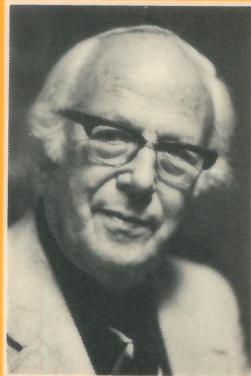


Rektor Einar Anker Nilsen Ph.D. er født i Porsgrunn i 1904. Han fikk sin teologiske utdannelse ved Metodistkirvens Teologiske Seminar Øverås i Göteborg og ved Garrett Theol. Seminary i Evanson, USA. Sin psykologiske utdannelse har han fått ved Universitetet i Oslo og ved Northwestern University i Illinois hvor han også tok sin filosofiske doktorgrad. Klinisk trening fikk han ved Elgin State Hospital. Dr. Anker Nilsen har vært menighetsprest i 27 år, tilsynsmann i seks år og i tolv år lærer ved Øverås. Fra 1971—75 var han rektor ved Metodistkirvens praktiske teologiske seminar i Bergen. Han har undervist i psykoterapi ved Göteborg universitet og i religionspsykologi ved Bergens universitet.



E. Anker Nilsen.

— Studieheftet «Praktisk Sjelesorg» er tidligere utgitt av Metodistkirvens Studiesenter som et opplegg til samtal og studier om et alltid aktuelt tema.

Når Norsk Forlagsselskap nå gir heftet ut igjen delvis omarbeidet og forbedret, så er det etter ønske av Metodistkirvens Utdannings og Opplysningsråd.

Boken er ment som en hjelp i enkeltmenneskers omsorg og omgang med medmennesker, samtidig som menigheter og grupper vil ha nytte av den i den kontaktvirksomhet og utfordring som aktivt sjelevinnende arbeide alltid gir.

Forfatterens mange år som aktiv prest og sjelesørger har fått uttrykk i et omfattende forfatterskap. Hans bøker og studiehefter er blitt til hjelp for mange leser.

Vi tror at også den nye utgave av «Praktisk Sjelesorg» vil nå en omfattende leserkrets og ha sin verdi for mange leser.

E. Anker Nilsen



Praktisk sjelesorg

Norsk Forlagsselskap A/S

E. Anker Nilsen

Praktisk sjelesorg

Norsk Forlagsselskap A/S

INNLEDNING

Vi vil gjerne være til hjelp for hverandre i de problemer som livet fører med seg for noen hver av oss. At vi kan hjelpe hverandre i personlige problemer tror jeg vi kan hevde uten å begrunne dette nærmere. Livet har lært oss det. Men vi kjenner oss stundom så hjelpelös når vi skal forsøke å hjelpe hverandre i vesentlige problemer og situasjoner i livet. Vi vet ikke hvordan vi skal gjøre det. Ofte blir det så klosset det vi sier og gjør, og det blir visst heller ikke til så stor hjelp som vi gjerne ville. Kanskje vi ved å tenke sammen og lære sammen kunne tildele oss noe av kunsten å snakke med hverandre og være til hjelp for hverandre.

Som kristne mennesker har vi en forpliktelse på oss til å meddele andre det som vi tror på og har opplevd med Gud. Det ligger i de ordene Jesus brukte da han sa: "Men dere også skal være vitner", Johs. 15, 27, og "Gå derfor ut og gjør alle folkeslag til disipler!" Matt. 28, 19. De første kristne var flinke til å vitne. De hjalp hverandre med det som Gud hadde gitt hver av dem, og de søkte å gi videre det de hadde sett og hørt til dem som var utenfor. De første kristne menigheter var et resultat av at de første kristne klarte å meddele det de hadde opplevd til andre. De kunne det som vi i vår tid kaller for å kommunisere sitt budskap.

Det urkristne sjælesørgerprinsipp var "alles sjælesorg overfor alle". Det er uttrykt i ordene: "Bær byrdene for hverandre, og oppfyll Kristi lov på den måten!" Gal. 6, 2.

Det er reist spørsmål i våre dager om vi har rett til å påvirke andre i livsholdningsspørsmål og religiøse spørsmål. Enhver blir salig i sin tro, heter det. Vi skal la ethvert menneske ordne sitt forhold til Gud som han vil. Det pedagogiske opplegg i skolen er blitt farget av dette syn. Man skal

ikke drive livssynspropaganda blant barn. Barnet skal bare gis kunnskaper om ulike livssyn, men propaganda får man ikke bedrive. Det er en innstengen på privatlivet. Misjonen har hatt dette problem å slite med. La andre folk med annen religion få være i fred! Hvorfor komplisere livet for dem med noe som er dem fremmed?

Denne argumentasjonen hviler på feil basis. For det første er det umulig for oss ikke å påvirke hverandre. Det gjelder også dypt personlige forhold. Det gjør vi daglig. De som er sterke i sin overbevisning og sine standpunkter øver en sterke innflytelse enn de som er svakere i troen og mer vankelmodige i sine holdninger.

For det annet ville det være urett av et menneske å forholde andre det som han har funnet gir livet innhold og mening. Altså, man kan ikke tenke seg at mennesker lever i vakuum når det gjelder livsorientering. Vi er stadig under påvirkning av andre, og vi påvirker andre stadig. Vi kan ikke unngå det. Vi skal heller ikke det. Vi har en forpliktelse på oss til å dele med andre av de erfaringer som livet gir.

Et annet spørsmål er måten dette gjøres på. Det er i alle fall et par tre saker vi skal tenke på å unngå. For det første må vi aldri virke påtrengende. Vi skal ikke tvinge oss inn på noen, men vi skal benytte de anledninger som naturlig gis for å meddele andre hva vi tror på. For det annet må vi aldri opptre ovenfra—ned. Vi må ikke plassere oss selv der oppe og betrakte andre som om de sto under oss, selvom vi kan tenke oss at de ikke har de erfaringer vi kan ha eller den innsikt som vi mener oss å ha. For det tredje må vi ikke gi oss ut for å være allvitende og kunne svare på alle spørsmål. Den kristne er ikke et orakel som kan gi svar på alle problemer. Det er ikke vår oppgave heller. Vi skal bare meddele det som vi har fått av innsikt og kunnskap og erfaring, ikke noe mer. Vi skal ikke diskutere, vi skal vitne. Og for det fjerde må vi ikke være påståelige og sta. Det kan jo hende at den vi snakker med vet mer enn oss, og at hans trossystem er bedre fundamentert enn vårt,

men likevel kan vi si hva vi tror på, og det på en ydmyk måte. Vi kan også for det sjette si at vi ikke skal forkynne særmeninger. Det er det sentrale i troens verden som vi skal holde oss til. Det er Kristus og hva han betyr for oss vi skal vitne om, ikke en lære, men en levende person. Fremfor alt gjelder det å ha kjærlighet og ydmykhet når vi skal meddele andre vår tro.

Vi skal også tenke på at det er så mange mennesker som har det vondt i sjelen. Det er så mye som er uklart og uforståelig. En møter ting i livet som er vanskelige å komme igjennom. En trenger noen å snakke med. Det er flere som gjerne vil snakke om det som ligger en på hjertet om en bare torde. Dersom en bare hadde en fortrolig venn, ville det være mulig å åpne seg for denne. Det går så mange mennesker i vår nærhet som bærer på dulgte spørsmål, som kjenner seg ensomme og innefrosne i sjelen. Det er vår oppgave som kristne å hjelpe her med de midler vi har fått av Gud.

Kapittel I SJELESORG – KIRKENS LIVSNERVE

Sjelesorgen er kirkens svar på menneskelig nød. Om vi leser vårt Nye testamente og kirkens historie, vil det slå oss at sjelesorgen, det vil si omsorgen for menneskets sjel og det å lede mennesket inn til liv i Gud og vise vei gjennom livet til himmelen, er hovedtemaet hele veien. Vi tenker her både på den oppsökende og den helende sjelesorgen.

Dette gjelder alle kirkens oppgaver slik Jesus har gitt oss et eksempel på: "Han lærte folket i synagogene deres, forkynnte evangeliet om riket og helbredet alle sykdommer og plager hos folket," Matt. 4, 23. Jesu programtale i Kapernaum har den samme undertone: "Herrens Ånd er over meg, for han har salvet meg til å forkynne et gledesbudskap for fattige. Han har sendt meg for å kunn gjøre at fanger skal få frihet og blinde få synet igjen, for å sette undertrykte fri og rope ut et nådens år fra Herren." Luk. 4, 18–19. Det var det samme oppdraget Jesus gav sine disipler, Luk. 10, 8–9 og Matt. 28, 19–20. På den store oppgjørsdagen er det omsorgstjenesten vi skal stå til regnskap for, Matt. 25, 31–46.

Kirkens oppgave i verden er beskrevet med disse kjerneord:

1. Kerygma: Budskapet som skal forkynnes.
2. Diakonia: Omsorgstjenesten.
3. Koinonia: Fellesskapet i menigheten.

Egentlig er dette omsorgstjeneste alt sammen. Når kirken fungerer slik, da oppfyller den Jesu tolkning av hele loven: "Du skal elske Herren din Gud av hele ditt hjerte og av hele din sjel og av all din forstand. Dette er det største og første bud. Men et annet er like stort: Du skal elske din neste som deg selv. På disse to bud hviler hele loven og profetene." Matt. 22, 37–40.

Om de første kristne het det: "Se hvor de elsker hverandre!" Det var inntrykket folk fikk av den første kristne menighet, og det var det som imponerte.

Apostelen Johannes hadde en hilsen til menigheten da han som gammel ble båret til gudstjenesten: "Elsk hverandre!" Det er forresten temaet både i hans evangelium og i de tre brevene som han skrev.

Vi kan til og med konstatere at når omsorgen for hverandre blusset opp i kirken, hadde kirken fremgang. Når omsorgen dabbet av, gikk kirken tilbake.

Vekkelse har alltid vært omsorgsvekkelse i kirken. Slik begynte det i moderne misjonshistorie da William Carey fikk nød for dem som ikke hadde hørt evangeliet. Han hengte opp et verdenskart på sitt verksted for å ha hedningenes nød for øyet alltid.

Pietismens fremgang berodde på de små gruppene innen menigheten der den innbyrdes kjærlighet fikk stor plass. Metodismens hemmelighet var klassemøtene der den innbyrdes omsorg for hverandre var tydelig.

Det mest tragiske som kan hende i den kristne menighet er at den kan bli "lunken" og mister sin første kjærlighet, Åp. 2, 14–16. Dette skal være karaktertrekk i menigheten i den siste tiden, sier Jesus, Matt. 24, 12.

Den vekkelsen som vi venter på er en omsorgsvekkelse der vi begynner å ha det vondt fordi andre ikke har det godt og at vi gjør noe for å rette på dette. Dette er i første rekke et personlig anliggende, men det er også et menighetsanliggende.

Kapittel II SJELESORGENS MULIGHET I VÅR TID

Sjelesorgen har alltid vært kirkens mulighet, men denne muligheten har vært større til sine tider. Om vi ser nærmere på hvilke tider sjelesorgen har hatt sine største muligheter, vil vi finne at det er i de tider da kirken har hatt det trangt og vanskelig. I de "gode" tidene var man kanskje ikke så oppmerksom på nøden hos seg selv og andre. Nøden er sjelesorgens anledning.

Vi kan se dette i kirkens historie. Da kirken hadde en sterkt posisjon i folket, ble kirkens funksjoner overført til dens institusjoner. Det personlige innslag ble mer eller mindre borte. Kirken var etablert. Dens posisjon i folket var akseptert. I middelalderen var kirkens makt stor.

Sjelesorgen ble institusjonalisert i botsinstitusjonen. Bjørnstjerne Bjørnson sier: "Kirken ligger på et høyt sted i bondens bevissthet."

Da kirken opplevde trengselstider, kom det personlige engasjement tydeligere frem. Man hadde ikke noe fast kirkelig å holde seg til. Man hadde bare Gud og hverandre. Da vokste omsorgen frem. Og da begynte man også å tenke på de andre som var "utenfor". Det var jo ingen utenfor når alle var innenfor i kirken. Eksempler på dette ser vi der kristendommen er forbudt og bekjempes.

Har dette noe å si oss i vår tid? Det er to hovedtrender i vår tid som har noe med kirkens virksomhet å gjøre. Den ene er av politisk natur og kalles pluralisme. Den andre er av religiøs karakter og kalles sekularisering. Pluralisme betyr at det er flere livssyn som gjør seg gjeldende, og alle krever sin rett i samfunnet. Monisme, som er det motsatte av pluralismen, betyr at det er ett livssyn som er fremherskende. Det siste ser vi i enhetskulturer i historien. Pluralismen kan forveksles med demokrati. Alle skal ha noe å si. Det flertallet bestemmer er lov.

Demokratiet og pluralismen har gitt oss mange goder. Vårt velferdssamfunn er et resultat av disse. Men det er også noe som er gått tapt. Det er ikke noe som er totalt forpliktende lenger, et mandat utenfor oss, vi kan gjerne si over oss. Guds lov blir tilsidesatt, og vi har ikke funnet noe som kan erstatte denne. Vi mangler retningslinjer og det etisk forpliktende.

Kirkens røst høres bare ganske svakt i dette uføre. Det er nok å vise til abortsaken. Men den kristnes røst kan høres og sees i hans livførsel. Kirken har tapt sin posisjon i folket. Den kristnes vitnesbyrd ikke.

Dette er sjelesorgens mulighet i et pluralistisk samfunn.

At kirken har tapt sin posisjon på mange felter og at kirkens funksjoner er overtatt av verdslige institusjoner kaller vi sekularisering. Vi kan beklage denne utviklingen, men vi kan ikke stanse den. Den har ført med seg at kirken har måttet trekke tilbake mange av sine forposter i verden, og det er et tap. Men det er ikke bare tap. Det har fått kirken til å besinne seg på sin egenart og å presisere hva dens oppgave i verden virkelig går ut på. Kanskje har vi vunnet mer enn vi har tapt allikevel. Grensene er blitt klarere ut mot verden. Oppgavene er blitt tydligere. Om vi ser dette klart, vil vi finne at kirkens mulighet for sjelesorg ligger her.

Skal vi være glade fordi andre har overtatt noe av den sjelesørgeriske virksomhet som kirken har hatt monopol på? At så virkelig har skjedd, er åpenbart. Psykologen, psykiateren og psykoterapeuten har overtatt noen av sjelesørgerens oppgaver. Disse synes å ha visse fortrinn fremfor sjelesørgeren. De oppfattes som bedre vitenskapelig skolert, mildere i sin dom, sykdomsaspektet dominerer fremfor etisk svikt. Professor Lindhardt sier: "Hegemoniet er gått over fra det sortkjølede presteskap til det hvitkitlede." Dette er vel ikke helt sant, men noe er det i det.

Hva skal vi gjøre med denne nye situasjonen? Det vi gjorde til en begynnelse var å bygge forsvarsverker mot

hverandre og mistenkliggjøre hverandre. Intet godt er kommet ut av det. Nye signaler holder på å komme frem nå. Vi trenger hverandre. Psykologen og psykiateren trenger litt mer av en "overbygning" i det disse sysler med. De trenger å se mennesket ikke bare i relasjon til seg selv og andre mennesker, men også under forpliktelse til overordnede instanser. Sjelesørgeren trenger litt mer av "grunn forskning". Med det mener vi et grundigere kjennskap til mennesket og de menneskelige relasjoner, dvs. litt mer psykologi og sosiologi i tillegg til teologien.

Også her ser vi ikke bare et tap i terrenget, men en mulighet og en utfordring for sjelesorgen om vi bare forstår situasjonen rett og vil gjøre noe med den.

Og så til slutt: Den kirkelige situasjonen. Så lenge kirken rådde marken alene, var kirkens makt og posisjon anerkjent. Mengden var kirkelig engasjert, om det så bare var i det ytre. Kfr. Kirkebakken i eldre tid.

Så lenge vi levde i de store vekkelsers tid var mengden engasjert. Vekkelsen under den siste krigen viser det. Det virker ikke lenger slik. Om vekkelse finner sted nå, er den sporadisk, geografisk bestemt og kortvarig.

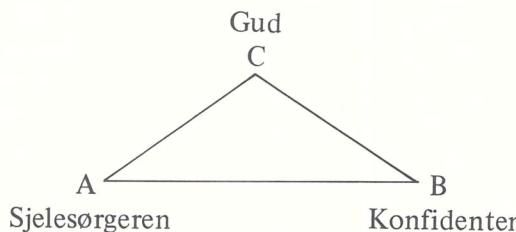
Vi kan beklage dette og håpe at de gamle tiders vekkelse må komme tilbake. Det kan hende de gjør det. Men hva skal vi gjøre mens vi venter. I virkeligheten er det så at vår begrensning når det er tale om massevirksomhet har gitt oss en mulighet til personlig virksomhet. Tapet er kanskje blitt en vinning. Vi er i alle fall kommet nærmere det urkristne sjelesørgerideal: Mann-mot-mann-metoden, for ikke å snakke om munn-mot-munn-metoden. Slik var det det begynte i alle fall, Johs. kap. 1.

Begrensningen av kirkens virksomhet er blitt dens mulighet, muligheten til sjelesorg. Om vi ikke kan bruke "snurpenot-metoden" der vi drar inn fisk i mengder, kan vi bruke "stangfiske-metoden" der vi vinner én for én.

Kapittel III DET KARAKTERISTISKE VED DEN KRISTNE SJELESORG

Sjelesorg er en unik opplevelse både for dem som søker hjelp, konfidenten, og for sjelesørgeren. Det som gjør den så unik er det faktum at her er to mennesker, i individuell sjelesorg, eller flere mennesker i gruppjesjelesorg, sammen under en åpen himmel. De har nemlig løfte om at Gud vil være med: ”For hvor to eller tre er samlet i mitt navn, der er jeg midt i blant dem,” Matt. 18, 20. Det gjelder altså både individuell sjelesorg og gruppjesjelesorg. Teologisk kaller vi dette å være ”*sub specie aeternitatis*”, under evighetens synsvinkel. Det er det som gjør den kristne sjelesorg til noe genuint annet enn all annen sjelehjelp.

Sjelesorgens triangel



Det som skjer her er at to mennesker er i kontakt med hverandre og at Gud er der med kontakt med dem begge. Vi kaller det kommunikasjon.

La oss se hvordan dette skjer. Det første er vel det at konfidenten kommer med det han har på hjertet. Det kan også hende at det er sjelesørgeren som sier noe først for å hjelpe konfidenten ”på glid”. I alle fall er det så at det på ”grunnlinjen” AB ganske snart skjer en tosidig kommunikasjon. Det er en terapeutisk situasjon. Det er den som terapeuten søker å oppnå. Det kalles ”*a warm relationship*”,

en varm relasjon. På dette hviler hele den terapeutiske prosessen.

I sjelesorgen skjer det noe mer. Det finnes en ”linje” til Gud for sjelesørgeren, og det finnes en ”linje” til Gud for konfidenten. Kan vi også her tale om en tosidig kommunikasjon? For sjelesørgeren skulle det være klart. Han våger ikke å gå inn i en sjelesørgerisk samtale med mindre han har talt med Gud om dette. Han har bedt innen han går inn til samtalen og han ber hele tiden under samtalen. På den andre siden vil Gud gi sjelesørgeren lys og innsikt, som han ikke har fra seg selv, det han vet eller kan. Det er Åndens virksomhet. Han kan til og med få ordene han skal bruke. Sjelesørgeren skal forberede sitt sinn for sjelesorgssamtalen, ikke det han skal si. Her gjelder løftet om at Den Hellige Ånd skal lære oss det vi trenger å si, Luk. 12, 11–12. Så her finnes en tosidig kommunikasjon også.

Men så er det spørsmål om det kan opprettes en tosidig kommunikasjon mellom konfidenten og Gud. Kan konfidenten meddele seg direkte til Gud? Hører Gud syndere når de ber? Og kan Gud meddele seg direkte til konfidenten uten at jeg som sjelesørger formidler dette budskapet? I høykirkelige kretser med stor vekt på embetet, vil det ha sine vanskeligheter. Veien til Gud for konfidenten går alltid gjennom sjelesørgeren.

Men dette stemmer ikke med Bibelen der Gud hører tollerens bønn og taler ved sin ånd til det uomvendte hjerte. Jeg kan altså som sjelesørger regne med at det er direkte toveisforbindelse mellom Gud og min konfident. Det er toveisforbindelse over hele linjen. Dette skaper et kraftfelt der det må skje noe for her er det Gud som virker. Jeg er som sjelesørger bare et redskap i hans hånd.

Det sjelesørgeriske kraftfelt

Vi er altså kommet inn i et kraftfelt når vi befinner oss i en sjelesørgerisk situasjon. I et kraftfelt blir det spenninger, men her finnes også muligheter for lys og kraft som brukes for å løse floker og gi lys og inspirasjon til liv og tjeneste.

For at dette kraftfeltet skal virke er det ikke bare spørsmål om kommunikasjon, men om hvem det er som kommuniserer. Det vil vi se på nå.

Sjelesørgeren bør ha noen kunnskap om hva sjelesorg er. Han bør kjenne sin Bibel, som er sjelesorgens viktigste virkemiddel. Og han bør kjenne litt menneskene som han skal hjelpe. Han bør ha kunnskap, men kunnskaper er ikke det viktigste i sjelesorgen. Han bør kunne snakke med folk, men denne evnen er heller ikke det viktigste. Som en regel kan vi si: Det er ikke det du vet eller det du kan som er det viktigste, men det er det du er. Sjelesorg er mer en hjertesak enn en hjernesak.

Vi kan se dette tydelig i kallet som Peter fikk til å være sjelesørger. Simon Peter fikk to kall. Det første fikk han ved begynnelsen av samværet med Jesus. Det andre fikk han ved avslutningen. Begge ganger hendte dette ved Genesaret-sjøen. Det første kallet gjaldt oppsökende sjelesorg. Det vi bruker å kalte evangelisering. Det andre gjaldt sjelepleie.

Det første leser vi om i Luk. 5. Etter en mislykket fiskefangst ber Jesus Peter om å fiske på nytt på Jesu ord. Han blir betatt av den mengde fisk han fikk. Men det som var enda større var at han fikk et innblikk i sitt eget liv som han aldri før hadde hatt: "Gå fra meg, Herre, for jeg er en syndig mann!" Men da sa Jesus: "Vær ikke redd! Fra nå av skal du fange mennesker."

Det andre leser vi om i Johs. 21 der Jesus spør Simon tre ganger om han elsker ham. Først stiller Jesus spørsmålet i relasjon til de andre. Dernest direkte til Peter. De to første gangene bruker Jesus et sterkt ord om kjærlighet (agapein). Det betyr å elske med guddommelig kjærlighet. Siste gang bruker han det svakere ord for kjærlighet (filein), det ordet som Simon bruker alle gangene. Da fikk Simon oppdraget å føde og vokte lammene og sauene.

Det er hjertet det gjelder, ikke først og fremst hodet og munnen når vi skal være sjelesørgere, og det skal vi være alle sammen som kaller oss kristne. Det var slik i begynnelsen. "Bær hverandres byrder, og oppfyll på den måten

Kristi lov." Gal. 6, 2. Det var det urkristne sjelesørgerideal. Det var det som imponerte dem som sto utenfor den kristne flokken. De sa: "Se hvor de elsker hverandre!"

Sjelesorg er et spørsmål om holdning mer enn handling. Det er et spørsmål om innsikt i eget sjelsliv og i andres. Legg merke til at Peter fikk sjelesorg-oppdrag etter to opplevelser av å være mislykket. Han opplevde seg selv som en syndig mann første gangen. Han opplevde seg selv som en sviker andre gangen. Allikevel kunne Jesus bruke ham. Jesus bruker vår svakhet. Det er merkelig, men det har noe med lerkaret å gjøre. 2. Kor. 4, 7.

Hva skal jeg gjøre som sjelesørger?

1. Jeg skal *sørge for min egen sjel*. Jeg må ha det godt med min Gud. Jeg må leve i nåden. Jeg må være åpen for Guds Ånd. Det betyr at jeg må arbeide med å kjenne meg selv og ordne opp i det som er urett i mitt eget liv. Jeg skal ikke demonstrere min fortreffelighet. Jeg er intet orakel som kan gi svar på alle ting. Jeg er bare en kanal for Guds ord, hans Ånd, hans makt. Sjelesørgeren bør være den ydmykeste av alle for han har en så stor oppgave å fylle. Selv har han så lite å fare med. Han må låne alt.

2. Det det gjelder først og fremst er å *lære seg å lytte*. Vi har to ører og en munn. Det betyr at jeg skal lytte dobbelt så mye som jeg snakker. Men hvem av oss gjør det? Så skal vi lære oss å lytte, ikke bare etter ord, men det som sies med kroppen forøvrig, kroppssprog, og mimikk. Vi snakker mer ærlig med kroppen enn med tunga. Det er ikke for ingenting at vi sier at øynene er sjelens speil.

3. Så skal vi *være ærlige*, ærlige mot oss selv og ærlige mot andre. Jeg skal ikke være noe annet enn det jeg er. Å være noe man ikke er, er skuespillerkunst. Jeg skal være så ærlig at et annet menneske som jeg skal hjelpe skal kunne se "tvers igjennom meg". Da kommer mine svake sider frem. Men det er det underlige at om så skjer, kan jeg være til hjelp for en annen med min svakhet. To svake behøver ikke å være redde når de begge kan gripe en sterkere hånd som de vet finnes.

4. Så må jeg lære meg kunsten å sette meg inn i *hvordan det er å være et annet menneske*. Det kaller vi *empati*, innføling. Jeg forsøker å sette meg inn i hvordan det er å være deg *ut* fra dine forutsetninger, med dine tanker og dine følelser. Dette er så vanskelig fordi vi tenker bestandig ut fra oss selv. Jeg er selv sentrum i min tilværelse. Livet blir rikere om jeg kan få se på livet med andre øyne enn mine egne. Og det merkelige er at jo mer jeg lærer andre mennesker å kjenne, desto mer glad blir jeg i dem. Å kjenne alt er å tilgi alt.

5. Så må jeg ha *respekt for mennesket*. Sjelesorgen foregår aldri som en ovenfra–ned–virksomhet. Vi er alltid i samme båt. Uansett hvem det er jeg snakker med og uansett hvordan han ser ut, hva han har gjort eller hva han står for, skal jeg respektere ham. Slik var Jesus.

Hva skal vi vente av konfidenten?

1. Vi får lov å vente at han er *ørlig* likesom sjelesørgeren er det, at han våger å komme nær seg selv, stå ansikt til ansikt med sine innerste og dype følelser. Det er ikke så lett. Når sjelesørgeren følger sin konfident inn til hjertets skjulte tanker og råd får han fare varlig frem. Han er på hellig grunn, og han skal ikke gå lenger inn i det dulgte i konfidentens liv enn denne tillater.

Det er da *selverkjennelsen* våkner. Konfidenten ser seg i et nytt lys ved å få snakke ut og ikke forskanse seg lenger bak sine vanlige forsvarsmekanismer: unnskyldninger og vantolkninger.

Vi venter at konfidenten skal være *åpen*, dvs. at han er villig til å si det som kommer opp i hans sinn. Det som er vanskeligst her er å komme frem med det som gjør ondt, såre minner, feilgrep, synder. Det er godt bare å få snakke ut om det som gjør ondt. Å skjule det gjør bare ondt verre, se Salme 32.

I terapi er det nettopp dette å få frem det vonde som er årsaken til at forholdet kan bli bedre. Her kalles det katarsis. I sjelesorgen kalles det *bekjennelse*.

Og så får vi vente at konfidenten er *mottagelig* for det som sjelesorgen tilbyr: tilgivelse og kraft til å leve på en bedre måte enn hittil, å møte livet mer positivt og konstruktivt. Det tilbys i skriftemål og avløsning som er sjelesorgens botemiddel mot det vonde i livet.

Og tilslutt får vi lov å vente av konfidenten at han vil *gjøre noe* med den nye situasjonen. Vi må huske på at det er ikke vår oppgave som sjelesørgere å svare på alle spørsmål som stilles. Heller ikke skal vi gjøre det som konfidenten selv skal gjøre. Da fratar vi ham en anledning til å bli voksen. Ofte er det så at svaret på spørsmålet kommer uten at sjelesørgeren behøver å si noe. Svaret ligger ofte i spørsmålet, om dette bare får den rette belysning. Som oftest kan konfidenten selv gi svar på sine spørsmål om han bare har en som lytter riktig når han spør. Det svar han selv kom til er som regel bedre enn noen sjelesørger kan gi nettopp fordi vi er så unike allesammen. Det rette svar er individuelt.

Den tredje og viktigste faktor i sjelesorgens dynamiske felt er GUD. Du kan kanskje forbause over at jeg tar dette til sist. Det skal selvsagt være først og sist og hele veien. Det er Gud som virker hele tiden. Uten denne kjensgjerning ville det ikke være noen sjelesorg i det hele tatt.

Vi siterer noen Bibelord som gjør dette klart: "For det er Gud som virker i dere både å ville og å gjøre etter hans gode vilje." Fil. 2, 13. "For vi er hans verk, skapt i Kristus Jesus til gode gjerninger, som Gud på forhånd har lagt ferdige for at vi skulle gå inn i dem." Ef. 2, 10. "Uten meg kan dere intet gjøre." Johs. 15, 5.

Dette er garantien for at det tross alle våre begrensninger skal lykkes i vår sjelesorg. Det er vår trøst, vårt håp og forundring. Det er grunnlaget for all vår virksomhet.

Kapittel IV KOMMUNIKASJON I

Det er nødvendig for oss å se litt nærmere på det som vi kaller kommunikasjon, dvs. hvordan vi meddeler oss til hverandre. Dette er i den senere tid blitt et meget viktig område av psykologien. Ikke minst er det blitt aktuelt i gruppe-dynamikken. Vi må lære oss å forstå hva det er som skjer når folk er sammen. Det er noen av disse resultater som man er kommet frem til i studiet av kommunikasjonen i grupper som vi skal se litt på her før vi tar opp de aktuelle spørsmål som har med den praktiske sjælesorg å gjøre.

Det skjer altså noe når mennesker kommer sammen, enten det er to eller flere som møtes. Hva er det som egentlig skjer? Det er det vi skal se litt på her.

La oss da slå fast følgende fakta: 1) På den ene siden er mennesket et individ, noe for seg selv, ofte ensom og ukjent av andre, iblant også ukjent for seg selv. Det kjenneres som en ulykke ikke å kunne gi uttrykk for det som bor inne i en. Jo dypere en kommer inn i ens egen indre verden, jo mer ensom blir man og jo vanskeligere blir det å uttrykke seg. Det finnes ikke i oss en verden som aldri kommer frem i lyset, en verden som aldri kan anskueliggjøres, demonstreres og formidles til andre. Vi får godkjenning det, så vondt det ofte kan være. 2) På den andre siden har mennesket evnen til å leve i fellesskap med andre på en måte som intet annet vesen vi kjenner kan gjøre det. Aristoteles kalte mennesket et "Zoon politikon" som betyr et politisk eller sosialt dyr. Psykologer har i eldre tid vært opptatt med det som de kalte hjord-instinktet, det at vi hadde en naturgitt tilbøyelighet til å flokke oss sammen og knytte kontakt med hverandre. Det er ganske merkelig at mennesket er på den ene siden det mest ensomme vesen på jord og på den andre siden et vesen som fremfor noe annet vesen søker kontakt,

legemlig og sjælelig. Det er i denne spenningen vår personlighet vokser, lider og gleder seg.

Videre vil vi slå fast at det å bygge bro mellom vår egen isolerte verden til de andres er et stort behov hos oss, som det er vanskelig å klare og som vi ofte mislykkes i, men som vi aldri helt kan gi opp. Dette behov av å meddele seg og ta imot meddelelser er et behov som vokser frem i ulike situasjoner i livet. Det viser seg i arbeidssituasjonen der det ofte skorter på muligheter og ferdigheter til å forstå hverandre. Det sees i den hjemlige situasjon mellom ektefeller og mellom foreldre og barn og barna imellom. Det sees i foreningslivet og i menighetslivet. Ja, det sees overalt.

1. Hvordan har man forsøkt å kommunisere med hverandre?

Dyrne har sin måte å meddele seg til hverandre på. Biene gjør det ved å gestikulere. Når en bi finner honning flyr den tilbake til kuben og foretar ganske bestemte bevegelser som for oss nærmest ser ut som en dans. Ved hjelp av dette bevegelsessystem kan bien fortelle de andre bienene i kuben at den har funnet honning, hvor langt det er til honningstedet og i hvilken retning en bør fly for å komme dit. Maurene har et kjemisk meddelsesmiddel. De utskiller spesielle væsker som oppfattes av de andre maurene. Det er grunnlaget for deres høyt organiserte sosiale system.

Mennesket har andre måter å meddele seg på. Om man ser på slektens utvikling og det enkelte individs utvikling, så viser de omtrent de samme utviklingstrinn:

a) *Skriket*. Det uartikulerte skriket synes å være det første meddelsesmiddel mennesket har gjort bruk av i tidenes morgen, og det er på samme vis med babyen. Det er skriket som er vårt første meddelsesmiddel.

b) *Gestikuleringer*. Det neste trinn synes å være forsøket på å meddele seg gjennom tegn som man gjør med hender og føtter eller kroppsholdning i det hele.

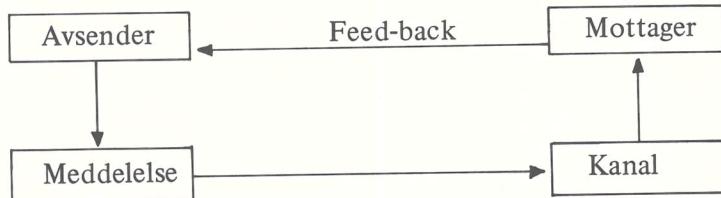
c) *Mimikk*. Mimikk er en finere form for gestikulering, en mer nyansert form for meddelelse. Det er da særlig ansiktets muskler som kommer i funksjon.

d) *Ord.* Ordene som meddelelsesmiddel er en meget sen forekomst. I skapelsesberetningen i 1. Mosebok det annet kapittel heter det at da Gud hadde skapt alt, ledet han alle dyrene til Adam for at han skulle gi dem navn. Navn og ting var en og samme sak i mer primitiv tenkning. Vi opplever navnet og tingen som to forskjellige saker, men vi ser også at de har meget med hverandre å gjøre. Nå tar vi også ordet for tingen, men vi vet at ordene representerer tingene, de er ikke tingene. Vi kan neppe forestille oss hvilken fantastisk utvikling mennesket gikk imøte da det kunne operere med ord istedenfor å vise til tingene som man snakket om. Ord er ikke bare uttrykk for ting, der er også uttrykk for begreper og forestillinger, som så igjen danner materialet for alle vår tenkning.

e) *Extra-sensory perception, (ESP),* (utenom-sensorisk oppfatning). Med dette tenker vi på telepati, clairvoyance etc. Det ser ut som om mennesker kan meddele seg til hverandre uten å bruke de vanlige kanaler for meddelelse som vi har omtalt. Tankeoverføring er ikke uvanlig. Hvordan dette foregår vet vi lite om, men det er ganske opplagt at mennesker kan meddele seg til hverandre på den måten, enten man er i nærheten av hverandre eller man befinner seg på avstand. Den vanlige forklaring er at vår hjerne produserer visse elektriske utstrålinger som kan oppfattes av andre som er ”på samme bølgelengde”.

2. Hva er det som virkelig skjer når mennesker kommuniserer?

Vi kan sette opp et enkelt skjema for denne kommunikasjonsprosessen:



Det som skjer er at et menneske har noe som han vil meddele en annen eller andre. Det må han ha et middel til om budskapet skal nå frem. Mottageren vil så, om det er en tosidig kommunikasjon, meddele hvordan han har oppfattet dette budskapet.

Om vi bare har en ensidig kommunikasjon, vil feed-backen mangle og avsenderen har ingen orientering om hvordan mottageren har oppfattet budskapet. Om man vil eksperimentere med denne ensidige kommunikasjon kan man la to forsøkspersoner sitte på stoler med ryggen mot hverandre. Den ene har en geometrisk tegning foran seg som den andre ikke kjenner. Så skal den første få den andre til å tegne en slik tegning, men den som skal tegne har ikke lov til å spørre om noe eller i det hele tatt si noen ting. Det er tydelig hvor mangefull denne form for kommunikasjon er, og vi kan forstå litt av alle de misforståelser som oppstår når ikke gjensvar gis. Eksempel kan man få om man tenker på tilhørerne i en kirke og deres oppfatning av prekenen. Helt ensidig er vel ikke denne kommunikasjonen. Presten får i alle fall noe gjensvar gjennom ansiktsuttrykk og ”stemningen” i kirken. Men stort sett har vi her med en ensidig kommunikasjon å gjøre. Helt annerledes er det i den sjælesørgeriske samtale der man skulle ha mulighet for å kommunisere to-sidig.

De faktorer som skal undersøkes er da for det første avsänderen. Mye avhenger av hvem det er som snakker. Hans personlighet, status, betyr mye for den vekt man tillegger det han sier. I blant tillegger man avsenter for stor betydning, som f.eks. når en bokser anbefaler en viss parfyme, eller en som har en høy status uttaler seg om det som ligger utenfor hans område. Men det som sies kan også undervurderes når en ”ulærd” uttaler seg om religion. Disiplene fikk føle det. Men man kommer aldri forbi at det som sies verdsettes mer eller mindre beroende av hvem det er som sier det. Det er ikke bare saken det gjelder, hvor mye man enn presiserer det, det er personen som uttaler seg som betyr noe.

For det annet gjelder det *meddelelsen*, budskapet. Det er det vi har snakket om, nemlig hvor vanskelig det er å verbalisere, forme, det som en har på hjertet. Og det er vanskeligere jo dypere det er og jo mer abstrakt det er. Det er den kunst som talere og predikanter må øve seg i, og de kjenner seg aldri ferdig. De føler alltid på at de ikke får sagt det de skulle ha sagt. Om enn språket er et ufullkommen meddelesesmiddel for dype tanker, så får vi forsøke allikevel å gjøre vårt beste og stadig søke å forbedre oss i å uttrykke det vi tenker og føler. Hvor ofte har ikke det gode budskapet blitt forvansket gjennom ufullkomne meddelesesmidler!

Så gjelder det *kanalen* som budskapet skal formidles gjennom. Her kan vi skille mellom nærbekjentskap og fjernkontakt, mellom direkte konfrontasjon og indirekte konfrontasjon. Kanalene vil veksle eftersom det er den ene eller den andre form for meddelelse vi gjør bruk av. I nærbekjentskapen dreier det seg om enkle midler: Ord, mikikk, håndtrykk. I fjernkontakten gjør man bruk av aviser, tidsskrifter, radio, fjernsyn. Det er tydelig at nærbekjentskapen begrenses til et fåtall, vanligvis bare en, mens fjernkontakten utvides til mange. Vi er her inne på massemedier og PR-virksomhet.

Det budskap som skal formidles er selvsagt avhengig av *mottageren*, om det skal nå frem i noenlunde rett form. Mottageren har sitt eget ”mottagerapparat”, dvs. han hører med sine ører og tenker med sin hjerne, han har sin egen historie som har formet hans atferdsmonster, og han har sine ønsker og intensjoner. Alt dette spiller med i hans oppfatning av det budskap som avsenderen har meddelt. En kan aldri regne med at budskapet kommer frem i ”ren form”. Det vi har sagt skulle tyde på det. Det er også et spørsmål om hvem det er jeg snakker med. Det er ikke en ”herr hvemsomhelst”. Jeg bør ha en aldri så liten idé om hvem han er som jeg snakker med. Hvor ofte har vi ikke snakket over hodet på folk og gått ut fra at det ble forstått det vi sa, uten at den vi snakket med

ante et ord av det vi sa. Vi har vel også undervurdert den vi snakket med så det ble en ”søndagsskoleprat” med voksne mennesker, barnepjatt kanskje. Vi gjør vel i å sette oss inn i andres tenkesett når vi formidler våre egne tanker. Det er tydelig at de som snakker sammen må ha referansesystem som stemmer mer eller mindre overens.

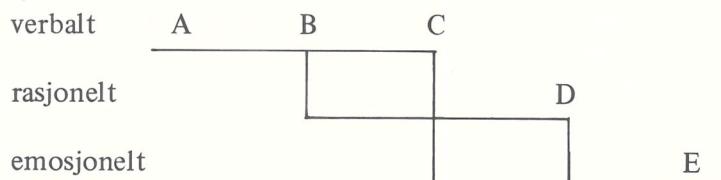
Og så har vi reaksjonen på det som er sagt, *feed-back*, som det teknisk heter. Jeg kan ha en anelse om hvordan min venn oppfatter det jeg sier, men da bruker jeg mitt eget referansesystem. Først når jeg hører hvordan han har oppfattet mitt budskap, det vil si at han har brukt sitt referansesystem for å få tak i det jeg har sagt, kan jeg gjøre meg opp noen formening om hvordan han har oppfattet meg. Men det kan jo også her tenkes at jeg har samme vanskelighet for å forstå ham i hans reaksjoner som han har hatt i å forstå det som jeg har sagt. Man får også fare varlig frem her.

Nå er dette bare en begynnelse på en lang prosess i kommunikasjonens vanskelige kunst. Man kan utvikle dette i det uendelige. Det som mottageren sier blir også et budskap som avsenderen får og som han reagerer på. Da kan man også se på prosessen i den omvendte orden.

3. Forskjellige plan som kommunikasjonen kan foregå på.

Her kan vi skille mellom tre lag: det verbale, det rasjonelle, det emosjonelle lag. Man kan føre en samtale på *det verbale plan*. Da bruker man ord. Man veksler ord uten at de betyr noe særlig. Slik er det når man snakker om været, eller spør om hvordan det står til uten å vente på en lang utredning fra motpartens side om hans helsetilstand. En hel del av den konversasjon som finner sted i selskapelige samvær ligger på dette nivå. Men man kan også føre en samtale på *det rasjonelle nivået*. Da bruker man som regel ord, men nå er ordene bærere av tanker. En kan si at vi utveksler tanker. I politiske og akademiske debatter gjør man bruk av en slik rasjonell fremgangsmåte. Men så kan man også komme frem til en dypere kontakt som er av følelsesmessig karakter. Da er man inne på *det emosjonelle plan*. Da veksler man følelser. Et forelsket par vet hva dette er for noe. Om man sysler med terapi og sjelesorg forstår man også hva det er tale om her. Det blir egentlig ingenting ut av terapien eller sjelesorgen uten at man beveger seg på det emosjonelle plan. Såsnart man taler om de dype personlige ting, og særlig når disse har tatt problemkarakter, kommer følelsene i sving.

Vi kan fremstille dette skjematisk på denne måten:



Her er de tre nivåer angitt. Vi må huske på at vi ikke bare kan snakke om rendyrkede verbale eller rasjonelle eller emosjonelle nivåer. Det er bare i ekstreme tilfeller vi kan

gjøre det. Det vanlige er at det er en blanding av alle tre, men at hovedvekten ligger snart på det ene og snart på det andre feltet. Vi kan si det slik at ved A er det bare snakk og ved E er det bare følelser. Det kan være så. Det vanligste er det som skjer ved C der alle tre komponenter spiller inn. Men det blir aldri en likelig fordeling her med 33 % på hver. Det kan selvsagt tenkes, men det vanlige er at det skjer en forskyvning her i en eller annen retning. Når følelsene er sterkt fremherskende, sier vi at vi kommer på dypet i en samtale, men vi bør jo bruke vår fornuft og vår verbale evne så godt vi kan, ellers flyter det hele ut i sentimentalitet og føleri.

4. Samtalens innhold

Samtalens innhold må svare til målsettingen, intensjonen, det jeg vil snakke om eller det vi er blitt enige om å snakke om. Da kan vi skille mellom ulike innhold alt etter den intensjon jeg har med det som jeg snakker om:

a) Samtalen er bestemt av at jeg gjerne vil ha *opplysninger*. Det betyr ikke at jeg vil ha disse opplysningene for å tilfredsstille meg selv. Det kan være at jeg i embets medfør søker visse opplysninger som i sin tur kan bli til nytte for den jeg spør. En hel del av den kuratoriske virksomhet har denne intensjonen.

b) En intensjon å få rede på *årsaken til problemene* og å få orden og system i dem. Det er det som skjer når legen tar en anamnese (sykehistorie) og søker å stille en diagnose.

c) Intensjonen kan være den å hjelpe et menneske til å *klare opp sine problemer*. Det er det som skjer når man griper inn for å rette opp det som er galt. Det skjer i terapi. Her er samtalen i seg selv terapeutisk. Vi snakker om samtale-terapi. Det er det som skjer i sjelesorg.

Om vi nå sammenlikner disse ulike former for samtale, vil vi lett se at den første typen svarer til det vi har snakket om som verbal kommunisering. Den andre typen likner mest på den rasjonelle kommunisering. Og den tredje typen svarer til den emosjonelle kommunisering.

5. Det som kan lette kommunikasjonen på det emosjonelle plan

a) Naturlig nok må vi begynne med det å *verbalisere* eller på annen måte å gi uttrykk for det en selv kjenner og på den annen side øve seg i å oppfatte hva andre sier og hva de mener og kjenner. Det er altså uttrykksmidlene vi får se på først. Dette har vi sett er en meget vanskelig sak. Hvordan skal vi kunne gi uttrykk for det som vi selv opplever på dypet av vår personlighet? Og hvordan skal vi kunne forstå våre medmenneskers dype hemmeligheter?

Det finnes mennesker som det faller naturlig og lett for å gi uttrykk for det de opplever. Andre har det meget vanskeligere. Det ligger vel noe i selve personligheten som gjør at en er mer åpen enn andre og at man ikke har så mange "sperlinger" som hindrer en i å meddele seg. Noen er også meget sjenerete for å gi uttrykk for det de kjenner innerst inne. Man kjenner det som om man blotter seg. Men i alle fall er det så at en trenger trening for å kunne uttrykke seg. Ingen har denne evne i vuggegave selvom personlige disposisjoner gjør det lettere for noen og vanskeligere for andre. Vi får øve oss i å gi uttrykk for det vi opplever.

Så får vi forsøke oss på å forstå bedre det som andre sier til oss. Det er ikke så lett som vi tror. Vi oppfatter det som andre sier til oss i våre egne tankekategorier, våre egne mønstre. Vi har jo ikke noe annet å sammenlikne med enn det vi selv opplever og tenker. Men da føres vi ofte på avveier. Andre tenker annerledes enn vi gjør. Andre føler på en annen måte enn vi. Det å sette seg inn i hva andre tenker og føler er en kunst som krever lang øvelse og megen tålmodighet. Om vi forsøker på det, så vil vi ofte bli meget forbauset over at folk tenker som de gjør og føler som de gjør, ofte stikk i strid med det som vi selv tenker og føler. Carl R. Rogers, grunnleggeren av den klientsentrerte psykoterapi, sier at om man skal være til noen hjelp terapeutisk, må man kunne "move inside my client's world as if it is my own". Det betyr at jeg skal kunne bevege meg innenfor min klients verden og kjenne det som om det var min egen. Men det er

en grense, det skal være "som om". Dersom jeg virkelig opplever mitt medmenneskes indre verden som min egen, mister jeg min identitet, og kan selvsagt ikke hjelpe. Det er en hårfin grense her, hvor man gjør seg til ett med et medmenneske og samtidig bevarer sin egen identitet.

Efterhvert vil man oppdage at man ikke kan ta det for gitt at det som sies er det som virkelig menes eller føles. En kan ikke ta ordene for deres "face value", det de synes å uttrykke. Det er noe i det vanlige uttrykket at det er som å "slå på posen og mene melet". Iblast kan vi gjøre dette bevisst. Iblast er vi oss ikke bevisst at det vi sier egentlig ikke er det vi mener. Man skal selvsagt ikke i samtalen ha den forestilling at den jeg snakker med vil føre meg bak lyset med sine ord, eller enda verre, at han skulle bevisst lyve for meg. Det er så mange faktorer i det medmenneskelige samspill som vi ikke skjønner eller behersker. Men det lønner seg å tenke over det som sies og spørre seg selv hva som egentlig menes med det som sies, og enda bedre hvordan det føles når man sier det man sier. Om vi nå sammenholder det som her sies med de tre nivåer for kommunikasjon, som vi har nevnt tidligere, vil vi straks se sammenhengen. I en intensiv gruppedynamisk situasjon måtte vi si til en som snakket hele tiden at han måtte stoppe med det, for han skjulte seg bare bak ordene. Vi ville gjerne få rede på hvem han var siden han snakket så forferdelig mye. Han tåkela sitt indre med en flom av ord. Han ble alvorlig sint på oss, men senere takket han oss for uforskammetheten.

Det er ikke det vi sier som representerer oss selv. Vi må dypere inn i personligheten for å få tak i hvem vi er og hvem andre er. Vi må være villige til å la våre tanker og følelser komme frem, og ikke bare våre ord. Vi må svare på vårt medmenneskes tanker og følelser mer enn på det som han sier. Det viser seg at det lønner seg.

b) Det neste skritt er at vi gir oss tid til å *lytte*. Det å lytte er en meget større kunst enn det å tale. Vi er også utsyrt med to ører og en munn, hvilket skulle bety at vi

skulle høre dobbelt så mye som vi snakker. Men hvem av oss gjør det? Om vi er oppmerksomme, vil vi oppdage at de fleste dialoger er monologer, de fleste samtaler er enetaler. Vi snakker om at folk snakker forbi hverandre. Det kommer som regel av at man bare hører sin egen stemme. Den andres stemme høres ikke som noe annet enn en fjern surren som ingen mening har. Det er svært vanlig i en debatt at den ene debattant forbereder sitt motinnlegg mens den andre taler. Han hører ikke hva den andre sier. Han bare fortsetter sin egen tankegang. Ikke å undres over at det sies så mye rart i en debatt. Det blir ofte ”Goddag mann – økseskraft”.

Vi må lære oss å lytte om vi skal kunne kommunisere, og jo dypere kommuniseringen er, slik det skjer i terapi og sjelesorg, jo mer legges vekten på å lytte og jo mindre betydning får det man sier. Man behøver ikke å si et eneste ord. Ofte har jeg hørt folk si: ”Takk for hjelpen! Nå er det klare for meg.” Og jeg har følelsen av at jeg ikke har sagt et ord, ofte har jeg også tidd helt stille.

Om jeg skal kunne lytte riktig, må jeg ha respekt for den jeg snakker med, og så må jeg ha ydmykhet selv til å tro at jeg ikke vet alt eller kan svare på alt. Det den andre sier kan være meget mer betydningsfullt enn det jeg sier. Jeg får ikke tro at jeg vet alt det som skal sies i en samtale. Vi er da virkelig minst to om det. Og for alt i verden må jeg ikke være sta og påståelig og låst i mine egne forestillinger og systemer så jeg lukker min venn ute fra samfunnet med meg.

Om jeg skulle skrive opp det jeg kan ha gitt i terapi og sjelesorg, ville det ikke bli så mye. Men om jeg skulle skrive opp det som mine klienter har gitt meg, så ville det bli en lang, lang liste. Jeg forsøker å lære meg å tie så mye jeg kan, og å lytte så mye som jeg kan.

c) Først og sist kommer det an på *meg selv*, hvordan jeg er og hvordan jeg oppfører meg hvis det skal lykkes å få i stand en god kommunikasjon med andre. Jeg er ikke blitt trett av å si til dem jeg underviser om dette: ”Det er ikke hva du kan eller hva du gjør som er utslagsgivende, men det er hvem du

er som betyr noe.” Innerst inne er samtale og kommunikasjon et spørsmål om et person-til-person-forhold.

Og da blir spørsmålet hvordan jeg er og hvordan jeg oppfører meg. Her vil jeg gjøre bruk av Carl H. Rogers tre karakteristika av denne rette terapeut:

1) For det første gjelder det å være *ekte*. Rogers bruker her uttrykk som det å være *genuine*, iblant snakker han om å være *transparent* eller gjennomsiktig. Det betyr ganske enkelt at en er den en er med alle svakheter og ufullkomheter og hva det nå kan være. Rogers har formet uttrykket ”To be what I am”, ”Å være det jeg er”. Det betyr at en kaster masken og lar være å spille noen rolle. Det betyr at man er menneske og er seg selv slik man er. Det høres ganske enkelt ut, men det er ganske vanskelig. Vi går omkring med masker og spiller roller for hverandre ofte uten å vite det. Vi oppfører oss slik som vi tror at andre venter av oss og hva situasjonen venter av oss. Og så blir vi unaturlige og kunstige, bundet og ufrie, hemmet, frustrert eller hva vi nå kaller det.

Dette får vi altså legge til side. Vi skal ikke anstrenges for å være noe annet enn det vi er. Vi skal ikke forsøke å likne andre. Det blir det bare kopier av, og de er ikke så mye verd som originalene.

Det er ikke så lett å være seg selv. Det er bittert å bli stillet ansikt til ansikt med svakheter, feil og brist i vårt eget liv. Og det er enda verre om andre skulle oppdage våre svakheter som vi mener vi skjuler så omhyggelig. Vi er nemlig ikke oppmerksom på at andre har oppfattet våre svakheter før vi har oppdaget dem selv. Og vi blir veldig overrasket når vi våger å vise svakhetene våre og merke at ingen andre ble så forundret over dette som vi selv ble. Og en annen sak, som er like viktig, er den at jeg kan være til større hjelp for mine medmennesker med mine svakheter enn jeg kan være med min styrke. Det er vel det som ligger til grunn for Pauli-ordet: ”Når jeg er skrøpelig, da er jeg sterk.”

Jeg våger altså å være meg selv, og behøver ikke å skjule noen ting. Det betyr selvsagt ikke at jeg skal bære til torvs alt det jeg tenker og føler. Folk ville bli trett av å se på det. Men alt det jeg bærer til torvs skal være ekte.

2) Det andre som Rogers taler om kaller han *empati*. Vi kan vel best oversette det med innfølelse. Det kan bety medfølelse også, men det er noe mer enn å føle *med*. Vi føler oss *inn i* et annet menneskes indre verden. Vi har nevnt litt om dette allerede. Jeg må altså lære meg å *føre med* og å *føre inn i* det som mitt medmenneske kjenner. Man kunne si at det er umulig. Vi er da så innkrøkte i oss selv, og andres verden er da en lukket verden for oss. Det er nok sant. Men så lukket er den ikke at vi ikke kan få et gløtt inn i den. Og det er dog noe som vi har felles når vi kommer på bølgelengde med hverandre. Først og sist er dette et spørsmål om vi interesserer oss for andre mennesker. Det er også et spørsmål om vi kan identifisere oss med andre, og at vi ikke tror at vi er så merkelige at ingen er lik oss. Det er et spørsmål om vi kjenner at vi har noe felles, om ikke annet enn våre svakheter. Det er sikkert det som Jakob tenker på når han sier: "Bekjenn derfor syndene for hverandre og be for hverandre, så dere kan bli legt!" Jak. 5, 16.

3) Det tredje som Rogers nevner når talen er om holdning hos den som skal hjelpe et annet menneske, er det han kaller for "*unconditional positive regard*" som vi vel kan oversette med "*ubetinget positiv aktelse*". Han bruker et ennå sterkere uttrykk for dette når han kaller det "*non-possessive love*", en kjærlighet som ikke krever noe. Det er veldig sterke saker dette. Kan det være mulig å komme i et slikt forhold til andre mennesker?

Det trenger kanskje litt forklaring om en skal forstå hva han mener med dette. Han mener at vi skal akseptere alle mennesker for det de er, men vi skal hverken godkjenne eller fordømme det de gjør. Det er altså mennesket som sådant vi skal ha den største respekt for. Og vi skal ha den største respekt for hvert enkelt menneskes individualitet, originalitet, om vi vil. Denne respekten gjør at vi ikke vil

tvinge noe menneske inn i noe system, men bare forsøke å forstå. Gjennom det å akseptere et medmenneske kan dette mennesket få hjelp til å akseptere seg selv. Jeg tar kontakt med et menneske, ikke for å få dette mennesket til å likne meg, men for at jeg skal kunne forstå dette mennesket og være til hjelp for ham.

Hele den klientsentrerte terapi er bygget opp på dette. Når det gjelder oss som kristne mennesker og vårt forsøk på å drive sjelesorg, skulle dette ikke være fremmede toner. Respekten for mennesket er uttrykt i Jesu ord om en menneskesjel og hele verden, der han sier at menneskesjelen er mer verd enn hele verden. Matt. 16, 26. Og vi må aldri glemme at det var Gud som skapte mennesket i sitt bilde hva enn synden har ødelagt. Paulus sier at vi skal akte andre høyere enn oss selv, Fil. 2, 3. Og vi får heller ikke glemme at det største bud i loven er kjærlighet og at denne kjærligheten ikke bare skal være rettet til Gud men også til vår neste.

Sant å si skulle det være lettere for en sjelesørger å følge disse linjer som her er trukket opp enn det er for en terapeut. Vi kan regne med Gud. Og vi kan regne med Guds kjærlighet: "Fordi Guds kjærlighet er utøst i våre hjerter ved Den Hellige Ånd som er oss gitt", Rom. 5, 5.

6. Gruppe-dynamiske aspekter

Det er på tide at vi tenker noen nye tanker når det gjelder sjelesorg. Vi har begrenset sjelesorgen til et tosiktig forhold, der et menneske snakker med et annet. Uten tvil er dette meget viktig, kanskje det viktigste. Det er også det som har beskjeftegit oss mest i vår fremstilling hittil. Tendenzen i terapi går for tiden mer i retning av gruppen enn i retning av den enkelte pasient. Man grunner dette på det faktum at det som regel ikke er hos personen selv man finner årsaken til den mentale forstyrrelsen. Det er i de medmenneskelige relasjonene det er noe feil, enten hjemme i ekteskapet eller i barn-foreldre-relasjonen eller på arbeidsplassen. Det er ikke mennesket som er sykt. Det er samfunnet. Det er sikkert noe riktig i det, men det kan nok

sies at det er noe for skarpt formulert. Det er vel begge deler; årsaken ligger både i de individuelle disposisjoner og funksjoner og i det sosiale miljøet.

En annen sak er at man har oppdaget at det skjer noe i gruppen som kan ha terapeutisk virkning hvis gruppen fungerer psykodynamisk. Det skulle være naturlig at kirken, som i sin historie har lagt slik vekt på gruppen, ville fornye dette synet når det gjelder den sjelesørgeriske praksis. Som vi skal se er gruppen det primære i alt guds-tjenestlig liv og kristelig arbeid, nedslagsfeltet for Guds Ånd og Åndens arbeidsredskap fremfor noe annet. Jesus benyttet seg av gruppen. Tenk på de tolv og på de sytti. Kirkens historie viser det samme. Det er nok å referere til pietismens ecclesiolae, metodistenes klassemøter og Oxford-gruppens grupper.

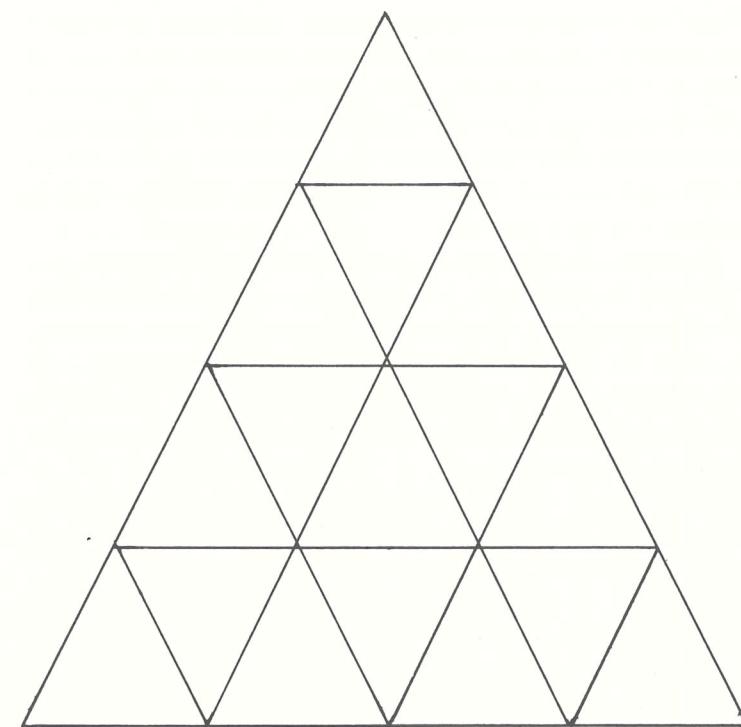
Vi skal nå først se litt på de psyko-dynamiske aspekter av gruppen for deretter å se hvordan vi kan anvende gruppen i sjelesorgens tjeneste.

a) *Gruppens psyko-dynamiske funksjon*. At det skjer noe når mennesker møtes er tydelig. Det er selvsagt beroende av hvordan dette møtet er, hvor stor gruppen er, hva man har til hensikt med å møtes, graden av kontakt og mange andre faktorer. Vi kan konstatere at vi får kontakt med hverandre i gruppen, og at denne kontakt har en ganske særegen karakter. I gruppen kan vi forsøke å forstå hverandre og å hjelpe hverandre. Det er i gruppen at negative tendenser kan vise seg i misforståelser, rivalisering og aggressjoner. Vi kan si at gruppen får frem både positive og negative attityder. Det er i gruppen, enten finnes hjemme i familien eller i arbeidslivet eller selskapslivet at personligheten kan vokse.

Man kan gjøre forsøk for å se at gruppen er mer enn summen av dens deltagere når det gjelder å nå frem til forståelse av hva det egentlig betyr at man arbeider sammen både for en selv og for de andre. Vi kan lage en geometrisk figur enten av trekanner eller firkanter eller hva-somhelst. Så lar vi først hver enkelt av deltagerne regne

ut hvor mange trekanner eller firkanter det finnes. Det blir en ganske stor spredning når vi regner individuelt, og mange er langt fra "sannheten". Når vi så deler oss opp i grupper, kommer vi gjerne til enighet om antallet, og som regel er dette resultatet riktig, mens det tidligere fantes mange feilaktige svar når man arbeidet individuelt.

Se nedenstående figur:



Historisk sett er det gruppen som kommer foran individet. Primitive mennesker kjenner seg mer bundet av gruppen enn vi moderne mennesker gjør. I det enkelte menneskeliv er det også slik. Vi begynner som gruppemennesker, sterkt avhengige av andre. Men etterhvert blir vi mer selvstendige. Det kaller vi for individualiseringss prosessen. Denne prosess er drevet til sin spiss i vårt vest-europeiske samfunn og kanskje enda mer i Amerika. Vi er individualister. Vi er ikke gruppemennesker. Det har sin grunn i renessansen og reformasjonen som nettopp setter individet i sentrum og krever respekt for individualiteten. Dette er grunnen til vår lykke og vår ulykke. Vi er blitt oss selv og samtidig fremmedgjort for andre. Tenk på hvilke frukter denne utviklingen har satt i konkurransen, statustenkning, prestisjehunger.

Erich Fromm har i sin bok "Escape from freedom", "Flukten fra friheten", beskrevet farene ved denne individualiseringss prosessen. Vi søker friheten men finner tomheten, og søker oss så tilbake til fellesskapet igjen, men da blir det ofte slik at en søker mer til faste gruppedannelser med autoritativt mønster. Dette gjør at en kjenner seg enda mer ufri enn man tidligere var.

Vi må finne et tredje alternativ som kan harmonisere menneskets trang etter selvstendiggjørelse på den ene siden og etter samfunn på den andre siden. Vi mener at dette tredje alternativ er Guds rike som gir frihet til individet og trygghet i et samfunn av åndelig karakter. At dette særlig blir synlig i den kristne gruppen, synes vi er klart.

Det som skjer i gruppen er umulig å kartlegge på forhånd, og det veksler med dynamikken eftersom strukturen av gruppen veksler. Det er mer intime grupper der det skjer meget og det er mer formelle grupper der det skjer lite.

b) La oss se på ulike *gruppe-dannelser*. Vi kan da snakke om:

1) *Samtalegrupper*. En kommer sammen for å samtale eller diskutere. Man utveksler meninger for å holde oss til våre mønstre. Man kan være mer eller mindre personlig

engasjert i det det snakkes om. Men ingen er helt uberørt når det blir tale om saker som en selv har identifisert seg med og gjort til sitt eget. Om det kommer i faresonen, blir man ganske engasjert og personlig. Men stort sett skulle man holde seg så nøyternt som mulig til saken. En del av våre kirkelige grupper virker på denne måten. Bibelstudiegrupper kan sees som slike grupper.

2) *Informasjonsgrupper*. Det er grupper der man søker å formidle kunnskap. Vanligvis er det så at det er en eller flere som kan en del som andre ikke kan, men som de er interessert i å lære seg. Vår pedagogiske virksomhet følger denne linjen. Vi ser den i virksomhet i søndagsskolen, kanskje særlig i bibelklassen. Vi har den i ledertreningsgrupper o.l.

3) *Aktivitetsgrupper*. Man er samlet for å gjøre noe sammen, iblant er det betalt arbeidstid. Vanligvis er det dugnadssarbeid det gjelder. Det fører mennesker sammen for å gjøre noe sammen. Iblant tar disse form av *støttegrupper* der man vil hjelpe andre mennesker.

4) *Den terapeutiske gruppen*. Den gruppen er karakterisert av to ting. Man vil hjelpe hverandre med de dypere og mer personlige problemer, og man er villig til å gå ganske langt sammen, dele med hverandre og åpne seg for hverandre. Jeg kan ikke se det annerledes enn at de metodistiske klassemøter var av denne art. Det er noe av det fineste jeg kan lese når jeg leser om de gamle metodisters klassemøter. En gammel bok "Daniel Quorm", beskriver en skomaker som er klasseleder og den virksomhet han driver sammen med sin klasse. Det er lesning som kan gjøre skam på en gruppe-dynamisk skolert psykolog. Like til psykologisk innsikt skal man lete lenge etter. Vi har slike terapeutiske grupper i våre menigheter, men vi burde ha mange flere.

5) *Omsorgsgrupper*. Det er grupper i menigheten der en både vil hjelpe hverandre og andre med sjælesorgsproblemer.

Kapittel VI DEN SJELESØRGERISKE SAMTALE

Kan noe av det vi her har sagt hjelpe oss i den sjelesørgeriske samtale?

Vi skal nå forsøke å se litt nærmere på det som vi antydet i innledningen: Hvordan skal vi kunne være hverandre til hjelp med personlige problemer, dvs. øve sjelesorg overfor hverandre, slik som de første kristne gjorde, og som man alltid har gjort når kristendommen representerte en levende kraft.

Vi kommer da til å gjøre bruk av de erfaringer og den kunnskap vi har fått gjennom å se på samtalens og kommunikasjonen i et psykologisk perspektiv.

Men først vil vi ha helt klart for oss hva det er som er det vesentlige i sjelesorgen, hva det er vi skal formidle, og de behov som skal dekkes. Vi skal også se noe på hvordan vi best kan formidle budskapet så at det møter behovene.

1. Hva er det vi vil med sjelesorgen?

Vi vil formidle et budskap fra Gud, slik vi finner det i Bibelen og slik det er blitt en del av oss i de erfaringer som vi har gjort som kristne mennesker. Vi har en bestemt hensikt med det, nemlig å få i stand et godt forhold til Gud, til andre mennesker og til individet selv. (Se den definisjonen av sjelesorgen som finnes i ”Nye veier i sjelesorgen” s. 105 og den beskrivelse av sjelesorgens egenart som finnes i boken.)

Det kjennes vemodig for kristne mennesker å tenke på at vi har et budskap som kan forvandle menneskeliv og gi basis for å klare av de problemer som menneskene sliter med, men vi vet ikke hvordan vi skal gjøre det. Vi har medisinen, men vi vet ikke hvordan vi skal anvende den fordi vi ikke kjenner pasienten og formidlingsprosessen. Det vi har forsøkt i den foregående del er å gi et lite innblikk i hva man er kommet frem til i psykologien når det gjelder mennesket og dets re-

aksjoner på sjelelig påvirkning, slik vi har beskrevet det i kommunikasjonsprosessen. Det er et forsøk på å nå menneskene med det kristne budskap gjennom personlig påvirkning som vi skal beskjefte oss med her og nå.

Hvordan skal vi møte våre medmennesker med Guds ord i sjelens nød?

2. Finnes det et behov hos menneskene etter Gud?

Man har forsøkt å påvise at det hos ethvert menneske finnes et medfødt religiøst anlegg, iblant har man kalt det et religiøst instinkt. Hvis man med et instinkt eller anlegg mener en disposisjon som slår ut hos alle normale mennesker og at det slår ut meget tidlig, så skal det noe til å påvise et slikt anlegg. Det lille barnet er både areligiøst og amorsalsk. Det har ingen interesse for religion eller moral. Det kommer først senere i livet. Men spør vi om det er normalt for et menneske i alle fall til visse tider å interessere seg for religion, så vil man nok kunne besvare dette spørsmålet bekrefte. Ofte er det et krisefenomen. Mensuset står overfor situasjon som det ikke behersker. Da er det naturlig å rope til Gud og be om hjelp. Det er sant som Ibsen sier i ”Brand”: ”I nøden får du mange bønner, Gud.” Men det hender også at vi tenker på Gud når livet ler mot oss. Min lærerinne på folkeskolen sa til oss barna: ”Dere skjønner barn, at Gud vil helst ta oss med det gode, men hvis det ikke nyttet, så må han ta oss med det onde.” Jeg foldet den gang mine hender under pulten og ba: ”Gud, ta meg med det gode! ” Det gjorde jeg selvsagt fordi jeg var redd for det som var vondt. Gud hørte bønnen.

Altså, om man ikke kan påvise noe anlegg eller instinkt som man kan kalte religiøst, så kan man i alle fall påvise at mennesket kan reagere på religiøse stimuli. Det er ikke uvanlig at folk snakker religion. Det er også tydelig at jo dypere man kommer inn i personligheten, dvs. når de vanlige sperremekanismer ikke fungerer, da kommer man til de religiøse interesser. Det er nok å vise til fulle folk (som

man sier at man skal høre sannheten av) og mentalt syke som har mistet de vanlige kontroller av tankevirksomheten og senile mennesker.

Om man med religion mener en totalholdning til tilværelsen og en forpliktelse på noe eller noen som står over en og har krav på lojalitet, så er det svært få som ikke er religiøse. Men fra det å være religiøs og til å være en kristen er det ofte et meget langt sprang.

Det er tydelig at religiøse interesser er for oppadgående for tiden. Det er aktuelt å snakke religion. Den karismatiske vekkelse har aktualisert religiøse spørsmål. Det kan også noteres med glede at psykologistudentene, som jeg har intervistet, de siste semestrene har bedt om innføring i ”verdiproblematikken i terapien” og ”mennesket foran sorgen og døden”. Man kan ikke berøre disse områdene uten å streife inn på religiøse problemstillinger. Fra den terapi-virksomhet jeg har hatt kan jeg si at det er helt vanlig at vi streifer inn på religiøse forestillinger når terapien har vart i over 8 à 10 samtaler.

3. Hvordan gir så disse religiøse behov seg uttrykk?

Det er ingen ting som vi klarer å skjule så godt som våre innerste intensjoner og følelser. Derfor skal vi ikke undres over at de religiøse behov ligger godt skjult og at det skal ganske god teft til å oppdage dem. Vi må regne med at det vi har snakket om som vanskeligheter med å bringe frem budskapet gjelder ikke bare oss når vi skal formidle et ord fra Gud, men det gjelder i like høy grad den som trenger hjelp og skal gi uttrykk for dette. Her gjelder det ikke bare manglende evne til å meddele seg, men det gjelder også manglende vilje til å gi uttrykk for det en kjänner. Det som gjør det enda mer forvirrende er at religiøse behov kan gi seg uttrykk som ikke synes å ha noe med religion å gjøre i det hele tatt, ja, det kan endog gi seg negative uttrykk etter en meget gammel psykologisk lov som vi har kalt loven om den omvendte anstrengelse. Det siste betyr bare at en forsterker alle motforestillinger når en er engasjert, at en gjør akkurat det

motsatte av det en hadde tenkt. En kan se det i en så enkel sak som når en er ute og sykler og skal anstreng seg for ikke å kjøre på en sten som ligger i veien. Selve anstrengelsen gjør at en kjører på stenen.

Vi har forutsatt at de fleste mennesker har religiøse behov, men at de gir seg ulike uttrykk. Ateisten er religiøst engasjert med negative fortegn. Man blir ikke ateist med mindre man har hatt noe med religion å gjøre. Hvorfor skulle man egentlig fornekke og bekjempe noe som man vitterlig ikke tror på? Ateistens argumentasjon mot Gud ligger på samme nivå som den troendes argumentasjon for at Gud er til. Det er for begges vedkommende et uttrykk for tro og innstilling, og har svært lite med vitenskap å gjøre selvom ateisten påbeoper seg større vitenskapelighet enn den troende. Men ett står fast, ateisten er religiøst engasjert. Han har bare fått religionen om bakfoten. Det er rett å se på ateisten som et religiøst menneske. Uttrykket for denne religiøsitet er bare noe merkelig sett fra vårt synspunkt. Jeg synes det er noe realt ved ateisten. Han har da tatt et realt standpunkt, og det er ikke så vanskelig å snakke med en ateist om en bare tar ham som han er og vet noe om bakgrunnen for hans standpunkt. Som regel er han en religiøs søker som har truffet på en form for religion som har truet ham eller gjort ham ”matlei”. Annerledes vanskelig er det med agnostikeren. Han har ikke tatt standpunkt og vil heller ikke ta det. Han vil helst ha det hele flytende. Det gjør han fordi han ikke synes at det er nødvendig å ta standpunkt eller bekjenne farge religiøst. Det er noe ubehagelig i denne innstillingen. Den kan irritere meg, for jeg synes at det er å flykte fra virkeligheten og at det egentlig er feigt ikke å ha noen mening eller innta noe standpunkt. Jesus var nok også irritert over slike og sa at: ”Den som ikke er med meg, er imot meg.” Matt. 12, 30. Det å ikke ta standpunkt er å ta standpunkt allikevel. Men om vi bare forstår at det budskap agnostikeren vil meddele egentlig er sin egen usikkerhet og mangel på mot, så hjelper det. Og hvis vi så allikevel kan se at han ikke er så likegyldig som han later til, er det til stor hjelp.

De uttrykk som den religiøse lengsel kan få er:

a) *Aggresjoner*. Man går til angrep på religionen. Den som er mye mot religionen er mer religiøs enn han tror og vil være ved. Det er nok å vise til Paulus. Hans religiøse engasjement fikk ham til å forfölge de kristne. Men det ble altså hardt for ham ”å stampe mot brodden”. Det sitter altså en brodd i hjertet på den som bekjemper religionen. Det er om å gjøre å få øye på den. Den er ganske øm, den brodden, og betent er den også.

b) *Uro*. Religiøs uro kan få mange og ulike uttrykk. De kan strekke seg fra en mild rastløshet til sterke nervøse symptomer. Man finner seg ikke til rette i de gamle mønstrene. Man er på søken etter noe nytt og mer solid enn det man har.

c) *Lengting*. Denne kan gi seg de underligste uttrykk. Jeg har hatt en del med narkomane å gjøre. Når man kommer dem litt inn på livet, vil man oppdage at en hel del av dem søker ”meningen med livet” i rusen, ”en høyere filosofi” snakker man også om. Uten tvil ligger det en religiøs lengting bak mange narkotikabruk. Det er ganske enkelt å se religiøse drag i hippie-kulturen. Ikke å undres over at ”Jesus-folket” har sin rot her. Og så har vi den lange rekken av religionssurrogater fra maskotter til demondyrkelse.

Situasjoner som kan utløse de religiøse behov er:

Når livet følger den vanlige rytmen kommer de religiøse behov ikke så klart frem med mindre man er særlig religiøs. De uvanlige situasjoner danner bakgrunnen for frembruddet av den religiøse lengsel. Slik var det nok de religiøse bevegelsene fremstøt også. Det kritiske er mer egnet til å fremkalte religiøse behov enn det vanlige. Vi kan bare tenke på krigssituasjonen i Norge. Aldri var det så mange mennesker som søkte til kirken som i de første krigsdagene i Norge.

Altså, vi kan si at det er det uvanlige at den religiøse lengsel blomstrer opp, og det uvanlige kan både være av negativ og positiv karakter:

a) I *frustrasjonssituasjoner*, dvs. når mennesket kjenner seg blokkert og hemmet på grunn av at dype behov ikke

kan tilfredsstilles, da har religionen en viss tiltrekningskraft. Tenk bare på den som sørger, den som er rammet av ulykke, kjærighetssorg m.m.

b) I *høydeddragene* i livet. Det er ikke bare når vi tar bunnen i tilværelsen at religionen blir aktuell. Også når vi når høydeddragene i livet blir religionen levende for mange. Ikke når jeg kjenner meg på høydene og vil skryte. Det er lite religiøst i det. Det gjelder de opplevelser jeg har når jeg opplever noe stort og kjenner meg selv liten. Den store gleden. Den uventede forfremmelsen. Det er dem som ser Guds ansikt i solen når den lyser over dem.

Det er om å gjøre for oss å ta imot og søke å forstå disse budskap som kommer til oss fra andre. Ikke å ta noe for ”face value”, men se bakom symbolene og uttrykkene for å finne det som budskapet virkelig inneholder. Vi snakker om budskapets latente innhold og symbolenes manifeste uttrykk.

4. *Hvordan skal vi lære å reagere på disse uttrykkene?* Om vi følger det vi har kommet frem til tidligere, skulle det være en hjelp for oss å huske på følgende:

a) Det viktigste er å *lytte*. Det betyr for det første at vi gir oss tid til å høre på når noen vil snakke med oss, og det betyr også at vi lytter til det som ikke sies. Det siste er det ikke så lett å få tak i. Det krever intuisjon og innføling. Det krever at vi kan sette oss inn i hva andre tenker og føler.

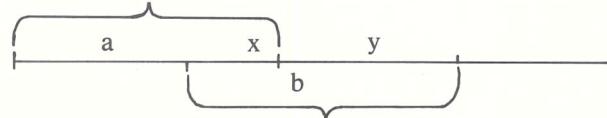
b) Det neste vi skal øve oss i er å *registrere ”cues”*, dvs. at vi registrerer små mimiske detaljer og lærer oss å forstå dem. Det kan bety at jeg legger merke til øynene eller munnen eller hendene f.eks. og ser på forandringer som skjer, og så forsøker jeg å tolke disse. Disse små detaljene sier ofte meget mer enn ord kan uttrykke. Det vil føre for langt her å gå i detaljer, men om øynene er flakkende og unnvikende, eller stirrende eller åpne, sier det oss meget om hva den vi snakker med tenker og føler. Det er ikke for ingenting at en har sagt at øynene er sjelens speil. Jesus sa

at ”Øyet er legemets lampe. Er øyet friskt, blir hele legemet lyst, er øyet sykt, blir hele legemet mørkt.” Matt. 6, 22.

c) Reager på *det som sies*. Man skal ta det alvorlig som sies. Det er om å gjøre å inngi tillit. Og hvis man overser det som sies, kan vår venn få inntrykk av at vi undervurderer ham og at vi ikke hører på.

d) Men langt viktigere er det at vi reagerer på *det som ikke sies*, dvs. på tanker og følelser som vi tror at vår venn har. Det er uhyre vanskelig, og vi må regne med å ta feil ofte. I den klientsentrerte psykoterapi, som gir oss en hjelp i sjelersorgen, er det viktigste at man reagerer på tanker og følelser som er uttrykt, men like viktig er det at man reagerer på tanker og følelser som ikke er uttrykt. I den spede begynnelse av den klientsentrerte psykoterapien understreket man nødvendigheten av bare å gjenspeile det som klienten gav uttrykk for eller som man med en ganske stor grad av sikkerhet kunne regne med at han tenkte og følte ut fra det som han hadde sagt. Da ble metoden kalt ”ikke-dirigerende”. Nå ser man på saken på en annen måte. Terapeuten skal ikke bare reagere på det som er uttalt og det som han ut fra det som er uttalt med ganske stor sikkerhet skal kunne slutte, men han skal våge å reagere på det som ikke er uttalt og til og med legge inn sine egne reaksjoner i sitt gjensvar.

Vi kan kanskje best beskrive prosessen ved en figur:



Vi tenker oss at a representerer det som vår venn har sagt og at b representerer det som vi svarer. Da ser vi at det er noe av det som vår venn har sagt som kommer igjen i vårt svar. Dette har vi kalt x. Men i tillegg kommer altså noe nytt i det vi sier som ikke umiddelbart kan utledes av det som vår venn har sagt. Det stykket er representert ved y. Altså y er det nye og betydningsfulle. Denne y-delen representer-

rer to ting, nemlig det som vår venn tenkte og følte uklart og ikke fant ord for og dernest vår egen tolkning av det som vi har opplevd når vi snakket sammen. Det siste har meget med vårt eget referansesystem å gjøre, og med vår livsorientering og tro å gjøre. Er det kanskje her det kristne budskapet riktig kommer til sin rett? Jeg tror det. (Den som vil sette seg nærmere inn i denne prosessen bør lese Leif J. Braaten: Klientsentrert rådgivning og psykoterapi eller mitt kompendium: Rogers klientcentrerade psykoterapi”.)

e) Det som følger av det som er sagt er at vi aldri skal tvinge noen inn i et system som vi selv har, men la ham ha *rett til å følge sin egen vei*. Du kan kaste lys over den veien som han går, men du kan ikke tvinge ham til å gå. Det var slik Jesus gjorde det, og noen fulgte frivillig mens andre gikk bedrøvet bort. En gang spurte han sine disipler også: ”Vil dere også gå?” Johs. 6, 67. Det sto dem fritt å følge Mesteren. Vi er aldri herskere over våre medmennesker. Vi er bare tjenere.

f) Vi har rett til å *presentere vår egen form for tro og overbevisning*, ikke som et mønster som alle skal følge men som en retningsgiver for den som søker, som en fyrlykt i den vanskelige livsleden. Vi skal aldri dosere i sjelersorgen, men vi skal heller aldri være redd for å gi uttrykk for det vi virkelig tror på og som er blitt noe av oss selv. Det ligger i kravet om å være ekte. En kristendom som bare er teori eller et tvangssystem som man selv er lukket inne i, er ingenting å fallby for andre. En kristendom som er blitt noe av meg selv og som har gjort meg fri er virkelig noe å meddele andre. Det er alt hva jeg har å gjøre. Om man vil følge det lys som tennes eller ikke, må overlates til den jeg søker å hjelpe. Jeg kan aldri hjelpe noen mot hans vilje. Det er åndelig voldtekten.

5. Hvordan skal jeg finne vei til min bror med det jeg har på hjertet?

Vi har nå kommet frem til at vi såvisst ikke skal ”stikke under stolen” vår kristne tro og overbevisning og erfaring. Så langt derifra. Vi skal vitne. Men vi skal gjøre det med

det sjelesørgeriske motiv og på en måte som står i stil med sjelesørgeriske regler. Da har vi visse ting å tenke på.

a) *Budskapet som skal meddeles*

Vi må ha noe som vi skal ha sagt. Hva er det vi skal si? Vi skal si noe om det Gud vil med vårt liv, hvordan vi har oppfattet dette og hvordan vi har opplevd det.

Vi skal ikke meddele særmeninger. Jeg vet ikke om vi skal meddele meninger overhodet. Vi skal meddele det vi tror på, det som er blitt en del av oss selv. Jeg tror ikke det er nødvendig for oss å forsøre dogmer eller være Guds advokat eller å være et orakel som kan gi svar på alle dunkle gåter. Vi skal bare meddele det som er blitt verdifullt for oss i religionen.

Det er befriende å gjøre det klart for seg hva man ikke skal eller behøver gjøre for å vitne. Å drive sjelesorg er ikke noen "Klara-Klok" virksomhet. Det er bare enkelt å gi uttrykk for det en kjenner og tenker, for det en har opplevd og det en tror på.

Dermed har vi sagt at det er bare det budskap som er blitt ett med meg som bærer frem. Det er når "ordet blir kjød", dvs. at ordet tar form i meg, at jeg har et budskap å bringe til andre. Det er sikkert det Luther mener når han hevder at det å være en kristen er å være en Kristus for sin neste. Et legemliggjort budskap er det vi trenger å gå med. Det er det åndeligste vi kan gjøre. Sikkert er det at det er Paulus mener når han sier: "Så formaner jeg dere for Guds miskunnhets skyld, at dere bærer deres legemer fram som et offer, levende, hellig, slik som Gud ønsker det: Det skal være deres åndelige gudstjeneste." Rom. 12, 1.

Jeg skal fortelle om det som budskapet har betydd for meg, da blir det budskap det som jeg bringer til andre. Ellers blir det bare ord. Den blindfødte hadde ikke mange argumenter å møte teologisk skolerte menn med da han skulle svare for seg for det høye råd etter at Jesus hadde åpnet hans øyne. Men det han sa var overbevisende nok: "Om han er en synder vet jeg ikke, men ett vet jeg: at jeg

som var blind, nå ser". Joh. 9, 26. Det var fakta som talte. Teologiske spekulasjoner om hvem Jesus var, innlot han seg ikke på. Han bare viste til det som Jesus hadde gjort for ham.

Vi må aldri bli trette av å understreke dette. Vi skal ærlig og redelig fortelle om det Gud har gjort for oss. Det er alt. Resten står til Gud.

b) *Kanalene som står til rådighet*. Det er mange som klager på at det er så vanskelig å nå frem med det kristne budskapet. Anledningene er så få. Den er blind som sier det. Anledningene til å bringe et budskap om det som ligger en sterkt på hjertet, er legio. Bare legg merke til at det er ikke så vanskelig å snakke om eller komme inn på det som interesserer en. En som har vært i Amerika finner alltid et utgangspunkt i en samtale for å si noe om Amerika og at han har vært der. "Munnen taler jo det som hjertet er fullt av", Matt. 12, 35. Det er aldri problemer med kanalene. Problemet ligger i vårt hjerte, i vår overgivelse, vår innvielse, vår identifikasjon og vår interesse.

Kanalene finnes overalt, i kirken og utenfor kirken, like meget utenfor som innenfor, kanskje mer. Der du arbeider er det kanaler for budskapet, på gaten, i butikken, på trikken og toget. Jeg glemmer ikke en taxisjåførs vitnesbyrd i en sammenheng da flere berettet om sitt arbeid i Guds rike. "Min prekestol," sa han, "er drosjebilen, der har jeg min anledning til å vitne". Han gråt da han sa at han hadde så vanskelig for å si noe i kirken.

Kanalene er der. Vi behøver ikke å bygge dem. Vi behøver bare å oppdage dem.

c) *Måten som budskapet skal formidles på*. Jeg vil her nevne tre ting:

1) Hvordan skal vi best innlede en sjelesørgerisk samtale? Min kristendom må bety noe for meg hvis jeg skal få den til å bety noe for andre. Det er ganske interessant å merke seg at i psykoterapien legges vekten mer og mer på terapeuten og hans personlighet. Det er ikke så viktig med "skoler" lengre, eller retninger. Det står og faller med terapeuten selv hvis det skal lykkes med terapien. Han er den terapeutiske

faktor fremfor noe annet. Først når terapeuten identifiserer seg med sin metode og med sin klient, kan han utrette noe. Det skulle være innlysende for kristne mennesker som vil at andre skal bli kristne, at det står og faller med hvor meget min kristendom er *min*.

For det andre må jeg *begynne* der den står som jeg vil gi mitt budskap. Det er terapiens første hovedregel. Var det ikke det som gjorde at Hans Nielsen Hauge fikk øve den innflytelse han gjorde? Han startet ikke med Guds ord og bønnemøte. Han startet med høygaffel og hakke. Det må vi også gjøre. Jeg vet ikke hva høygaffelen og hakken er i ditt tilfelle, men jeg vet at de er der. Vi glemmer så ofte dette. Tenk om vi fikk bort det synet at det er noe som er religiøst og noe som er verdsiktig. Det er ikke *noe* som er religiøst eller verdsiktig, det er *noen* som er det. Kristendommen sitter ikke i tingene, den sitter i menneskene. Derfor er intet for lite eller ubetydelig å snakke om når vi snakker med våre medmennesker. Det er måten vi snakker om det på som avgjør om det er kristelig eller ikke, ikke selve tingene. Vi nådde ikke det store fordi vi overså det små. Er det det Jesus mener når han sier at den som er tro i smått er også tro i stort? Intet er for lite å snakke om hvis det interesserer et medmenneske, selvom det kanskje i øyeblikket ikke interesserer deg. Du burde interessere deg for det som din venn synes er interessant hvis du skal få din venn til å interessere seg for det som ligger deg på hjertet. Det er nyttig å begynne fra den kanten i alle fall.

2) Hvordan skal vi *forvandle en "vanlig" samtale til en sjelerørgerisk samtale*? Jesus var mester i å gjøre dette. Tenk bare på hans samtale med den samaritanske kvinne. Han fikk vannet i brønnen til å bli utgangspunktet for det levende vann og gudstjenesten. I samtaLEN med Nikodemus fikk han den vanlige fødsel til å bli symbol for den åndelige fødsel og vinden til å bli symbol for Ånden. Alle Jesu liknelser er hverdagsspråk som alle kjente, men de siktet mot Guds rike alle sammen. "Himlenes rike er lik. . . .", sa han.

Først har det noe med *språket* å gjøre. En får snakke slik at folk forstår det vi sier. Vi har sett hvor vanskelig dette egentlig er. Først er det det at når vi skal snakke om Gud, så blir vi gjerne høytidelige og legger til og med om stemmen. At vi snakker med ærbødighet om det som hører Guds rike til, er naturlig. Men vi skal snakke med ærbødighet om alle ting. Ingenting virker så frastøtende som at man blir unaturlig når man snakker om Gud. Det røper jo bare at nå er man ikke ekte, og det skulle være første betingelse for at budskapet skulle nå frem. En annen ting er den at vi snakker "*kanaans språk*". Det er nødvendig at det vi tror på må uttrykkes på en bestemt måte, og vi har visse uttrykk som vanskelig kan sies på noen annen måte. Det gjelder for eksempel sentralord i vår kristne tro om frelse, rettferdigjørelse, helliggjørelse osv. Om vi oversetter disse ordene, blir de platte. Men det er bedre å unngå slike ord om vi tror at de misforstås, og så får vi begynne med enklere ord og setninger, som vår venn har større forutsetning for å forstå. Jeg undres ofte på om vi selv forstår en rekke av de kristelige ord og uttrykk som vi bruker. Det var kanskje nødvendig en gang i blant å tenke over det vi sier og se etter om vi har dekning for våre ord i våre tanker og vår tro. Så har vi de forferdelige kristelige klisjéer, som i sin tid betydd meget for bestemte mennesker, men som i våre dager ikke betyr noen ting. Men vi beholder dem fordi de "*gjør seg*" og skaper en viss sentimentalitet, som vi tar for åndelighet. Klisjéer er ord uten innhold, og intet burde være så fjernt fra oss som å bruke innholdsleste ord når vi skal formidle et budskap. Det er ikke så vanskelig å forvandle en vanlig samtale til en sjelerørgerisk samtale om en fortsetter å bruke de samme ordene og har det samme stemmeleie. Overgangen merkes ikke en gang hvis en gjør det på den måten.

Dernest har det med *holdningen* å gjøre. Min personlighet kommer frem i mine ord, men den kommer særlig frem i min holdning. Min holdning er en presentasjon av min personlighet i særlig grad. Vi har snakket om det forkastelige

i en "ovenfra-ned" holdning, allviterens og den påståelige holdning. Det kan være en fristelse å havne i en eller annen av disse blindgatene ettersom vi er overbevist om at kristendommen er best og har svar på livets dypeste spørsmål. Kjærligheten og den kristelige ydmykhet og respekten for andre menneskers personlighet skal kunne holde oss på den rette veien til vår bror så vi ikke havner i blindgatene.

Det er altså visse ting vi skal *unngå* når det gjelder vår holdning. I tillegg til hva vi har sagt tidligere kan vi nevne at vi aldri skal stille oss i *forsvarsstilling*. Det er ikke nødvendig om vi er sikre i vår sak. Det er den usikre som må forsøre seg. Vi har egentlig ikke noe som vi skal forsøre i sjelesorgen. Det får vi overlate til dem som diskuterer religion. I sjelesorgen skal vi ikke diskutere. Vi skal bare representere. Vi skal fremstille et alternativ, men det er ikke nødvendig å motbevise andre alternativer. Og det er ikke nødvendig å forsøre vårt alternativ. Det forsvarer seg selv. Det har livets rett og livets sanksjon.

Vi skal heller ikke *angripe*. Vi tjener ingen sjelesørgerisk hensikt ved å angripe andre menneskers tro og livsholdning. Det vil bare skape en mur mellom oss. De vil selvsagt forsøre seg, og da har vi ikke stort vi skulle ha sagt. Vi ender i en disputt, men vi vinner ikke et menneske for vår tro. Det er vår venns sak å rive ned et system som ikke lenger passer. Det er ikke vår oppgave. Om vi river det ned, bygger han det opp igjen. Om han selv河 river det ned, lar han murstenene ligge, og det kan hende at når han bygger sitt nye hus så har han bruk for noen av de stenene som vi ga ham. Da har de verdi for ham.

I det hele tatt skal vi ikke *diskutere*. Diskusjon kan ha sin berettigelse, men ikke i sjelesorgen. Som vi har sett, beveger diskusjonen seg på det rasjonelle plan, og sjelesorgens plan er det emosjonelle.

Og vi skal heller ikke *tvinge* noen til noe. Til helvete kan tvinges, til himmelen kan bare ringes. Det er dessverre mange som har det inntrykk at vi gjennom sjelesorg vil tvinge mennesker inn i noe som de egentlig ikke vil inn i. Intet er

så langt fra sannheten som det. Når gjorde Jesus det? Når gjorde vi det? Vi har kanskje i ufornuft og iver sagt at man måtte ha det slik som vi har det åndelig og oppleve Gud på samme måte som vi har gjort det. Men da har vi ikke vært i linje med Åden, der hvor Herrens Ånd er, der er frihet. 2. Kor. 3, 18.

Så er det holdninger som vi må *trakte etter*. Det kan dasies med ett ord: *Kjærlighet*. Kjærlighet er et vanskelig begrep. Det omfatter likesom alt det som godt er. Men vi kan vel få et grep om det når det gjelder vår sjelesørgeriske virksomhet. Det betyr åpenhet og interesse for andre. Det betyr velvilje og forståelse. Det betyr akseptering og identifikasjon. Det betyr offer og tjeneste.

Det var dette Jesus snakket med Peter om den gang han hadde sviktet sin mester. Han ble satt til sjelesørgergjentes ten da han kunne svare på spørsmålet om han elsket Jesus. Om vi sammenlikner de to ganger som Peter fikk Jesu kall, det i forbindelse med den mislykkede fiskefangsten i Luk. 5, og det i forbindelse med det mislykkede kristenlivet i Johs. 21, så får vi et fint bilde av den rette sjelesørger. Han har fått et sant bilde av seg selv: "Jeg er en syndig mann", Luk. 5, 8. "Herre, du vet jo alt", meningen er "om meg", Joh. 21, 17. Og han har fått syn for menneskene, "færene" og "lammene" som Jesus snakker om. Og så fikk han jo se Mesteren som han skulle representere, han med den grenseløse kjærligheten og tilgivelsen.

d) *Hvordan skal jeg kunne holde ved like en sjelesørgerisk samtale?*

Jeg vil heller forme det slik: Hvordan skal jeg kunne fortsette med å være i den holdning eller den ånd som gjør at jeg kan fortsette med den sjelesørgeriske samtale, for det er ikke samtale det gjelder i første rekke, det er ikke ord, det er ånd og handling.

Da beror det hele på hva jeg vil med det jeg sier og gjør. Det er intensjonen, hensikten det gjelder. Om jeg vil stride med et menneske om læresetninger, få en til å gi seg, tvinge til eftergivelse eller hva det nå kan være, er jeg straks ferdig.

Om jeg vil være noe for min venn for å hjelpe ham frem til et rett forhold både til Gud, andre mennesker og seg selv, så har jeg muligheter for å hjelpe fortsatt. Han skal finne seg selv, sitt rette selv, slik som det står om den fortapte sønn: ”Da kom han til seg selv”, Luk. 15, 17. Videre står det at han kom til sin far, v. 20. Han traff også sin bror, men det var et vanskelig møte.

Det er to ting vi skal huske på når vi skal hjelpe medmennesker i sjelelig nød:

1) Vi skal *representere Kristus*. Det er alt hva vi har å gjøre. Vi er ofte opptatt med andre ting og tror at disse er så viktige. Det kan være kirke og trossetninger og særmeninger og alt. Det er viktig å tro rett, men det er mer viktig å spørre *hvem* det er jeg tror på enn *hva* det er jeg tror på. Jeg har hatt vanskeligheter med å forsvare det som jeg synes er rett teologisk, men jeg synes ikke det er vanskelig med Jesus. Det er så enkelt og greit samtidig som det omfatter alt. I terapivirksomheten har jeg ofte hatt klienter som har lagt frem sine religiøse behov og sin religiøse orientering. Om vi fortsetter med tankeeksperimenter om det ene og det andre, blir den terapeutiske virkning borte. Men om jeg får representere Kristus og la ham stå for det han er, så stanser diskusjonen og vi er inne på dypere vann i dype kjensler som er det karakteristiske for den terapeutiske atmosfære. Man kan si at her har man overskredet grensen mellom terapi og sjelesorg. Jeg kjenner ikke denne grensen.

Det å være en Kristus for sin neste, som Luther uttrykker det, er å være en kristen. Jeg skal snakke om ham, det er klart, men det er ikke det som er det viktigste. Jeg skal leve som ham, reagere som han gjorde overfor menneskene. Det er umulig, kan man si. Ja, på en måte er det det, men på en annen måte er det det ikke. Når jeg representerer ham, så er han der, og det er egentlig han som skal komme frem – ikke min representasjon av ham, men han selv. Det er det merkelige som skjer at om jeg lønner ham mine hender og føtter, min tunge, da presenterer han seg selv gjennom meg. Det ligger vel i ordene og løftet om at han vil være med

oss alle dager like til verdens ende. Jeg kan være trygg på ham. Gjør jeg som han har sagt, er han der ved sin Ånd og gjør sin gjerning. Det er denne trygghet på hans nærvær som har gjort at jeg har våget å fortsette som sjelesørger. Og jeg våger nå å overlate alle resultater av det jeg gjør i hans hender. Jeg maser ikke lenger. Jeg er trygg på ham. Om ikke dette var tilfelle, hadde jeg gitt opp for lenge siden. Etterhvert har jeg oppdaget hvor ille jeg egentlig gjør det, men samtidig har jeg oppdaget at ”han har gjort alle ting vel”, Mark. 7, 37.

Det er bare så langt som jeg kan representerere ham at jeg lykkes i min sjelesorg.

2) Det neste er at vi skal stadig ha for oss at vi står i *forsoningens tjeneste*. Det er slik Paulus beskriver sin sjelesørgertjeneste i 2. Kor. 5, 11–21. Dette avsnitt bør leses ofte av den som vil være sjelesørger. Her sies for det første at Kristi kjærlighet tvinger oss når vi søker å overbevise mennesker, og at denne kjærlighet er vist gjennom hans død for oss som har brakt oss forlikelse med Gud. Ettersom Gud i Kristus forlikte verden med seg selv, så har han overgitt ordet om forliket til oss: ”Så er vi da sendebud i Kristi sted, det er som Gud selv formante gjennom oss. Vi ber i Kristi sted: Bli forlukt med Gud! ”

Det er altså vår oppgave å stå i forlikelsens tjeneste. Og vi skal merke oss at dette ikke bare er en ordets tjeneste, at vi skal fortelle dette. Vi skal leve i denne forlikelsens tjeneste og vi skal leve den ut bland våre medmennesker. Det går an å snakke om forlik når noe er kommet i ulage. Det er vanskeligere å skape forlik. Men det er det vi er saitt til. Vårt liv, ikke bare våre ord, skal være slik at det skaper forlik mellom mennesker og Gud og mennesker imellom. Og vi kunne gjerne legge til forlik med meg selv i alle de motstridende krefter i mitt eget indre så jeg kan nå frem til det som John Wesley kalte ”the single eye to God’s glory”. Det er helliggjørelsens intensjon, mener han. Er det kanskje dette som ligger i bergprekenens ord om de fredsstiftende som skal kalles Guds barn, Matt. 5, 9?

Forlikelsens eller forsoningens tjeneste er en livets prosess som utspiller seg der hvor kjærligheten får råde. Tydeligst ser vi det på Golgata. Men denne prosess sees i funksjon overalt hvor stridende gemytter legger ned stridsvåpnene og beflitter seg på å forstå hverandre, elske hverandre og arbeide sammen for det felles beste. Forlikelsens tjeneste er en meget aktuell sak. Golgata er ikke en teori. Golgata er en kraft for den som vil gå inn i forlikelsens tjeneste. Der en feilende bror støter på den hårde kritikk og dom, der skal du vise forståelse, kjærlighet og vilje til forsoning. Det er særskilt vanskelig hvis den feilende bror har forbrutt seg mot deg eller det du har kjært i kirke og tro og overbevisning. Men det var jo nettopp det Gud gjorde da han forsonte verden med seg selv. Det var ingen ringere enn Gud selv vi hadde forbrutt oss mot. Der en debattant forfekter meninger som er stikk i strid med dine, og når han dertil bruker argumenter som er simple og trekker din ærlighet i tvil, skal du stå i forsoningens tjeneste. Ikke så at du selger din overbevisning, men, jeg hadde nær sagt: at du selger ditt hjerte til ham. Det er sikkert det Jesus mener med å gå den andre milen, Matt. 5, 41.

Dette var bare noen eksempler på hvordan forsoningens tjeneste ser ut i praksis. Det kunnegis mange flere eksempler på forlikelsens og forsoningens vanskelige kunst. Det er gjennom den forlikelsens ånd som besjeler deg i det du sier og gjør som skal gi din venn et glimt av den grenseløse forsoningens tjeneste som Gud stadig står i til deg og alle de andre.

Det er klart at her kommer vi tilbake til kjærligheten når det er spørsmål om hvordan vi skal klare dette. Det går selv sagt ikke uten kjærlighet. Og denne kjærligheten kan vi ikke produsere selv. Ingen kan ta seg i nakken og si til seg selv: Nå skal du elske N.N. Det går ikke, men det går an å stille seg der hvor kjærligheten finnes og la den gjennomstråle en. Det sentrale sted i selvutgivende kjærlighet finnes ved korset, der Jesus sier: ”Far, tilgi dem! For de vet ikke hva de gjør! ” Luk. 23, 24.

Jeg kan ikke tvinge meg til å elske, dertil har jeg for mange antipatier, men jeg kan la meg elske av Gud og være i nærværet av ham som elsket oss like inn i døden. Da skal det egentlig mye til å stå imot og fortsette med ikke å elske.

Så nådde vi da kjernen i alt som sjælesorg heter, enten det er eksperten som driver den eller det er den ”vanlige” kristne.

Kapittel VII DEN SJELESØRGERISKE SAMTALE II

Gruppen i sjælesorgens tjeneste

Tidligere i det vi har skrevet her har vi forsøkt å sette frem noen gruppodynamiske aspekter. Det blir vår oppgave å se hvordan dette kan anvendes i sjælesorgen. Vi så der at gruppen kan bety meget i kontakten mellom mennesker, og at gruppen kan nå frem til større innsikt enn enkeltindivider kan. Det blir vår oppgave her å se om vi kan forene den gamle sjælesørgertradisjon i kirken med mer moderne gruppe-dynamiske synspunkter i den hensikt å gjøre en større innsats i våre menigheter i sjælesorgens tjeneste.

a) *Gruppen i kirkens tjeneste.* Om vi leser den kristne kirkes historie, kirkehistorien, vil vi bli overrasket over hvilken stor rolle gruppen og gruppene har spilt og spiller. Vi kan gjerne si at *gruppen er Guds Ånds nedslagsfelt i menigheten*. Hermed overser vi selvsagt ikke den enkelte persons betydning for kirkens liv og virke, og heller ikke overser vi de store skarer som til sine tider fyller kirkene og øver en sterk innflytelse. Ta Paulus som eksempel på det første, og første-pinsedagsforsamlingen i Jerusalem som eksempel på det siste. Men det står fast at det er gruppen som er kjernen og hjertet i all kristelig virksomhet. Det skulle da være av betydning å se dette ikke minst i relasjon til vår interesse her, sjælesorgen.

1) Vi kan begynne med den lille *gruppen på 12 menn* som Jesus valgte til sine apostler og som han underviste og øvde sjælesorg blant. Her har vi menigheten før menigheten. Hva det betydde for de 12 å være sammen med Jesus i denne gruppen i tre år kan vel neppe overvurderes. De fikk sin teologiske trenings, vel det beste teologiske seminar som noensinne har eksistert. Her fikk de øve seg i kunsten å leve med hverandre og slipes til personligheter. Og her fikk

de lære seg samarbeidets vanskelige kunst. Men hva kom så ikke denne gruppen til å bety?

2) *Husmenigheten* i den første kristne kirke. Paulus sier i Rom. 16, 5: "Hils også menigheten som samles hjemme hos dem!" Da mente han i hjemmet til Priska og Akvilas. Men det var mange slike. Man kan snakke om en familiegruppe, men sikkert var det også venner som kom sammen med familien til gudstjeneste og møte, til samtale og bønn. Under forfølgelsestiden var det naturlig at disse husmenighetene blomstret opp, og i mangel av kirkehus ble hjemmen benyttet til de helliges sammenkomster. Det er gjerne slik vi begynner en ny virksomhet på et sted også nå til dags. At vi her har med gruppevirksomhet og gruppe-dynamikk å gjøre, er klart, og det forringer ikke på noen måte Åndens gjerning. Ånden fikk her en arbeidsmulighet uten sidestykke.

3) *Munkeordener*, nonneordener og broderskapsbevegelser i middelalderen er egentlig gruppe-bevegelser. De vokste vel i antall og størrelse med tiden og gruppen kom litt i bakgrunnen. Gruppen ble institusjonalisert. Men bakgrunnen var at man søkte sammen både for å styrke sitt eget åndelige liv og å tjene sine medmennesker. Det var egentlig disse munkeordener som holdt liv i kirken, og som gjorde at middelalderen ikke var så mørk som vi vil ha den til. Luther kom også fra en munkeorden.

4) *Pietismens ecclesiæ*. Det som var pietismens styrke var samholdet i disse små menigheter (ecclesiæ) i den store menigheten (ecclesia).

5) *Metodismens klassemøter*. Den metodistiske vekkelse hadde vært utenkelig og umulig uten klassemøtene. Når man leser historien om klassemøtene, kan man nok finne at det ble begått en del feil, som f.eks. da Wesley delte inn medlemmene i grupper, "bands" og "select bands" alt etter den åndelige modenheitsgrad. Men uten klassemøtet hadde metodismen vært død. Å lese om de første klassemøter er å lese gruppe-dynamikk i funksjon under Åndens ledelse. Vi kunne spørre oss selv: Er årsaken til vår ringe fremgang som kirke i de senere år mangelen på grupper og gruppe-virksom-

het? Jeg er tilbøyelig til å tro at det i alle fall er en av grunnene. Vi er kommet på avstand fra hverandre. Det er ikke nok å møtes søndag formiddag i kirken, hverken for oss selv eller for vår virksomhet.

6) *Oxford-bevegelsen*, som også kaltes rett og slett for gruppe-bevegelsen, hadde sin styrke i de såkalte "house-meetings" der gruppen møttes og gruppemedlemmene hjalp hverandre ved å praktisere absolutt kjærighet, absolutt ærlighet, absolutt renhet og absolutt uselvskjønnhet. Sammenlikn dette med hva vi har sagt om gruppe-dynamikk, og du vil se likhetene.

7) *Ashram-bevegelsen* bygger på gruppeprinsippet. Det er ikke så langt skritt mellom "Ashram" og "basic encounter", om man vil gi seg tid til å studere disse to bevegelser.

8) *Retreat-bevegelsen* har samme karakter av gruppe-dynamikk, og er vel en form for Ashram.

9) Og så skal vi slett ikke glemme alle *kvinneforeningene* som danner grunnlaget for det meste av vår misjonsvirksomhet ute og hjemme. Det er grupper i funksjon i den kristne menighet. At de er livskraftige har blant andre Arthur Klæbo beskrevet i "Ullstrømper til Afrika".

10) Og la oss ta med *broderringene* også selvom de ikke kan hamle opp med kvinneforeningene. Det er grupper innen menigheten som tenker på å hjelpe hverandre til et rike-re liv med Gud, og de gjør også en aktiv innsats i Guds rike.

b) *Hvordan gruppen fungerer i menigheten*. Det er tydelig i det som er sagt tidligere at gruppen i seg selv eier muligheter for å få frem både innsikt og aktivitet som er større enn den som enkeltindivider kan komme frem til. Skulle det da være underlig om Gud gjør bruk av denne "naturlige" forutsetning når han vil fremme sitt verk? Er det ikke på samme måte med de "naturlige" forutsetninger vi hver enkelt har, det vi kaller talent? Gud bruker da disse for å fremme sitt verk. Kan han ikke like godt bruke de naturlige forutsetninger i gruppen, det vi kaller gruppe-dynamikk, som han bruker de naturlige forutsetninger hos den enkelte person? Eller er vi blitt slike individualister at vi har glemt

denne enkle saken? Tror jeg at jeg er så god at jeg klarer det best alene? Det har jeg i alle fall ikke lært av Gud, og jeg har heller ikke lært av erfaringen om jeg fortsetter med en slik innstilling. Gruppen er Guds Ånds nedslagsfelt fremfor noe annet.

1) La oss først se på det som er *den kristne menighets oppgave i denne verden*. Det er klart skissert av Jesus i Matt. 4, 23: "Siden dro han omkring i hele Galilea, underviste i synagogene og forkynte evangeliet om Riket og helbredet all sykdom og alle plager blandt folk". Jesus hadde en *pedagogisk oppgave*. Han underviste. Han hadde en *forkynnende oppgave*. Han forkynte evangeliet. Han hadde en *terapeutisk oppgave*. Han helbredet all sykdom og alle plager blandt folk. Om vi så ser på de oppdrag Jesus ga til sine disipler, finner vi igjen de samme momenter. De skulle "drive ut onde ånder og lege all sykdom og alle plager", Matt. 10, 1. De skulle "rope ut at himmelriket er nær", Matt. 10, 7. Ved det siste samværet sa Jesus til disiplene at de skulle døpe folk og "lære dem å holde alt det jeg har befalt dere", 28, 20.

Det er tydelig at Jesu og disiplenes gjerning konsentrerte seg om forkynnelsen, undervisningen og helbredelsen (terapien). Så kunne vi spørre hvordan Jesus og hans disipler satte i verk dette programmet. Vi ser at store skarer flokket seg om dem. En del av virksomheten var massevirksomhet. Men forarbeidet og etterarbeidet gikk for seg i grupper. Han tok sine disipler bort fra mengden så ofte og var sammen med dem før alle de viktige begivenheter skulle finne sted. Tenk på den siste nattverd før korsdøden! Det var til og med en indre sirkel i disippelkretsen: Peter, Jakob og Johannes. De fikk være med i det innerligste samvær med Jesus på berget, i Getsemane og i dødens forværelse i Jairus' hus. Jesus øvet sjælesorg overfor den enkelte. Tenk på samtalet med Peter og med Tomas etter oppstandelsen. Altså den trefoldige oppgave ble virkelig gjort via tre kanaler: massen, gruppen og den enkelte. At vi har interessert oss for de to siste, kommer av at vi er innforstått med at det meste av kirkens virksomhet foregår i dag som forkynnervirksomhet for mas-

sen, den store flokken. Vi har glemt undervisningen og terapien. Disse funksjoner foregår mer i grupper og for det enkeltstående menneske. Vi tror det er nødvendig å understreke pedagogikken og terapien (sjelesorgen) og gruppen og den enkelte uten å overse forkynnelsen for de store forsamlinger. Det hører sammen alt sammen. Men noe av det er mer forsømt enn annet. Det kjennes som en oppgave vi har å gjøre oppmerksom på dette.

Det ser altså ut til at vi har tatt vare på forkynnelsen for de mange. Vi mener dog at det er gjort med det. Vi har lett for å stivne i gamle former. Om det skal skje noe i Guds rike, så må det skje i stormøtet i kirken. Legg merke til at kirkebygget var slik i eldre tid at vi hadde et stort gudstjenesterrrom, men med mindre rom for andre aktiviteter var det så som så. Den nye kirkearkitekturen går ut på et mindre kirkerom for gudstjeneste og mange smårom for kirkelige aktiviteter. Det er i pakt med tiden. Den sosiale struktur i vårt pluralistiske samfunn viser den veien som kirken har gått. Det kan hende at vi må tenke om. Kanskje også forkynnelsen i fremtiden må skje i mindre grupper og i vitnesbyrdets form. Det er blitt slik allerede der hvor den kristne kirke må leve sin katakombetilværelse.

Vår understrekning av gruppen i menighetens liv og virketar sikte på å virkeligjøre de tre funksjonene som menigheten har og særskilt tyngde har vi lagt på det som er forsømt, gruppen og individet i undervisning og sjælesorg.

2) La oss så se på *hvordan vi har skjøttet vår oppgave*. Så lenge kirken var ung og i kirkens vekkelses- og fornyelsessider fungerte gruppene. I tider av stagnasjon gikk gruppevirksomheten tilbake. Jo mer aktuell og engasjerende kristendommen er, desto mer slutter man seg sammen i grupper for å fremme de nye impulser.

Det krever altså først og fremst åndelig liv om gruppene skal kunne fungere, men det kreves også administrasjon og organisasjon. Det har vel skortet på alt dette mange ganger i kirkens historie.

Om ikke den levende gruppen finnes i den kristne menighet, så er det store sjanser for at gruppens avart, klikken, kommer frem. Klikken er, til forskjell fra gruppen, et fenomen som karikaturmessig likner gruppen, men som er akkurat det motsatte. Den er til for sin egen skyld og dyrker seg selv samtidig som den isolerer seg fra alle andre og ikke slipper noen uvedkommende innenfor sine enemerker. Den opplever seg selv også som bedre og finere enn andre. Denne misvekst av gruppen har iblant fått spillerom i menigheten.

Man kan måle kirkens åndelige temperatur på det personlige engasjement, men man kan også måle den på gruppevirksomheten.

c) *Hvordan skal vi fornye gruppevirksomheten i kirken?* Som vi har sett fyller gruppen en stor funksjon i den kristne kirke som Åndens nedslagsfelt. Vi har også sett at gruppen er i pakt med vår tid som er preget av mangfoldet og pluralismen. Og vi har også sett at den er i pakt med moderne psykoterapi og skulle derfor ha noe å si oss når vi er interessert i sjelesorgen.

Howard J. Clinebell, som har studert gruppe-virksomheten i kirken, har gitt oss sine synspunkter i en bok som heter "Mental health through Christian community" – "Mental helse gjennom det kristne fellesskap". Han sier at "Grupper, store eller små, er grunnrenningen fra hvilken kirkens program formes".

1) Først får vi altså spørre om dette er noe for oss. Kan vi tenke oss at det gir oss noe? Kan vi tenke oss at det er noe av Guds ledelse i dette? De store møtene er så vanskelige å få til. Ser man på menighetsbladene finner man en ganske kraftig beskjæring av den offentlige møtevirksomhet. Mindre gruppесamvær er det blitt flere av.

Er det kanskje noe i tiden som leder denne veien? Fjernsynet fosterer passivitet. Det har i mangt sprengt hjemmets grupper. Sammenlikn familien foran fjernsynsapparatet med familien for 100 år siden der man hadde sitt å gjøre hver for seg, men man hadde samfunn med hverandre. Man snak-

ket sammen mens man arbeidet i lyset av en parafinlampe eller tyristikker.

2) Dernest får vi spørre om vi kan ordne det hele. Det blir først og fremst et spørsmål om åndelig liv og kristent engasjement, men det blir også spørsmål og praktiske saker som rom og tid. Vi vil møte ganske store hindringer. Ikke minst er hindringene av personlig art. Om vi skal ha grupper av den karakter som vi har antydet, terapeutiske grupper, så vil vi støte på den vanlige menneskelige sjenerthet. Vi tør ikke være med på noe som kan forstyrre våre egne sirkler eller få oss ut av våre sikre mønstre selvom de er aldri så foreldet og utjenlige til sitt formål. Da mønstrarer vi alle våre defensive ressurser.

3) Men la oss forutsette at vi vil gjøre noe med det. Først vil vi da tenke på hvilke slags grupper det kan bli tale om, for det er sikkert en rik variasjon her bestemt av gruppens sammensetning og intensjon. La oss snakke om intensjonen, hensikten, først. Da kan vi snakke om:

- a) Studiegrupper
- b) Bønnegrupper
- c) Arbeids- og støttegrupper
- d) Terapigrupper (grupper for sjelesorg)

Og så kan vi snakke om *hvordan vi skal få dem til å fungere*. Da tror jeg at vi kan gå frem på to måter:

a) Vi kan få mer gruppe-dynamikk inn i våre allerede etablerte grupper. Det vil ganske enkelt si at vi våger å komme hverandre nærmere og være mer åpne for hverandre. Det kan skje i våre "gamle" grupper: Kvinneforeninger, mannsgrupper, kor- og musikklag, sondagsskolepersonalets møter, ungdomsforeningens styremøter, osv. Vi måtte da ofre 1/2 time og møtes i mindre grupper på 6–8 personer for å dele med hverandre, og så komme sammen noen minutter for å fortelle hva vi var kommet frem til. Jeg vet ikke om vi har råd til en slik ekstragavanse. Egentlig vet jeg ikke om vi har råd til å unnvære dette. Mange personlige hindringer ville ryddes av veien i alle fall ved en slik fremgangsmåte.

En særlig plass har de etablerte studiegrupper og bønne-

grupper, som jo i seg selv har gruppekarakteren, men som ofte ikke fungerer som dynamiske grupper.

Og ikke minst tenker jeg på våre større samlinger på kurser, leirer, årsmøter, stevner av ulike slag. Her er en gyllen anledning til å drive gruppevirksomhet.

Og så kunne vi forsøke oss med nye grupper. Hvorfor ikke danne nye grupper for personlig sjelesorg? Det kan være grupper for nyfrelste, grupper for ektefolk eller forlovede eller andre kategorier som vil hjelpe hverandre med personlige og mellommenneskelige problemer.

Hvorfor ikke danne en spesialist-gruppe, et team av prest, lege, psykolog, kurator som både kan være til hjelp for seg selv og til hjelp for andre?

Det er sikkert tydelig for alle som har lest så langt i dette opus at det som ligger meg mest på hjertet er å benytte den mulighet som vi har i gruppen til å hjelpe hverandre sjelesøgerisk og dermed oppvekke den urgamle sjelesorgstradisjon som går ut på alles sjelesorg overfor alle, og at vi hadde et forum i menigheten dit man kunne gå med sine personlige vanskeligheter og finne hjelp. Det er naturlig at det er prestens oppgave å være en slik hjelper i sjelens nød, men vi kan alle være med og hjelpe, og den hjelp som ytes i en gruppe er altså dobbelt hjelp, ser det ut til.

Howard Clinebell, som har inspirert meg til meget av det jeg har skrevet om gruppevirksomheten, tar opp spørsmålet om ikke det var på tide nu å ha såkalte modifiserte terapi-grupper i menigheten. Jeg er vel ikke kommet så langt ennå. Men hva jeg vil gå inn for er sjelesorggrupper som man visste hvor og når de møttes og der adgangen var åpen for alle som hadde personlige problemer og som var slik at man kunne gå dit uten å øremerkes som problemmennesker. Det er nemlig naturlig for oss å kjempe med problemer. Atmosfæren i menigheten har bare ikke vært god for et slikt faktum. Man har gått ut fra at kristne mennesker alltid har sitt på det tørre, hvilket langt fra er tilfelle.

Clinebell sier: "For å møte utfordringen i vårt samfunn, må kirken eksperimentere med nye former for gruppeliv".

"Man skulle spørre slik", sier han, "er det mulig for mennesker i alle aldre og med et stort register av interesser, å finne en meningsfylt gruppearfaring i vår kirke? Hvilke særsikte behov har mennesker omkring oss nå i den andre del av det 20. århundre? Hvilke mangler finnes det i vårt tilbud om gruppe-tilhørighet? Hvilke nye initiativ kan vi ta for å møte våre medlemmers behov og samfunnets behov når det er tale om gruppevirksomhet, og hvilke behov finnes hos dem som står utenfor som vi kan møte?"

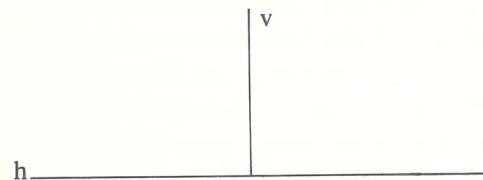
Dette får stå som avslutning på det vi har tenkt å si, men la oss summere opp med å proklamere vår intensjon med det hele. Det vi ville var:

- a) Å styrke det åndelige fellesskap i menigheten.
- b) Å skape en større åpenhet oss imellom, så vi kan hjelpe hverandre med våre vanskeligheter.
- c) Å gjøre oss mer effektive i tjenesten blant våre medmennesker.

Kapittel VIII SJELESORGSPROBLEMER

Sjelesorgen omfatter hele livet. Det er intet som er sjelesorgen uvedkommende. Alt det som plager et menneske, hva det enn måtte være, er betydningsfullt for sjelesorgen. Vi deler ikke inn vårt liv i vanntette skott slik at noe tilhører kroppen vår, noe annet sjelen, og noe er åndelig. Det er ikke i første rekke de aktuelle problemene som er avgjørende for sjelesorgen. Det er synsvinkelen, måten å se problemene på, sammenhengen. Denne synsvinkelen er "sub specie aeternitatis", under evighetens synsvinkel. Og hit hører alt mennesket til.

Alt mellom himmel og jord kan da bli operasjonsfelt for sjelesorgen. Vi har gjort ubotelig skade ved å henvise bare "åndelige" ting til sjelesorgen. I forhold til psykoterapien er det ofte blitt så. Psykoterapien skal holde seg til det dennesidige, aktuelle, mener man. Sjelesorgen skal sysle med det hinsidige (ofte ubestembare og flyktige). Vi kan si det slik at psykoterapien holder seg til den horisontale linjen mens sjelesorgen holder seg til den vertikale:



Men det blir en kunstig måte å se livet på. Det karakteristiske for sjelesorgen er at den vertikale linjen hele tiden spiller inn på den horisontale og gir lys og mening til de aktuelle ting som skjer på den horisontale linjen. Det viser seg også at psykoterapien ser seg nødt til å operere noe med den vertikale linjen. Det skjer så snart man fører inn verdiproblematikken i terapien.

Denne totale oppfatning av mennesket er i overensstemmelse med Bibelen.

Diagnose i sjælesorgen

Vi kan ikke her ta opp i detalj de ulike problemer som en sjælesørger møter i sin praksis. Det er umulig og det ville sprengje alle grenser. Det vi skal se på her er hovedinnstilling hos sjælesørgeren når han møter problemene og skal forsøke å hjelpe.

Det er en forholdsvis ny tanke at sjælesørgeren skal diagnostisere sin konfident. Det smaker for mye av medisin og terapi, og er derfor farlig. Det virker også litt for mye menneskesentrert. Man står i fare for å tape det vesentlige i sjælesorgen, nemlig evighetsperspektivet og det kristne kerygma (budskap).

Vi kunne også spørre om dette er nødvendig. Er det ikke tilstrekkelig å forkynne Guds ord? Det inneholder alt som er nødvendig til frelse. Hva skal vi med mer? Er det ikke nok med vår teologi? Hva har vi med psykologi å gjøre? Det er da så usikkert alt det som denne bringer til torgs. Og det er klart at vi kan ledes på villspor.

Om vi ser det på den måten at "varje själ har sin väg att gå" og at Gud respekterer vår individualitet og integritet, at han har skapt oss ulike og at Jesus behandlet ulike mennesker på ulik måte, vil saken komme i et annet lys. Vi må lære menneskene å kjenne om vi skal kunne hjelpe dem.

Det vi skulle lære var først og fremst å vite noe om hvem det er vi skal hjelpe, ganske enkelt at vi forsøker å forstå den vi snakker med, hans problem og måten han forsøker å løse sine problemer på.

Sjælesørgerens dilemma har vært dette at han har hatt medisinen som skal hjelpe. Han vet også at det er nettopp denne medisinen som den hjelpebehøvende trenger, men han vet ikke hvordan han skal "ordinere medisinen" for han kjenner ikke "pasienten" riktig.

Goethe sier noe om at det finnes mange slags plaster i Vår Herres Apotek. Det plaster som passer for deg, passer

kanskje ikke for meg, og det som passer for meg, passer kanskje ikke deg.

Det er egentlig ikke noe nytt dette å stille diagnose i sjælesorgen. Ingen sjælsdiagnose er grundigere enn den som vi leser om i Salmenes Bok i Bibelen. Les f.eks. Salme 51. Augustins Bekjennelser er sjælsdiagnose. I middelalderen ble det publisert noen "Sjælespeil". Det nye er bare at vi har fått et tilfang av moderne psykologi. Brukt med kritisisk sans og på rett måte kan dette bety en hjelp i sjælesorgen.

En rett måte å møte problemene på. Sjælesorg i praksis
Det som besværer oss mennesker er som oftest ikke det problem som er aktualisert i øyeblinket. Det er som regel noe annet som ligger under. Det er ikke problemet i og for seg som er problematisk, men det er måten jeg møter problemet på. Det er min *holdning* til problemet som er problematisk, måten jeg tar det på, mitt forsøk på å løse det, og min evne til å bære det vonde som jeg må leve med. Det har også mer med min personlighet å gjøre enn med den aktuelle situasjonen. Det er jo tydelig at noen mennesker klarer livets påkjenninger bedre enn andre. Det har sin årsak i personlige kvalifikasjoner, temperament, tro og livssyn.

Det er om å gjøre for sjælesørgeren å få klart for seg *hvem konfidenten er* og ikke så meget hvordan han i øyeblinket har det. Han skal mer ta sikte på hvordan konfidenten *har det* og ikke så meget på hvordan han *tar det*. Selvsagt skal sjælesørgeren ikke være blind for den aktuelle utløsende faktor, men skal han kunne hjelpe effektivt, må han få et større perspektiv enn det som øyeblinket gir. Altså, problemet er ikke det viktigste, men hvordan konfidenten tar problemet. Da er vi straks inne på tro og livssyn som er sjælesorgens spesielle operasjonsområde.

Det neste som sjælesørgeren skal være oppmerksom på, er at det er *følelsene* våre som skaper konfliktene, ikke så mye tankene. Sjælesorg er mer en hjertets sak enn hodets.

Vi tror at våre problemer er intellektuelle. Det er de som regel ikke. Intellektuell religiøs tvil er ofte bare utflukter, hvis det da ikke er noe verre, nemlig snobberi.

Sjelesørgeren skal ikke fokusere så mye på hva konfidenten tenker. Han skal være oppmerksom på hva han føler. Det er her problemet ligger. Dette syn fritar sjelesørgeren fra å svare på alle spørsmål som stilles. Det innbyr til å være med i det som konfidenten føler. Han må lære seg å gråte med de gråtende og glede seg med de glade.

Dette passer også med vårt skjema for sjelesorg. Det er først når kommuniseringen foregår på det emosjonelle plan at det kan ytes virkelig hjelp.

Det er ingen ting som er så ekte hos oss som våre følelser. Det er i våre følelser at vi er hjemme. Med tankene kan det være så som så med ærligheten. Vi bruker ofte tankeapparatet vårt for å rasjonalisere, bortforklare.

For det tredje skal vi la *konfidenten beholde initiativet*. Det er han som skal hjelpes. Han skal ta opp det som plager. Han skal angi retningen for samtalen og farten. Det betyr selvsagt ikke at du som sjelesørger bare sitter og ”jatter med”. Du skal være med med hele deg og reagere på det som kommer frem. Du skal også komme frem med det som du føler og det du har å bringe. Det du bringer er ikke bare medmenneskelig innføling og medfølelse. Du har midler til hjelp som er enestående for sjeselsorgen.

Vi ber tilslutt om at du studerer riktig nøyne det som karakteriserer sjeselsorgens basis, metode og mål.

Basis	Metode	Mål
1. Guds Ord	1. Kommunikasjon (samtale)	1. Rett forhold til Gud
2. Mennesket sett under evighetens synsvinkel	2. Det kristne fellesskap	2. Rett forhold medmennesker
3. Psykologisk innsikt	3. Det kristne kerygma 4. Bønn 5. Sakrament 6. Skriftemål med avløsning	3. Rett forhold til seg selv

STUDIEPLAN

Kurset er beregnet på å hjelpe oss til å hjelpe hverandre med det som er vanskelig i livet, hvordan vi skal leve, hvordan vi skal møte vanskelighetene og mestre dem, hvordan vi skal leve sammen med andre og arbeide sammen, hvordan vi skal komme til rette med de viktigste ting i livet, vårt forhold til Gud og til evigheten.

For at dette skal skje, er det nødvendig å ha en viss innsikt i hvordan vi selv og andre mennesker fungerer og hvordan de medmenneskelige relasjoner tar form. Men enda viktigere er det å øve seg i å forstå andre og seg selv. Vi tror at øvingene er det viktigste. Livet er den beste læreremester om vi vil la oss lære av livet.

Av disse grunner har vi lagt opp studiet slik at vi samtidig som vi leser for oss selv og studerer sammen i grupper, fortar enkelte øvinger. Det er viktig at disse øvelsene får den rette plassen.

Til lederen av gruppen vil vi gjerne si at vi er interessert i å hjelpe med øvelsesmateriale, og ellers stå til tjeneste med å svare på spørsmål som kan dukke opp. En del av øvelsesmaterialet kan vi ikke føye inn i tekst eller studieplan her, eftersom bare en del av deltakerne skal kjenne til øvingen. Slikt materiale kan fås ved direkte henvendelse til oss.

Første samvær:

Vi samtaler om å dele med seg av kristentroen. Side 9–10.

1. Er det vår forpliktelse som kristne mennesker å gjøre kjent det vi tror? Samtal om vår kristentro som en privat sak eller en offentlig sak.
2. Spør deg selv om du har forsøkt å snakke med noen om Gud den siste tiden. Hva er årsaken til at du ikke gjorde det eller mislyktes når du forsøkte. Lå hindringen hos andre? Lå den hos deg selv?

- Hvordan ville det bli om vi var litt mer åpne overfor hverandre? Hvordan skal jeg få hjelp til å bli mer åpen?
Hvordan kan jeg hjelpe andre til det samme?

Annét samvær:

Har sjelesorgen spesielle muligheter i vår tid? Side 11–13.

- Samtal om sjelesorgens plass i kirkens tilbud til verden.
Er det så at alt det kirken har å tilby verden er sjelesorg når det kommer til stykket? Tenk på forkynnelsen, undervisningen og alle former for tjeneste.
- Er det noe i tiden som kaller på økt innsats i sjelesorg?
Samtal om kirkens mulighet i dag til å nå menneskene med forkynnelse og møtevirksomhet. Se litt nærmere på den sjeelige nød som moderne mennesker befinner seg i: mangel på etiske retningslinjer, meningsløshet,
- Hva skal vi gjøre for å bli bedre sjelesørgere? Hva kan jeg gjøre?

Tredje samvær:

Hva er det som gjør sjelesorgen unik? Side 14–19.

- Det er Gud som virker ved sin Ånd. Samtal om hva det betyr å være ”under evighetens synsvinkel”. Hva kan jeg regne med at Gud vil gjøre når jeg snakker med mennesker om ham?
- Hvordan skal jeg best fylle min oppgave i det ”sjelesørgiske kraftfeltet”? Hva betyr det egentlig at det viktigste er det jeg *er*, ikke det jeg vet eller kan?
- Kan jeg regne med at konfidenten er inne i et kraftfelt når vi samtaler under evighetens synsvinkel? Virker Gud på ham direkte, ikke bare gjennom meg? Vil det styrke meg i min frimodighet og hjelpe meg når jeg kjenner meg mislykket?

Fjerde samvær:

Vi studerer det som skjer når vi snakker med hverandre.
Side 20–25.

- Samtal om de ulike måter vi kan meddele oss til hverandre

på, særlig de nonverbale (ikke med ord). Går det an å lese på øynene, hendene, føttene, minespillet? Det vi kaller kroppsspråk er kanskje mer ekte enn det vi sier?

- Forsøk med enveis og toveis kommunikasjon. Det kan gjøres ved at to sitter med ryggen mot hverandre. Den ene skal beskrive noen geometriske figurer, f.eks. tre rektangler som står i et visst forhold til hverandre. Den andre skal tegne, men han får ikke lov å spørre om noe. Det er bare den som forteller som snakker. Dette er enveis kommunikasjon.
- Toveis kommunikasjon får vi frem om to deltakere sitter ansikt til ansikt. Den ene forteller noe som han har opplevd. Den andre kan spørre så mye han vil for å få klarhet i hva det er som fortelles. Etterpå skal den som hørte på gjenfortelle det han har hørt. Legg merke til om han har fått med alt! Legg merke til om han har fylt ut noe som egentlig ikke ble sagt?

Femte samvær:

Vi snakker særlig om den dype samtaLEN, den som skjer på det emosjonelle planet. Side 26–37.

- Hva er det som kan føre samtaLEN inn på dypere vann?
Det vil si at vi snakker om dypt personlige ting der også følelsene får lov til å slippe til?
- Hvordan skal jeg lære å lytte?
- Hvordan skal jeg bli mer ekte?
- Hvordan skal jeg bli mer empatisk?
- Hvordan skal jeg bli mer positiv i min holdning til andre mennesker?

Sjette samvær:

Vi studerer religiøse behov. Side 38–55

- Samtal om de religiøse behov hos mennesker i dag.
- Er de religiøse behov mindre i våre dager enn tidligere?
- Tar de religiøse behov seg andre uttrykk i vår tid? Om så er, hvorfor og hvordan?
- Hvordan skal kirkens budskap på nytt aktualiseres for

moderne mennesker?

5. Hva kan jeg som kristen gjøre for at dette skal skje?

Sjuende samvær:

Gruppen i sjelesorgens tjeneste. Side 56–64

1. Se litt nærmere på hva gruppen har betydd i kirkens historie. Er det noe vi kan lære av dette i vår tid?
2. Snakk om grupper som vi med de ressurser vi har setter i gang som sjelesorgsgrupper i menigheten. Nye grupper?
3. Farer som vi bør være oppmerksom på i gruppevirksomheten?
4. Muligheter for hjelp og vekst som finnes i gruppen? Få frem noen detaljer.
5. Hvordan kan vi i det hele tatt fornye gruppevirksomheten i menigheten?

Attende samvær:

Sjelesorgsproblemer. Side 65–68

1. Ta gjerne opp noen aktuelle sjelesorgsproblemer. Anker Nilsens bok "Personlige problemer" tar opp skyldproblemet, bekjennelse og skriftemål, angst, sorg, tvil og anfektelse, sykdom og u�rhet, sinnets sykdommer, seksuelle problemer, alkoholproblemet og alderens problemer. (Boken er utsolgt fra Forlaget, men kan nok lånes på bibliotek. Studiesentret i Bergen har boken til utlån.)
2. Samtal om det som er nødvendig å vite om mennesket, hvordan det har det og hvordan det fungerer om vi skal kunne hjelpe. Nutten av mer psykologi i sjelesorgen. Farer som kan oppstå ved dette.
3. Er det sant at det er følelsene som bringer oss mest problemer? Hvordan? Tenk på våre sympatier og antipatier. Hvordan skal vi kunne hjelpe her?
4. Hvordan skal jeg få plass til det kristne vitnesbyrd om jeg våger å la konfidenten ta ledelsen?