

Vanans makt

När synden som kraft blir manifest sker det som vi sett ofta i form av en destruktiv bundenhet. Låt oss nu se hur den latent kraften också ger oss alla en kuslig kapacitet för att vänja oss vid våra egna onda gärningar. Det kan också gälla andras onda gärningar lika väl som ens egna.

Vi kan här referera till de ganska omfattande undersökningar som gjorts av de människor som utförde Hitlers förintelse av judar, romer, krigsfångar och handikappade*. En del tyskar fick bilda så kallade insatsgrupper eller polisbataljoner. De gick från ort till ort bakom den framryckande tyska armén och spårade upp judar. Dessa fördes i samlad trupp under obeskrivlig och alldeles onödig brutalitet till närmaste skogsbryn där de avlivades med nackskott. Ofta hade de först fått gräva sin egen grav. Deras bödlar måste ha varit psykopater eller sjuka och förvridna på något annat sätt, tänker vi. Men man vet i dag med säkerhet att det fanns inte fler psykopater i deras led än i samhället i övrigt. De var inte ens fanatiska nazister utan flertalet var skötsamma, välanpassade och politiskt tämligen ointresserade familjefäder. För att spara på ammunitionen fick de skjuta judarna på så nära håll att hjärnsubstansen ibland sprutade och kladdade ner deras uniformer. En del av dem blev alkoholister eftersom de var tvungna att dricka för att kunna sova. Men de var inte psykopater. De flesta vände sig på ett sätt ganska snart vid sin uppgift och kunde se på film under lediga stunder eller roa sig på annat sätt så gott det nu gick i fält.

Liknande iakttagelser har man gjort vid folkmorden i Vietnam, i Rwanda och i Bosnien. Det var vanliga människor som höll i vapnen under massakrerna.

Vi måste alltså bli varse den *kapacitet till onda gärningar som går att väcka till liv inom var och en av oss*. Det är den förmågan som frälsningen ytterst gäller hos oss alla. Den kan vi inte få lov att ta med oss in i himlen för då börjar eländet om från början.

Underhållningsprogrammen i TV glider allt mer in i ren mobbning i form av så kallad dokusåpa. De som deltar i "leken" kan bli djupt skadade fastän det säkert skall mycket till innan man erkänner det efteråt. Men de som tittar på går inte heller fria. Om man ser på när andra förnedras och faktiskt finner nöje i det så får föraktet ett allt djupare grepp om ens själ. Man får lättare att förakta andra och man grips också av en större fruktan för andras förakt.

Den anorektiska flickan började sin farliga bantning genom att hon fick lära sig att i någon mening förakta sin kropp. Detta självförakt kanske inte bara hade grundlagts av att hon läste bantningstips i en tidning. Hon kanske också blev extra sårbar genom att leva i en kultur där föraktet getts allt mer fria tyglar. Faktum är att vi sedan det relativt idylliska 1950-talet har sett en galopperande

* Text Daniel Jonah Goldhagen: "Hitler's willing Executioners."

ökning just av ätstörningar. Första gången jag mötte en anorektisk kvinna var 1961 under min läkarutbildning. Hon lades in för endokrinologisk utredning (alltså på misstanke om hormonella störningar), såpass osäker var man då både på sjukdomen som sådan och på själva diagnosen i hennes fall. Och de gamla docenterna sade till oss kandidater att vi skulle titta noga på henne för – som de sade: ”detta kanske ni aldrig får se någon mera gång.” I dag bygger vi specialkliniker just för ätstörningar. Personligen tror jag att detta inte bara hänger ihop med en tilltagande kroppskultur utan väl så mycket med att föraktet i recensioner och underhållning – inte minst bland pop-recensenter, ståuppkomiker och sportjournalister – har ökat enormt.

I dag skrattar filmrecensenter högt åt filmer som var barnförbjudna på 50-talet. Men deras löje är en reflex av det faktum att kulturen har hårdnat i samma mån. Våldsscenerna i underhållning och nyhetsprogram har utvecklats enormt och den man våldför sig på visar man ju ett extremt förakt, ett faktum som man kanske inte tänker på. Föraktet finns därför överallt i luften vi andas och kollektivt har vi vant oss vid det på ett sätt men inte på ett annat. Det liknar den tillvänjning som man kan få vid ljudet från ett fläktsystem. När någon stänger av fläkten upplever man en väldig lättnad fastän man tidigare inte tänkte på oljudet.

Boxning och dataspel

Här kan man ju fundera mycket på varför så många finner nöje i att se på när andra mobbas. Varför finns det folk som vill gå på en boxningsmatch? Och vad händer med dem som gör det? Vad jublar publiken åt när den ena boxaren ligger medvetslös? Är man samma människa som tidigare när man går hem efter att ha sett sitt livs första boxningsmatch? Ytligt sett är svaret ja. Om du frågar kommer alla att svara att de är fullt kapabla att skilja kampen innanför ringen från sitt eget privata liv. Må så vara. Men så lätt kommer vi säkert inte undan. I någon mening har den slumrande kraften – ”synden som bor i mig (Rom 7) – väckts till liv genom tillvänjning i form av avtrubbning. Det kan dröja innan det visar sig att kraften fick liv och att personen dog i någon mening men någon sorts tillvänjning måste ha skett annars hade man inte suttit kvar matchen ut. En tillvänjning behöver inte visa sin destruktiva karaktär förrän långt senare. Därför är det svårt att koppla ihop orsak med verkan till ett rent vetenskapligt bevis.

Även när det gäller våldsbetonade dataspel går diskussionens vågor höga. Kan man verkligen sitta och ”skjuta” fiender på en skärm utan att på något sätt vänja sig vid våld? De som betalar dyra pengar för att få göra reklam i TV är åtminstone övertygade om att man kan ändra människors beteende genom rörliga bilder på en skärm. Även om människor inte reser sig ur TV-soffan för att genast med glasartad blick gå ut och köpa Coca-Cola eller det senaste tvättmedlet så vet reklamakarna att det kan ge resultat på lite längre sikt och utan att personen tänker på det.

De som spelar säger att de kan skilja mellan spel och verklighet. Ja, de går inte raka vägen ut på gatan och skjuter levande människor på samma sätt som de gör i sina datorer. Betyder det att varje annat aggressivt beteende också skulle vara

uteslutet i ett senare läge? Inte så få utvecklar i alla händelser ett rent beroende av dataspelen så att de måste sitta där och skjuta på samma sätt som alkoholisten måste ha sprit.

Den som inte har sett eller åtminstone anat kraften hos den latent makten i sitt eget liv har lätt för att bagatellisera tillvänjningens onda verkningar. Soldater som varit i krig brukar säga att det tog emot att skjuta den första fienden men sedan blev det snart ren rutin. Detta betyder inte att man blivit beroende i den meningen att man måste skjuta också när kriget är över. Men man har förlorat någon sorts känslighet som kan visa sig ödesdiger i andra former av konflikt.

Utbrändhet

Om hänskratten över gångna tiders barnförbjudna filmer visar att hela kulturen hårdnat så tror jag att vi också har funnit en starkt bidragande orsak till vår senaste epidemi – utbrändheten. I en kultur där artister och idrottare ena dagen kan göras till halvgudar för att nästa dag få en andlig spottloska mellan ögonen där vänjer vi övriga oss – vid andras förnedring. Men vi lever samtidigt med en växande beredskap, en ständig inre spänning, för att själva råka ut för påhopp. Hur skyddar man sig? Genom att inte lämna någon blotta på sig. Man måste helt enkelt överglänsa sin omgivning. Helt följdriktigt skall det utkoras en vinnare i snart sagt alla underhållningsprogram. Även konserter drabbas. Jag minns till exempel en jazzfestival härförleden där man inte kunde få njuta av musiken utan att det helt i onödan också skulle utses en vinnare.

Detta tar mycket kraft. Det vi kallar stress handlar inte bara om ren tidsbrist utan också om våra problem att få tiden att räcka för allt som vi måste göra för att skydda oss själva för omvärldens fördömelse. Förr hette utbrändheten överansträngning för människor har naturligtvis i alla tider levt över sina tillgångar också på det biologiska planet. Men det som har kommit till är de extremt långa sjukskrivningarna som visar att vi i massmediernas tid har blivit så enormt mycket mer utsatta för det allestädes cirkulerande föraktet än vad någon tidigare generation har kunnat vara. Den skada vi lider tycks därmed också vara djupare än vid forna tiders överansträngning. Att mobbningen på skolgårdar och arbetsplatser också tycks tillta visar bara på ett annat sätt att vi befinner oss i en accelererande process.

Sedan är det en annan sak att många andra faktorer också har kommit till. Vi förväntas hålla många bollar i luften på ett helt annat sätt än vi behövde bara för femtio år sedan. Många har reagerat genom att sjunga långsamhetens och långtråkighetens lov. Dessa tvang oss nämligen att vila. I dag fylls vår lediga tid av allt fler engagemang. Utbrändheten börjar egentligen när man *förlorar förmågan att vila, att koppla av och komma ner i varv*. När detta sker kanske man mår utmärkt och tycker att livet är härligt. Själva kraschen kommer långt senare. Eftersom man har mist förmågan att vila kommer med tiden också den dag när man av ren utmattning till följd av brist på vila även *förlorar förmågan att stressa*. Då, när man varken kan vila eller stressa, kommer kollapsen. Men detta hör egentligen inte hit. Jag bara nämner det för att visa att jag ser fler

faktorer till utbrändheten än kulturellt förakt även om jag menar att det föraktet är en mycket viktig orsak till en lång rad av sådana psykosocialt betingade sjukdomar som anorexi och utbrändhet.

Sidor av samma mynt

Tillvänjningen och bundenheten eller beroendet är två sidor av samma mynt. I samma mån som en människa blir allt mer beroende av droger eller vad det nu kan vara som väckt hennes begär, så blir detta beroende också till skada för omgivningen. För att den bundna människan skall kunna fortsätta att glida in i sitt beroende behöver hon en växande tillvänjning eller avtrubbning i förhållande både till sitt eget missbruk och andras lidande. Den senare tillvänjningen kan mycket väl gå så långt att den övergår i en ren önskan att skada. Pedofiler tycks ofta vilja plåga de barn de våldtar och vill gärna filma det hela för att få ut maximal njutning.

Tillvänjningen handlar dock inte bara om att vi vänjer oss vid att andra får betala ett pris för vår egen tillfredsställelse utan den finns ju också inbyggd i själva tillfredsställelsen. Det som från början skapade lust och välbehag mister ganska snart sin kraft och måste ersättas av något starkare. Drogmissbrukaren måste höja dosen undan för undan för att få samma kick som han fick i början. Ofta får man aldrig tillbaka den känsla man fick första gången.

Detta fenomen förklarar varför lyckan kan få en människa att hårdna. Vi kan lätt förstå att lidandet kan göra en människa hård. Lyckan borde däremot göra henne generös, tänker vi. Och det kan mycket väl inträffa, men det är inte nödvändigt. Lyckan kan väcka en lust som snart bleknar och ersätts av en längtan efter mer av samma sort. Och så börjar kanske den jakt där man vill få den större stimulans som ger samma njutning som första gången. Först tar andra skada senare gör man det också själv.

Motsatsen

Begärets motsats heter tacksamhet. I båda fallen kan man uppleva lycka. Tacksamheten gör människan glad och generös. Begäret gör henne också glad – åtminstone i början – men med tiden blir hon allt mer krävande och hänsynslös. Eftersom hon aldrig blir nöjd utan jagar ett mål som ständigt flyr bort ifrån henne blir hon i växande grad också besviken och olycklig. Till sist kan livet kännas helt meningslöst eftersom hon satsar alla sina resurser på något som aldrig kan leda till målet. Vi skall här påminna oss att när ett beroende utvecklas så tar det död på alla andra glädjämnen och intressen. Alkoholisten tänker bara på alkohol, maktmänniskan bara på makt och sexslaven bara på sex.

Där begäret alltså blir liktydigt med orättfärdighet blir tacksamheten lika förknippad med rättfärdighet. Frälsning kan därför uttryckas som en process som löser människan från hennes begär och försätter henne in i ett tillstånd av förblivande tacksamhet. Ur evighetens perspektiv räcker det då inte bara med att man får sina fullt utvecklade begär avskaffade och ersatta av tacksamhet. Man måste också bli löst från förmågan att utveckla nya begär om det skall bli något

bestående resultat.

När det gäller tacksamheten kan vi till sist konstatera att så länge synden finns som latent kraft i våra liv så är också tacksamheten den flyktigaste av alla våra livshållningar. Vi vänjer oss snabbt vid det som skapade tacksamhet och tar sedan gåvan för självklar. I kyrkan kan vi se att det som ena dagen är en Guds nåd som föder lovsång kan nästa dag vara en självklarhet som man inte längre tänker på. Skall det sedan bli lovsång måste det till något nytt. Också i kyrkan blir det alltför lätt en jakt efter något allt häftigare, inte minst inom karismatisk kristendom där mirakeljakten kan urarta till show-business.

Tveeggat

Vi är ofta vana vid att betrakta tillvänjningen som en skyddsmekanism. Något obehagligt kanske kommer in i ditt liv, kanske på jobbet, och du kan bli så illa berörd att du först inte orkar arbeta. Men så samlar du dina krafter och kan gå till jobbet ändå för med tiden vänjer du dig så att det som störde dig inte får ett lika skadligt inflytande längre trots att det finns kvar. Detta är alltså en form av anpassning till det som man kanske inte kan ändra på i ens miljö, en mekanism för överlevnad. Vi ser den som något positivt.

Men vi tänker oss nu att du glider in i någon sorts beroende, ett missbruk som allt mer går ut över dina närmaste. Det gör du knappast över en natt utan ditt beroende har en startsträcka som gör att dina närmaste länge kan anpassa sig. Därför kan det dröja länge innan de slutar att anpassa sig och reagerar genom att sätta gränser. Detta betyder i sin tur att ditt missbruk vid det laget har blivit så etablerat att dina närmaste i praktiken reagerar för sent. När reaktionen kommer betyder det ofta att relationer sprängs för alltid. Dina närmaste har då kanske inget annat val än att överge dig.

Evighetens glädje måste vara av ett helt annat slag än det mesta som vi kallar glädje i detta livet. Det går helt enkelt inte att tänka sig ett evigt liv där vi hela tiden måste ha högre och högre stimulans för att känna samma glädje som förut. Det är svårt att här och nu tänka sig ett tillstånd där allt är som det brukar vara samtidigt som det ständigt har nyhetens behag. Ett gott och varmt äktenskap är kanske det närmaste vi kommer detta tillstånd där den lustfyllda upprepningen inte behöver accelerera för att kunna behålla sin fräschör. Evighetens glädje handlar alltså om kärlekens glädje i kontrast till begärets.

Bortträngning

Att tillvänjningen är ett tveeggat svärd blir extra tydligt när vi ser den i dess mest extrema form – den som brukar kallas bortträngning. Här handlar det om hur man skall hantera minnet av en outhärdlig händelse. Redan själva minnet är så outhärdligt att man inte kan hålla det levande. Anpassningen består då i att man ”glömmer” det. Men det är inte fråga om en vanlig, passiv glömska när något faller bort för att det är så oviktigt att man inte längre frågar efter det. Bortträngningens glömska är aktiv och består i att man för sig själv förnekar att det som hände har hänt. Det är alltså ofta nog en form av självbedrägeri. Man

använder i så fall en lögnens mekanism för att kunna leva vidare och härda ut i en värld som bitvis kommit att framstå som outhärdlig.

Det klassiska exemplet finner vi hos vuxna som blivit sexuellt utnyttjade som barn. Hos dem ser vi också att bortträngningen visserligen gjorde det möjligt för barnet att orka leva vidare men den innebär också en lögn med lögnens alla konsekvenser. Lögn skapar alltid förvirring eftersom lögn ersätter verkligheten med något överkligt. Barnet ljuger bort själva händelsen men ångesten går inte att ljuga bort på samma sätt. Följden blir att man till sist har en ångest vars ursprung man inte vet, en så kallat fritt flytande ångest.

När vi ser tillvänjning och anpassning ur det här perspektivet kan vi förstå att också en hel del av det vi uppfattar som normal anpassning och tillvänjning har lögnen som delfenomen. Man upphör att reagera på något som man från början värjde sig för. Det händer att kvinnor blir misshandlade av sina män. När de söker hjälp har de oftast blivit så tillvanda till kränkande behandling att de berättar om sitt elände som om de talade om någon annans liv. Känslolivet är dött – sånär som på ångesten. Minnet av alla händelser finns kvar. I den meningen har inte lögnen fått fotfäste. Men hela känslolivet saknar referens till verkligheten. Vi står här inför en extrem form av medberoende.

Självförakt

Vår förmåga att tåla förakt är ringa. Andras förakt väcker ett självförakt till liv. Spottar du på en person tillräckligt länge kan du gå därifrån och se att hon står kvar och spottar på sig själv. Här kan vi notera att tillvänjning verkligen kan ske genom att den slumrande kraften väcks till liv. Den misshandlade kvinnan lider – liksom alla som blivit mobbade – av självförakt. Hon har alltså en aktiv, destruktiv kraft som väckts till liv inom henne själv riktad mot henne själv. Det var makens destruktiva begär som gjorde att hon blev misshandlad. Och den misshandeln är ju i sin tur ett extremt uttryck för förakt. Också här kan vi se att anpassningen kanske löser en outhärdlig situation för stunden. Men den kan vara ytterst tveeggad. Den kan själv innehålla många komponenter av lögn och destruktivitet som man ofta gör klokt i att försöka reda ut för att sanningen skall kunna verka till frigörelse också på det emotionella planet.