

Når religion skaper sexproblemer

Christine (30): Er bifil, ble kristen – en mulig kombinasjon?

FRI: For Christine Iversen (30) var møtet med Åpen Kirkegruppe befriende. Da følte hun at hun var kommet hjem, og at hun kunne være både fullverdig bifil og fullverdig kristen.

Flere religioners holdninger til onani, sex før ekteskapet og homofili har skapt store traumer, frykt for helvete og opplevelse av synd og skam knyttet til seksualitet. Christine (30) fryktet at kombinasjonen av å være bifil og kristen var umulig.

For Christine Iversen (30) var det aldri snakk om å komme ut av skapet som bifil. Utfordringen kom da hun ble kristen. Kunne hun som var bifil være det?

Christine vokste opp i et liberalt hjem i Tromsø. Så da hun som 16-åring også begynte å forelske seg i jenter, var ikke det noen stor sak.

– Jeg har opplevd det som noe helt normalt. Det var ingen grunn til å legge skjul på at jeg var bifil, så derfor var det heller aldri naturlig å komme ut av noe skap. Du kommer jo ikke ut av «skapet» som heterofil heller, sier hun.

Til forskjell fra mange andre som har større problemer knyttet til å finne og fortelle om sin seksuelle orientering, ble derfor en litt annen problemstilling for Christine,

som kom da hun ble kristen.

– Jeg begynte som frivillig i kirken i Tromsø som 18-åring fordi jeg var nysgjerrig. Men jeg husker jeg tenkte at jeg kunne jo ikke være kristen, jeg som var bifil. Derfor ble det til at jeg spurte presten om jeg kunne være med og hjelpe til selv om jeg ikke var kristen, forteller hun.

Presten forsikret at så lenge hun hadde lyst til å være med, var det helt i orden. Og i slutten av 20-årene fikk hun et sterkere ønske om klart å definere seg som kristen.

– Men jeg tenkte fortsatt at det kunne jeg jo ikke være, for jeg var jo ikke «godkjent» av Bibelen. Det handlet egentlig om mine fordommer mot kristendommen, for jeg kunne ikke så mye om det, sier Christine.

Åpen kirkegruppe

Det store gjennombruddet kom da hun flyttet til Oslo, og oppsøkte Åpen kirkegruppe, som nettopp er for kristne homofile, lesbiske, bifile og transpersoner.

– Jeg kom på en veldig spesiell gudstjeneste som var avskjedsgudstjeneste til en av prestene som har stått i kampen lenge. Han fenget og engasjerte enormt. Han snakket om å rive opp følelsene, dra frem det andre prøver å holde skjult, og om vår rett til å være oss selv helt og fullt. Jeg opplevde

det som et kamprop, og folk klappet etter prekenen, forteller hun.

Da følte hun at hun hadde kommet hjem. – Jeg kunne være både fullverdig kristen og fullverdig bifil. Jeg er ikke alene.

Den svenske sexologen Hanna Möllås som også har utdanning innen religionskunnskap, har spesialisert seg på å hjelpe de som får seksuelle problemer på grunn av sin religiøse bakgrunn.

– Ofte handler det om at samfunnet eller egne behov sier en ting, og kirken eller religionen sier noe annet. Det blir en lojalitetskonflikt som er vanskelig å håndtere for mange mennesker, sier Möllås.

– Store variasjoner

Typiske temaer som skaper problemer er onani, sex utenfor ekteskapet og seksuelle orienteringer som homofili. Möllås som er ekspert på problemstillinger innen kristendommen, jødedommen og islam understreker samtidig at det er store variasjoner innen hver av religionene.

– Du har fra de mest liberale til de mest konservative menig-

hetene innen alle disse religionene, så det er et problem at de sett på som en enhetlig gruppe, sier hun.

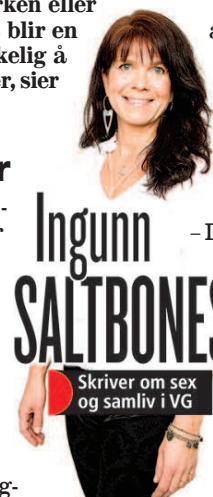
Sexologen mener også at grunntanken ofte er god, at det er et ønske om å verne om seksualiteten, at det er en sterk kraft som skal beskyttes.

– Men så har de som har prediket dette, ikke hatt god nok kunnskap om effekten av det de sier, og det har i realiteten blitt undertrykkende, sier hun.

I de verste tilfellene har fordømmelse av for eksempel seksuell orientering i religiøse miljøer ført til både drap og selvmord, ifølge psykolog og klinisk spesialist i sexologi, Anders Lindskog.

– Barnemishandling

– Det er også rett og slett barnemishandling som foregår i en del konservative norske menigheter. For i disse menighetene sitter de og sier at homofile vil komme til helvete. Barna som vet at dette gjelder dem, vokser opp med en ekstrem skrekk og angst. De tror gjennom hele oppveksten at de skal komme til djevelen og helvete, sier Lindskog. Forkynnelsen om at onani er synd,



Ingunn
SALTBONES

Skriver om sex og samliv i VG



GODE RÅD

● **Gå til de originale skriftene.** Hva er det som egentlig står? Hvordan har dette blitt tolket i din religiøse kontekst? Hvilke andre ulike tolkningsmuligheter finnes? Hva er den kulturelle bakgrunnen for det som ble skrevet? Du vil som regel se at det er flere måter å forstå det på.

● **Snakk med noen** innenfor den samme religionen som deg, men som har et mer moderne syn på tingene. Har du for eksempel fått problemer etter en oppvekst i en konservativ pinsamenighet kan du for eksempel gå til en prest i en mer liberal statskirkemenighet. Da har dere samme grunnntro, og kan lettere forstå hverandres problemstillinger.

● **Oppsøk sexolog,** og da helst en med kunnskap om religion.

● **For noen** kan det være nok bare å få satt ord på hvem de er. Andre, som i årevis har trent kroppen og sjelen opp til at sex er noe syndig, vil trenge lengre tid på å trene seg tilbake, både tankemessig og kroppsmessig.

● **Bryt sirkelen** når det gjelder egne barn, for å hindre at de forbinder seksualitet med skam og skyld. Snakk om seksualitet som noe naturlig, prøv å formidle at sex er noe man har fordi det er deilig og fordi det er gøy.

● **Ikke forsøk** å hindre at ungdommen din debutterer seksuelt når de er i en likeverdig relasjon og selv ønsker det. Du kan ikke stoppe dette, men du kan være med på å påvirke om det skjer i ruset tilstand på en fest, eller om et skjer i trygge rammer hjemme. Så la heller ungdommen få ha kjæresten på overnatting, og la ungdommene styre dette selv.

Kilder: Anders Lindskog og Hanna Möllås

Foto: INGUNN SALTBNES

har skapt store traumer for mange, sier ekspertene.

– Innen for eksempel islam fremstilles ofte onani som at det er syndig, farlig og at man kan bli syk av det. I enkelte kristne miljøer har det tidligere blitt fremstilt som syndig, og selv om færre gjør det i dag, kan man fortsatt oppleve at onani fremstilles som en egoistisk handling som vekker lys-

ter og begjær som ikke er bra for deg, sier Möllås.

– Jeg har pasienter som helt konkret har oppfattet det som at hvis de onanerer, så kommer de til helvete. De får store problemer med sin seksualitet, også i voksen alder, sier Lindskog.

Når religionene kobler en naturlig drift til angst for helvete, eller til skyld og skam, gir det en ekstrem konflikt hos mennesket, sier Möllås.

– Når man kjenner at «jeg vil det, men det er syndig» så skapes en følelse av å være et usselt menneske, og fremfor å bli drevet av lyst så blir man drevet av trusler og frykt. Dette er skadelig på så mange psykologiske nivåer, sier Möllås.

I flere av de store religionene er det også sterke føringer på at man ikke må ha sex før ekteskapet.

Kontrakt med far

– I USA er det vanlig at jenter skriver under på en kontrakt med faren sin, om at de skal vente med sex til de er gift. De er en er en slags forlovelse med faren, som

etter min mening skaper en helt syk relasjon. Faren eier på en måte datteren, sier Lindskog.

Samtidig er det få steder hvor de har flere uønskede tenåringsgraviditeter, påpeker han. For avtalene hindrer ikke de unge i å ha sex, men de har mindre kunnskap, og fordi det å bruke kondom gjør at det virker mer planlagt, enn om det er et «uhell», drop- per de prevensjon.

For mange som vokser opp med synet om at man ikke skal ha sex før ekteskapet, blir sex så forbundet med følelser av skam og skyld at det henger igjen også etter at de er gift, og det sånn sett er «lov».

– Til og med når man har giftet seg kan sex føles som synd. Man har trent kroppen sin så lenge på at det er syndig, at man heller ikke greier å slippe seg løs og bare nyte når man endelig har den «riktige rammen» rundt seksualiteten, sier Möllås.

For noen har seksualiteten blitt så forbudt og så ladet, at det blir et nevrotisk traume.

– De kan bli maniske i sin seksualitet, se masse porno, ha masse seksuelle kontakter, og så få angst på grunn av det etterpå, sier Möllås.

EPOST: ingunn.saltbones@vg.no



Sex & samliv

Gode kjærlighetsforhold via nett?

Spørsmål: «Når man, godt voksen, innleder et forhold, men bor 200 mil fra hverandre, hva gjør man? Jo man får et ekstremt forbruk av SMS og Facebook. Alt skal dokumenteres: middag, solnedganger, drittvær, gode og dårlige «hairdays». Det slo meg etter 22 000 meldinger og jevne møter hver 4–6 uke, at uten symboler kan – i hvert fall ikke han – uttrykke varme! Uten mobiltelefoner eller pc mellom oss er vi ikke like perfekte. Er det slik at meldinger og smilemerker er en hjelp for å uttrykke seg, eller er det slik at symbolene fjerner oss fra varme, uttrykt på tradisjonell måte?

«Dame 50»

Svar: Takk for ditt tidsaktuelle spørsmål. Du er ikke alene om å forsøke og takle følelser og intimitet via nett. Avstand eksisterer ikke på samme måte. Mange forsøker et forhold selv om distansen er stor.

Den digitale verden skaper muligheter. Plutselig er det mulig å «treffe» noen, uten å ha truffet dem. Vi kan starte intime avstandsforhold. Opplev dyp forelskelse og dyp kjærlighetssorg.

Det virker forlokkende med et forhold selv om avstanden er stor. Kontakt, samtaler og chat er jo bare et tastetrykk unna. Krydrer vi med bilder og Skype så blir kontaktflaten stor. Men er det nok?

Kan et slikt forhold være like godt, like «ekte» som et mer tradisjonelt forhold?

Det er lett å skape en drømmever- sjon av seg selv eller partneren på nett. Det er fristende å pynte litt på historien. Vi vil jo vise vår beste side. Men dette slår lett kontra. Skuffelsen blir tydelig når dere treffes.

En annen utfordring er intimitet. Det er fullt mulig å ha telefon eller Skype sex. Jeg skulle ønske jeg kunne si, slipp dere løs og ha det gøy. Ert, lek og stripp for hverandre. Imidlertid er det en del viktige nettvetsregler. Bilder, videoer og skjermbilder på avveie kan gi grusomme konsekvenser. Vær smart.

Det er også lett å misforstå signaler i meldinger. Dere kan ha helt ulike tolkninger. En kan oppleve det som hyggelig tidsfordriv, mens den andre legger dype følelser i det. For en som ikke ønsker for stor nærhet kan meldinger være løsningen. Andre legger hjertet i hver tekst og teller dager til neste treff. Ulikhetene blir tydelige når dere møtes. Som du skriver så opplever du ham nærmere i meldingene enn i de fysiske møtene.

Internettbasert forhold kan sette i gang sterke ekte følelser. Det kan være en nydelig måte å opprettholde nærhet når avstanden er stor. Sikt mot så tydelig og ekte kommunikasjon som mulig. Så slipper dere skuffelser når dere treffes.

BIANCA SCHMIDT



EKSPERT: Innen hver av religionene er det stor variasjon i syn på seksualitet, sier sexolog Hanna Möllås.

Foto: INGUNN SALTBNES



EKSPERT: Psykolog og sexolog Anders Lindskog forteller om mye skyld og skam i trosmiljøer.

Foto: INGUNN SALTBNES