

KROPP

ERIK ANDREASSEN

KROPP

Fortellingen om deg
– og hva den har
med Gud å gjøre

KROPP
Fortellingen om deg – og hva den har med Gud å gjøre

Luther Forlag
Copyright © 2022 Lunde Forlag AS
Sinsenveien 25, 0572 Oslo
www.lundeforlag.no

Luther Forlag er en del av Lunde Forlag AS

Omslag, layout og illustrasjoner: Morten Ravnbo [ravnbo.com]
Trykk og innbinding: Livonia Print, Latvia

Der ikke annet er oppgitt, er bibelsitatene hentet fra
Bibelselskapets 2011-oversettelse.

1. opplag 2022

ISBN 978-82-531-4916-5

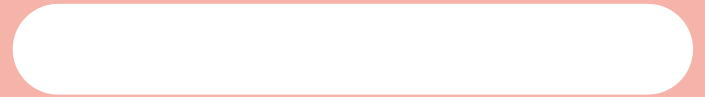
Luther forlag

INNHOOLD

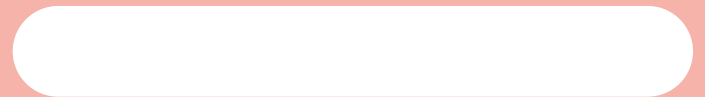
| | | | |
|--|----|--|-----|
| Forord | 9 | | |
| Kapittel 1: Her er ditt liv Om våre kroppsfortellinger | 12 | | |
| Kapittel 2: Mer enn godt Om utgangspunktet og poesi | 20 | | |
| Kapittel 3: Den andres kropp er ikke din Om sammenligning og selvfølelse | 28 | | |
| Kapittel 4: Enorm energi Om seksualitet og kribling | 36 | | |
| Kapittel 5: Ikke automatisk synkronisert Om syndefall og ondskap | 46 | | |
| Kapittel 6: Han tok det han ville ha, og hatet henne Om begjær og seksuelle tanker | 56 | | |
| Kapittel 7: Mer enn dyr Om instinkter og komplekse tanker | 66 | | |
| Kapittel 8: Kampen mot kroppen Om ulike fortellinger om kropp | 74 | | |
| Kapittel 9: En alien i skolegården Om å være annerledes | 84 | | |
| | | Kapittel 10: Det dypeste i oss Om seksualitet og sjel | 90 |
| | | Kapittel 11: Glowsticks og roligdans Om sårbarhet og samtykke | 96 |
| | | Kapittel 12: Kjempepeniser og ustoppelige strømmer Om porno og onani, og forskjellen på gutter og jenter | 102 |
| | | Kapittel 13: Ikke akkurat håndball eller armhevinger Om varige konsekvenser | 114 |
| | | Kapittel 14: «Er det lov å ...?» Om å tenke og leve som kristen | 120 |
| | | Kapittel 15: Grader av naken Om forelskelse og berøring | 130 |
| | | Kapittel 16: 1+1=1 Om radikal nakenhet | 138 |
| | | Kapittel 17: Jeg har forsøkt å nå deg Om følelser og identitet | 144 |
| | | Epilog: En gang skal alt bli bra | 152 |
| | | Tillegg: 56 ulike kategorier på en skala | 156 |
| | | Refleksjonsspørsmål | 164 |
| | | Takk | 174 |
| | | Litteraturliste | 177 |
| | | Noter | 179 |



DENNE BOKA
TILHØRER



OG MIN



KROPP



FORORD

FØR DU LESER

Dette er en bok til deg som er ungdom. Jeg har spesielt deg i tankene, du som var konfirmant i kirka vår for noen år siden. Temaet den kvelden var «sex og relasjoner», og jeg ba dere skrive ned spørsmål på lapper.

På din sto det: «Er det lov for en 14-åring å bruke p-stav?»

Hva skulle jeg svare på det? Jeg måtte dobbeltsjekke at p-stav var et permanent prevensjonsmiddel – og først senere lærte jeg at det også skrives ut som et middel mot menstruasjonsmerter. Det var ikke det at dette spørsmålet var så unikt; jeg hadde fått lignende før. Det var bare at det plutselig gikk opp for meg at det kanskje ikke bare var et generelt spørsmål, men noe helt konkret som angikk deg og ditt liv der og da. Og kanskje en du var sammen med. Nå ville du vite hva en pastor, og kanskje Gud, mente om dette.

Dette er også en bok til deg som er voksen og har ungdom rundt deg. Jeg har spesielt deg i tankene, du som kom på kontoret mitt for noen år siden. Du hadde begynt å gå i kirka vår med familien din. Hva ville vi lære barna om seksualitet? Hva kom vi til å si til dem når de en gang ble tenåringer?

Og fordi boka først og fremst er skrevet til dere, bruker jeg en del historier og setninger fra Bibelen. For uansett hva man måtte mene om den, er Bibelen viktig for kristne, selv om den kan være vanskelig å forstå.

Denne boka er ikke et utropstegn, men et komma. Jeg håper den kan være en innledning til samtale. Jeg har forsøkt å si hva *jeg* mener det er viktigst å si til deg om kropp og seksualitet, *nå*.

Det er veldig mye viktig å si om kroppen og hvordan den fungerer, som du ikke finner i denne boka. Lytt til andre fagpersoner. Jeg har også latt være å skrive det meste av det du uansett får høre av lærerne dine eller når helsesykepleier besøker klasserommet. Når det gjelder temaer som seksuell identitet, kjønnsidentitet og legning, har jeg skrevet noe om det i «Tillegg». Dette er viktige og komplekse temaer som kan og bør drøftes bedre andre steder enn i denne boka. Likevel håper jeg boka vil være et godt bidrag til refleksjon, uansett hvilket utgangspunkt du har.

Jeg anbefaler å lese boka fra start til slutt, men du kan selvsagt slå opp i de kapitlene du synes er mest interessante.


Bak i boka finner du spørsmål til samtale og refleksjon. På nettsiden **bokenkropp.no** finner du flere ressurser.

Ditt liv er en fortelling. Den har en begynnelse, og en gang vil den ta slutt. Akkurat nå er du et sted mellom de to punktene. Hvor langt du har kommet i din fortelling, og hva du har erfart så langt, vil prege hvordan du leser denne boka, og hva den gjør med deg. Det som for noen kun vil være teori som de raskt leser forbi, vil for andre vekke sterke minner og følelser. Og selv om bøker er noe du leser alene, håper jeg denne boka motiverer deg til å snakke med andre om hva du tenker om det du leser, og hva det gjør med deg.



KAPITTEL 1: HER ER DITT LIV

OM VÅRE KROPPSFORTELLINGER

 m det er helt stille i rommet og du har hodet godt plantet ned i puta, kan du høre innsiden av kroppen din. Hjertet, som bare gjør det hjertet skal gjøre. *Dunk, dunk, dunk*. Tenk at det aldri går lei! Krever ikke pause, om så kun for en kveld. Det bare holder på, som det har gjort siden hjertet var to millimeter stort.

Vi tar det som en selvfølge at hjertet ikke gir opp, og vi kan normalt forvente at det skal holde det gående i åttito år. Sånn er det ofte med kroppen. Den bare er der og gjør det kroppen skal gjøre, slik at vi kan fokusere på andre ting.

Andre ganger, når det er stille i rommet og hodet er på puta, kan du ikke høre hjertet ditt i det hele tatt, fordi tankene lager så mye lyd. Og en del ganger er det selve kroppen som bråker. Eller tankene om kroppen. Sykdom, skrøpeligheter, angst, bekymring og andre vanskelige følelser. Eller veldig gode følelser. Gjennom livet veksler kroppen mellom å være nesten helt ute av vår bevissthet, for andre ganger å okkupere all plass.

Livet ditt startet som et møte mellom to kropper og en gigantisk svømmekonkurranse med livet som innsats. Etter tre uker begynte hjertet å slå forsiktig. Etter seks uker var du halvannen centimeter og veide ett gram – full av potensial og personlighet. Huden din begynte å registrere inntrykk. Nå begynte du å merke at din kropp var selvstendig, det var et skille mellom deg selv og resten av verden. Fra da av har du hatt en utside og en innside.¹ Allerede fra vi ligger i mors mage preges vi av våre omgivelser. Og sånn fortsetter det; kroppen vår, og hvordan vi forholder oss til den, påvirkes av alt vi erfarer.

Vårt liv er en fortelling. Og selv om alle fortellinger har mye til felles, er alle ulike. Hva slags land, kultur, familie og miljø du vokser opp i, betyr noe. Hva du så langt har hørt og erfart, har mye å si for hvordan du nå har det i og med kroppen din.

Om mammaen din gikk på en kontinuerlig slankekur gjennom barndommen din, har det kanskje preget ditt forhold til kropp og mat.

Om faren din sa «æsj» eller byttet kanal da det dukket opp nakenhet på TV på familiekvelden, har det påvirket deg på en annen måte enn om han ikke gjorde det.

Om det var mye god, fysisk nærhet hjemme hos deg, eller hele familien spradet nakne rundt på badet, har det påvirket deg annerledes enn om du nesten aldri så foreldrene dine nakne eller fikk en klem. Jeg kaller det «kroppsfortelling».² Vi har alle våre ulike kroppsfortellinger.

Hun var mørk, mystisk og vakker

Jeg husker godt da jeg fikk høre Carolines kroppsfortelling.³ Det første jeg så var det som sto på skolesekken hennes. Det var en av de første dagene etter sommerferien, og jeg var på vei opp trappa til tredje klasse på videregående. Ordene lyste mot meg: «Jesus freak.»

Hva i all verden? Og HVEM i all verden? Jeg hadde ganske god oversikt over jentene på skolen, og jeg hadde VELDIG god oversikt over dem som var kristne. Hun måtte være ny og nettopp ha byttet skole.

Så fikk jeg se henne. Hun var mørk og mystisk, og øynene

strålte når hun smilte – hun var så fin! Hun het Caroline.

Vi vanket etter hvert i samme miljø og ble venner. Og gradvis ble jeg mer kjent med hennes historie. Det var ikke mulig å se det på henne, men hun hadde hatt det ekstremt krevende. Ungdomstiden hennes hadde vært dystert og kledd i svart. Noen år tidligere hadde hun i et forsøk på å ta sitt liv svelget mange piller og hoppet utfor en ferjekai. Men hun overlevde. Heldigvis.

Så hadde hun tatt imot Jesus på et kristent ungdomsmøte og mottatt hjelp. Nå var hun kommet til min by for å komme seg bort fra sin egen, for å bo hjemme hos et ektepar med mye omsorg. De var Gud med hud. Mor i huset var sykepleier. Hjemme var hun ekstra-mamma for jenter med traumatiske erfaringer; Caroline var den første av mange. Og felles for dem alle: De var blitt utsatt for seksuelle overgrep.

Caroline hadde opplevd gjentatte overgrep gjennom mange år som liten. Det var en såkalt «snill familiefar» i nabolaget. Jeg fikk se tegningene Caroline hadde laget om det som skjedde. Det var svart. Det var skog. Det var belter. I tenårene dukket minnene opp igjen; det ble anmeldelse og, som så ofte i slike saker, henleggelse.

De eneste følelsene Caroline hadde i møte med gutter og menn, hadde lenge vært frykt og avsky. Nå fikk jeg lov til å være kjæresten hennes. Kroppene våre måtte møtes sakte. I dag er hun gift og har barn og lever et godt liv. Som meg. Men hennes fortelling er radikalt annerledes enn min.

Din fortelling former forholdet til kroppen din. Forholdet ditt til kroppen former fortellingen din.

Jeg tror vi alle kan kjenne på forskjellige følelser når vi hører ordet KROPP. Og noen føler kanskje ikke så mye i det hele tatt. Noen kjenner at det sitrer, andre at det knyter seg. Du kjenner kanskje en slags stolthet over kroppen din, over noe du får til med den, eller hvordan den ser ut, mens andre føler at de aller helst vil gjemme bort sin kropp, eller komme seg vekk fra den. I alle fall fram til puberteten er over. Og ofte kan vi føle alt mulig, på én og samme tid.

Lykke,
glede,
skam,
angst,
blyghet,
sorg,
mislykkethet,
begeistring,
nytelse.

Alt dette, og mer til, er følelser vi kan kjenne når vi tenker på, snakker om, og tar på kroppen vår.

Hvorfor har vi så mange følelser rundt kropp?
Jo, én grunn er at den er det nærmeste vi har. Den er jo DEG. Kroppene våre er uløselig knyttet til hvem vi er – det vi ofte kaller identiteten vår. Den er også sterkt knyttet til hvordan vi har det.

«Vi både er og har vår kropp», sier presten Anders Piltz.⁴ Kanskje det forklarer noe av dette. Jeg kan høre hjerteslagene når jeg ligger på puta, men kan også tenke på at det er rart at jeg kan filosofere over hva det betyr om hjertet plutselig stopper. Jeg kan forholde meg til kroppen på avstand og snakke om den, samtidig som jeg befinner meg i den. Jeg er ingenting uten kropp, men det er akkurat som om jeg er mer enn kropp, også.

Hva dette «mer» er, er ikke lett å si. Piltz sier videre: «Den som berører min kropp, berører min sjel.» Og kanskje er nettopp «sjel» et ord vi bruker for dette «mer». Men om det finnes en sjel, er det ikke lett å forklare hva den er laget av eller hvor den befinner seg. Det som er sikkert, er at vi både er og har kropp.

Noen ganger kan det hjelpe å vite dette. Når du er syk, kan det være fint å minne deg selv på at du er mer enn kroppen. Når du har vonde tanker, kan du glede deg over at kroppen din fungerer, og kommer til å være der når du får bedre dager. Når du er i puberteten, og er ungdom, skjer det mange forandringer, både i kroppen selv, men også i tankene. Kropp og hode kan virke fullstendig usynkroniserte. Vi kan ha følelser som gjør oss usikre på hvem vi er. Når du har det sånn, kan det beste noen ganger være å tenke: «Hold ut, det går over snart.»

Våre fortellinger er ulike. Hadde du samlet en gruppe mennesker i et rom og alle hadde fortalt helt åpent om sine liv og sitt forhold til kropp – sine kroppsfortellinger – så ville historiene vært veldig forskjellige.

Samtidig tror jeg du hadde fått en dyp opplevelse av at «jeg er ikke alene».

Du er ikke alene. En venn av meg som heter Ingeborg sier det sånn: «Du er verdt å elske, og du hører til.»⁵ Uansett hvordan din fortelling har sett ut så langt, og uansett hva du måtte føle i øyeblikket eller hvordan du har det om dagen. Du hører til i fellesskap med andre, og du hører til i fellesskap med Gud. Din fortelling er ikke bare et kort blink i historien – din fortelling er en del av Guds store fortelling.



KAPITTEL 2: MER ENN GODT

OM UTGANGSPUNKTET OG POESI

Det viktigste i Bibelen er egentlig det første som står der: «I begynnelsen skapte Gud himmelen og jorden.» Det er starten på fortellingen. Jeg aner ikke hvordan det skjedde, og det er heller ikke viktig. Men det står at Gud bruker sin kreativitet og skaperevne til å lage alt som finnes.

Nærmest som en bisetning nevnes «og stjernene», som om han bare strødde dem utover i verdensrommet.

Han skapte jordkloden og
vann og
lys og
grønne vekster og
frø og
ville dyr i luften og i havet.

Som Gud senere oppmuntrer Job med: *Se flodhesten, jeg har skapt både den og deg* (Job 40,10, Bibelen 1978).

Og til slutt, som et slags klimaks og høydepunkt i fortellingen, sier Gud til seg selv: *La oss lage mennesker i vårt bilde, så de ligner oss!*

Og så gjorde han det.

*Og Gud skapte mennesket i sitt bilde, i Guds bilde skapte han det, som mann og kvinne skapte han dem.*⁶

Og så ba han oss om å være fruktbare og bli mange – og vi skjønner hva *det* innebærer.

Da Gud var ferdig med all denne skapingen, så han på alt han hadde gjort. Og så kommer ordene «og se», fulgt av et

komma som liksom rommer de sekundene det tar når noen river over snoren på konvolutten på en prisutdeling. Her får vi svaret, nå får vi vite hvordan resultatet ble, her kommer karakteren ... *og se ... det var: SVÆRT GODT!*

Det var mer enn godt. Mer enn gjennomsnittlig. Svært godt.

Din og min kropp er altså en del av Guds fantastiske skaperverk og den opprinnelige planen. Og kanskje det heftigste tegnet på at Gud ikke er imot kropp, er at han selv ble en; han ble født i en stall og lagt i en krybbe i Betlehem.⁷

Av alt det vakre i denne verden, er det kun menneskene, med våre kropper, som Gud sier han skapte i «sitt bilde». Det er mulig Gud kunne skapt oss på annet vis, men han skapte oss med hud og hår. Med muskler og følelser. Med hormoner, kjønnsorganer og steder det er ekstra deilig å ta på.

Sånn var det helt sikkert for Adam og Eva også. De var i det som ofte kalles paradiset, det stedet hvor alt var sånn Gud ville det skulle være. Det gamle testamentet er skrevet på hebraisk, og ordet som brukes om denne paradistilstanden i Bibelen, er *shalom*. Det betyr «fred», noe langt mer enn ikke-krig. I denne freden er alt sånn det skal være: godt, fint, harmonisk, rikt, fullt av glede, åpent, sant.

Du er *poeima*

Skaperverket er noe godt, og vi er inkludert i det. Det er hva Bibelens første kapitler handler om, og det stopper ikke der. Skapelsesfortellingen er ikke bare en historie om det som en gang skjedde, den er fortsatt sann. Og skapelsen fortsetter å skje: Nytt liv kommer til, og verden utvikler seg. Det Gud sa den gang om hele skaperverket og de første menneskene, sier han fortsatt:

Du er svært god.

Du er skapt av meg.

Jeg skapte deg med glede, jeg var begeistret da jeg gjorde det.

Det går som en rød tråd gjennom Bibelen.

Når Paulus – som står bak en tredjedel av Det nye testamentet – skriver til vennene sine i byen Efesos, kaller han dem *poeima*. Av det samme ordet får vi «poesi», «kunst». I byen Efesos lå tempelet til den greske guden Artemis – jaktens gudinne. Mange i byen levde av å lage kunst og bilder av henne. Til disse skriver Paulus: «Nei, nei, det er ikke dere som skal lage kunstverk av gud. Det er Gud som har laget kunstverk av dere. Dere er *poeima*, dere er poesi.»⁸

Det viktigste å si om kropp fra et kristent perspektiv, er at du, og ethvert menneske, er skapt av Gud.

Du er en gave fra Gud til deg selv – så ta deg selv imot!

Det finnes en _____het som Gud bare har gitt deg (sett inn navnet ditt i det åpne feltet. For min del blir det «Erikhet»).

Din grunnleggende _____het er god, og Gud ønsker at du skal ta imot denne _____heten som en gave.

Og som vi skal se senere, er du gjennom din kropp og _____het en gave til andre.

Nå må jeg med en gang legge til at noen kan oppleve det som krevende å få høre at kropp er en gave, og at vi kan være en gave til noen. Kanskje du har et trøblete forhold til din egen kropp, eller noen har utnyttet deg seksuelt eller tråkket over grensene dine. Jeg kommer tilbake til det litt senere, men jeg ville bare nevne det her.

Bibelen bruker ordet «hellig». Det betyr at noe er annerledes, satt til side, stilt over det vanlige. Vi kan også si det om mennesket. Vi er hellige, skapt og villet av Gud. Hvert menneske har en guddommelig gnist, og mennesket reflekterer hvordan Gud er. Vi er bærere av Guds bilde – uten unntak.

Det gjelder alle.

Men kanskje du synes det er vanskelig å tro at dette også gjelder deg. Er «gave», «poeima» og «fred» langt unna den beskrivelsen du vil bruke om din egen kropp? Hva skrev du da du bladde opp i denne boka og så de åpne feltene i setningen:

«Denne boka tilhører _____
og min _____ kropp?»

Foreløpig har vi godt av å minne oss selv om følgende: Den perfekte, friske, hele kroppen finnes ikke. Alle har vi våre greier.

Likevel: Kroppen er fra Gud, og kroppen er god. Hva har det å si for hvordan vi ser på oss selv og hvordan vi ser på andre? Og hva betyr det for livet vårt – for vår fortelling?