

SJÄLSKONFLIKTER I MISSIONÄRENS LIV OCH ARBETE.

=====

Föredrag hållet vid Örebro Missionsförenings årsmöte i juni 1941
av Ellen Hilberth.

/Detta föredrag utg. öres till stor del av anteckningar från föreläsningar över närbesläktade ämnen, hållna av missionsläkarna F. Kugelberg och G. Palmaer vid Svenska Missionsrådets fortbildningskurser för missionärer i Holsbybrunn/.

Vi missionärer ha tagit oss en stor uppgift före - att göra världen till Guds rike. Om man betänker de höga ideal ifråga om livsföring, som detta innebär, och man däremot ställer de yttre förhållanden och omständigheter, under vilka dessa ideal skola förverkligas, måste man medge, att det i missionärens gärning ges särskilt rikliga tillfällen till djuggående själskonflikter.

Vi kunna definiera själshälsa som en jämvikt mellan den psykiska funktionsdugligheten och de krav, som ställas på den. Blir dessa krav för stora, vilket ju ofta inträffar i de krävande villkor, missionären får leva under, verkar detta så, att man blir obalanserad, obehärskad och överkänslig. Irritation och känsloutbrott komma i disproportion till varandra.

Vi vilja som hastigast nämna några av orsakerna till de påfrestningar för vårt psyke, som vi möta på missionsfälten.

1. Den första orsaken är klimatet.

De faktorer, som här i allmänhet räknas med äro: temperatur-, ljus- och höjdförhållanden, fuktig värme, konstanta vindar och de elektriska tillstånden. Har nu detta någon inverkan på vårt psyke? På denna fråga kunna vi svara ja.

Vid åskväder kan det i tropikerna på en kvart bli ett barometerfall på tio gr. och ett termometerfall från + 50 C i solen till + 20. Dessemellan kunna dagar, veckor och månader gå och himmelen är oföränderlig - steker oss med sin besändiga sol eller dränker oss i sitt oupphörliga regn. Årstiderna ha intet av de tempererade zonernas modifikationer, klimatet inga lokala nyanser som hos oss, utan det är en enformighet både till tid och ytvidd, vilken intensifieras genom de vidder, över vilka den vilar. En resa på hundra svenska mil ändrar ingenting av denna oföränderlighet på den afrikanska kontinenten.

Het- och torrtiden kan på vissa fält och stationer bli mycket pressande. Brännande luft torkar ut läppar, näsborrar och slemhinnor och gör dem sönderspruckna och såriga. Sandstormarna kännas kvävande. Andra tider sveper ekvatorialfuktigheten allt i sin varma, ångande duk. I den fuktmättade luften förminskar vattenångans tryck kvantiteten av syre = andningsbar luft. Transpirationen, kroppens regulator, ökar för att hålla organismens värme- och temperaturförhållanden normala. Den vitala aktiviteten kan icke uppehållas utan genom ett stort utgivande av energi, som i längden verkar utmattande.

Utom den allmänna irriteringen av utsatta hudpartier har solen en alldeles särskild tröttande effekt, då den oupphörligt och kraftigt stimulerar ögats näthinna, vilket i sin tur åstadkommer en ständig retning på mottagande centra i hjärnan. Den fuktiga värmen anses också verka en stark utvidgning av blodkärlen och direkt retning av hjärnan och förlängda märgen. För att i någon mån skydda oss mot dessa skadliga verkningar, bära vi ju alltid i tropikerna solhjälmarna och ofta färgade glasögon.

Trots alla försiktighetsmått mot ljus och värme kan det ej undvikas att de i längden verkar förslappande och deprimerande. Var och en, som vistats i tropikerna, vet av erfarenhet, att man i början av sin vistelse där är förvånad över den energi, man tycks äga - en följd av den starka bestrålningen och stimuleringen - men att man om en längre eller kortare tid känner sig i hög grad försvagad.

Klimatets inverkan på insöndringen från sköldkörtlarna är en viktig faktor i den tropiska neurastenions sjukdomslära. En överstimulering av de organ, vilka medverka vid förvandlingen av själslig energi i fysik, hjärna, binjuror, sköldkörtel och lever, förorsakar en uttrötning, som kan leda till psykiska rubbningar.

2. En andra orsak till påfrestningar för vårt psyke är miljön.

Då det gäller miljö tänka vi i första hand på den avskildhet och ensamhet, i vilken mången missionär lever. Förmågan att uthärda ensamhet är mycket olika hos oss människor. Man kan t.ex. under resor i Afrika komma till någon civilisationens utpost, där en ensam europé under långa tider icke träffat en vit. Han kan bli vild av glädje. En annan kan isolera sig, trots möjlighet till umgänge. Så olika kunna vi vara funtade. De flesta av oss äro dock skapade så att vi plågas av långvarig ensamhet eller avskildhet från likstående människor. Många finna ett sådant liv outhärdligt och brytas ned. Påfrestningarna bli helt andra för en liten grupp missionärer i vildmarken, än för dem, som bo i städer eller större centra med något dussin vita.

Ensamhet och isolering kan ibland utgöra en fruktbar miljö för neurotiska komplex. Det existerar, egendomligt nog, vissa likheter mellan den tropiska neurastenien och den s.k. lappsjukan. En vitaminbrist förefinnes i båda fallen, orsakad, dels av en alltför liten mängd hälsosamma ljusstrålar på vår hud, dels av en kvalitativt mindervärdig föda, dels av den nyss nämnda isoleringen med sin nervösa depression. Denna kan i svåra fall urarta till vad läkarna kalla tropikgalenskap. Vi ha sett sorgliga exempel på den. En ung fru har t.ex. efter skilsmässan från barn och anhöriga i en europeisk storstad hamnat i Afrika. Hennes man måste vara mycket borta i tjänsteärenden, hon blir försummad och lämnad åt sig själv. Längtan efter barnet, ensamheten, etc. går henne på nerverna, och en dag skjuter hon sig. En ung man kommer direkt från ett gott föräldrahem till ett fabriksarbete i en afrikansk urskog. Han uthärdar icke isoleringen utan är efter en tid vansinnig. En annan hänger sig utan måtta och gräns åt alkoholmissbruk, en tredje gör en moralisk kullerbytta.

Då vi tala om miljö få vi nog medräkna de irritationsmoment, som trångboddhet, dåliga eller lyhörda bostäder samt gemensamma hushåll kunna framkalla. Hur ofta har det icke hänt, att missionären måst utföra kontors- och studiearbete i ett rum, som samtidigt varit bädd barnkammare och sovrum. I Kina, där väggarna på sina håll är av papper, och i Kongo, där alla mellantak äro gjorda av stråmatör, är det icke gott, om i ena rummet småbarn skriker, skrivmaskiner smattra och bullrande infödingar gå ut och in, och i nästa rum bor en kamrat, vars arbete kräver förberedelse, tystnad och meditation. De gemensamma hushållen med sitt tvång över vanor och smakriktningar ha också varit anledningen till många friktioner. I missionsarbetets början på ett fält, då de flesta äro unga och ogifta, går sådant bra som en naturlig fortsättning på Missionsskolans hushåll. Men då vi bli äldre, wilda hem och få barn och önska mer av personlighetsprägel över våra hem, blif en sådan kom-

munism mindre trivsam. Mot både trångboddheten och de gemensamma hushållen kom för några år sedan en kraftig reaktion på vårt kongofält. Privata hushåll och hus av enfamiljstyp ha, fastän det blir dyrbarare, de flesta sympatisörerna och ha nog, där de kommit till användning, bidragit till ökad trevnad och ökad själsjämvikt för missionärerna.

En annan miljöfaktor, som kan bli prövande nog, är samlevnaden med den inhemska befolkningen. Var och en som levat som främling i en miljonstad vet, hur onödig man kan känna sig bland de myllrande folkmassorna. Något av samma känsla kan bemäktiga sig missionären i samvaron med asiatiska och afrikanska folkslag, som äro honom väsensfrämmande och artschilda i alla avseenden. Samlevnaden med de primitiva folken är ett ständigt givande. Man har sagt, att de äro stora barn och att deras psyke liknar barnens. Det är blott delvis sant, ty barnen äro utvecklade, men dessa människor äro vuxna. Själsstabiliseringen har skett på ett helt annat plan hos dem än hos oss. De äro utpräglade hordmänniskor, för vilka individen, lösryckt från släkt och stam är en omöjlighet. De leva enligt vanemoralens lagar, äro i stort sett driftsmänniskor, känsliga och lätttrörda. Samlevnaden med dem blir ofta påfrestande för den vites sinnesjämvikt. Den vite är laddad med energi och vill ha något utträttat med infödingar, som leva efter grundsatsen: Det gives en morgondag.

Den vita husmodern är ordningen och renligheten personifierad. Fusk med renligheten kan i tropikerna betyda svåra attacker mot familjens hälsa och liv. Hennes infödda hjälpredor förstå i början icke det oriktiga i att tvätta fötterna med diskvagan eller använda samma kniv för jordloppor och matlagning. I tusen och en småsaker gå föreställningar och vanor isär. Lycklig den vite, som då har sinne för humor. Det är obeskrivligt lättande. Vid alla dessa små retningar till otålighet och vrede finns det väl knappast något, som håller vågskålarna horisontalt så som förmågan att se det lustiga i situationerna. Ibland kan dock ingenting annat än bön till Gud och en kraftig viljeanstrengning åstadkomma balans.

Kanske man till miljön även kan räkna de otaliga kackerlackorna i köket, ödlorna, som jaga i rummen, tusenfotingarna, som drunkna i våra tvättfat, skorpionen, som har nattlogi i våra tofflor, termiterna som husera i bokhyllan, ormen, som byter skinn på vinden, insekterna, som sticka och bita, leoparden, som tassar på stationsgården, och - för kinamissionärernas vidkommande - de otaliga lössen. Man vänjer sig dock otroligt fort vid allt detta, som ständigt återkommer i ens dagliga livsföring. För somliga blir det dock ett ständigt irriterande.

3. Den tredje faktorn som i hög grad är ägnad att hos missionären framkalla själsliga konflikter är arbetet.

På avstånd har kallets storhet under många år hägrat för den unge missionärskandidaten, och något av äventyrets tjustning har kanske underhållit en sorts andlig högsänkning, tills man beträder verklighetens mark. Reaktionen infinner sig ganska snart, och icke förr så då den infödde språkläraren inträder på skådeplatsen. Undra på om en och annan efter alla förberedande kurser, skolor och examina i hem- och utland då känner sig som han, som aldrig blev färdig. Har man därtill hemma haft ett yrke med tämligen goda inkomster, blir första året med dess språkpluggande och de små förhållanden, man ofta försätts i, en verklig prövotid. Mer än en har gjort sig frågan: Vad hade jag här att göra? Jag hade ju en större uppgift hemma!

Den första stumhetstidens vända kan vara prövande nog för nykomlingen, men den tar dock ett slut. Så småningom börjar arbetet på allvar, och det är så roligt. Man har kanske lite modernare idder än föregångaren på platsen om hur arbetet skall skötas. Man är uppfylld av allt detta nya, gör sina små reformer, bestämmelser och anordningar, men märker icke hur ansiktena runt omkring en mulna under det mörka skinnet. En vacker dag står den unge entusiasmen mitt uppe i en kollision med strejkande arbetare, tredskande skolpojkar eller uppstudsiga evangelister.

Missionären har ingen arbetsgivare eller chef inom rimligt räckhåll, som föreskriver vad han skall göra och hur mycket han skall v. trätta. Ingen hemifrån kan i detalj kontrollera, hur vi sköta vårt arbete. Det kan gå ner, precis som i en verksamhet hemma; om vi göra en eller tio byresor pr år, bryr ingen människa sig om. En missionär, som känner sitt stora ansvar, blir dock snart överhopad av arbete. Ingen herre kan vara mer pockande och fordrande än en högt uppdriven ansvarskänsla, och i allmänhet är det väl så, att missionären jäktas av sitt eget nit. Redan mängden av arbete blir en tyngande börda. Till detta sällar sig svårigheter av arbetets art.

Det är så mycket av spänning, omsorg och bekymmer, och ibland finns det ingen att rådfråga, ingen att kasta en del av bördan på. Då människors liv står på spel, kan det för sjukvårdens utövare kännas tyngande att veta: kan icke jag hjälpa, kan ingen annan det heller.

De, som fått lärarens och uppfostrarens kall, ha det icke heller friktionsfritt. Att behöva vara sträng ligger ju missionären så fjärran. Hur förbluffande för den unge missionären, som uppmanar sina elever till lydnad, att få svaret: "Lyda! Det gör vi inte, om du inte slår oss!"

Stationsföreståndaren, vilken i egenskap av arbetsledare, har många och stora arbeten igång, kan bli både trött och irriterad. Ibland ligger han vakent om nätterna i oro för sina tegelugnar, nymurade kyrkväggar eller bristfälliga tak. Han är ansvarig för stora arbeten, där tusentals kronor av missionsmedel står på spel, och vilka summor genom infödda arbetares försummelser och opålitlighet kunna spolieras.

Församlingsföreståndaren pinas och plågas av grova syndafall bland de hednakristna, av intriger från katolskt håll, av svårigheter, som oförsynta vita förorsaka hans församlingsmedlemmar. Upptäckten av svåra moraliska defekter hos de infödda medarbetarna kan ibland ge en ny missionär knäcken. Besvikelser på den punkten utebli aldrig för någon av oss. Vid den enskilda själavården i en hednakristen församling får missionären ofta bildligt talat vada i midjan till dy. Den, som oupphörligen måste gå tillrätta med synd, får själv ibland göra smärtsamma upplevelser. Han kan bli utsatt för hämndakter, som sätter både hans andliga och själsliga styrka på de största prov.

Icke endast arbetet utan även samarbetet kan ha sina problem. Det kan bli konflikter med arbetskamrater från det egna landet, kära goda vänner, som man inte för allt i världen velat sära på något sätt. Men i det pressande klimatet med de många irriterande och instängda förhållandena blir det svårare än här hemma att vara snäll. Ömtåligheten blir stor, meningarna delade och berättelserna växa till små berg, och det kan fordras mycken och ihärdig bön, om de skola försättas och förmås att upphäva sig och försvinna i förlåtelses och glömskas hav.

Det berättas om vetenskapliga expeditioner till exotiska trakter att

medlemmarna ibland bli ovänner. Liknande erfarenheter omtalas från nordpols-expeditioner, där ett fåtal människor under lång tid trängas tillhopa. Vår store föregångare Livingstone kom på kant med både missionsällskap och kollegor och kynde aldrig ha någon annan kamrat än sin Mary! De flesta av oss äro nu icke sådana enspännarnaturer, utan vi söka genom ett gott och trofast kamratskap hjälpa och stödja varandra.

4. Den fjärde orsaken till själsliga konflikter är säregna förhållanden, som beröra missionärens sexuella liv - detta uttryck då taget icke i dess fysiologiska utan i dess vidsträcktaste betydelse. Missionärskårens sammansättning då det gäller könen är inom alla sällskap, både svenska och utländska, sådan, att en stor grupp sunda, fina och på allt sätt utmärkta människor berövas möjlighet till äktenskap och familjebildning. Detta ha vi klart för oss redan vid vår vigning till missionärer, men ett villigt accepterande av detta faktum betyder kanske för år framåt mycket av självtukt och självövertvinnelse. För ett par makar kan ju ödemarkslivet och isoleringen under ett helt liv gå an, de ha ju varandra. För den, som måste gå enbett genom livet under så pressande förhållanden, som missionären måste leva under, blir det icke alltid lätt.

Ödemarkens avskildhet har en helt annan effekt på sammanförandet av tvenne unga människor än normala förhållanden i hemlandet. Inom varje missionsällskap finnas talrika exempel på att ensamheten och isoleringen på en missionsstation bringar tvenne människor, som aldrig känt något intresse för varandra i hemlandet att hastigt förlova och gifta sig. Missionären med fästmon i hemlandet eller vice versa, eller andra icke alldeles så lätta situationer mellan en han och en hon kan nog skapa problem.

Ett äktenskap berikar livet, men, komplicerar det samtidigt för missionären. Förre eller senare kommer den dag, då barn och föräldrar måste skiljas. De kära barnen måste lämnas i främmande människors händer för uppfostran, antingen på missionsfältet eller i hemlandet. De våldsamma strider, som före utresan rasa i missionärshjärtan mellan gudskallelse och föräldraplikt och de överraskningar av skilda slag, som möta vid sammanträffandet med ~~den~~ a. men efter flera års bortvaro, kan nog ge anledning till djupgående själskonflikter.

Familjeförhållanden kunna ibland tvinga man och hustru att skiljas. Mannen reser ut, hustrun stannar för en tid hemma hos barnen. Den förre, lösrückt ur äktenskap och familjeliv, känner det naturligtvis trist.

När sedan åren lida och vi bli äldre, glida vi in i vissa svåra tidsperioder, som i hög grad bli prövande, icke blott för kropp utan även för psyke. Vi behöfve då skonas från alltför svåra kroppsliga och själsliga ansträngningar. Utom de förvecklingar, som då komma under normala förhållanden, blir det vad missionären och ödemarken beträffar alldeles säregna. Klimakteriet får i tropikerna ett mera våldsamt förlopp, icke sällan förenat med ~~sv~~ psykiska rubbningar av depressiv art.

För somliga blir en stor del av livet en dragkamp mellan institutionsarbete och lusten att följa mera paulinska linjer i verksamheten. Någon annan har både gudskallelse och begåvning för ett speciellt slag av missionsarbete men motas under årtal av personer eller förhållanden att få komma till sin rätt i denna uppgift.

Skakande upplevelser under krig, naturkatastrofer eller arbete kunna

sätta spår efter sig i en missionärsjäl för hela livet. Alla ha vi något minne från någon fasans natt eller dag, som för oss varit ett nederstigande till dödsriket. Ibland var det hälsan, ibland vårt goda namn och rykte, som gick i ett enda svep, ibland var det förlusten av någon av våra kära, som rycktes bort under tragiska förhållanden, eller också firade fanatism och vidskepelse på en missionsstation någon av sina värsta triumfer.

I allas vår väg ligger språket som en stöttesten, och oförmågan att fullständigt sätta oss in i exotiska folks tankevärld. Att ständigt hela livet stå inför något nytt, som man icke helt och fullt behärskar, blir för den starkt ambitiöse missionären påfrestande.

När nu ett friskt och starkt psyke kan brytas ned under alltför svåra påfrestningar, göra vi till sist frågan:

Huru förebygga och bota?

Intet betyder så mycket för verkets framgång som missionären själv. Det är hans duglighet, som sätter sin prägel på det hela. Påfrestningar över hans förmåga leda till skada icke blott för honom själv utan även för verket. Endast den, som försöker följa de bud, som finns för vår psykiska hälsas bevarande, kan räkna på att få vara sund. Kroppslig och själslig hälsa hänga också intimt samman med varandra.

Missionären har till sitt förfogande ett värdefullt motstånd mot psykiska rubbningar i sin uppgift. Affärsmannen och tjänstemannen, vilkas hela strävan går ut på att vinna penningar och befordran, sakna detta. Missionären har kommit för att hjälpa de infödda, och det förutsätter kärlek till dem. Man behöver icke slösa många ord på vad det betyder för missionärens eget välbefinnande.

I en liten kamratrekts i ödemarken gäller det att utnyttja de möjligheter till förströelse, som finns.

Engelsmännen säga: Have a hoby. Man kan samla frimärken, insekter eller etnografica, ägna sig åt fotografering eller författarskap, ge sig ut på en fisketur eller vad man har möjlighet till, bara man på ett eller annat sätt skaffar sig avkoppling och får in tankarna i andra banor. Resor och semester-månader kynna åtminstone ge miljöombyte, även där vi ej kunna få luft- eller klimatombyte.

Då det gäller periodernas längd ha vi hittills uteslutande tagit sikte på hälsofarligheten. Förr var dödligheten stor. Nu förstå vi dock bättre att sköta oss. Men de nervösa rubbningarna äro desamma som förr. Amerikanska missionärer tala ofta om "a nervous break down" och resa hem för sådant. Det kan finnas fall, då missionären knappast har några eller endast ett fåtal dagar av kroppslig ohälsa under en hel period och ändå vara så psykiskt uttröttad, att han är i trängande behov av hemresa. Ibland förstår han det själv, ibland märker omgivningen det bättre. Om en sådan övertrött missionär skulle bli anledning till störningar i kamrattlivets harmoni, måste en missionsledning förstå att lägga icke endast andliga utan även psykologiska och medicinska synpunkter på fallet. En hemresebiljett till första båtläggning skulle nog i en del fall kunna hindra, att så drastiska åtgärder som avgång från tjänsten till gripes.

Vi missionärer borde bli månare om vår själshygien, samråda med missionsledning, kamrater och läkare, då vi känna att nerverna ge efter, så att ombyte i arbetet, en tidigare hemresa eller förflyttning kunde tillgripas och ett

nervöst sammanbrott avvärjas.

Bland övriga tillgångar, missionären äger som motvikt mot ~~psy~~ psykiska påfrestningar vilja vi nämna ett hem och böcker. Med hem menas då icke blott sådana, som bestå av äkta makar, utan även de, som bestå av ogifta familjer, d.v.s. ett par damer, som slagit sig ihop.

Såväl böcker som Böckernas Bok äro underbara källor att ösa ur. Post-säckar och bokpaket äro något av Sverige för missionären. D:r Schweitzer framhåller, att den människa är bäst skickad att uthärda ensamheten, som till ödemarken medför det största kulturella bohaget. En missionär kan aldrig vara bildad eller beläst nog, sutte han så med kinesiska bönder, indiskt lågkast-folk eller kongonegrer som huvudsakliga umgänge.

Hela det fysiska livet och dess förrättningar präglas av rytm och böljegång. Samma lag går igen även då det gäller vårt själslivs yttringar. Här råder, oberoende av våra åtgöranden, ett periodiskt stigande och fallande, som vi kanske rent av ej märka. Vi ha våra tider av hög- och lågspänning, vi kunna aldrig rätt länge hålla oss på samma höjd vare sig det gäller andlig produktivitet, handlingskraft eller känslor. Mot slutet av en arbetsperiod på fältet märka vi det särskilt väl. Å andra sidan böra vi i tider av nedtryckthet hämta tröst av tanken, att det icke alltid skall förbliva så, det skall ljusna efter natten, kurvan skall så småningom gå uppåt, även för mig. På Bibelns språk kallas detta med de underbart sköna orden "att förbida Herren".

Ett svagt psyke kan hårdag liksom en svag fysik. Och har det dukat under för påfrestningarna, ligger en stor tröst i att vårt nervsystem har en underbar regenerationsförmåga. Hur usla ha vi icke upprepade gånger känt oss, och hur många kamrater ha vi icke sett djupt nere! Men så har naturen, förunderlig i självläkeedom, hämtat sig och människan, som trodde sig dömd till andlig invaliditet för litet, har stått upp till kamp och strid på nytt, som om ingenting varit.

Nu undrar någon: Var är den andliga sidan av saken? Jag endast följer den goda regeln att spara det viktigaste till sist. Att inför Herrens ansikte i bön samla oss till nya kraftansträngningar är det nödvändigaste av allt.

Att höra Gud tala och att tala med honom, då vi trötta av arbetets irritament, är läkeedom för själen. Det, som under påfrestningarna brutit samman i vår inre värld, kan få sin upprättelse, och förlorad arbetsglädje återkomma. Intet människoliv och intet missionärliv fullkomnas, som icke lidandet fått kröna med sitt adelsmärke, som icke tillkämpat sig tävlarrens och stridsmannens självtukt, som icke vet vad offer vill säga.

"Kommen till mig i alle, som arbeten och ären betungade, och jag vill giva eder ro till edra själar" är en härlig inbjudan från Jesus till en trött missionär.