

# Att leva i trohet - Trohetens och otrohetens olika dimensioner.

## Utdrag ur boken Den Kära leken

Vi lever i en mycket paradoxal situation. De flesta längtar efter att få vara "den enda" för någon livet ut. I schlager efter schlager ropas längtan ut, men också vandan av att leva i olycklig kärlek och smärtan efter ett avsked. Trots att massmedierna uppmuntrar sexuell otrohet till den grad att trohet ofta ses som något förlegat, orealistiskt och konservativt visar undersökningar att både män och kvinnor allt mindre accepterar parterns otrohet. År 1971 framkom det att en tredjedel av kvinnorna i Finland accepterade mannens otrohet, medan motsvarande siffra år 2007 är nere i en tiondel. Tendensen är likadan för mannens syn på kvinnans otrohet. Forskare förklarar förändringen med att man i dag väntar sig mera känslomässigt av ett förhållande än vad man gjorde för trettio år sedan.<sup>79</sup>

Ordet trohet leder ofta tankarna till sexuell trohet. Men trohetsbegreppet är mycket vidare. Man kan vara otrogen på många sätt. Man kan tala om psykisk, materiell, andlig och sexuell otrohet. Trohet på alla områden är viktig och all otrohet är förödande.

### Psykisk otrohet

Den psykiska otroheten innebär att man är bunden mer till *någon annan* än sin partner och delar sitt innersta mer med någon annan. Det kan innebära att man är bunden till en vän, ett barn eller en förälder. Den vanligaste formen av psykisk otrohet är att vara gift med barnen. Många par sätter barnen i viktighetsordning före partnern. Finlands befolkningsförbunds undersökning visar att 80 till 90 procent av parterna ansåg att barnen var riktigt viktiga medan bara 40 till 50 procent angav samma siffra för partnern.<sup>80</sup> Det handlar om en allvarlig missbedömning. Barnen ska man fostra ifrån sig, medan man kallas att leva alltmer intimt med sin partner. Och barnen mår bäst om relationen mellan föräldrarna är god. Chefen för krisenheten vid Helsingfors stadsmission, Olavi Sydänmaanlaka, påpekar att barn ska vara centrala i familjen, men inte dess medelpunkt. När barnet står i centrum uppmärksammas det, man umgås med och tar hand om det, men om barnet blir medelpunkten blir det boss. Familjen blir barnets projekt fast barnet borde vara familjens projekt.<sup>81</sup> Där man inte prioriterar partnern före barnen blir hela strukturen i familjen sned. Ibland kan barnen bli ett surrogat för närheten till partnern. Den vuxna relationen är den viktigaste i familjen, inte relationen till barnen. Relationen till barnen formas av den vuxna relationen.

En ny form av frestelser kan vara kontakter via nätet. Det klassiska svärmorsproblemet kan också ha att göra med psykisk otrohet. Om man inte har kapat av de känslomässiga banden till föräldrarna är man kluven i sin lojalitet. Psykisk otrohet är det också fråga om när man inte vill dela sitt inre till den andra eller delar med sig för mycket till andra i stället för partnern. För en del män kan frestelsen vara

att fly in i sig själv, en bundenhet till jaget, så att man inte delar livet med hustrun. En del kvinnor har en tendens att dela mera av sitt jag med väninnor än med mannen, vilket förstås inte innebär att man inte ska ha vänskapsband och i vissa skeden av livet också delar sådant med vänner som man har svårt att dela med partnern. Ett kurspar tog bilden av äktenskapet som en inre ring och en yttre. I den inre ringen finns plats bara för den andra, man är förtrogen, den andras bästa vän och får vara sig själv. Men sedan finns det också en yttre cirkel där vissa sektorer är om inte stängda så åtminstone ointressanta för den andra.

*Konsekvenserna av psykisk otrohet är att vägen till djup vänskap mellan makarna blockeras.*

#### Materiell otrohet

I den materiella formen av otrohet är man bunden till *något annat* mer än partnern. Man är i praktiken gift med sitt arbete, sin karriär eller någon hobby så att relationen med maken eller maken tar skada. Många har bittert fått uppleva att de kämpade sig dödströtta för att få nytt hus, ny sommarstuga, ny bil och båt till familjen; saker som man sedan stred om i rätten. Inte minst mannen kan frestas att tro att när han arbetar för familjens ekonomi vårdar han samtidigt äktenskapsrelationen. Ett tragiskt missförstånd. Sällan hör man om någon som på sin sjuk- eller dödsbädd beklagar att den gett sin partner för mycket tid, men det däremot finns många som ångrar det liv som blev olevt på grund av felaktiga prioriteringar.

*Konsekvensen av materiell otrohet är att slentrianen växer in i förhållandet eftersom man inte har tillräckligt med tid för varandra att bygga upp relationen. Romantiken och sensualiteten tar skada.*

#### Andlig otrohet

Andlig otrohet betyder att man är bunden till ett *sammanhang* vid sidan om partnern. Sammanhanget, som kan vara en församling, ett parti eller en hemlig orden, kan bli så starkt att den andra inte ryms med eller att parförhållandet försummas. Vi har funnit att ordenslöftet att inte avslöja något om livet i ordensgemenskapen kan slå en djup kil i förhållandet. Hemligheter är onekligen farligare och mera ödesdigra för förhållandet än oenigheter. Här gäller uttrycket "vi är inte sjukare än våra hemligheter". I kristna sammanhang finns en gammal tanke att kärleken till Gud är detsamma som kärleken till församlingen, vilket har lett till att församlingsengagemang blir viktigare än familjen. En pastor berättade för oss att han i sitt frieri gjort klart för sin blivande att hans prioritering var Gud, församlingen, hustrun. Livet lärde honom småningom det felaktiga i det tänkesättet, som inte har någon förankring i Bibeln.

*Konsekvensen av den andliga otroheten leder till att öppenheten mellan makarna tar skada.*

#### Sexuell otrohet

Sexuell otrohet innebär att man tillfälligt eller under en längre tid är *kroppsligt bunden vid någon annan människa*. Sexuell otrohet är både stöld och lögn. När evangelisten Johannes berättar om äktenskapsbryterskan som man hade ertappat (mannen gick fri!) står det ordagrant att man hittat henne vid *stölden* (Joh 8:3). I sin samhälls-analytiska bok *Förlorad förundran* konstaterar Mike Starkey att sexuell otrohet i grund och botten handlar om konsten att ljuga för både sig själv och andra. Vid samlag säger man med kroppen att "jag blottar och ger ut mig själv för dig, totalt och permanent". Om psyket inte hänger med lurar man sig själv och förminskar sin personliga integritet.<sup>82</sup> Jesus talar om att en man kan begå äktenskapsbrott redan genom att han ser med åtrå på en kvinna.<sup>83</sup> Med de orden visar han hur starkt synförmågan är sammankopplad med vårt inre. På samma sätt som ord kan döda kan man med blicken begå äktenskapsbrott i sitt hjärta och sinne. De ord som används i bibeltexten kan översättas med "den som ser på en kvinna *med avsikt, för att begära, åtrå* henne". Porr har gett en ny dimension åt bibelordet. Porr stärker inte närheten till livspartnern utan fyller sinnet med sexuella bilder och tankar som snarare leder bort från partnern.

*Konsekvenserna av sexuell otrohet är också förödande. Tilliten och tryggheten i parförhållandet får sig en ordentlig törn. Tillgivenheten tar stryk.*

Tillfälliga förbindelser marknadsförs ibland som något positivt och påstås vara uppfriskande till och med för den som lever i ett stabilt förhållande. Variation förnöjer, sägs det. Klichéer strös ut som

- Ett felsteg gör väl inte så mycket
- Alla är otrogna någon gång
- Alla andra sysslar också med sånt
- Ett snedsprång förstärker självförtroendet
- En skilsmässa skadar väl ingen. Alla mår mycket bättre efteråt.

Verkligheten är en annan. Det berättas om de två som hamnade i säng och efteråt började ta reda på vem den andra var. Mannen frågar

- Du råkar inte vara operationssköterska?
- Jovisst, hur visste du det?
- Eftersom du hade gröna trosor.
- Är du manne anestesiläkare?
- Jo, svarade han med yrkesstolthet i rösten och tillade
- Hur kunde du gissa det?
- Nå, då det inte kändes någonstans.

Så tomt kan det kännas om man efteråt ska fråga efter varandras namn och ta reda på vem den andra egentligen är. Man drabbas av en känslomässig baksmälla. Spänningen och attraktionen kan vara stark

på förhand, men efteråt kryper tomheten in på bara skinnet, något som Alain De Bottom formulerar enligt följande i sin genre-överskridande bok om kärleken:

Trots att vi hade haft ett långt samtal upplevde jag en obalans mellan min dagtids- och kvällstidskunskap om Chloe, mellan den intimitet som kontakten med hennes kropp implicerade och de nästan helt okända delarna av resten av hennes liv.<sup>84</sup>

Kroppen är som ett arkiv. Den sparar upplevelser och varje sexuell relation blir kvar i kropp och själ. Om man realiserar bort sin kropp tömmer man också sitt inre. Det ger kroppsminnen. Samlag är mer än en fysisk attraktion: den sexuella gemenskapen är uttryck för förening och gemenskap. Sexuella erfarenheter kan vara svåra att glömma oberoende om de bottnar i tillfällig sex eller i en djup relation, som har gått sönder. Den sexuella relationens väsen är att man inte ska glömma varandra utan tvärtom förenas med varandra alltmer. Kan det vara så att människan är de enda varelser som genomför könsakten ansikte mot ansikte, eftersom det är bara för människor som det spelar någon roll vem man älskar med? Vi kan därför, som Lewis B. Smedes betonar, inte avpersonifiera våra sexuella handlingar utan att avhumanisera oss själva. När en prostituerad lösgör sig själv som person från sitt kön förstör hon jagets totala enhet. På samma sätt handlar de äkta makar som genomför sexualakten utan att ta hänsyn till den andras behov. Opersonlig sexuell samvaro och relationslös sex förminskar oss som personer.<sup>85</sup> Sex utanför en djup, trofast och varaktig relation tenderar att vara oskyddat sex oberoende om man använder kondom eller inte.

Det är intressant att modern forskning verifierar urgamla sanningar. Professor Kerstin Uvnäs Moberg skriver om hur beröring, också känslomässig yttlig eller flyktig, frigör oxytocin och skapar känslomässiga bindningar.

När oxytocin frigörs skapas relationer och band till medmänniskan ... Man glömmer inte den person som gett ansiktsbehandling, massagebehandling eller fotvård. Ofta uppstår en nära kontakt under behandlingen och man lättar gärna sitt hjärta för den som man känner sig vänligt stämd och förtrogen med ... Också vi kan bli oförglömliga för varandra, om oxytocin frisätts i mötet med andra. Den vi en gång varit nära, till exempel, i en viktig kärleksrelation, kommer alltid att vara speciell för oss.<sup>86</sup>

Hon noterar också att den hälsobringande effekt som en sexuell relation innebär i form av läkning och återhämtning inte sker i relationslöst sex. Kroppen aktiverar nämligen inte bara lugn och ro-systemet utan också stress och kampreaktionen.<sup>87</sup> Allting tyder på att vår kropp inte är skapad för otrohet.

Nobelpristagaren Eric Kandel har visat att inläring sker genom att kommunikationskretsar upprättas i våra hjärnor och som en konsekvens av våra upplevelser. Upplevelserna förändrar uppbyggnaden av våra hjärnor och vårt sätt att fungera när minnen skapas. Minnen återkommer i vårt fortsatta beteende.<sup>88</sup> Inte att undra på att sexuella upplevelser och erfarenheter etsar sig in i kroppen, både som kropps- och

hjärnminne.

Tillfälligt sex finns alltså inte! Också det tillfälliga blir bestående, därför att vi är kroppar. Vi har inte bara kroppar som gnosticismen både förr och nu vill få oss att tro. Det vi gör med kroppen, det gör vi med själen. Då vi rör vid en människas kropp, rör vi vid henne själv och vi berörs också själva. Det vet tydligen våra kroppar om, även om vi tänkt något annat. Uttrycket "tillfälligt sex" är därför en förvrängning. Tanken med sex är att man inte ska bli glömd utan gömd i den andras sinne. Om en sexuell relation består av ett engångsliigg är det inte alls fråga om sexualitet utan bara om kroppars förening, men en förening som paradoxalt nog inte blir tillfällig. I filmen *Vanilla Sky* utbrister en vacker blondin som blivit övergiven och sexuell ut-nyttjad. "Vet du inte att när du ligger med någon, ger din kropp ett löfte oavsett om du gör det?!"<sup>89</sup>

Undersökningar visar att den sexuella otroheten blir vanligare. Forskaren Elina Haavio-Mannila har jämfört den sexuella otrohetsfrekvensen åren i Finland 1971 och 1992. År 1971 uppgav 23 procent av de gifta männen och 9 procent av de gifta kvinnorna att de varit sexuellt otrogna. År 1992 var motsvarande siffror 39 procent respektive 14 procent. Hon konstaterar att otroheten har blivit allmänare, men paradoxalt nog inte mera accepterad.<sup>90</sup> Andra undersökningar understryker samma sak. I World Values 2000 framkom att 52 procent av finländarna inte kunde godkänna ett utomäktenskapligt kärleksförhållande. 81 procent ansåg att troheten var viktig för att äktenskapet ska lyckas. Vikten av att respektera och värdesätta varandra kom högt i prioriteringen.<sup>91</sup> I en undersökning vid University of Chicago frågades det uttryckligen om hur man vill att partner ska vara i förhållande till en själv visade det sig att 95 procent av de samboende och 99 procent av de gifta förväntar sig att deras partner ska vara sexuellt trogen.<sup>92</sup> Siffrorna är iögonfallande med beaktande av hur vanlig den sexuella otroheten är. Man behöver inte gå längre än till sig själv. Man kan kanske godkänna att man själv eller någon annan är otrogen, men man vill inte att ens partner ska göra detsamma. Få är de som vill att den som man en dag delat intima stunder, nästa dag ska viska ömma ord till en annan. Ett av människas djupaste behov är tillhörighet.

Formerna av otrohet hör intimt ihop. Den sexuella troheten bygger i stor utsträckning på de andra formerna av trohet. Forskaren Lynn Arwater fann att 75 procent av de kvinnor som haft förhållande vid sidan av äktenskapet inte i första hand sökt en älskare för att få sex utan för att få uppleva en varmare gemenskap.<sup>93</sup> Man kanske sökte bekräftelse, levde ett liv i en otillfredsställande relation eller till och med sökte efter den andra i någon annan. "En gång gick jag till en annan för att bli av med honom. Via en annan försökte jag hitta tillbaka till honom många år senare. Hela tiden fanns han där."<sup>94</sup>

Att inse att man kan vara otrogen i flera bemärkelser kan vara en hjälp om man vill komma vidare i förhållandet efter sexuell otrohet, som förstas är svårt att komma över för den som drabbats och gett kroppsminnen hos den som varit otrogen. Att se på otroheten ur det här perspektivet kan ge redskap och hjälp till att se orsakssammanhang i stället för att direkt eller indirekt skylla på varandra. Som kvinnan som sade att hon trodde att mannen varit otrogen eftersom barnet inte alls liknade honom!

Alla som lever i en parrelation har på något sätt varit otrogna; detta skrivet inte för att på något sätt bagatellisera eller försvara den sexuella otroheten. Men att se otrohetens olika dimensioner kan vara

en hjälp till att komma vidare efter sexuell otrohet. Ett erkännande av en sådan är alltid en risktagning. Ändå torde det i allmänhet vara bättre att leva öppet inför den andra än att hemlighålla och försöka förtränga det som skett. En otrohet sätter spår på det undermedvetna planet. Kanske partnern också har anat något. Att välja rätt tillfälle när man bekänner sitt snedsprång kan vara avgörande, det kan vara bra att ha en självvårdare eller terapeut med.

Sexuell otrohet vänder upp och ner på det mesta, synen på en själv, partnern, Gud. 42 procent av de finländska männen och 49 procent av kvinnorna säger att de inte skulle gå med på en försoning.<sup>95</sup> Ändå – medvetenhet om att man själv har sina brister och behov av Guds förlåtelse på olika plan i livet gör att man kanske trots allt vill gå vidare, också med all den smärta det innebär. Överlag verkar det vara så att män är mer svartsjuka på kvinnors sexuella snedsprång, medan kvinnorna är mer svartsjuka när det gäller männens känslomässiga engagemang i andra kvinnor. En kris innebär också en möjlighet. Ibland kan till och med avslöjandet av otrohet innebära en ny och bättre fas i förhållandet, saker och ting kommer upp till ytan som ändå funnits. Kanske kan det innebära att makarna vaknar och inser vad de håller på att förlora. Vi vill förstås inte uppmuntra till sexuell otrohet men till att våga ta tag i den kris som en sådan kan ha gett upphov till.

Trohet är inte något man bara bevarar utan också något man kallas att växa i. Trohet är att både hålla sig till och att hålla sig från. Det handlar om att bygga upp förhållandet, glädja sig över och vara lojal mot sin partner så att man kan avhålla sig från sådant som förstör relationen.

Herman Lindqvist konstaterar i en av sina böcker att det är en sekundär skillnad på att se och titta på barbröstad kvinnor. Vi får frimodigt gå genom livet och behöver inte blunda för det som är vackert. Men det är skillnad på att se och begära, liksom det är en skillnad mellan att klä sig attraktivt och att klä sig förföriskt. Det handlar om att veta vad man gör med det man ser. När Jesus varnar för äktenskapsbrott talar han konkret om att vi ska begränsa våra liv för livets egen skull. Hans drastiska ord om att hugga av handen och dra ut ena ögat är minst lika nödvändiga i dag som på den tid de uttalades.<sup>96</sup> Man kan välja att inte gå till nattklubben, se på porrfilmen på hotellrummet, vara ensam i en självvårdssituation på en olämplig plats med någon av det andra könet. En sådan attityd är inte livsförnekelse utan realism och livsbejakelse. Jesus talar i hypotetisk form, ”om”, inte allmänt. Frestelserna är individuella. Vi har därför ingen orsak att sätta oss till doms över vad andra får och inte får göra. Men var och en har orsak att ta Jesus på allvar. Samtidigt är det viktigt att se Jesus positiva syfte. Han vill ju inte att vi ska lemlästa oss utan vill visa att det händer någonting allvarligt, ibland helvetiskt, när människor behandlas som objekt.<sup>97</sup>

Troheten är en av de grundläggande pelarna i ett förhållande. Viljan att lita på varandra och att hålla sig till varandra skapar den grund-

trygghet som ett förhållande behöver för att fördjupas. Att vara älskad innebär att få känna sig utvald, unik. Trohetens språk är därför framförallt att hålla sig till. Då behöver man inte ängsligt fråga vad man får och inte får göra. Avgränsningen blir naturlig. Tacksamheten över att den andra är villig att dela livet är en stor källa till glädje och skydd mot frestelser. Troheten skyddar kärleken. Och kärleken skyddar sexet. Kärleken är viktigare än sex. Ibland kan man höra någon säga att "det här är bättre än sex", men sällan säger någon "det här är bättre än kärlek".

Kärleken har flera beståndsdelar. Psykologen Robert Sternberg beskriver den som åtrå, närhet och överlåtelse utifrån de grekiska orden *eros*, *fileo* och *storge*. Delarna förutsätter varandra, annars blir kärleken handikappad.<sup>98</sup>

Att tycka om	<i>Närhet</i>		
Förälskelse		<i>Åtrå</i>	
Plikt			<i>Trohet</i>
Tillgivenhet	<i>Närhet</i>		<i>Trohet</i>
Dyrkan		<i>Åtrå</i>	<i>Trohet</i>
Hämförelse	<i>Närhet</i>	<i>Åtrå</i>	
Kärlek	<i>Närhet</i>	<i>Åtrå</i>	<i>Trohet</i>

Kärleken i en sexuell relation består av alla komponenterna: närhet, åtrå och trohet. Tyngdpunkten har varierat i olika kulturer under historiens gång. Ibland har betoningen legat på den gemensamma överlåtelsen, andra tider på känslomässig närhet. I dag är långt åtrån en stark faktor. När någon aspekt saknas är sexualiteten handikappad.

Troheten bygger inte på känsla, utan på vilja. Den vilar i ett viljebeslut livet ut. Man frågar inte vid frieriet: "Vill du bli min första fru?" Alla former av "vi får se" kan bli självuppfyllande profetior som leder till att "det var ju det jag visste, det höll inte livet ut". Att älska någon är inte en stark känsla i största allmänhet, utan det är ett avgörande, en bedömning och ett löfte. Det innebär dessutom trygghet för relationen att man lovat den andra trohet offentligt. Troheten i sin tur bidrar till att bevara kärleken, som är en grundförutsättning för att sex ska bli en kär lek. Nya testamentet lyfter på ett radikalt sätt fram ännu en fjärde form, agapekärleken. *Agape* står för en kärlek som inte söker sitt, den är villkorlös och är konkretiserad framförallt i julens och påskens händelser. Att leva i den villkorlösa kärleken ger i sin tur ökade kärleksresurser för förhållandet och att bevara troheten och utveckla den.

Trohetsbegreppet har bevarat sin aktualitet trots förakt och förtal. Önskan och längtan efter trohet är av allt att döma ett allmänmänniskt behov. Redan i skapelseberättelsen lyfts den grundläggande principen för livsgemenskapen mellan en man och en kvinna fram. Mannen (och kvinnan) kallas att *överta sin far och sin mor* det vill säga byta lojalitet, och gå in för en livslång överlåtelse. Och sedan

uppmanas man att hålla sig till varandra. Ordet som används betyder att *hålla sig tätt till*, att vara fastlimmad.<sup>99</sup> Berättelsen skildrar på ett härligt sett två som inte har något att skämmas för, ingenting att dölja utan lever i total öppenhet. Andra kapitlet i 1 Moseboken ger tre aspekter som väl sammanfattar det vi har sagt om troheten och dess dimensioner.

### 1. Samtal

Första gången mannen i berättelsen överhuvudtaget säger något är när kvinnan skapas. Mannen utbrister (ordagrant) ”den där”, blir lyrisk och beskriver i diktens form det som hänt och sin glädje över en livskamrat. En del engelskspråkiga översättningar lyfter fram Adams förtjusning med orden ”At last”. Äntligen! Språket, samtalet och kommunikationen är fortfarande grundläggande för troheten.

### 2. Samhörighet

Skapelseberättelsen indikerar att mannen får en kvinna vid sin sida, inte under sina fötter, som ofta blivit fallet i mänsklighetens historia. Samhörigheten byggs upp genom gemensamt liv, upplevelser, vänskap och kompanjonskap. Ett vanligt talesätt är att tala om det motsatta könet, den bibliska berättelsen talar snarare om det kompletterande könet. Man och kvinna är skapade för att komplettera varandra.

### 3. Samlag

De två blir ett kött. Troheten byggs upp i den djupa förening och enhet som det sexuella samlivet är.

Troheten är med andra ord inget statistiskt. Ibland kan någon säga eller tänka: ”Jag har alltid varit trogen min partner”, och tänker bara på otrohet som att befinna sig i fel säng. Trohet är ett vidare begrepp än så och något ett par kallas att bevara men också att leva i och att utveckla.