet med Guds lov

Enda mer komplisert blir det i narsissistens møte med Guds lov. I en luthersk utleggelse av lov og evangelium vil man ofte å si at loven – Guds krav – må forkynnes for at vi skal se vårt behov for evangeliet – Guds forlatelse. Altså: når vi oppdager at vi kommer til kort innenfor Guds standard innser vi at Jesus og det han har gjort for oss er vårt eneste håp.

⁶ Olivius 1996, s 183.

⁷ Agne Nordlander, "Jesus Kristus och honom korsfäst" i *Med smak av nåd: Festskrift till Agne Nordlander*, Örebro: Libris 2000, s 234.

⁸ Olivius 1996, s 183.

Men i møtet med det narsissistiske mennesket er det langt fra sikkert at forkynnelse av Guds lov vil ha denne effekten. Når en narsissist blir fortalt at han *gjør* feil(synder) blir det det av han forstått som han *er* feil. Og da stilles det ikke bare spørsmål til det som er synd, men hele hans eksistens er truet! Sjelesørgeren og psykoterapeuten Göran Bergstrand skriver: «For det ... narsissistiske mennesket blir det lett å snakke om skyld som noe krenkende. Skylden blir i seg selv noe som truer selvfølelsen og selvrespekten på en måte som uroer. Den tar i fra det narsissistiske mennesket drømmen om egen fullkommenhet, som er viktig for narsissisten. Derfor snakker han helst ikke om skyld.»⁹

Som Bergstrand antyder er det grunnleggende problemet her ikke narsissistens grandiositetskompleks (behovet for å kompensere sin dårlige selvfølelse med å kalle seg selv allmektig). Det er snarere det faktum at han, for å fortrenge sin egen selvforakt, har valgt å flykte inn i en egen idealverden. Sjelesørgeren Fredrik Brosché omtaler narsissisten som et menneske som ikke synes å være nevneverdig plaget av skylden, men som i dypet av sin sjel lider av både rotløshet og forvirring.¹⁰

Denne forvirringen, mener Brosché, har å gjøre med at han ikke har noen ytre normer som kan gjøre han til et ansvarlig subjekt. Både skyldfølelsen og den emosjonelle tilstanden avgjøres av ens eget idealbilde og av de indre prosessene: «Er jeg både anklager og anklaget, både dommer og forsvarsadvokat, jeg og ingen annen, blir jeg aldri ferdig med forsvaret, aldri ferdig med dommen, aldri ferdig med hvem jeg egentlig er. Skylden blir uten navn og kontur. Jeg kan ikke ta tak i den, bli fri fra den. Som en mørk sky over hodet mitt følger den meg stille dag etter dag.»¹¹

Forståelse i stedet for forlatelse

Omtalen om Guds dømmende lov vekker skam, og om skammen utløser enten forkastelse eller aggressivt forsvar, er det det forståelig at narsissisten vender seg mot kirkens budskap om synd og skam. «Å tvinges til å se seg selv som skyldig er å få sin verdi minket» sier Göran Bergstrand. «Å be om og ta imot tilgivelse er å gjøre seg selv underlegen og avhengig av den som tilgir.»¹²

Narsissisten vil ikke ha tilgivelse. I stedet vil han ha forståelse. I bunn og grunn, mener han, ligger alle mangler utenfor han selv. Selvsagt mislykkes han iblant med å leve som han burde, men mest av alt er han likevel å regne som et offer – og et offer kan man jo ikke anklage for skyld! For narsissisten blir syndenes forlatelse derfor «et ubegripelig svar på et

⁹ Göran Bergstrand, "Skuld år 2 000", *Svensk Kyrkotidning* 29–30/84, s 409.

¹⁰ Fredrik Brosché, "Syndernas förlåtelse åt allt Sveriges folk" i *Tro åt svenska folket*, Pro Caritate 1987, s 34.

¹¹ Brosché 1987, s 35.

¹² Göran Bergstrand, "Skulden har många namn", *Tidsskrift for sjelesorg* 1/97, s 7.

spørsmål man ikke stiller. Dessuten om jeg gjør så godt jeg kan må han [Gud] vel overse resten. Gud er jo god! Er det ikke «hans yrke å tilgi» (Voltaire)?»¹³

En direkte følge av dette er at det kristne syndsbegrepet på en radikal måte har blitt omdefinert i narsissismens tidsalder. I stedet for å beskrive synden som menneskets grunnleggende forkastelse av Gud – om menneskets vantro og uvilje til å underordne seg Gud – oppfattes synden av det narsissistiske mennesket som et allment nederlag i dens streben for å leve opp til sine egne og andres (Guds?) ideal. Følgen av dette er synden flyttes utenfor mennesket. Man får en ytre målestokk å måle seg mot, og trenger aldri å skue inn i sin egen sjel. Den selvsagte følgen blir at man heller aldri trenger å konfronteres med den dype skylden – den skylden som evangeliet er ment å være løsningen på.

Narsissistens befrielse

Hvordan kan da narsissisten bli befridd fra sine feilaktige tankebygninger? Hvordan kan han bli kvitt sin frykt for Gud Slik Han Faktisk Er, sånn at han ikke bare tilber sin egen projeksjon av Gud – budbringer eller terapeutguden? Hvordan kan han oppdage opprettelsen som ligger i budskapet om synd og nåde, lov og evangelium, det personlige ansvaret og Guds frikjennende dom?

For egen del har jeg blitt påvirket av Göran Bergstrands forfatterskap. Bergstrand snakker om hvordan det narsissistiske mennesket først og fremst må få hjelp til å bli løst fra sin egen opplevelse av ensomhet:

Det er en ensomhet som man også kan kalle for hjelpeløshet, om man bruker den engelske psykoanalytikerens D. W. Winnicotts definisjon: «Det finnes ingen som tar imot ens gaver» Jeg behøves ikke. Ingen venter seg noe av meg. I hvert fall ikke noe godt. Det er fra denne grunnopplevelse man vokser opp til «synder» eller «toller» eller «røver». Hva jeg gjør spiller ingen rolle for noen. Jeg hører ikke til noen sammenheng. Da kan jeg likevel la alt handle om meg selv. Om hva jeg vil. Da har jeg intet ansvar ...

Derfor er det første og mest grunnleggende Jesus gjør når han løser mennesker fra deres skyld, at han tar imot de gavene som synderne kan gi han.¹⁴

Neste steg i befrielsesprosessen er ifølge Bergstrand at narsissisten får bli delaktig i et kjærlig fellesskap. Han skriver: «Det Jesus gjorde med disse som levde merket av skam var at han så dem ... Det andre [han gjorde] var å slippe dem nær seg.»¹⁵ I denne form av fellesskap uten

¹³ Brosché 1987, s 36f.

¹⁴ Göran Bergstrand, "Skulden har många namn" i *Med livet som redskap: sex själavårdare berättar*, Örebro: Libris 1998, s 89f.

¹⁵ Bergstrand 1998, s 92.

krav – det kan for eksempel være en Alphagruppe eller smågruppe – kan skammen slippe sitt grep om narsissisten. Han blir sett og bekreftet. Han får vise – både for seg selv og for sin omgivelse – at han har noe verdifullt å gi. Dette gjelder både i relasjon til Gud og mennesker.

Og det er først når man er kommet dit, skriver Bergstrand, at den egentlige skylden kan fødes. I begynnelsen fremstår den da som sorg. «Man ser det destruktive man har gjort mot seg selv. Hvordan det forvandlet en til et helt annet menneske enn det man egentlig hadde valgt å være Mens man sørger skjer grunnleggende forandringer. Man ser at man ikke bare er et offer for det som skjer.»¹⁶

Med denne sorgen som grunn kan ekte ansvarsfølelse vokse frem, og når det personlige ansvaret har blitt tydelig kommer viljen til å rette opp i det onde man har gjort. Og det er først da, skriver Bergstrand, at narsissisten på en meningsfull måte har kommet i kontakt med sin skyld.

Inne i den skylden mister man ikke sin verdi. Skylden kommer når man oppdager sin verdi. Man er en som trengs. En som har gaver å gi som kan være til glede for andre. Man trenger ikke falle ned på kne eller krype ned. Man kan stå rakrygget og se fremover. Se om det finnes en vei videre.¹⁷

Spørsmål til videre refleksjon:

- Kjenner du deg igjen i artikkelens beskrivelse av det narsissistiske mennesket? Hvilke narsissistiske trekk kan du identifisere i ditt eget liv? I andre menneskers liv?
- Er du avhengig av andre menneskers bekræftelse for å ha det bra? Hvordan takler du dette de gangene du ikke får bekræftelse?
- Hvordan kan vi formidle evangeliet i en kultur som har gått fra å betone skyld og forsoning til å betone skam og identitet?

Bibeltekster knyttet til temaet:

Luk 19:1–11
Joh 7:53–8:11
Rom 3:20–24
Hebr 12:1–3

¹⁶ Bergstrand 1998, s 94.

¹⁷ Bergstrand 1998, s 95.

For videre lesing:

Den narcissistiska kulturen av Christopher Lasch

Jakten på bekräftelse. Om vårt sökande efter att bli accepterade och hur man bygger sin självkänsla på rätt grund av Robert S. McGee

For en utførlig artikkel om temaet, se Olof Edsinger sak «Det kristna budskapet i en narcissistisk kultur», som finnes til nedlastning her:

<https://efterkristus.files.wordpress.com/2010/08/det-kristna-budskapet-i-en-narcissistisk-tid1.pdf>