

INKARNATIONENS PSYKOLOGI

- en psykologisk och teologisk analys av Unitas Deis relationella modell

Klassisk kristologi har i århundraden brottats med hur en person funktionellt kan rymma både en fullständig mänsklig och en fullständig gudomlig natur. Unitas Deis psykologiska modell erbjuder ett radikalt tankeexperiment: att undersöka om modern psykologisk forskning om det dialogiska självet och kognitiv självdistansering kan göra Jesu mänskliga medvetande psykologiskt begripligt. Artikeln argumenterar för att så är fallet – inte genom att bevisa inkarnationen, utan genom att visa att den inre struktur Unitas Dei föreslår är förenlig med kända mänskliga kognitiva mekanismer. Utgångspunkten är modellens teologiska premiss att Jesus var fullt mänsklig med en gudomlig varandeidentitet. Psykologin används här inte för att bevisa eller reducera inkarnationens andliga mysterium, utan för att påvisa att den föreslagna formen för Jesu inre erfarenhet är funktionellt förenlig med det mänskliga medvetandets faktiska möjligheter och strukturer.

Inledning: Inkarnationens kognitiva villkor

Evangelierna är inga psykologiska biografier. De skildrar Jesu yttre handlingar – att han åt, sov, grät, bad och dog – men lämnar hans inre medvetande dolt. Vi ser vad han gjorde, men inte hur han upplevde det. Vi hör hans ord, men inte vad som rörde sig i hans inre när han talade. Unitas Dei gör ett försök att undersöka hur Jesu psyke kan ha organiserat erfarenheten av en dual identitet.

Om premissen för inkarnationen tas på allvar – att Gud faktiskt blev en riktig människa – måste den gudomliga identiteten ha erfärits och bearbetats genom ett verkligt mänskligt medvetande och ett biologiskt nervsystem. Eftersom ett mänskligt medvetande är ändligt, måste det representera och strukturera verkligheten genom mänskliga kognitiva funktioner för att undvika kognitiv överbelastning. Denna artikel undersöker modellens bärighet genom att tillämpa modern psykologisk forskning på inkarnationens unika realitet.

Det dialogiska självet och den psykologiska grunden för distansering

Inom vissa moderna psykologiska teoribildningar har föreställningen om ett helt enhetligt och monologiskt "Jag" problematiserats till förmån för modeller som betonar självet som mångstämmigt och dynamiskt. Det friska mänskliga psyket fungerar inte nödvändigtvis som ett enkelt, isolerat subjekt, utan kan förstås som ett dynamiskt system av olika inre positioner.

Dialogical Self Theory (DST): Hubert Hermans (2001) beskriver självet som en "multivokal societet" bestående av en dynamisk mångfald av relativt autonoma I-positions (Jag-positioner) som kan tala med varandra, inta olika perspektiv och samarbeta internt. I klinisk psykoterapi är ökad intern dialog och integration ett tecken på psykologisk hälsa, inte patologi.

Ansträngningslös emotionell reglering via distanserat självtal: En central pusselbit för modellens rimlighet återfinns i den neurobiologiska forskningen av Jason S. Moser och Ethan Kross (2017). Genom EEG- och fMRI-studier har de visat att när en individ utsätts för emotionell stress och använder distanserat självtal – det vill säga adresserar sig själv i tredje person eller med sitt eget namn (t.ex. "vad känner [namn] just nu?" i stället för "vad känner jag?") – sker en omedelbarkänsloreglering..

Kritiskt nog visar Mosers forskning att detta språkliga skifte sänker neurala markörer för emotionell reaktivitet (medial prefrontal cortex och Late Positive Potential/LPP) utan att aktivera eller överanstränga hjärnans frontoparietala nätverk för exekutiv kognitiv kontroll. Att flytta ut ett perspektiv till ett relationellt "du" är alltså ett effektivt och kognitivt skonsamt sätt att hantera en överväldigande realitet.

Kross och kollegor har i en serie studier (totalt N = 585) visat att personer som använder icke-förstapersonspronomen eller sitt eget namn under stress uppvisar mindre distress, presterar bättre enligt objektiva bedömare och i högre grad uppfattar framtida stressorer som utmaningar snarare än hot. Effekten har replikerats i oberoende studier och tycks inte modereras av trait social ångest, vilket talar för att mekanismen är relativt generell.

Strukturell dissociation kontra integration: Som kontrast till dessa normala former av självets mångfald beskriver vissa traumateteoretiska modeller patologisk dissociation som bristande integration mellan olika psykobiologiska system. Van der Harts modell definierar strukturell dissociation just i termer av en "schism i personligheten" – en bristande integration mellan system som utgör personligheten. Medan DID innebär en permanent fragmentering och blockering mellan sönderslitna delar, postulerar Unitas Dei motsatsen hos Jesus: en integration av extrem ontologisk komplexitet i ett sammanhållet medvetande.

UNITAS DEI - det oändliga översatt till relationellt språk

Utifrån dessa psykologiska premisser blir Unitas Deis beskrivning av Jesu psyke begriplig. Modellen hävdar att Jesus inte hade två konkurrerande självmedvetanden, utan ett enda mänskligt medvetande som gradvis mögnade i självinsikt.

Eftersom en mänsklig hjärna fysiologiskt inte kan processa en oändlig transcendent databas samtidigt (principen om passiv kenosis), översatte hans psyke den ständigt närvarande gudomliga identiteten – hans oskapade "Jag Är" – till ett relationellt språk inifrån sitt eget medvetande:

- **Fadern** utgjorde den transcendent, objektiverade inre rösten – det relationella "Du" som hans psyke skapade för att kunna relatera till sitt eget djupaste väsen.
- **Anden** operationaliserade den gudomliga närvaron och verksamma kraften i hans mänskliga ande.
- **Sonen** utgjorde den konkreta, immanenta mänskliga existensformen genom vilken det gudomliga subjektet levde och erfor världen.

Detta förklarar den akuta spänningen i Getsemane och på korset. När Jesus ber: *"Abba! Fader! För dig är allt möjligt. Ta denna bägare från mig. Men inte som jag vill, utan som du vill"* (Mark. 14:36), är detta inte en teater eller en moralisk kamp mot en extern aktör. Det är en genuin inre dialog inom hans ena person, där den mänskliga naturens biologiska sårbarhet artikulerar sin ångest, samtidigt som hans innersta väsen (Fadern) fungerar som ett stabilt, formativt centrum som leder den mänskliga viljan till överlåtelse.

Det handlar inte om ett kognitivt självbedrägeri. Det är en funktionell och nödvändig spänning mellan en ontologisk identitet ("Jag och Fadern är ett", Joh. 10:30) och en mänsklig erfarenhet av situationen.

Teologisk nyansering kontra klassisk dogmatik

I mötet med den klassiska kristna treenighetsläran (Nicaea 325; Kalcedon 451) uppstår en reell teologisk spänning. Traditionell dogmatik kräver tre eviga, distinkta hypotaser (personer) i en objektiv relation i Guds dolda väsen.

Kritiker kan frestas att anklaga Unitas Dei för modalism (villoläran att en ensam Gud byter roller och masker över tid). Men en sådan kritik missar modellens faktiska struktur:

- **Ingen sekventiell rollteater:** Modellen beskriver inte en transcendent Gud som tar initiativ till att spela teater eller maskera sig sekventiellt i historien. Klassisk modalism säger att Gud *byter* roller över tid – först Fader, sedan Son, sedan Ande. Unitas Dei säger att Fadern, Sonen och Anden är *samtidiga* aspekter av en enda relationell erfarenhet i Jesu medvetande. Det är skillnaden mellan en skådespelare som byter masker och ett ljus som samtidigt är källa, stråle och värme.
- **Genuin, konstant erfarenhet:** Treenighetsspråket uppstår inifrån Jesu mänskliga psyke. Det beskriver hur hans mänskliga medvetande i varje givet nu har en sann, konstant och nödvändig upplevelse av sin ständigt närvarande gudomliga identitet – sitt verksamma "Jag är".

Unitas Dei utesluter inte att den klassiska metafysiska treenighetsläran kan vara sann i evigheten, men den flyttar fokus till subjektets fenomenologi. Den visar att det relationella språket (Fader, Son, Ande) är en möjlig, mogen och kognitivt begriplig form för ett mänskligt medvetande att rymma och kommunicera Gud på mänskliga villkor.

Slutsats: Ett giltigt rimlighetsargument

Unitas Deis psykologiska modell kan inte användas för att logiskt bevisa inkarnationen – det andliga mysteriet förblir suveränt. Vad modellen däremot gör, är att leverera ett koherent rimlighetsargument: den visar att den postulerade inre relationsstrukturen hos Jesus inte är psykologiskt absurd eller kognitivt omöjlig.

Genom att relatera mysteriet till kända mänskliga mekanismer för självmedvetande, perspektivtagande och emotionell reglering blir det möjligt att formulera Jesu mänskliga erfarenhet i psykologiskt begripliga termer. Modellen erbjuder en teologisk frigörelse: det trinitariska språket i evangelierna behöver inte pressas in i 300-talets grekisk-filosofiska kategorier för att tas på allvar. Det kan förstås som en levd, integrerad och fullkomligt frisk mänsklig erfarenhet – och därmed som ett autentiskt uttryck för hur en människa med en gudomlig identitet faktiskt kan erfara och uttrycka sitt inre liv.

Referenser / Källförteckning

- [1] Hermans, H. J. M. (2001). The Dialogical Self: Toward a Theory of Personal and Cultural Positioning. *Culture & Psychology*, 7(3), 243–281.
- [2] Hermans, H. J. M., & Gieser, T. (Eds.). (2012). *Handbook of Dialogical Self Theory*. Cambridge University Press.
- [3] Kross, E., Bruehlman-Senecal, E., Park, J., Burson, A., Dougherty, A., Shablack, H., Bremner, R., Moser, J., & Ayduk, O. (2014). Self-talk as a regulatory mechanism: How you do it matters. *Journal of Personality and Social Psychology*, 106(2), 304–324.
- [4] Moser, J. S., Dougherty, A., Mattson, W. I., Katz, B., Moran, T. P., Guevarra, D., Shablack, H., Ayduk, O., Jonides, J., Berman, M. G., & Kross, E. (2017). Third-person self-talk facilitates emotion regulation without engaging cognitive control: Converging evidence from ERP and fMRI. *Scientific Reports*, 7(1), Article 4519.
- [5] Robaina, M. (2026). *UNITAS DEI – en hermeneutisk modell för kristologi utifrån relationell erfarenhet och en strikt monoteistisk förståelse av treenighetsspråket*. Manus.
- [6] Van der Hart, O., Nijenhuis, E. R., & Steele, K. (2006). *The haunted self: Structural dissociation and the treatment of chronic traumatization*. W. W. Norton & Company.
- [7] Buys, M. E. (2025). Exploring the evidence for Internal Family Systems therapy: A scoping review of current research, gaps, and future directions. *Clinical Psychologist*, 29(3), 241–254.