Fråga om positivt tänkande

Spara som PDF

Fråga:

Vad säger du om positivt tänkande? Skall kristna gå i sådan terapi, även om den utförs under kristet flagg? Är det rätt att mata sig med positiva tankar, eller positiva meningar som man rabblar? Många kristna jag talat med tycker det är bra med dessa tekniker.

Svar:

Skall jag säga något om detta med positivt tänkande/positiv bekännelse så vill jag peka särskilt på kanske tre saker:

1. Teknikerna med positivt tänkande/positiv bekännelse/positiv visualisering kommer ur mycket grumlade källor. Det här är ju tekniker som länge varit populära i New age-kretsar, men det började troligen flätas in i den kristna tron någon gång på 50-talet via främst pastorn Norman Vincent Peale (som också var 33:e graden frimurare, vilket är högsta graden i USA). Sedan dess kan man se varianter av positivt tänkande/bekännelse/visualisering inom Trosrörelsen/Framgångsteologin också. Det här har sedan spridit sig till andra delar av kristenheten, och där tror jag främst man hämtat idéer från olika sekulära terapiformer eller kanske rent av direkt från New age. I alla dessa sammanhang förekommer detta att man skall lägga sig till med en "positiv bekännelse" med munnen, och ofta skall man då rabbla positiva meningar - precis som du nämner. Inte sällan skall man också visualisera det man önskar, dvs. försöka se det framför sig. Det här är ju då frågan om teknik och nästan magi, och inte förtröstan till vår Gud och Skapare. Som jag ser det har det inget att göra med att leva i ett avspänt barnaskap inför Gud.

2. Positivt tänkande/bekännelse/visualisering är ju egentligen att behandla sig själv med lögner i många fall. Det är så klart bra att lära sig att se på sig själv på ett positivt sätt och att se det som verkligen är bra. Men vi kan inte bli av med djupt rotade problem genom att skyffla över dom med lögner om verkligheten. Bibeln säger istället:

> Joh 8:32: "och ni skall förstå sanningen, och **sanningen** skall göra er fria."

Därför tror jag att vi skall be Gud om nåden och kraften att i rätt takt få se sanningen om oss själva i alla stycken. Detta är sund själavård, och det behövs inte alltid någon som leder sådan själavård. Detta kan Gud göra bara man har tålamod. Inre helande och helgelse kan ta lång tid, men då blir det också gjort ordentligt (om man utgår från sanningen om sig själv).

3. En tro på positivt tänkande/bekännelse/visualisering är något som passar oss i rika länder väldigt bra. Det är ett bekvämt sätt att slippa ta ansvar och att slippa bry sig om de sämre lottade. För tänker man efter lite vad den här tron i längden innebär, så har alla sig själva att skylla. "Tänk rätt så går allt bra, tänk fel så går det dig illa. Du får vad du tänker/tror/säger/ser". Det här är alltså en väldigt hård tro där alla har sig själva att skylla. Är du fattig och sjuk har du bara tänkt fel tankar, typ. Några bibelord kan man ställa i motsats till denna egencentrerade teknik och tro:

> Rom 12:15: "Gläd er med dem som är glada, gråt med dem som gråter."

> Gal 6:2: "Bär varandras bördor, så uppfyller ni Kristi lag."

> 1:27: "Men att ta sig an föräldralösa barn och änkor i deras nöd och hålla sig obesmittad av världen, det är en gudstjänst som är ren och fläckfri inför Gud och Fadern."

Bibeln visar mycket på att vi skall hjälpa varandra och ta del av varandras bördor. Jag tycker alltså att vi skall lyssna in dom som har problem och dela deras lidande. Det här är väl det vi kan kalla sund själavård. Sedan får vi akta oss för självömkan i det här, för det är en propp som kan hindra mycket, men den kan försvinna om man just låter sanningen få jobba med oss.

Ja, det var lite tankar. Hoppas detta var till någon vägledning.

/Lennart