

RenRelasjon

– En normativ seksualkonservativ sexologi basert på bibelsk antropologi, biologisk realisme og erfaringsbasert kunnskap om relasjoner og målbare konsekvenser av sunne valg

1 Forord

Først og fremst skal det understrekes at RenRelasjon er en sexologi som ikke handler om *fordømmelse*, men om *invitasjon*. Invitasjon til en høyere vei der færre blir såret, der kjærligheten kan gro seg sterk uten å bli kvalt av kynisme, der sex igjen kan oppleves som trygt uten bismak av skam, teknikk eller bruk-og-kast kulturen. RenRelasjons sexologi vil løfte fram livet slik at graviditeter bæres fram, med utgangspunkt at menneskelivet starter ved unnfangelsen, og at abort tar menneskeliv. RenRelasjons lære vil ansvarliggjøre og utruste foreldrene slik at barn vokser opp med omsorg og oppdragelse fra begge sine foreldre som er det beste for barnet, foreldrene og samfunnet.

RenRelasjon skal peke på at det kristne perspektivet er at Guds bud alltid gis i kjærlighet for vårt beste, de er veiskilt som tar oss bort fra avgrunnen og rekkverk langs bratte stup. RenRelasjon presenterer Guds rammer for seksualiteten nettopp slik: Som rekkverk som gjør fri ferdsel trygg, ikke som lenker som hindrer vår utfoldelse. Sann frihet er å leve i tråd med Sannheten, og sannheten om oss som mennesker er at vi blomstrer i trofaste, rene relasjoner etter oppskrift designet og definert av Gud.

Valget mellom RenRelasjon og det rådende paragnet, LibSex, er i bunn og grunn valget mellom to ulike visjoner for mennesket. LibSex lover frihet fra skam og selvrealisering, men leverer ofte selvdestruksjon i det lange løp, gjennom brutte relasjoner, identitetsforvirring, med kroppslige og sjelelige arr. RenRelasjons lære krever selvfornektelse iblant, men leverer selvrealisering i sann forstand. Et liv der ens dypeste relasjonelle og åndelige behov møtes i harmoni med Skaperen.

Dette er hvorfor RenRelasjon er en bedre vei. Den leder til menneskelig blomstring – mennesker som lever i fred. Den ærer også Gud, noe som for kristne er det høyeste gode. Men selv sett fra et humanistisk perspektiv ærer RenRelasjon de dypeste relasjonene våre, og vår evne til å elske dypt, velge det gode, og leve meningsfulle liv. I en verden desillusjonert av et seksualmønster som ikke leverte lykken det lovet, vil RenRelasjon ta plass som et fyrtårn i en mørk tid: Et kall tilbake til det ekte, det rene og det varige.

Mennesket er skapt for renhet og nær relasjon til Gud og andre mennesker. Ved å leve ut seksualiteten slik den var ment – som en gave innenfor kjærlighetens pakt – legges et grunnlag for beskyttelse i frihet, glede og fred som er til stor nytte og hjelp i alle deler av livet. RenRelasjon er verdibasert uten å være moraliserende, der vi løfter frem verdier som selvrespekt, relasjonell modenhet, gjensidighet, omsorg, ansvarlighet og tilgivelse. Det grenseløse seksualliberale paradigmet kan aldri tilby det samme eller erstatte dette.

2 Introduksjon av paradigmene

Dagens samfunn preges av to motstridende paradigmer for å forstå kjønn, seksualitet og identitet. På den ene siden står **RenRelasjon**, en retningsbasert, relasjonsorientert og renhetsforankret forståelse av seksualitet som bygger på bibelsk menneskesyn og biologisk realisme. Dette synet hevder at mennesket er *designet* – skapt av Gud som mann og kvinne – og at seksualitet er en gave som hører hjemme i en forpliktende pakt (ekteskapet) mellom disse to ulike kjønnene.

På den andre siden står det rådende **seksualliberale paradigmet** – her kalt “**LibSex**” – som bygger på seksualliberal sexologi, sexpositiv filosofi og skeiv teori:

- **2.1 Sexpositiv filosofi:** Seksualitet og seksuell helse ses primært som en kilde til individuell nytelse, og grupperinger jobber for at hvert individ skal ha rett til nytelse og «god seksuell helse». Seksuelle tenningsmønstre betraktes som noe som bør utforskes under teorien om at det må til for å oppnå god seksuell helse og et godt liv. All seksuell aktivitet ansees som positivt og ønsket, så lenge det er samtykke dersom andre er involvert. Tidlig alderstilpasset seksualitetsundervisning og uforhindret praktisering av barns seksualitet er viktig for framtidige gode seksuelle relasjoner, også i barnehagen. Derfor må alle som jobber med barn og ungdom ha rett kunnskap om seksuell helse. Seksuell praksis skal kun begrenses av samtykke, uten ytre grenser fra kultur, religiøs tro eller normer, fordi selvdefinert seksualitet forutsetter frihet fra alt og alle til å leve som man selv vil og føler for. Kroppslig autonomi legges til grunn for at hvert individ best vet hva det vil med sin kropp: når, med hvem, hvor mange og hvilke kjønn. Aldersgrenser er utydelige, kroppslig autonomi og individets lyst går prinsippielt foran lover og regler. Forhold som åpner for samtykke for utroskap omtales i [UiOs seksualvaneundersøkelse](#) som “svært positive holdninger til seksualitet”. Sexpositiv filosofi fremmer *selvdefinert seksualitet*.
- **2.2 Skeiv Teori / Queer-teori:** Ideologisk og filosofisk forankring i queer-tenkning som dekonstruerer binære kategorier (som mann/kvinne) og feirer flytende identiteter og orienteringer. Queer-teori søker å normalisere det som bryter med tradisjonelle normer og ser på seksualitet og kjønn som sosiale konstruksjoner

og kontinuerlige størrelser. Man finner tenkningen helt inn i FNs Comprehensive Sexuality Education Technical Guide presentert til barn ned til 6-8 år. Det du føler at du er, det er du, og du vet best hvilken identitet som passer deg. I seksualitet handler queer om å teste og prøve, “du vet ikke hva du er og hva du liker før du har prøvd.” Queer fremstår som grenseløs fordi grenser er undertrykkende og begrensende. *Normkritikk* er en konsekvens av skeiv teori.

- **2.2.1 Normkritikk:** Et kritisk syn på tradisjonelle normer og hetero-relasjoner; alle sosiale og moralske rammer og kombinasjoner rundt kjønn og seksualitet utfordres og avvises som begrensende. En viktig del av normkritikk er normalisering av det unormale og ekstreme, frihet til å gjøre hva man vil uten begrensninger fra samfunnets forventninger og normer. Eksempelvis flere enn to i relasjoner/ ekteskap med flere antall kjønn, til etablering av nye kjønnsroller tilhørende nye identiteter, normalisering av BDSM og paraphilia og “rett til å velge sin familie” ved at et barn skal kunne ha så mange juridiske foreldre som ønsker å være forelder, regnbuefamilien. Normkritikk henger tett sammen med skeiv teori.
- **2.3 Sexualliberal sexologi:** Tenkningen som kobler sammen de overnevnte inn i et fagfelt og foreslår rettigheter og undervisning basert på teori, filosofisk og ideologisk rammeverk. Selvdefinert identitet, selvdefinert seksualitet og selvdefinert kjønn er en selvfølge basert på kroppslig autonomi og rett til å definere seg selv. Leve ut sine identiteter og preferanser fri fra all skam, der *alle kan være seg selv sånn som man er* uten sanksjoner fra omgivelsene. Det er en del av læresetningene som formidles som spydspiss inn i politikk og lovverk. Individet definerer selv sin kjønnsidentitet og seksualitet uten referanse til medfødt design og noen annen mening enn den man selv definerer. Følelser styrer sannheten og dermed praksisen for individet som trenger nye normer og lover som forklarer hvordan samfunnet skal forholde seg til dette. Henger sammen med begrepet interseksjonalitet..
 - **2.3.1 Interseksjonalitet:** Interseksjonalitet startet hovedsakelig som en juridisk definisjon i utvidet rasisme, der afroamerikanske kvinner kunne oppleve dobbel diskriminering. To diskrimineringsgrunnlag inntraff samtidig = interseksjon mellom farget og kvinne. Begrepet er nå utvidet til å gjelde enhver identitet, at minoriteter kan ha flere minoritetsidentiteter som trenger beskyttelse fra statlig inngripen og økte rettigheter på grunn av økt fare for såkalt minoritetsstress og diskrimineringsrisiko. For eksempel en samisk, farget, lesbisk, BDSM-utøvende transkvinne i rullestol vil etter denne tenkningen rangere svært høyt med mange interseksjoner og derfor ha et stort behov for beskyttelse ved sine

overlappende minoritetsidentiteter. Interseksjonalitet på individnivå betyr at alle mennesker er minoriteter i ytterste konsekvens, og det er en forventning om at stat og lovverk skal ha ansvar for å påse at alle rettigheter og krav overholdes i møte med samfunnet og verden. Interseksjonalitet er definert og lagt til grunn i Norges statlige handlingsplaner.

2.4 Introduksjon av RenRelasjon

RenRelasjon står i kontrast til *LibSex* på disse samfunnsdefinerende punktene. I denne faglige forklaringen presenteres først de to paradigmenes grunnsyn og premisser. Deretter gis en systematisk sammenlikning av RenRelasjon vs. *LibSex* når det gjelder menneskesyn, syn på kroppen, forståelse av kjærlighet og sex. Videre utledes sentrale prinsipper og læresetninger bak RenRelasjon. En konsekvensanalyse belyser hva hver retning fører til på individnivå, i relasjoner og for samfunnet. Rapporten legger også fram teologisk støtte (bibelske prinsipper) og forskningsmessig støtte (empiriske funn) for at RenRelasjon-modellen fremmer positive konsekvenser. Visuelle og begrepsmessige kontraster – som “*bål i peisen vs. bål på stuegulvet*” og “*selvforvaltning vs. selvdefinisjon*” – benyttes underveis for å illustrere poengene. Avslutningsvis sammenfattes kjernebudskapet: Hvorfor RenRelasjon representerer en bedre vei for kjærlighet, helhet og sann frihet enn det seksualliberale paradigmet *LibSex*.

Sexologi beskrevet av SNL: *Sexologi er det tverrfaglige studiet av menneskelig seksualitet, inkludert seksuell atferd, helse, identitet og funksjon. Fagfeltet kombinerer biologi, psykologi, sosiologi og kultur for å forstå og behandle seksuelle vansker, lystproblemer, smerter, samt veilede om identitet og relasjoner.*

2.5 RenRelasjon er et sexologisk rammeverk.

Teori og læresetninger bygger på et seksualkonservativt og bibelsk grunnlag for å tolke, forstå og undervise seksualitet, relasjoner, ekteskap, identitet, barn og samfunn. Studier og statistikk viser tydelig økt sannsynlighet for fordeler eller ulemper ved individuelle valg mellom seksualliberal og seksualkonservativ praksis. Læresetningens grunnholdning er at alle valg har konsekvenser. RenRelasjon peker på et tydelig ideal å styre etter for å redusere risiko for negative konsekvenser, og styrke sannsynligheten for positive utfall.

Formålet med RenRelasjon er å gi mennesker en faglig overbevisning. Slik at de med autoritet kan ta bedre valg på tross av lyst, press og forventninger. Ved å istandsette mennesker til å velge en retning der de har et håndfast ideal, vil det teoretisk og beviselig lede dem nærmere det livet de helst vil ha: **En varig, trygg og nær relasjon som gir et lykkelig ekteskap med god sex, friske, glade og trygge barn som ønsker det samme livet som deres foreldre lever.**

3 Paradigmenes grunnsyn: Design vs. selvdefinisjon

3.1 RenRelasjon tar utgangspunkt i at virkeligheten har en objektiv ordning gitt av en Skaper. Bibelsk antropologi lærer at mennesker er skapt i Guds bilde som *mann* og *kvinne* (1 Mos 1,27; Matt 19,4-5). Kjønn er altså binært, uforanderlig og biologisk forankret, en del av vårt design fra naturens side. Identitet er noe vi *mottar* – vi er sønner og døtre av en personlig Gud, med medfødt verdighet og hensikt. Med andre ord bygger RenRelasjon på selvforvaltning fremfor selvdefinisjon: vi forvalter vårt liv, vår kropp og seksualitet i tråd med den hensikt og de grenser Skaperen har gitt, i stedet for å definere vår identitet og moral subjektivt etter eget forgodtbefinnende. Et relasjonsforankret etisk perspektiv betyr at moral handler om å bevare sunne og gode relasjoner – til Gud, til oss selv, og til medmennesker – heller enn ubegrenset autonomi. Seksualiteten har et formål (en *retning*): den er ment å forene mann og kvinne i en gjensidig, livslang kjærlighetspakt til gjensidig beste for individene, for familiedannelse og barn og samfunnet som helhet.

3.2 LibSex, derimot, bygger på et sekulær-humanistisk og postmoderne grunnsyn der det *ikke* finnes noen gitt essens eller særegen natur for mennesket. Identitet anses som konstruert og flytende – hvert individ kan selv definere sitt kjønn, sin seksuelle orientering og sine egne normer. Det som føles rett for meg - er rett, punktum. Mennesket sees som en autonom aktør løsrevet fra enhver guddommelig design eller objektiv sannhet og i alle fall fra menneskelige forventninger. Normer og tradisjoner betraktes med skepsis (normkritikk); alt skal kunne omtolkes etter subjektive preferanser. I LibSex-paradigmet blir selvdefinisjon idealet: man er fri til å “elske hvem man vil og definere seg selv (sin kjønnsidentitet)” uten ytre innblanding. Kropp og biologi tillegges liten vekt utover å være råmateriale som individet kan forme eller endog endre på i tråd med sin indre opplevelse. Queer-teori bidrar til dette grunnsynet ved å hevde at kategorier som mann/kvinne eller heterofil/homofil kun er språklige konstruksjoner – alt flyter og kan endres. LibSex mangler dermed et absolutt referansepunkt for rett og galt, sant og usant. I seksualetikken er den eneste “lov” som gjelder samtykke, individuell lyst og selvopplevd identitet, i tillegg til landets øvrige juridiske lover og forskrifter.

Allerede her ser vi hvor grunnleggende uenige paradigmenes utgangspunkt er. RenRelasjon hviler på tanken om en *objektiv ordning* – et teleologisk perspektiv der seksualiteten har et iboende formål og må praktiseres innenfor rammer for å lede til velsignelse. LibSex hviler på en *subjektivistisk* virkelighetsforståelse – seksualitetens mening og grenser defineres av individets følelser og begjær. Disse motstridende grunnsynene leder til radikalt ulike syn på mennesket, kroppen, kjærligheten og sex, som vi nå skal sammenligne nærmere.

4 Sammenlikning av menneskesyn, kroppssyn og kjærlighets- og seksualitetsforståelse

4.1 Menneskesyn

4.1.1 LibSex: Mennesket forstås primært som et selvstyrt individ hvis identitet formes av egne følelser og valg. Det finnes ingen fast natur eller skapergitt plan for hvem vi er; vi *konstruerer* oss selv, vi løsriver oss fullstendig fra andres forventninger og normer som er undertrykkende mot vår identitet. Følgelig blir kjønn identitetsspørsmål noe hver enkelt definerer (man kan fritt velge eller endre såkalt kjønnsidentitet. Høyeste autoritet er individets opplevelse – “den jeg føler meg som” trumfer biologiske fakta. Et underliggende premiss er at personlig *autonomi* og selvrealisering er meningen med livet; at mennesket “eier” seg selv fullt ut. Mennesket anses ikke å ha noen iboende forpliktelser utover dem det selv aksepterer. Dette menneskesynet legger vekt på *uavhengighet*: bånd til tradisjon, religion eller naturgitte roller brytes, for at individet skal “bli seg selv, og leve ut slik det vet at det er innerst inne”. Et slikt syn ser ofte relasjoner som midlertidige og instrumentelle – de er verdifulle så lenge de tjener individets behov for kjærlighet, trygghet eller nytelse, men ikke forpliktende i seg selv.

4.1.2 RenRelasjon: Mennesket sees her som et *relasjonelt* vesen og skapt med hensikt. Vi er skapt i Guds bilde, som enten mann eller kvinne, med medfødt og lik verdighet. Identiteten er dermed noe gitt, ikke noe vi selv finner opp. Vi er alle *skapninger* og ved å akseptere Jesus Kristus som Herre og Frelser åpnes vår individuelle relasjon til Gud, som gjør at vi blir opphøyet til Guds barn. Vår identitet er først og fremst i Jesus, for Jesus er i oss og vi i Ham, slik Han er i Gud, og Gud i Ham.

En dyp innsikt i bibelsk antropologi er at mennesket realiserer sin identitet først i relasjon til *den Andre*: Adam oppdaget hvem han var i møte med kvinnen Eva, “den andre” som kompletterte ham. Vårt biologisk kjønn, personlighet og egenskaper er uløselig knyttet til vårt forhold til Gud og til det motsatte kjønn. Med andre ord: vi blir *hele* mennesker i lys av fellesskapet vi er skapt for. Mennesket forstås altså som *forankret*: vi er skapt med en hensikt (blant annet å gjenspeile Gud gjennom kjærlige og livslange forhold), og ekte selvrealisering oppnås ved å leve i harmoni med denne hensikten, ikke ved å løsrive seg fra den. Mens LibSex fremhever uavhengighet, legger RenRelasjon vekt på avhengighet i relasjon – at mennesket fra begynnelsen av er skapt for fellesskap (1 Mos 2:18), for forening mellom kjønnene og for fellesskap med Gud. Verdien av individet er derfor iboende, gitt av Gud, og frihet forstås som frihet *til* å leve sant (i tråd med skaperordningen) heller enn frihet *fra* alle bånd.

4.2 Kroppssyn

4.2.1 LibSex: Kroppen sees i det seksualliberale paradigmet ofte som et objekt for nytelse eller selvutfoldelse, noe man *har* fremfor noe man *er*. Dualistiske tendenser merkes: man skiller lett mellom “meg” (mitt indre selv) og kroppen. Fordi identiteten anses å ligge i psyken, ikke i kroppen, kan kroppen behandles som formbar materie – for eksempel gjennom kjønnskorrigerende behandling om ens indre opplevelse tilsier et annet kjønn enn det biologiske. Kroppens natur (f.eks. reproduksjonsevne, hormonelle kjønns spesifikk prosesser) tillegges ikke normativ betydning, kun praktisk. Det argumenteres med at “så lenge det føles rett, kan jeg gjøre hva jeg vil med kroppen min.” I forlengelsen av dette ser LibSex på seksuelle handlinger kun som fysiske akter med *samtykke* som eneste ramme. Kroppen er et redskap for nytelse; seksualmoral handler mest om å unngå skade f.eks. gjennom beskyttelse mot sykdom eller overgrep, men ikke om *renhet* eller noen høyere funksjon. Normkritikken medfører at tradisjonelle forestillinger om kroppen som noe som tilhører Gud (f.eks. idéen om kroppen som et tempel, som hellig offer) avvises som irrelevant og ikke sant. Samtidig finnes det en paradoksal kroppsfiksering: i mangel på åndelig forankring opphøyes ofte kroppslig nytelse og skjønnhet til ytterste mål (derav seksuelle rettigheter og rett til å skifte juridisk og medisinsk kjønn) – noe som kan lede til objektivisering av egen og andres kropp.

4.2.2 RenRelasjon: Her ser man kroppen og sjelen som en integrert enhet; *hele* mennesket – inkludert kroppen – er skapt av Gud og har verdi og formål. Kroppen er ikke bare et biologisk maskineri, men skapt i Guds bilde og tiltenkt å være et “tempel for Den Hellige Ånd” (1 Kor 6,19). Dette gir kroppen en hellig status som fordrer respekt for Guds plan for den ved *renhet*. Kroppssynet er *inkarnatorisk*: det vi gjør med kroppen angår vårt indre liv og vice versa. Derfor avviser RenRelasjon det gresk-inspirerte skillet der man kunne mene at “det man gjør med kroppen, har ingen betydning for sjelen” – en feil som Paulus nettopp korrigerer i Korint. “*Legemet deres er Kristi lemmer*”, skriver Paulus; kroppen skal ikke brukes til hor, fordi da forenes Kristi lemmer med noe urent (1 Kor 6,15-18). RenRelasjon lærer at å ha seksuell omgang med en person innebærer en forening på dypet – “de to skal være ett kjød” (1 Mos 2,24) – slik at seksuelle aktiviteter før og etter ekteskapet krenker selve skaperordningen. Kropp og person henger altså sammen. Dette kroppssynet verdsetter seksuelle forskjeller: den mannlige og kvinnelige kropp supplerer hverandre (anatomi og biologi viser en komplementaritet innrettet mot samliv og forplantning). Biologisk realisme vektlegges: det er to kjønn, og denne dualiteten er ikke en begrensning, men tvert imot en gave som muliggjør helhet og likhet med Gud ved å skape nytt liv. I RenRelasjon forvalter man kroppen med aktelse – inkludert seksuelle drifter – underlagt etisk refleksjon, åndelig autoritet og selvkontroll, heller enn å la kroppen styres av begjær og følelser alene. Kroppen har sin

mening som del av Guds skaperordning, og vår behandling av kroppen (seksuelt og ellers) bør reflektere dens ukrenkelige verdi og guddommelige formål.

4.3 Kjærlighetsforståelse

4.3.1 LibSex: Kjærlighet defineres i stor grad subjektivt, ofte likestilt med *romantiske følelser* eller seksuell tiltrekning. Slagord som “Love is love” uttrykker at kjærlighet ses som en individets rett, uansett form eller objekt – så lenge det oppleves ekte for de/den involverte. Det legges mindre vekt på kjærlighetens forpliktende, selvoppofrende aspekter, og mer på dens emosjonelle intensitet “her og nå”. I et seksualliberalt perspektiv kan man “elske” utenfor ekteskap, i løse forhold eller i polyamori, så lenge det er genuint følt. *Lyst* blandes ofte med kjærlighet – seksuell attraksjon anses som et tilstrekkelig grunnlag for intime relasjoner, der varighet og dyp omsorg for den andre ikke er i fokus. Normkritikken medfører at tradisjonelle idealer om trofasthet og livslang forpliktelse nedtones; man kan bytte partner om følelsene avtar, under premisset at det viktigste er å “være tro mot seg selv”. Slik forstås kjærlighet mer som en *privat* affære mellom to (eller flere) individer som gir hverandre gjensidig tilfredsstillelse, snarere enn som en offentlig pakt eller en ansvarlig forpliktelse overfor et større fellesskap (familie, samfunn, Gud). Kort sagt: flyktige følelser idealiseres og kalles kjærlighet, men dens moralske rammer relativiseres.

4.3.2 RenRelasjon: Kjærlighet forstås her i lys av det bibelske begrepet *agape* – en selvoppofrende, trofast og paktforankret kjærlighet. Ekteskapet oppfattes som den gudgitte rammen der eros (den romantiske og seksuelle kjærligheten) kan blomstre i harmoni med *agape*. Kjærlighet er mer enn en følelse; det er et valg og en handling for den andres beste, å tjene den andre i gode og onde dager. RenRelasjon hevder at sann kjærlighet mellom en mann og en kvinne innebærer *eksklusivitet* (én partner), *trofasthet* (livslangt løfte) og *fruktbarhet* (klart mål om å sette barn til verden, dersom mulig). Det er det første vi er kalt til etter vi ble skapt: “Vær fruktbare og bli mange” (1.Mos 1:28).

Forståelsen er at kjærligheten trenger forpliktelsens sikkerhetsnett for å virkelig utdype seg – i en gjensidig pakt tør man være sårbar og gi seg selv fullt ut, uten frykt for å bli forlatt ved første storm. Dette reflekterer Guds trofaste kjærlighet til oss (jf. Ef 5,25 hvor ekteskapelig kjærlighet sammenlignes med Kristi kjærlighet til menigheten). Dermed har kjærlighet en objektiv standard: Den søker den elskedes sanne beste (heller enn bare midlertidig tilfredsstillelse) og ærer Gud ved å følge Hans bud. “Kjærlighet gleder seg ikke over urett, men har sin glede i sannheten” (1 Kor 13,6) – dvs. sann kjærlighet vil respektere Guds sannhet om seksualmoral.

RenRelasjon avviser ideen om at kjærlighet alene kan legitimere et forhold uansett rammer (“forelsket/følelse, altså moralsk riktig og sant”). I stedet understrekes at ekte kjærlighet *integrerer* lyst og ansvar: Den naturlige seksuelle tiltrekningen skal forvaltes innenfor en forpliktende ramme som beskytter begge parter og eventuelle barn. Sann

kjærlighet sees således som kilde til *livslang* enhet – et bånd så sterkt at Gud beskriver det som “én kropp” i ekteskapet. Selvforvaltning kommer inn her: man underordner sine umiddelbare lyster under kjærlighetens langsiktige gode for den elskede og relasjonen.

Summen av ekteskapelig kjærlighetsrelasjon er det høyeste ideal av kjærligheten: både lidenskapelig og ren, både følelse og forpliktelse, både å tjene og bli betjent, både personlig og prinsipielt riktig.

4.4 Seksualitetsforståelse

4.4.1 LibSex: Seksualitet betraktes hovedsakelig som et felt for *individuell utforskning og nytelse*. Seksuell frihet – retten til å ha sex når, hvordan og med hvem man vil (gitt samtykke) – ses som en menneskerett og en forutsetning for personlig lykke og et godt liv. Sex skilles fra prokreasjon: i moderne seksualliberalt klima antas det at sex primært handler om nytelse og personlig bekreftelse, mens reproduksjon er et valg man kan koble inn eller ut via prevensjon eller teknologi. Denne holdningen er et resultat av den seksuelle revolusjonen og likestillingsretorikk at kvinner også må ha anledning til seksuell utfoldelse uten å bære risiko og ansvar for graviditet.

Lystbasert seksualitet innebærer at lysten i seg selv legitimerer handlingen – begjæret eller følelsen trenger ikke noen ytterligere “begrunnelse” enn at det finnes der. Har du lyst har du lov, og “alt er love”. Begrepet renhet, *kyskhet* eller seksuell avholdenhet før ekteskapet anses som gammelmodig eller til og med skadelig. I stedet oppfordres unge til å “utforske” grenser for å finne ut hva de liker. Pornografi betraktes i dette paradigmet ofte som uproblematisk eller til og med positivt (et hjelpemiddel for opphisselse og læring), så lenge det ikke involverer tvang eller altoppslukende avhengighet. Det samme gjelder onani og tilfeldig sex (one-night stands, “friends with benefits”); slikt normaliseres i populærkulturen. Onani sees utelukkende som positivt ved at “man blir kjent med egen kropp”, der risikoene ikke nevnes og mulige fordeler ved å avstå sees på som absurd, hvorfor ikke nyte når man kan nyte?

Konseptet “*samtykke*” løftes opp som nær eneste moralske kompass: Ingen kan si at en gitt seksuell praksis er umoralsk så lenge de involverte frivillig samtykker og ingen direkte skade kan påvises. Dette synet på seksualitet er i bunn og grunn *individualistisk*: sex har ingen iboende mening utover det individene legger i det, og det forplikter i utgangspunktet ikke til noe utover øyeblikket. Følgelig betrakter LibSex også ekteskapet bare som én av mange mulige seksuelle livsstiler, ikke nødvendigvis idealet – der samboerskap, åpne forhold, seriemonogami og lignende anses som likeverdige valg. I livsstil med forpliktende forhold der man tradisjonelt mener at utroskap er galt, vil Libsex-læren først og fremst holde frem at «man må være tro mot seg selv» og følge følelsene sine.

4.4.2 RenRelasjon: Seksualitet forstås som en gave fra Gud som både har en *nyttelsesaspekt* og et *skapende aspekt*, ment å fungere innenfor trygge rammer. Grunntanken er at sex hører hjemme i pakten mellom én mann og én kvinne, altså i ekteskapet. Der fungerer seksualiteten som et “lim” som binder ektefellene sammen emosjonelt, fysisk og åndelig (“de to blir ett kjød”), og som et middel til å skape nytt liv (barn) og familie. Fordi sex har så dyp betydning, peker RenRelasjon på seksuell renhet – hvilket innebærer avholdenhet fra seksuell omgang før og utenfor ekteskapet, og trofasthet innen ekteskapet.

Seksualdriften i seg selv sees som noe godt (skapt av Gud), men som all god kraft må den *temmes og rettes* for å være konstruktiv og oppnå dens potensial og ideal. Her brukes gjerne metaforen av ild: I peisen gir den varme og lys, men slippes den løs på stuegulvet, vil den gjøre skade og kunne brenne huset ned. Seksualiteten innenfor ekteskapets “vedovn” er en velsignelse som varmer både paret og familien; utenfor ekteskapet kan den samme kraften volde stor skade. Bibelsk visdomsord illustrerer dette poenget: *“Kan en mann hente ild opp i fanget uten at hans klær blir brent? ... Slik går det den som går inn til sin nestes kone” (Ord 6:27,29)*. Med andre ord: utroskap og promiskuitet fører uunngåelig med seg sår og skade, akkurat som det å leke med ild gjør. Barn av skilte foreldre er adskillig mer sårbare og statistisk overrepresentert på negative utfall, fra karakterer på skolen til helseutfordringer. Dette er velkjent og godt dokumentert i hele den vestlige verden, til tross for høy skilsmisserate.

RenRelasjon betoner selvkontroll, disiplin og selvledelse som dyder – evnen til å holde igjen personlige lyster av respekt for Guds bud og kjærlighet til den andre. Dette står i motsetning til LibSex’ idé om at “utløp for lysten” er nødvendig for god seksuell helse og godt liv. RenRelasjon hevder tvert imot at *behersket* seksualitet gir større tilfredsstillelse i lengden: Et monogamt samliv, fritt for pornografi, utroskap og tilfeldig sex, ansees som sunnest for sjelen, kroppen og relasjonen, og har betydelige statistiske og dokumenterte fordeler. Moderne forskning gir god støtte til denne anbefalingen. Eksempelvis: Personer som kun har hatt seksuell erfaring med sin ektefelle rapporterer høyere seksuell tilfredshet og følelsesmessig nærhet i ekteskapet enn de som har hatt mange partnere. Dette fremmer RenRelasjon-læren at er en konsekvens ved at intimiteten får vokse under optimale forhold av tillit og eksklusivitet. Idealet av å være seksuelt tilknyttet kun en person beskytter mot sammenligning og sykdom på den ene siden. På den andre siden vil kroppens tilknytningshormoner bidra til å utelukke andre enn den ene, noe som bidrar til at en slik parbonding blir sterkere og oppleves spesielt helhjertet og veldig trygg.

RenRelasjon ser også på seksualitet som en arena for tjeneste og kjærlighet: I ekteskapet søker man å glede sin ektefelle, ikke bare seg selv, og seksualakten blir dermed et språk for gjensidig selvutgivelse snarere enn egoistisk nytelse. Summen av

dette er en *høyt verdsatt men disiplinert* seksualitet – den er hellig, men ikke puritansk fornektet; den er full av nytelse og glede, men *ikke lyststyrt* på bekostning av moral.

4.5 Oppsummert: LibSex forstår sex som *individets seksuelle lekeplass fullstendig fri fra enhver form for skam*, mens RenRelasjon forstår den som *ekteparets skattkammer*. I LibSex er sex en privat affære for å oppnå nytelse med grenser bare definert av individet selv innenfor lovens grenser. I RenRelasjon er sex en enhets-akt som dypest sett handler om fornyelse og feiring av pakten mellom to personers livsvarige relasjon. Disse store forskjellene forplanter seg i svært ulike praksiser og idealer i livene som leveres innen hvert paradigme, noe neste avsnitt om prinsipper vil tydeliggjøre.

5 Prinsipper og læresetninger i RenRelasjon

RenRelasjon bygger på en rekke grunnleggende prinsipper som kan formuleres som læresetninger. Disse prinsippene oppsummerer etikken og verdiene som utgjør denne retningen:

1. Skapelse gir identitet:

Mennesket er designet, ikke selvdefinert. Hver person er skapt i Guds bilde som mann eller kvinne. Biologisk kjønn er en integrert del av Guds gode design, kjønn er ikke et subjektivt valg, heller ikke såkalt kjønnsidentitet. Vår dypeste identitet finner vi først og fremst ved å forstå oss selv i lys av Skaperens hensikt, i vår relasjon til Jesus som Herre og Frelser, så i ekteskapelig relasjon til det motsatte kjønn og deretter som forelder til et eller flere barn. Vår dypeste identitet kommer ikke ved selvskaping eller å leve ut lyster som er styrt av følelser, men ved å la seg lede av sannhet og frihet i Den Hellige Ånd. I stedet for å ta livsvalg ut ifra selvdefinert sannhet om at “jeg er den jeg føler jeg at jeg er” (seksuell orientering, “kjønnsidentitet” o.l.), peker RenRelasjon på den bibelske sannheten om at “jeg er den Gud sier at jeg er”.

2. Ekteskapet som ramme for sex:

Seksualiteten hører hjemme i ekteskapet – en livslang pakt mellom én mann og én kvinne. Det sjette bud – “Du skal ikke bryte ekteskapet” – tolkes både som et vern om ekteskapet og som et kall til seksuell eksklusivitet innad i ekteskapet. Sex er skapt for å uttrykke, feire og befestе paktskjærigheten. Utenfor paktsrammen mister seksualiteten sin dypeste mening og verdighet, etterlatt som tomhet av teknikk og kortsiktig nytelse. Jesus bekreftet at “Gud har skapt dem til mann og kvinne, og de to skal være ett kjød” – et direkte løfte om ekteskapets eksklusivitet. Ekteskapet forstås som en offentlig, hellig pakt (Mal 2,14) der to mennesker lover troskap for Gud og mennesker. RenRelasjon fastholder at alt seksuelt samliv hører til denne pakten. Dette betyr at seksuell omgang før eller utenfor ekteskapet er i strid med Guds vilje og skader kropp og

sjel. Dette finner vi i igjen i funn fra ulike studier og analyser som viser at samlivsbrudd og utenomekteskapelig sex har overbevisende statistisk negativ effekt på individ, barn og samfunn. Sett i forhold til idealet i RenRelasjon som gir statistisk overbevisende positiv effekt på individ, barn og samfunn, blir forskjellene på å leve etter de to paradigmene over tid betydelige. RenRelasjon løfter opp at hvilken retning man lever etter er et fritt valg hver og en kan ta. Hver og en som får kunnskap om forskjellene, blir bedre rustet til å ta det beste valget for seg selv og sitt liv.

3. **Seksuell renhet gir god selvforvaltning:** *Renhet er et ideal, ikke en undertrykkelse.* Kroppen er et tempel for Guds Ånd; derfor skal den holdes hellig (ren), fordi Gud er hellig. RenRelasjon lærer at seksuelle impulser må underordnes moralske prinsipper – *ikke* fordi seksualitet er dårlig, men fordi seksualitet er så verdifull at den krever beskyttelse og høyeste respekt. Dette gjør at man flykter fra urenheter (seksuell umoral) av kjærlighet til Gud og respekt for Hans sannhet, oss selv og andre. Slik renhet innebærer konkret å avstå fra pornografi, utroskap, og tilfeldig sex, eller sex i partnerskap med samme kjønn. Seksuelle fristelser møtes med omvendelse, ved selvbeherskelse, fornyelse av sinnet, bønn og sunne grenser. RenRelasjon ser renhet som frigjørende: ved å si nei til kortsiktige lyster bevarer man seg for den dypere intimiteten i et rent samliv, noe som gir enorme gevinster i lengden som betydelig sannsynlighet for økt lykke, bedre sexliv og betydelig mindre risiko for utroskap og skilsmisse. En person som lever etter dette renhetsprinsippet, praktiserer *selvforvaltning* – man *forvalter* sin seksualdrift på en måte som ærer Gud og bevarer ens egen integritet og ekteskapet, fremfor å *definere* sin moralske sti ut ifra hva man begjærer eller har lyst på i øyeblikket. Selvforvaltning betyr ikke fornektelse av at man har lyst, men å kanalisere lysten inn i riktige rammer, som sammenlignes med å plassere et bål i peisen, ikke på stuegulvet eller på kjøkkenbordet. Som Paulus formaner: “*Hor og all slags urenheter må ikke engang nevnes blant dere*” (Ef 5,3), nettopp fordi de troende er kalt til et liv i hellighet og renhet, ikke drevet av retningsløs lidenskap “slik som hedningene” (1 Tess 4,3-5).
4. **Komplementaritet og gjensidighet ved to kjønn:** *Mann og kvinne er skapt ulike for å utfylle hverandre.* RenRelasjon holder frem at det er en mening med at kjønnene er forskjellige – fysisk, emosjonelt, åndelig – og at denne forskjellen er ment å lede til enhet. “Til mann og kvinne skapte Han dem (...) Han så det var svært godt” (1 Mos 1,27). Dette er ikke bare et biologisk faktum, men et teologisk prinsipp: det mannlige og det kvinnelige representerer to halvdelar av en helhet som speiler Gud og Hans enestående, unike karakter og evne til å skape liv. Ekteskapet mellom mann og kvinne forener disse to komplementære

størrelsene. I praksis betyr dette at mann og kvinne har like stor verdi, men ulike roller eller måter å bidra på i relasjonen og i å lage nytt liv. Gjensidig respekt, kjærlighet og underordning er idealet (Ef 5,21). Homofilt samliv eller kjønnsoppløsning (f.eks. ideen om “ikke-binære” identiteter) avvises i RenRelasjon fordi det bryter med dette komplementære designet og fordi Skriften eksplisitt begrenser seksuelt samliv til mann-kvinne-foreningen. Heteroseksualitet ses altså ikke bare som “majoritetsorienteringen”, men som den fundamentalt *intenderte* ordningen i skapelsen. Alle mennesker er derfor, i lys av skapelsen, ment for heteroseksuell relasjon, selv om en liten prosentandel opplever andre dragninger og lever etter disse. RenRelasjon kombinerer dette prinsippet med nestekjærlighet: De som av ulike grunner ikke inngår i et heteroseksuelt ekteskap (f.eks. ugifte, eller personer som er kalt til å leve i sølibat av trosoverbevisning) innbys til å leve et helt og meningsfullt liv i trofasthet mot Gud, støttet av et nært kristent fellesskap.

5. **Trofasthet er familiebygging:** *Ekteskapelig trofasthet og familievern er ufravikelige verdier.* Når et par gifter seg i RenRelasjons perspektiv som bygger på Bibelen, inngår de en hellig pakt for livet. Skilsmisse ses på som en tragisk konsekvens av menneskelig hardhjertethet (Matt 19,8) og noe man bør gjøre alt for å unngå, med unntak for særlig alvorlige situasjoner (– men selv da idealiseres tilgivelse og forsoning hvis mulig). Trofasthet innebærer at man ikke bare avstår fra konkrete utroskapshandlinger, men også vokter sitt hjerte – ved f.eks. å unngå pornografi, og ikke søke fristelser eller fantasier som undergraver den eksklusive kjærligheten til ektefellen. RenRelasjon vektlegger at barn har rett til å vokse opp med sin mor og far forent i et trygt ekteskap. Ekteskapet ses på som den beste konteksten for barneoppdragelse, og internasjonal forskning over mange år, bekrefter at barn oppdratt av gifte biologiske foreldre gjennomsnittlig gjør det bedre på samtlige livsutfall (emosjonelt, sosialt, akademisk) sammenlignet med barn fra oppløste eller ufullstendige hjem. Unntak finnes, men de bekrefter regelen. Å bevare familien intakt blir derfor et etisk imperativ, ikke bare for parets skyld, men for barnas skyld, og i utvidet forstand samfunnets skyld. Dette prinsippet impliserer også at prevensjon og familieplanlegging må brukes med ansvar: Å være åpen og klar for liv er en del av ekteskapets vesen, og et bevisst valgt barnefritt seksualliv ses på med skepsis i RenRelasjon. Dette da det kan reflektere en fragmentering av sex fra dets prokreative aspekt (unntak gjelder medisinsk infertilitet eller andre alvorlige hensyn). Gifte kvinner med barn er statistisk lykkeligst, i forhold til gifte kvinner uten barn, og også i forhold til ugifte kvinner med barn.

6. **Nåde og gjenopprettelse:** *RenRelasjon* vektlegger sterkt at Guds nåde gis til den som omvender seg fra seksuell synd, og at gjenopprettelse og tilgivelse er mulig for de med dype sår og traumer. Særlig må dette løftes fram for de som har opplevd seksuelle overgrep eller grenseoverskridende adferd, altså de som har vært seksuelt aktive mot sin vilje. Prinsippet er viktig i en æra der mange har levd etter LibSex-normer og bærer sår, usunn skam eller skyld. *RenRelasjon* peker ikke bare på “lovisk moral”, men peker særlig på Evangeliets kraft til å fornye menneskers liv. 1. Kor 6,11 minner om at noen av de første kristne som tidligere hadde levd i seksuell umoral, ble vasket rene; “dere ble vasket rene, dere ble helliget, dere ble rettfærdiggjort i Herren Jesu navn”. Det finnes altså håp og ny start for den som har gått feil vei seksuelt, og har gjort handlinger som det angres på. Dette prinsippet hindrer også selvrettfærdighet; alle mennesker trenger nåde på seksualitetens område, enten det gjelder å få tilgivelse for feiltrinn eller kraft til å leve rent fremover. Målet er gjenopprettelse til Guds gode plan – ikke å fordømme, som Jesus poengterte i Joh. 8:10-11. Der en kvinne skulle steines etter loven, og Jesus sa til folkemengden at den uten synd kan kaste den første stein. «Kvinne, hvor er de? Har ingen fordømt deg?» Hun svarte: «Nei, Herre, ingen.» Da sa Jesus: «Heller ikke jeg fordømmer deg. Gå bort, og synd ikke mer fra nå av!»

Vi er kalt til å leve fri fra synd. Helhet i *RenRelasjon* forstås som integritet etter Guds skaperordning og oppnås ved å bringe sin seksualitet under Kristi herredømme, slik at ånd, sjel og kropp, spiller på lag. Da kan man erfare den friheten det er å leve i samsvar med sitt design, uten dobbeltliv, nagende samvittighet eller fordømmelse. Tomhet og bitterhet, anger og usunn skam, stolthet ved selvrettfærdiggjørelse og lyst, er følelser og sinnsstemning som kan fornyes til fred og glede ved nåde og tilgivelse.

5.1 Oppsummering: Forskjellen mellom *RenRelasjon* og LibSex kan oppsummeres med bilde av et bål. Et bål kan gi varme, lys og liv når det brenner på riktig sted – f.eks. i *peisen*. Men det samme bålet vil kunne skade eller legge huset i aske hvis det tennes på stuegulvet. *RenRelasjon* handler om å holde ilden på ildstedet, slik seksualitetens flamme skal brenne innenfor ekteskapets trygge ramme, der den varmer og holder liv i forholdet og gir lys til kommende generasjoner. LibSex, derimot, tillater ilden å flamme opp hvor som helst – noe som kan virke spennende i øyeblikket, men som etterlater mange brente mennesker og ødelagte relasjoner. Som Ordspråkene advarer: «Kan noen samle glør i fanget uten at klærne begynner å brenne? ... Slik går det med den som driver hor». *RenRelasjons* prinsipper søker å unngå slike brannskader ved å kanalisere seksualitetens kraft dit den hører hjemme.

6 Konsekvensanalyse: Hva fører hver retning til?

De to paradigmenes frukter avviker markant. Her analyseres konsekvensene på individ-, relasjons- og samfunnsnivå for henholdsvis LibSex og RenRelasjon.

6.1 Konsekvenser av LibSex-paradigmet

6.1.1 For individet: En tilsynelatende fordel med LibSex er en innbilt frihet fra skam og fordømmelse og kortsiktig nytelse der man følger sine lyster uten ytre restriksjoner. Seksuell frigjøring, kalles dette. Mange opplever også en form for identitetsbekreftelse ved selvdefinering (f.eks. “endelig kan jeg være den jeg føler at jeg er”). Imidlertid viser både erfaring og forskning flere negative utslag over tid. Psykologisk kan forvirring og usikkerhet oppstå når alle faste rammer er borte og man må definere alle rammer og sannhet selv. Særlig unge strever med identitet når “alt er lov og alt flyter”. Paradoksalt nok kan jakten på stadig ny seksuell bekreftelse undergrave selvrespekten: Man baserer egenverd på hvor begjært man er, noe som er flyktig. Promiskuøs livsstil har i studier blitt assosiert med økt angst, depresjon og tomhetsfølelse hos unge. En større studie av amerikanske studenter fant at de som nylig hadde hatt tilfeldig sex rapporterte høyere nivåer av angst, sosial usikkerhet og depresjon enn studenter i faste forhold. Selv om seksuelle eskapader kan gi nytelse i øyeblikket, beskriver mange etter hvert en eksistensiell tomhet – en følelse av å “gi bort en bit av sjelen” med hver ny partner og sitte igjen mer fragmentert. Vitnesbyrd fra menn som levde utallige hookups forteller at et slikt liv kan bli “sjelelig utmattende” og avhengighetsskapende, til fortrenghet for andre aspekter av livet. Fysiologisk kan det sosialliberale levesettet gi høyere risiko for seksuelt overførbare infeksjoner (SOI) på individnivå – hyppig partnerbyte er en kjent risikofaktor for f.eks. klamydia, HPV, HIV m.m. Emosjonelt ser man også *bonding-problemer*: kroppens biokjemi knytter bånd ved sex (gjennom hormoner som oksytocin for kvinner og vasoprasin for menn), men repeterte til-og-fra forbindelser kan forringe denne bindingsevnen, slik at en person etter mange partnere kan få det vanskeligere med å knytte seg dypt til én.

Når det gjelder selvbildet, kan en kultur av konstant seksuell sammenligning (drevet av porno og hook-up-apps) føre til følelser av utilstrekkelighet og kroppspress. Hjerneforskning viser tydelig at seksuell praksis uten emosjonell tilknytning, som hookup-kultur og pornobruk, lager nye hjernebaner som kan være skadelig for et sunt og intimt samliv og særlig påvirke trofasthet negativt. Dette kommer også til uttrykk i statistiske funn der det er en direkte sammenheng mellom antall seksualpartnere før ekteskapet og økt utroskap. Ved ingen seksualpartnere for mannen og kvinnen før ekteskapet, har utroskap og skilsmisse desidert lavest sannsynlighet mot alle andre varianter. Flere seksualpartnere øker risikoen for utroskap tilsvarende. Noe som igjen øker risikoen for skilsmisse. Skilsmisse og samlivsbrudd er den enkelthandlingen som skader individer og barn på dypest plan, med både kortsiktig sorg og risiko for depresjon

(rus og psykiske lidelser) og langvarige traumer. LibSex-ideologi og praksis er den største trusselen mot stabile rammer for samliv, og foreldreskap er den mest alvorlige konsekvensen.

6.1.2 For relasjoner: LibSex-paradigmet undergraver stabile, varige relasjoner. Siden det legger vekt på individets frihet, kroppslige autonomi og nytelse som rettighet, bryter *forpliktelser* med hele LibSex-paradigmet. Dette ser man i høye samlivsbrudds- og skilsmisserater. Seriemonogami (en rekke kortere forhold) erstatter i stor grad ekteskap i dagens kultur. Konsekvensen er stor for sorg og emosjonelle sår etter gjentatte brudd. Tillit mellom kjønnene svekkes; dersom utroskap og brudd er utbredt (normkritikken svekker tabuet rundt utroskap som “gammeldags eierskapsmentalitet”), blir mange engstelige for å bli bedratt og for å forplikte seg. Seksuell sjalusi og drama er nærmest uunngåelig i miljøer med utbredt partnerbytte. Videre fører fri porno-tilgang i vårt samfunn til at mange, særlig menn, men også kvinner, utvikler pornografi-avhengighet, noe som igjen skader ekte relasjoner og individet selv. Studier tyder på at jevnlig pornobruk korrelerer med lavere parforholdskvalitet og stabilitet. Pornografien gir urealistiske forventninger og reduserer intimiteten med en virkelig partner. Porno har lik belønningsfunksjon som narkotiske stoffer, og det trengs mer ekstreme inntrykk for å oppnå samme effekt som tidligere. For mange par kan porno bli en kilde til konflikt, sjalusi eller nummenhet og sex-problemer.

I tillegg ser man at antallet tidligere seksualpartnere påvirker parforhold negativt: Jo flere partnere man har hatt før ekteskapet, desto høyere risiko for ekteskapsproblemer og skilsmisse. Til tross for at “seksuell erfaring” ofte oppfordres i det seksualliberale narrative, viser analyser at flere partnere *før* ekteskap svekker både den subjektive tilfredsheten og objektive stabiliteten i ekteskapet. For eksempel har kvinner som ventet med sex til de giftet seg, langt lavere skilsmisserisiko enn de som hadde flere partnere før ekteskapet (5% vs 25–35% i løpet av de første 5 årene). I lys av LibSex-kulturen blir imidlertid det å “vente” sjeldent – dermed inngås flere ekteskap og parforhold med tyngende bagasje. Et annet fenomen er at mange i en seksualliberal kultur utsetter eller unngår forpliktende forhold, og på sikt blir det vanskeligere på grunn av endring i biokjemi og hjernebaner som nevnt tidligere. Dette kan føre til uønsket barnløshet, ensomhet og manglende ferdigheter i konfliktløsning og kompromiss – kvaliteter som kreves for langvarig kjærlighet. Samlet sett: LibSex ser ut til å prioritere og tilrettelegge for *kvantitet* over kvalitet i relasjoner. Altså flest mulige erfaringer, fordi man starter tidligere med sex (bare du vet når du er klar), og lar seg lede av sine seksuelle lyster (bare du vet hva som er rett for deg) som gir flere seksualpartnere (bare du vet hvem og hvilke kjønn som passer for deg). Konsekvensen synes å være at *kvaliteten* på varige relasjoner synker i hele den vestlige verden.

6.1.3 For samfunnet: På samfunnsnivå har seksualliberaliseringen gitt visse gevinster som økt toleranse for minoriteter og mer åpenhet om seksualitet generelt, med mer forskning på seksualvaner og relasjoner. Men de negative strukturelle effektene er betydelige. Først og fremst familieoppløsning: Når ekteskapet devalueres og trofasthet ikke lenger er normen, øker antall skilsmisser og aleneforeldre. Mange vestlige land opplever at en stor andel barn vokser opp utenfor stabilt to-foreldrehjem. Forskning advarer om at *oppvekst uten en gift mor og far statistisk sett gir svakere utfall for barna* – inkludert høyere sannsynlighet for fattigdom, psykososiale problemer og dårligere skoleprestasjoner. Særlig ser fravær av far ut til å ha negative effekter på sønner (økt risiko for kriminalitet, rus, frafall). Dette blir et samfunnsproblem i form av økte velferdsutgifter, sosiale utfordringer og tap av humankapital. Videre har en kultur med vekt på selvdefinert seksualitet og identitet bidratt til økt *objektivisering* av mennesker, spesielt kvinner. Til tross for fremgang i likeverd, sender pornokulturen og kommersialiseringen av sex (i reklame, media) motstridende signaler som kan forsterke skadelig kvinne- og mannsbilder. Også #MeToo-bevegelsen viste en bakside: En grenseløs seksuell kultur kan skape grobunn for gråsoner og overtramp der grenser ikke respekteres, særlig i miljøer der “alt er lov(e)”.

En annen samfunnskonsekvens er fødselstall: Når seksualitet kobles fra forplantning og individets preferanser settes i høysetet, skapes “seksuelle og reproduktive rettigheter” (SRHR). Man skal selv bestemme når og hvor mange barn man vil ha, med statens hjelp til å enten fjerne graviditeter eller indusere graviditeter. Av og til gjøres begge deler. Abort, dersom man legger til grunn fakta og biologi, at det er et unikt menneskeliv som avsluttes, er verdens største dødsårsak med rundt 50 millioner selvbestemte aborter årlig. I Norge blir hver femte graviditet avsluttet med en abort, og tallet har vært stabilt i over 50 år. Resultatet er at mange land har hatt sterkt synkende fødselstall, der folket prioriterer selvrealisering fremfor å stifte familie, eller utsetter barn til det kanskje er for sent. Mange vestlige land, inkludert Norge, sliter nå med under-reproduksjon – på lang sikt en alvorlig samfunnsutfordring økonomisk og kulturelt. Kombinerer man trenden med barnløshet og infertilitet med masseinnvandring, er det bare et tidsspørsmål før vestlige land blir totalt endret kulturelt og etnisk. Til slutt fører normkritikken i LibSex-paradigmet til en verdirelativisme som kan undergrave samfunnets felles etos. Når ingen seksuelle normer er felles anerkjent, oppstår konflikter (f.eks. foreldre som protesterer mot hva deres barn lærer i skolen om kjønn/sekularitet vs. statlige handlingsplaner om seksuell helse). Samfunnet fragmenteres i subkulturer uten felles verdigrunnlag, noe som vil skape spenninger og økt polarisering. Tilliten i samfunnet kan også bli skadelidende. Familieenheten har tradisjonelt vært kalt “samfunnets grunncelle”; når den svekkes slik den har blitt de siste 50+ årene, svekkes sosiale nettverk og mellommenneskelig tillit generelt. Summen for samfunnet blir flere ensomme individer, flere rotløse unge, mer forvirring og større behov for statlig

inngripen der familier svikter. Det er en utvikling som over tid ikke er bærekraftig, og som vil lede til kollaps – kulturelt og befolkningsmessig.

6.2 Konsekvenser av RenRelasjon-paradigmet

6.2.1 For individet: Et liv etter RenRelasjons prinsipper byr på andre utfordringer enn LibSex – det krever sterk overbevisning, selvdisiplin og motkulturelle valg. Eksempelvis det å avstå fra seksuelle fristelser som man er omgitt av i kulturen, og “alle snakker om”. Men fruktene ved å etterleve RenRelasjon for individet er gjennomgående positive og bærekraftige. Identitetsmessig gir det *forankring*, man vet hvem man er (Guds elskede sønn/datter, skapt med hensikt, det beste ligger foran) og trenger ikke stadig søke seksuelle erobringer eller ideologisk selvdefinisjon for å finne identitet eller bekreftelse fra andre. Dette gir større indre fred og selvaksept. Personer som lever i seksuell integritet (beskrevet tidligere) slipper å bære på hemmelig skyld eller frykt for å ha pådratt seg skadelige sykdommer eller uønsket graviditet. Deres samvittighet er renere, noe som i seg selv er knyttet til bedre psykisk helse. Ved å praktisere seksuell avholdenhet før ekteskap, slipper man traumene knyttet til brudd etter intime forbindelser som ikke var varige eller riktige. Man unngår også sammenligningspresset som kan plage dem med tidligere partnere. Når man først gir seg seksuelt til sin ektefelle, kan det gjøres uten minner og distraksjoner fra fortiden, man oppnår en seksuell relasjon av guddommelig standard. Guddommelig ved at Gud vet det beste for oss, og forskning bekrefter at de som kun har hatt sex med sin ektefelle gjennom livet, rapporterer høyest tilfredshet i ekteskapet både seksuelt og emosjonelt. Individet får oppleve at selvbeherskelse paradoksalt nok leder til *frigjøring* – man blir ikke slave av sine følelser og lyster eller avhengig av pornografi, hyppig dating eller tilfeldig sex for å føle seg verdsatt. Også fysisk er konsekvensene gode: RenRelasjons livsstil (én seksuell partner i livet, null utroskap) eliminerer i praksis risikoen for seksuelt overførbare sykdommer (SOI), og beskytter kvinners reproduktive helse. Fordi null sexpartnere før ekteskapet gir null risiko for livmorhalskreft knyttet til HPV. HPV er en SOI som altså overføres ved sex, matematikken gir seg selv. Ved å unngå SOI, reduseres risiko for infertilitet, det blir enklere å få barn og være ved god helse. Begge kjønn unngår den emosjonelle bagasjen av sjalusi og usikkerhet som kan følge med flere eks-partnere og belastningen av å ikke kunne ha sine egne barn hele tiden. Isteden for seksuelt frislipp, følge strømmen i hookup kulturen eller egne følelser, lyster og selvdefinert identitet, vinner individet renhet og seksuell helhet: Integrering av kropp, sjel og ånd i tråd med sannheten, troen og kjærligheten etter Guds ideal. Dette kan kalles ekte selvaktelse – man bærer sin seksualitet med verdighet for Gud og for sin ektefelle.

6.1.2 For relasjoner: Der LibSex undergraver varighet, eksklusivitet og trofasthet, legger RenRelasjon grunnlag for sterke, stabile forhold. Par som begge har ventet på hverandre og bygget relasjonen på tillit og felles verdier, har det mest robuste fundamentet for varighet og trofasthet. Ekteskap inngått under disse omstendigheter

har lavere skilsmisserisiko og høyere rapportert lykke. “Seksuelt inaktive før ekteskap”-par har opp mot *80% større sjanse for høy ekteskapslykke* enn de mest seksuelt erfarne før ekteskap. Trofasthetsnormen i RenRelasjon skaper trygghet mellom ektefellene – man kan stole på hverandre fullt ut, ingen hemmeligheter, ingen sjalusi. Dette fremmer *dypere intimitet ved* emosjonell nærhet og tillit som gjør at sex også blir bedre for begge og hyppigere (noe data om seksuell tilfredshet bekrefter). Barn som vokser opp i slike hjem, opplever foreldrenes kjærlighet som stabil og forbilledlig, noe som gir dem trygg tilknytning og skaper en modell for egne fremtidige relasjoner.

Kommunikasjon i forhold innen RenRelasjon har en tendens til å bli mer ærlig og sårbar, fordi man fra start har basert forholdet på mer enn fysisk tiltrekning – man har utviklet seg selv, et godt vennskap, respekt og selvkontroll. Konflikter oppstår selvsagt, men sannsynligheten for vold eller alvorlig respektløshet er lavere når begge parter har trent seg i tålmodighet og oppofrelse (praksis innebygget i RenRelasjons tenkning). En annen konsekvens er at ektepar som lever etter disse idealene ofte får et rikere *sexliv* på sikt enn kulturens stereotypi skulle tilsi. Fordi i en trygg ramme uten pornografi eller utroskap kan par utforske og bekrefte hverandre seksuelt med gjensidig hengivenhet gjennom et helt liv, noe som mange finner langt mer oppfyllede enn overflatisk variasjon. Videre, ved at man helt unngår å sammenligne sin ektefelle med tidligere elskere eller fantasier, beholder tiltrekningen en unik karakter – partneren er “den eneste” i både kropp og sjel, hvilket forsterker og opphøyer båndet mellom dem.

6.1.3 Kort sagt i relasjoner: Med statistisk overlegenhet legger RenRelasjon til rette for kjærlighet som varer, lykkeligere par og bedre sex. Det betyr ikke at alle par ikke møter motgang og prøvelser. Men prinsippene som er fulgt med tilgivelse, uoppsigelig paktsforpliktelse, respekt, oppofrelse, tålmodighet, vennlighet, mildhet, underordning, omvendelse og bønn for hverandre, gjør dem i stand til å ri av stormer som ville knust et mer skjørt forhold.

6.1.4 For samfunnet: Samfunnsmessig har RenRelasjon-modellen store positive ringvirkninger. Den mest åpenbare er sterkere familier, som utgjør et fundament for samfunnets bærekraft og stabilitet. Barn som vokser opp i intakte hjem med kjærlige foreldre, har statistisk signifikant lavere sannsynlighet for å havne i kriminalitet, rusmisbruk, skilsmisse eller å måtte støttes av velferdssystemet. De får i gjennomsnitt bedre utdanning og reproducerer selv stabile familier i neste generasjon. RenRelasjon skaper en god sirkel. Et samfunn med utbredt ekteskapskultur får også økonomiske fordeler. Stabile familier betyr mindre psykisk og fysisk uhelse og innebærer mindre trykk på offentlige tjenester. Høyere grad av ekteskap henger sammen med høyere gjennomsnittsformue og velstand i husholdningene, som igjen kan investeres i barns framtid og lokalsamfunn. RenRelasjon er en forutsetning for et selveiersamfunn der flere er engasjert, har eierskap og er involvert i alle deler av samfunnet der de bor.

RenRelasjon verdsetter *seksuell renhet* generelt, noe som kan demme opp for utfordringer som pornokulturens skadevirkninger. Hvis mange i samfunnet avstår fra pornografi av overbevisning, reduseres etterspørselen som driver en industri forbundet med utnyttning og avhengighet. Seksuelt overførbare sykdommer og abort-tall vil sannsynlig bli sterkt redusert som konsekvenser i et samfunn som omfavner RenRelasjons praksis – hvilket både sparer menneskelig lidelse og helseutgifter. En annen effekt er økt trivsel og lykke som vises i studier i lykkeforskning, og at stabile ekteskap er blant de viktigste faktorene for lykke hos voksne. Et samfunn med flere fungerende ekteskap vil derfor sannsynlig ha lykkeligere borgere. Lykkelige borgere er friskere og mer produktive og tar på seg mer ansvar. På kulturelt plan vil en gjenopplivning av en renhets- og troskapskultur skape *mer harmoni* mellom kjønnene. I stedet for kjønnskamp, likestillingskamp eller gjensidig mistillit (som både feministisk og machokultur til tider fremmer), vil man ha en kultur som lærer opp unge menn til å ære kvinner og unge kvinner til å respektere menn. Menn og kvinner får en gjensidig forståelse av komplementaritet og samarbeid.

Et samfunn tuftet på RenRelasjons praksis og verdier vil oppleve mindre normoppløsning og mer sammenheng. Felles verdier rundt seksualitet og ekteskap fungerer som sosialt lim; det gir en delt forståelse av hva som objektivt sett er det felles gode. Dette betyr ikke null toleranse for annerledestenkende, kristen nestekjærlighet tilsier tvert imot mildhet og omsorg for alle. Men det betyr at majoriteten holder en klar etisk standard og oppfordrer hverandre vennlig til å strekke seg etter idealet, fordi det gir best utslag på individnivå, relasjonsnivå og samfunnsnivå. Et samfunn som praktiserer RenRelasjon vil se færre aborter og flere barn satt til verden. Samfunnet vil bli sterkere preget av ansvarlighet og involvering fra individene. Slike samfunn vil legge til rette for menneskelig blomstring og utøve nestekjærlighet for hverandre, i kontrast til hyperindividualistiske kulturer som kan etterlate mange på utsiden.

6.1.5 Oppsummert konsekvens: LibSex har gitt en illusjon av frigjøring, men resultatene peker mot fragmentering – i personlighet, relasjoner og kultur. RenRelasjon krever forsakelse av noen umiddelbare “friheter”, men gir tilbake en dypere og sann frihet ved helhet, der mennesker kan leve i fred med seg selv, sine nærmeste og sin Skaper.

7 Teologisk støtte for RenRelasjon-modellen

RenRelasjon hviler ikke bare på subjektive tolkninger, men støttes både av klassisk teologi og bred empirisk forskning som bekrefter dens innsikter.

7.1 Bibelsk og teologisk støtte: Bibelen tegner entydig opp rammene for en seksualetikk som sammenfaller med, og som RenRelasjon bygger på. Allerede i skapelsesfortellingen fastsettes normativt at mennesket skapes som *mann og kvinne*

med kall til å forene seg i énhet (1 Mos 1:27; 2:24). Jesus bekrefter i Matteus 19 denne skaperordningen og legger til: “Det som Gud har sammenføyet, skal mennesker ikke skille” – en kraftig bekreftelse på ekteskapets livslange pakts natur.

Videre er budene og apostlenes lære tydelige: “*Du skal ikke bryte ekteskapet*” (2 Mos 20:14) og “*Flykt fra hor*” (1 Kor 6:18) som setter en høy norm for seksuell renhet. Apostelen Paulus kaller seksuell umoral for “*skammelig*” og uforenlig med Guds rike, og formaner at slik synd skader en person på en unik måte: “*Den som driver hor, synder mot sin egen kropp*” (1 Kor 6:18) – noe moderne psykologi om sexavhengighet og traumbånd faktisk reflekterer. Kroppens teologi kommer særlig frem i 1. Korinterbrev kap 6: “*Kroppen er ikke for hor, men for Herren... Vet dere ikke at kroppen deres er et tempel for Den Hellige Ånd?... Dere tilhører ikke dere selv*”. Dette er direkte i tråd med RenRelasjons vekt på at vi ikke *definerer* vår seksualmoral selv, men *forvalter* den under Guds eierskap.

Videre gir Bibelen en hel bok – Høysangen – som feirer kjærligheten mellom mann og kvinne innenfor forlovelse og ekteskap, og maner: “*Vekk ikke kjærligheten før den selv vil*” (Høy 2:7) – en poetisk oppfordring til å vente med seksuell oppvåkning til rett tid (pakten). I Det nye testamente brukes ekteskapet som bilde på pakten mellom Kristus og menigheten (Ef 5,31-32), noe som høyrer ekteskapets verdi enormt: trofast kjærlighet mellom ektefeller vitner om Guds trofasthet. Den bibelske seksualetikken verner også de sårbare: mange av Moses sine lovbud (f.eks. mot utukt, incest, prostitusjon) beskyttet kvinner og barn fra å bli seksuelt utnyttet. Samtidig rommer kristen teologi *nåde* for den falne seksualitet – som Jesu mildhet mot kvinnen grepet i hor (“Heller ikke jeg fordømmer deg. Gå bort og synd ikke mer.” Joh. 8:11) eller Hans samtale med kvinnen ved brønnen som hadde hatt mange menn, hvorpå hun fant Livets Vann og ny retning.

Kirkehistorisk har klassisk kristen etikk i to tusen år gjentatt disse idealene: kyskhets før ekteskap, eksklusivitet i ekteskap, og respekt for kroppens skaperordning. RenRelasjon er altså ikke noe radikalt nytt konsept, men en prinsipiell gjenbeskrivelse av klassisk kristen seksualmoral, supplert av nyere begreper for å adressere vår tids identitetsideologi og hyperindividualisme. At dette har teologisk solid forankring sees ved all støttelitteraturen i moderne konservativ teologi: bøker og artikler om *teologi om kroppen* (inspirert av Johannes Paul IIs “Theology of the Body”), Evangelikale arbeider om *skapelsesordnet ekteskap* og respons til “radikal kjønnsideologi”, etc., sier i bunn og grunn det samme: Mennesket finner sin frihet og glede ved å leve etter Guds gode rammer, også på seksualitetens område.

En kristen som omfavner RenRelasjon kan finne støtte i utallige bibelvers og prinsipper, og står i kontinuitet med kirkens historiske lære. Samtidig må man erkjenne at det i vår tid også finnes teologer/kirker som avviker (liberalteologi som aksepterer f.eks.

samkjønnet ekteskap). Men RenRelasjon posisjonerer seg tydelig på den tradisjonstro siden: Bibelens etikk har ikke endret seg med tidsånden – *“Guds ord velsigner kun samliv mellom én kvinne og én mann”*, andre samlivsformer er uforenlig med kristen etikk. Dette klare standpunktet gjenklanger de bibelske formaningene om ikke å bøye av fra læren selv om kulturen presser på (Rom. 12,2).

8 Empirisk og forskningsmessig støtte for RenRelasjon

RenRelasjon er ikke utviklet ved å spørre hva en statistisk studie sier er moralsk rett rundt sex og valg. Det normative grunnlaget er bibelsk antropologi, et bestemt menneskesyn og en forståelse av seksualiteten som knyttet til kjærlighet, troskap, kropp, forplantning og familie som en høyere hensikt.

Et normativt rammeverk fremholder også påstander om virkeligheten. RenRelasjon hevder at seksuell selvkontroll, eksklusivitet, trofasthet, ekteskap og stabile familier er gode rammer for mennesker, og forskning brukes for å undersøke om mennesker som lever nærmere disse idealene faktisk har andre utfall enn mennesker som lever etter andre seksuelle mønstre og valg.

Forskning kan altså ikke alene svare på hva sex bør bety. Den kan undersøke hva som skjer når mennesker lever på ulike måter.

På flere viktige områder finner vi tydelige mønstre som peker i samme retning som RenRelasjon. På andre områder finnes plausible mekanismer og interessante sammenhenger uten at årsaken er endelig bevist. Derfor er rådene og retningen til RenRelasjon også basert på mangeårig erfaringsbasert og relasjonell kunnskap i møte med ekte levde liv og mennesker.

8.1 Seksuell erfaring før ekteskapet: mer sex er ikke dokumentert bedre

Et grunnpremiss i det seksualliberale paradigmet er at seksuell erfaring er nyttig. Unge bør gjerne «finne ut hva de liker», teste seksuell kjemi, ha erfaring med forskjellige partnere og først senere velge den personen de vil slå seg til ro med. “Prøvekjøre bilen før man kjøper den” er en kjent læresetning blant unge i dette spørsmålet. Men det viser RenRelasjon er en uklok og feil tilnærming.

Forskningen gir bemerkelsesverdig lite støtte til den liberale antakelsen.

Den mest direkte moderne undersøkelsen er Wheatley Institutes *The Myth of Sexual Experience* fra 2023. Rapporten analyserte 1 942 gifte amerikanere og undersøkte fire områder: generell ekteskapstilfredshet, seksuell tilfredshet, emosjonell nærhet og opplevd ekteskapsstabilitet. På alle fire områdene gikk resultatet i samme retning: flere seksualpartnere før ekteskapet var negativt og forbundet med svakere resultater senere i ekteskapet. [1]

I modellene falt sannsynligheten for å være i gruppen med høyest *ekteskapstilfredshet* med nesten 4 prosent for hver ekstra seksualpartner. Sannsynligheten for høy *ekteskapsstabilitet* falt med 6,5 prosent per ekstra partner, høy *seksuell tilfredshet* med rundt 4 prosent, og høy *emosjonell nærhet* med rundt 2 prosent.

Dette er et tydelig mønster som bryter med det seksualliberale paradigmet læresetninger og støtter RenRelasjon.

Forskerne delte også deltakerne inn i fire grupper. Blant dem som bare hadde hatt én seksualpartner i livet – sin nåværende ektefelle – rapporterte omtrent 42–43 prosent høyeste grad av ekteskapsstabilitet. Blant dem med 2–4 partnere var tallet omtrent 40 prosent, blant 5–9 partnere rundt 25 prosent, og blant personer med 10 eller flere partnere bare 14 prosent.

Seksuelt uerfarne ektefeller var dermed omkring tre ganger så tilbøyelige som den mest seksuelt erfarne gruppen til å rapportere et svært stabilt ekteskap.

Wheatley-studien er observasjonell, og den kan ikke eliminere alle forskjeller mellom mennesker som velger én partner og mennesker som velger mange. Rapporten er dessuten en institutt-rapport, ikke i seg selv en fagfellekvurdert tidsskriftartikkel. Men resultatet står ikke alene.

8.2 Fagfellekvurderte studier peker i samme retning

Smith og Wolfinger analyserte data fra den store longitudinelle amerikanske Add Health-studien. De fulgte mennesker fra ungdomstiden inn i voksenlivet og kunne derfor kontrollere for en rekke holdninger, familieforhold, religion og personlige egenskaper som var til stede lenge før ekteskapet. [2]

Personer som ikke hadde hatt andre premaritale seksualpartnere enn sin senere ektefelle, hadde den laveste skilsmisserisikoen. Personer med 1–8 andre premaritale partnere hadde høyere risiko, og personer med 9 eller flere hadde klart høyest risiko. Sammenhengen besto etter omfattende statistiske kontroller, og forskerne fant ikke noen tydelig forskjell mellom menn og kvinner.

Teachmans analyse av nasjonalt representative amerikanske data viste at risikoen for skilsmisse var først og fremst høyere blant kvinner med flere tidligere intime forhold. [3]

Busby, Willoughby og Carroll undersøkte 2 654 gifte personer og sammenlignet to konkurrerende teorier. Den ene som sa at seksuell erfaring skaper større kompetanse og kompatibilitet. Den andre teorien om at seksuell tilbakeholdenhet kan være gunstig for senere forhold. Det RenRelasjon også står for. Funnene sa klart at flere tidligere seksualpartnere var forbundet med lavere seksuell kvalitet, svakere kommunikasjon og lavere relasjonsstabilitet, også etter kontroll for blant annet alder, utdanning, inntekt, religiøsitet og forholdets lengde. [4]

En annen studie fra de samme forskerne fant at par som ventet lenger med seksuell involvering rapporterte bedre kommunikasjon, seksuell kvalitet, tilfredshet og stabilitet. [5]

Det finnes også viktig motforskning. Kahn og London fant først betydelig lavere skilsmisserisiko hos kvinner som hadde vært jomfruer ved ekteskapet, men da forskerne forsøkte å modellere uobserverte seleksjonsfaktorer, forsvant den selvstendige effekten av jomfruelighet. De foreslo at tradisjonelle holdninger til ekteskap kunne forklare deler av forskjellen. [6]

Dette passer inn i et større RenRelasjon-poeng: seksuell selvkontroll, synet på troskap og synet på ekteskapet kan være deler av samme livsmønster og gi bedre resultater.

Det vi trygt kan slå fast, er at flere store studier finner at flere tidligere seksualpartnere er forbundet med svakere ekteskapsstabilitet og enkelte mål på lavere relasjonskvalitet.

8.4 Mange seksualpartnere gir heller ikke dokumentert bedre sex senere

Et vanlig argument for seksuell erfaring er at man må «øve» for å få et godt sexliv.

Wheatley-dataene utfordrer denne forestillingen direkte.

Blant personer som bare hadde hatt sin ektefelle som seksualpartner, rapporterte 20 prosent av kvinnene og 21 prosent av mennene høyeste grad av seksuell tilfredshet. Blant dem med 5–9 partnere var tallene 11 og 12 prosent. Blant dem med 10 eller flere partnere var bare 7 prosent av både menn og kvinner i kategorien med høyest seksuell tilfredshet.

Gruppen med minst seksuell erfaring hadde altså omtrent tre ganger så høy sannsynlighet for å rapportere den høyeste seksuelle tilfredsheten som gruppen med størst erfaring.

Det direkte funnet er at én livstidspartner – ektefellen – er forbundet med bedre sex. Og at seksuell variasjon med mange mennesker ser ikke ut til å være nødvendig trening for et tilfredsstillende sexliv med én person. Tvert i mot.

RenRelasjon legger derfor større vekt på å lære kommunikasjon, tillit, gjensidighet, kroppskunnskap og kjærlighet sammen med ektefellen, fremfor å samle erfaring med en rekke tidligere partnere. Når RenRelasjon i undervisningsmaterieell og samtalegrupper spør ungdom om de ønsker seg så god sex som mulig, så er det enkle svaret gitt at da er sannsynligheten størst for å oppnå det målet ved å vente med sex til man gifter seg.

8.5 Seksuell historie og senere utroskap

Et annet tydelig forskningsmønster er at tidligere seksualatferd har sammenheng med senere trofasthet.

En prospektiv studie fulgte 933 personer i faste forhold gjennom omtrent 20 måneder. Flere tidligere seksualpartnere var en av faktorene som tydelig predikerte senere utroskap. [8]

En norsk studie av Træen, Holmen og Stigum fant også at antall seksualpartnere før ekteskapet var blant faktorene som predikerte utenomrelasjonell sex hos gifte og samboende nordmenn. [9]

Enda tydeligere er mønsteret når man undersøker faktisk tidligere utroskap. Knopp og kolleger fulgte mennesker gjennom to forskjellige forhold. Personer som hadde vært seksuelt utro i det første forholdet, var omtrent tre ganger så tilbøyelige til å rapportere utroskap i det neste. [10] Dette kaller RenRelasjon for rasjonelt og logisk sammenheng i seksualpraksis, som ikke alltid er forsket på, men som opplagt henger sammen.

RenRelasjon bygger derfor trofasthet før trofastheten blir prøvd. Selvkontroll er ikke bare et prinsipp for bryllupsdagen. Det er en egenskap man trener på før ekteskapet og tar med seg inn i det.

8.6 Sex, hjernen og tilknytning

Nevrobiologisk forskning viser at menneskelig romantisk tilknytning og pardannelse involverer flere av hjernens belønnings- og tilknytningssystemer. Oksytocin, dopamin og vasopressin inngår i mekanismer knyttet til sosial belønning, partnerpreferanse, tilknytning og vedlikehold av parbånd. [14–17]

En omfattende gjennomgang av menneske- og dyreforskning beskriver hvordan oksytocin og dopamin bidrar til å koble en bestemt partner med sosial belønning, mens vasopressin blant annet er involvert i pardannelse og partnerrettet atferd. [14]

Hos mennesker har oksytocinnivåer i nye romantiske forhold vært knyttet til blant annet gjensidighet, berøring og opptatthet av partneren. [16] Andre studier kobler naturlig sirkulerende oksytocin til opplevelse av kjærlighet og partnerens responsivitet. [17]

Dette støtter et viktig RenRelasjon-poeng at sex berører biologiske systemer som også er involvert i nærhet, belønning og tilknytning. Det er derfor vitenskapelig for enkelt å behandle sex som en rent fysisk aktivitet uten relasjonell betydning.

Når seksuell intimitet involverer systemer som er utviklet for belønning, partnerpreferanse og sosial tilknytning, er det fornuftig å være varsom med hvem man knytter disse sterke erfaringene og hormonelle båndene til. RenRelasjon anbefaler at den dypeste seksuelle intimiteten forbindes med den personen man også har valgt livslang forpliktelse til.

8.7 Tidligere partnere kan bli med inn i det nye forholdet

Seksuell historie eksisterer heller ikke bare i fortiden. Forskning på *retroactive jealousy* viser at mennesker kan oppleve sjalusi, uro og sammenligning knyttet til en partners tidligere seksuelle eller romantiske relasjoner. En studie fant at trusselen mot opplevelsen av å være spesiell eller unik var et karakteristisk element ved denne typen sjalusi. [13]

En stor studie publisert i *Scientific Reports* i 2025 omfattet 5 331 personer i 11 land på fem kontinenter. Personer med mange tidligere seksualpartnere ble i gjennomsnitt

vurdert som *mindre attraktive* som langsiktige partnere enn personer med færre seksualpartnere. [12]

Dette betyr ikke at en person med mange tidligere partnere ikke kan bli en god ektefelle. Men det viser at forestillingen om at det ikke skal ha noe å si hvor høy «body count» man har, ikke stemmer, fordi det har betydning.

Wheatley-forskerne peker også på *alternative seeking* som en mulig mekanisme: Jo flere tidligere intime erfaringer man har, desto flere konkrete personer og erfaringer finnes det å sammenligne den nåværende partneren med. Det presenteres som en mulig forklaring, ikke som bevist årsak.

RenRelasjons normative resonnement er enkelt:

Hvis målet er å bygge en unik seksuell relasjon med én person, er det en klar fordel å vente med sex og en ulempe å ha flere seksualpartnere.

8.8 Sex kan påvirke partnerutvelgelsen før man egentlig har valgt

Wheatley-rapporten peker på en annen mulig mekanisme: sterk fysisk og seksuell nærhet kan oppstå før man har undersøkt om to mennesker faktisk passer sammen når det gjelder karakter, verdier, ansvarlighet, konfliktløsning og livsmål.

Forfatterne omtaler dette som en risiko for «counterfeit intimacy», altså en følelse av nærhet som kan bli større enn den faktiske relasjonelle kunnskapen om hverandre.

Dette kan kobles til Stanley og Rhoades' forskning på «sliding versus deciding» og *relationship inertia*: mennesker kan gradvis gli inn i samboerskap, sex, felles økonomi og stadig større bindinger uten at de først har foretatt et bevisst valg om varig forpliktelse. [1]

RenRelasjon anbefaler motsatt rekkefølge og tydelige valg:

Kjenn personen før du binder deg. Bygg vennskap før sex blir forholdets lim. Vurder karakter og verdier før seksuell tilknytning gjør beslutningen vanskeligere. Velg forpliktelsen før den sterkeste intimiteten.

Det er et normativt føre-var-resonnement som harmonerer med forskning på hvordan par gradvis binder seg til hverandre.

8.9 Seksuelt overførbare infeksjoner og fertilitet

På medisinsk risiko er dokumentasjonen helt klar.

Hver ny seksualpartner er en ny mulig smitteforbindelse. Ingen seksuell eksponering betyr ingen smitte gjennom akkurat den eksponeringen. Et gjensidig trofast forhold mellom to ikke-smittede personer gir en radikalt annen smitteprofil enn gjentatte partnerbytter.

RenRelasjon kan derfor med høy sikkerhet beskrive seksuell avholdenhet og senere gjensidig eksklusivitet som den klart beste lavrisikostrategi for seksuelt overførbare

infeksjoner, og sykdom som kreft og sterilitet som følge av SOI, eksempelvis HPV. Da trengs heller ikke HPV-vaksine.

8.10 Ungdom kan også bli presset til å ha sex

Seksuelt press kommer som mainstream i TV-serier og filmer, realityshows, sosiale medier og musikkvideoer og når de fleste hjem og barnesinn.

Derfor er den største årsaken til seksuell debut å “bli kvitt jomfrudommen”, for å ikke ligge i en uønsket sosial kategori etter samfunnets kulturelle standard: Alle har sex, hvorfor ikke du?

En nyere norsk studie av Tokle og Stefansen bygger på 127 dybdeintervjuer med ungdom mellom 17 og 19 år. Forskerne identifiserte flere typer «sexual debut projects», og den vanligste var «getting it over with» – å få den seksuelle debuten unnagjort. Sosial tilhørighet, forventninger og identitet inngikk i beslutningene. [21] Den viser også at mange kvinner går med på sex i tro om at det vil styrke en relasjon, men ofte at det motsatte skjer.

Dette er viktig. En kultur som betrakter seksuell erfaring som normalt og jomfruelighet som noe man bør «bli kvitt», produserer konformitetspress og er noe mange kjenner seg igjen i.

En sveitsisk nasjonal undersøkelse av unge voksne fant også at rundt 30% i ettetid mente at første samleie enten ikke burde ha skjedd eller burde ha skjedd senere. De som ønsket at de hadde ventet, rapporterte oftere en tilfeldig partner, en ubehagelig opplevelse og ytre press, særlig kvinner. [22]

Studier fra andre land finner tilsvarende at svært tidlig seksuell debut oftere skjer sammen med partnerpress, frykt for å miste partneren, alkohol eller andre forhold som svekker autonomien. [23]

RenRelasjon kan derfor gi ungdom et budskap som i seg selv fremmer frihet med statistisk tyngde:

Du skylder ingen sex. Du trenger ikke sex for å bevise at du er voksen. Du trenger ikke bruke kroppen for å få et forhold. Du taper ikke verdi av å være jomfru. Det er legitimt og gir bare statistiske fordeler å vente helt til ekteskapet med sex.

8.11 Samtykke og lyst er ikke alltid det samme

Det seksualliberale paradigmet legger stor vekt på samtykke, og samtykke er selvsagt nødvendig. Men samtykke alene forteller ikke alltid at handlingen var ønsket, klok eller god for personen.

Mennesker kan si ja fordi de er redde for å miste noen, ønsker bekreftelse, føler forventningspress eller ikke klarer å sette en grense.

Forskningen på tidlig debut og seksuelle motiver viser nettopp at hvorfor noen har sex betyr mye. Vrangalovas longitudinelle studie av tilfeldig sex fant at psykiske konsekvenser var nært knyttet til motivasjonen: sex drevet av ytre eller ikke-autonome

motiver hang sammen med dårligere velvære, mens de samme negative mønstrene ikke ble funnet på samme måte når valget var genuint selvbestemt. [26]

Tidlig, presset, uønsket eller ikke-autonom sex har som forventet en dårligere risikoprofil enn sex som oppleves som fullt ønsket og selvalgt.

RenRelasjon går ett skritt videre normativt og sier at «jeg har lyst» og «jeg samtykker» fortsatt ikke alene besvarer spørsmålet om hva som bygger det livet og den relasjonen man ønsker på lang sikt.

8.12 Psykisk helse og sex

Spriggs og Halpern analyserte Add Health-data for 5 061 unge. Tidlig seksuell debut før 16 år var knyttet til økte depressive symptomer hos jenter i ungdomstiden, også etter kontroll for depressive symptomer før debuten. [24]

En annen stor Add Health-analyse fant at depressive symptomer og selvmordstanker allerede i ungdomstiden kunne predikere senere inngang i tilfeldige seksuelle relasjoner, mens slike relasjoner igjen var forbundet med større sannsynlighet for senere selvmordstanker. [25]

Dette viser hvorfor årsaksretningen kan gå begge veier: psykiske problemer kan bidra til seksuell risikoatferd, og seksuelle erfaringer kan samtidig påvirke psykisk helse negativt.

Dette er et område hvor RenRelasjons normative anbefaling om å vente med sex er tydelig sterkere enn det direkte kausale forskningsgrunnlaget, uten å komme i konflikt med det.

8.13 Pornografi og parforhold

RenRelasjons pornofrie ideal har et tydelig empirisk grunnlag, men hyppig pornobruk er også rasjonelt selvforklarende.

En meta-analyse av 50 studier med mer enn 50 000 deltakere fant at pornografibruk samlet var forbundet med lavere mellommenneskelig seksuell og relasjonell tilfredshet. Sammenhengen var tydeligst blant menn. [28]

Perry analyserte 30 nasjonalt representative amerikanske undersøkelser og 31 forskjellige mål på forholdskvalitet. Ved pornografibruk, når sammenhengen var statistisk signifikant, gikk den nesten alltid i negativ retning. [27]

I en studie av 1 755 par var stor forskjell mellom partnernes pornografibruk forbundet med lavere tilfredshet, mindre stabilitet, svakere positiv kommunikasjon og mer relasjonell aggresjon. [29]

Forskningen viser ingen fordel ved pornografibruk for langsiktig parforholdskvalitet da gjennomsnittsmønsteret heller i negativ retning. Onani henger også tett sammen med pornobruk som bidrar til vrengebilder av både sex og syn på kvinner og menn, det tilrettelegger for og praksis av egoistisk sex og urealistiske forventninger samt kan

skape problemer med ereksjon i forhold. Onani og porno over tid kan lede til overgrepssporno og faktiske overgrep.

8.14 Barn og stabile familier

Det finnes omfattende forskning som viser at barn i stabile toforeldrefamilier gjennomsnittlig har gunstigere utfall enn barn som gjennomgår familieoppløsning og gjentatte samlivsoverganger.

McLanahan, Tach og Schneider gjennomgikk 47 studier som brukte sterkere metoder for å nærme seg den kausale effekten av farsfravær. De fant særlig konsistente negative effekter på fullføring av videregående skole, sosial og emosjonell tilpasning og senere psykisk helse. [30]

Barn har gjennomsnittlig gode odds når de får vokse opp med stabile, omsorgsfulle foreldre uten samlivsbrudd og omfattende familieturbulens. Ekteskapet er ikke en garanti for et godt hjem, men livslang forpliktelse mellom foreldrene kan beskytte nettopp den stabiliteten barn trenger.

Dette gir et solid empirisk fundament for RenRelasjons vekt på familievern.

8.15 Foreldreskap gir særlig mening – ikke nødvendigvis mer komfort

Forskningen på foreldre og lykke er kompleks, men gifte kvinner med barn scorer årlig høyest på lykkebarometer i USA.

En nyere europeisk studie fant at foreldreskap ikke konsekvent var forbundet med høyere vanlig livstilfredshet, men betydelig mer konsistent med opplevelse av mening i livet. [31]

Norsk longitudinell forskning publisert i 2026 fant at personer som ble foreldre mellom 23 og 30 år hadde høyere livstilfredshet ved 40 år enn dem som fikk barn senere. Blant kvinner var tidligere foreldreskap også forbundet med lavere depressive tendenser. Forskerne fant samtidig seleksjon: mennesker som allerede hadde høyere livstilfredshet som unge, hadde større sannsynlighet for å bli foreldre tidlig. [32]

En amerikansk undersøkelse fra IFS og Wheatley Institute i 2025 fant at gifte mødre hadde den høyeste andelen som beskrev seg som «very happy» blant gruppene som ble sammenlignet, og rapporterte mye mening og relativt lite ensomhet. [36]

Familieliv gir ikke nødvendigvis det enkleste livet, men RenRelasjon står for at mennesker vokser, utvikler karakter og opplever mestring med mer ansvar. Forskning viser at foreldreskap for mange er en sterk kilde til mening, tilhørighet og langsiktig formål. Påstander om at ektefelle og barn står i veien for et lykkelig liv har ikke empirien dekning for.

8.16 Barnløshet og antidepressiva i Norge

Her finnes særlig interessante norske registerdata.

Kravdal, Grundy og Skirbekk analyserte den norske befolkningen i alderen 45–73 år og faktiske kjøp av antidepressiva. Mødre og fedre med to eller flere barn hadde generelt lavere sannsynlighet for å kjøpe antidepressiva enn barnløse personer. [33]

HUNT2-studien fant at forskjellen i angst og depresjon mellom foreldre og barnløse ble betydelig mindre når man tok hensyn til samlivsstatus og andre forhold. Det å bo alene, være skilt eller være enslig forelder så ut til å være viktige belastningsfaktorer. [34]

En rasjonell observasjon er at en beskyttende faktor ser ut til å være i en sunn og nær relasjon, mens å håndtere livet alene gir en økt belastningsfaktor.

8.17 Morskap og seksuell tilfredshet

Det finnes også data som utfordrer forestillingen om at barn betyr slutten på et godt sexliv.

En finsk befolkningsstudie av 2 081 kvinner mellom 33 og 43 år fant at barnløse kvinner i gjennomsnitt rapporterte mer seksuell smerte og lavere seksuell tilfredshet enn kvinner med barn. Kvinner med flere barn rapporterte også færre orgasmeproblemer enn barnløse kvinner. [35]

Funnet gjør det vanskelig å opprettholde et kulturelt narrativ om at ekteskap og barn betyr seksuell kjedsomhet, når vi ser at et barnløst og mer seksuelt uavhengig liv gir større seksuell utilfredshet.

8.18 Bruddet mellom sex, barn og ekteskap

De norske demografiske endringene de siste femti årene er store.

I 1974 var gjennomsnittsalderen for førstegangsgifte 22,8 år for kvinner og 25,3 år for menn. I 2025 var den 34,6 år for kvinner og 36,7 år for menn. Det er en økning på henholdsvis 11,8 og 11,4 år.

Kvinner var i gjennomsnitt 23,3 år ved første barns fødsel i 1972. I 2025 var de 30,4 år – en forskyvning på 7 år, etter optimal fertilitetsalder for barn. Men nordmenn sluttet ikke å danne par i 20-årene; de flyttet bare i stor grad parforholdet ut av ekteskapet, men uten ekteskap ble barn utsatt.

Tilgang til p-pillen og tilgang til sikker prevensjon bidro til senere ekteskap og gjorde lange utdannings- og karriereløp mer attraktive for kvinner. [41] Amerikanske kohortstudier dokumenterer også en kraftig historisk frakobling mellom seksuell debut og ekteskap. [42]

Vi ser fortsatt at det er sammenheng mellom tidligere inngåtte ekteskap gir flere barn.

Den seksuelle revolusjonen, effektiv prevensjon, normalisering av premarital sex og samboerskap, høyere utdanning, økonomiske forhold og endrede kjønnsroller har sammen bidratt til å skille seksualitet, ekteskap og barnefødsler fra hverandre.

RenRelasjon foretar et normativt valg i motsatt retning: den søker bevisst å knytte sex, livslang forpliktelse og familiedannelse sammen igjen og står på toppen av en virkelig og godt dokumentert demografisk endring.

8.19 Seksuell og romantisk tiltrekning i ungdomsårene kan endre seg

RenRelasjon skiller mellom følelser og identitet. Her finnes relevant longitudinell forskning.

Savin-Williams og Ream analyserte tre bølger av den nasjonalt representative Add Health-studien over omtrent seks år. De fant betydelig bevegelse i rapportert romantisk tiltrekning og seksuell atferd gjennom ungdomstid og ung voksen alder. Stabiliteten i datasettet skyldtes i stor grad at heteroseksuell tiltrekning var svært stabil, mens personer i mindre grupper oftere beveget seg mellom kategorier.

Et spesielt slående eksempel gjelder gutter som ved første måling rapporterte utelukkende likekjønnet romantisk tiltrekning. Omtrent seks år senere rapporterte 71,7 prosent utelukkende tiltrekning til motsatt kjønn, mens 4,3 prosent fortsatt var i kategorien utelukkende likekjønnet tiltrekning.

Senere Add Health-forskning har også funnet at likekjønnet tiltrekning blir mer stabil med alder, mens særlig biseksuell/begge-kjønn-tiltrekning fortsatt viser betydelig variasjon. [45]

Blant personer som rapporterte likekjønnet tiltrekning, var den seksuelle tiltrekningen betydelig mer i endring (til heterofil eller bifil) hos dem som *ikke hadde* en romantisk partner av samme kjønn. Sammenlignet med dem som allerede *hadde* en likekjønnet partner. [47]

RenRelasjon legger til grunn at følelser er ekte og at de kan endres. Derfor anbefaler den at ungdom ikke behøver å gjøre enhver sterk seksuell eller romantisk følelse til en permanent identitetsdefinisjon eller la følelsen alene bestemme praksis og framtidsvalg.

8.20 Familieforhold og senere likekjønnet ekteskap

Frisch og Hviid analyserte danske registerdata for omkring to millioner mennesker. For menn var blant annet foreldres skilsmisse, farsfravær og høyere morsalder statistisk forbundet med høyere sannsynlighet for senere å inngå likekjønnet ekteskap. [46]

Menneskelig seksualitet og samlivsvalg eksisterer ikke uavhengig av biografi, familie, kultur, tro og sosial kontekst. I spørsmål om for eksempel homofile er født sånn eller blitt sånn, finnes det ikke entydige svar. Men det er kommet klart frem at miljøpåvirkning og relasjoner har en betydning, og at tiltrekning kan endre seg.

8.21 Alkohol og rus henger sammen med flere sexpartnere

En 2023-meta-analyse av 50 studier og 465 595 ungdommer og unge voksne fant at alkoholbruk var forbundet med 72 % høyere odds for å ha flere sexpartnere. [51]

Oslo Mets funn fra 2026 fant at det vanligste prosjektet blant ungdom og sex handler om å «bli ferdig» med debut, og bygger på 46 fortellinger. Der kommer det frem at sex skjer ofte på fest, gjerne med alkohol og en tilfeldig partner. Flere beskriver opplevelsen som klønete eller pinlig, og noen jenter forteller om smerter. [21]

Flere studier viser også at det er tydelig sammenheng med cannabis-bruk og annen rusbruk og flere sexpartnere. RenRelasjon peker på avholdenhet fra alkohol og rusmidler som en klok og fordelaktig vei i målet om å leve rent før ekteskapet og trofast i ekteskapet.

8.22 Ekteskap den tryggeste samlivsform

Statistisk er det godt grunnlag for å anbefale ekteskap fremfor samboerskap dersom målet er et mer stabilt og varig samliv. Norske registerdata fra Statistisk sentralbyrå viser en markant forskjell i bruddrisiko. SSB konkluderte i analysen med at «samboere sett under ett» hadde en bruddrisiko på omtrent 3,5 ganger nivået blant gifte. Samboere med barn hadde omtrent dobbelt så høy bruddrisiko som gifte uten barn, mens samboere uten barn hadde mer enn fem ganger så høy risiko som gifte med barn. [48]

Forskjellen på befolkningsnivå er tydelig: Ekteskapet fremstår statistisk som en betydelig mer robust samlivsform enn samboerskapet. RenRelasjon legger til grunn at ekteskapet er innstiftet av Gud i en pakt mellom mann og kvinne, og at det derfor er slik at ekteskapet gir den mest stabile samlivsformen.

Både SSB og en tidligere norsk-svensk registerstudie fant at skilsmissenivået var betydelig høyere blant likekjønnede partnerskap, og at risikoen blant kvinnepar var omtrent dobbelt så høy som blant mannspår. [49] Nyere norske data fra 524 564 ekteskap nyanserer imidlertid bildet for mannspår: kvinne–kvinne-ekteskap hadde 2,04 ganger risikoen til ulikekjønnede ekteskap etter fem år. For mann–mann-ekteskap var de tilsvarende tallene bare 1,08 og forskjellene fra heterofile par var ikke statistisk signifikante. [50] Eldre studier fant langt høyere skilsmisserisiko også blant mann–mann-ekteskap.

RenRelasjon peker på ekteskap som den tryggeste samlivsform, og at ekteskap mellom en mann og en kvinne velsignes med høyeste stabilitet og gir barn som kan få kjærlighet, omsorg og oppdragelse fra sine biologiske foreldre.

9 RenRelasjons normative konklusjon

Formålet med å vise til studier og forskning er å få fram at valgene vi tar, får konsekvenser som kan sees på individnivå, gruppenivå og samfunnsnivå.

Når vi ser de ulike forskningsfeltene samlet, trenger vi ikke hevde at én enkelt studie «beviser RenRelasjon». Det er helhetsbildet som er interessant. RenRelasjon mener at når et valg kan påvirke kropp, fertilitet, framtidig ektefelle, tillit, seksuelle vaner, barn og familien man ennå ikke har fått, er det ikke nok å tenke “har du lyst har du lov”, slik LibSex-paradigmet formidler.

Vitenskapen kan ikke svare på hele det moralske spørsmålet. Men den kan hjelpe oss å se risiko og belønning. RenRelasjon anbefaler derfor en tydelig lavrisikostrategi med høy sannsynlighet for belønning:

Seksuell renhet før ekteskapet.

Seksuell trofasthet i ekteskapet.

Pornofri seksualitet.

Bevisst partnerutvalgelse før seksuell binding.

Og en forståelse av sex som noe verdifullt nok til å beskytte.

Forskningen viser ikke at alle som bryter dette idealet får et dårlig liv. Den viser heller ikke at alle som følger idealet får et problemfritt ekteskap.

Men påfallende mange målbare funn beveger seg i samme retning:

Færre partnere. Mer eksklusivitet. Mer forpliktelse. Mer stabilitet. Flere barn.

RenRelasjon gjør dette til et prinsipp før konsekvensene kommer – ikke etterpå.

9.1 Til syvende og sist kan man si at “virkelighetens test” favoriserer RenRelasjon:

Seksualiteten er potent og kan skade utenfor sine designede rammer. Sex utenfor RenRelasjons anbefalte rammer øker faren for SOI, fysisk og psykisk sykdom, samlivsbrudd, traumer, dårligere økonomi, barnløshet, vanskeligere fremtid for barn og fall i barnefødsler.

10 Oppsummering: RenRelasjon – en bedre vei for varig kjærlighet og sunn seksualitet

RenRelasjon representerer en bedre vei for varig kjærlighet, sunn seksualitet og menneskelig blomstring enn det seksualliberale “LibSex”-paradigmet gjør.

Hvorfor?

10.1 For det første fordi RenRelasjon *harmonerer med menneskets design og dypeste behov*. Vi er ikke skapt for grenseløs promiskuitet eller fragmentert identitet – vi er skapt for dyp relasjon, livslang trofasthet og guddommelig formål. Når vi lever i tråd med denne designen, opplever vi større indre helhet, glede og fred. Fordi hjertet, sinnet,

kroppen og samvittigheten kommer i samklang. Det gir en helhetlig fred som den hektiske jakten på selvdefinert identitet, seksualitet og kortsiktig nytelse aldri kan gi.

10.2 For det andre fordi RenRelasjon *beskytter kjærligheten og opphøyer dens kvalitet*. I stedet for å la kjærlighetsbegrepet forvitte til bare følelser som kommer og går, løfter RenRelasjon kjærligheten opp som et kall til livslang trofasthet, betjening og selvgave. Det skaper rom for den dype, trygge kjærligheten alle egentlig lengter etter – å bli kjent fullt ut og likevel elsket, uten frykt for svik. Slik kjærlighet trives bare der rammen er fast. RenRelasjons lære gir den rammen.

10.3 For det tredje fordi RenRelasjon *verner de sårbare og fremmer det felles gode*. Barnas beste er rett til omsorg fra sin biologiske mor og far som ivaretas innenfor ekteskapet og fra dette rammeverket får barn en kraftig beskyttende faktor som ingen annen beskyttelse kan gi. Samfunnet får med RenRelasjon flere stabile familier som bærer oppvekst, omsorg og verdiformidling – noe staten aldri fullt ut kan erstatte. Den sosiale kapitalen øker.

10.4 For det fjerde fordi RenRelasjon gir mening og retning til seksualiteten, i stedet for *tomhet og forvirring*. Seksualdriften får en edel rolle – å uttrykke og befeste kjærlighet og kanskje gi liv til et nytt menneske. Dette står i motsetning til meningsløsheten mange kjenner på etter endeløs jakt på tilfeldige partnere som “*drenerer sjelen*”. Mennesket er skapt til mening, og selv på dette instinktive området finner vi tilfredsstillelse når vi ser en større hensikt med våre valg i seksualpraksisen.

10.5 For det femte fordi RenRelasjon er *solid forankret i tidløs visdom og bekreftet av realiteter*. Det hviler på verdier som har bestått prøvens tid – i tusener av år var troskap, ekteskap og familieliv ansett som grunnvoller for sivilisasjonen. Disse verdiene ble ikke overflødige selv om 1960-tallets seksuelle revolusjon hevdet det. Tvert imot ser vi nå at mye av den revolusjonens utopier slo feil. Empirien – fra skilsmissestatistikk til mental helse-forskning til kollaps i fertilitet – roper etter en kursendring. RenRelasjon gir en slik kursendring ved å vende tilbake til velprøvde prinsipper, oppdatert med anerkjent empiri og formidlet på en måte som gir mening i dag. RenRelasjon er altså ikke en moralistisk pekefinger, men en lære som bygger bro mellom det normative (bør) og det empiriske (er).

10.6 Avslutning

Det mest stabile rammeverket og beste utgangspunkt for varig kjærlighet og god psykisk og fysisk helse for alle mennesker, er

- seksuell renhet før ekteskapet
- trofasthet i ekteskapet
- at ekteskapet består av en mann og en kvinne
- at barn vokser opp med begge sine biologiske foreldre i ekteskap.

Dette er verdier alle samfunnsaktører burde kunne enes om som hovedregel – også når perspektiver på seksualitet varierer.

11 Forbehold og tydeliggjøring:

RenRelasjon er en normativ sexologi bygget på bibelsk tro, lære og prinsipper med et helhetlig menneskesyn, der alle har lik verdi, verdighet og behov for trygge relasjoner.

RenRelasjon er forankret i erfaringsbasert kunnskap og relasjonskompetanse fra flere tiår med individuell veiledning, parterapi og sjelesorgsamtaler.

RenRelasjon er forankret i kjente læresetninger om relasjoner, tilknytning, identitet og livsmestring kombinert med et kristent verdigrunnlag.

RenRelasjon har som mål å styrke menneskets evne til å utvikle sunne relasjoner til seg selv, andre og Gud, preget av respekt, ansvar, omsorg og kjærlighet.

RenRelasjon er ikke bygget på vitenskap, studier eller psykologisk teori, men bruker studier der det er hensiktsmessig for å illustrere poeng og få fram konsekvenser ved valg. Dette gjør at læren ikke er låst til studier og forskning, men fri til å hente fram funn som viser at Bibelen er relevant og tidløs.

RenRelasjon er ikke en moraliserende undervisning, men skal bidra til å skape refleksjon, kunnskap og bevisste valg, framfor å påføre mennesker skyldfølelse eller ytre konformitet.

RenRelasjon er ment til forebyggende arbeid som opplyser de unge på forhånd om at deres valg har konsekvenser, før konsekvensene kommer – ikke etterpå.

Budskapet er ikke: *Du er ferdig*. Budskapet er: *Gå bort og synd ikke mer*.

Kilder

1. **Willoughby, B. J., Carroll, J. S., Dover, C. & Sullivan, J. T. (2023).** *The Myth of Sexual Experience: Why Sexually Inexperienced Dating Couples Actually Go On to Have Stronger Marriages*. Wheatley Institute. Hovedrapporten analyserer National Couples and Pornography Study og gjennomgår tidligere studier.
2. **Smith, J. & Wolfinger, N. H. (2023/2024).** "Re-Examining the Link Between Premarital Sex and Divorce." *Journal of Family Issues*, 45(3), 674–696. DOI: 10.1177/0192513X231155673.

3. **Teachman, J. D. (2003).** “Premarital Sex, Premarital Cohabitation, and the Risk of Subsequent Marital Dissolution Among Women.” *Journal of Marriage and Family*, 65, 444–455. DOI: 10.1111/j.1741-3737.2003.00444.x.
4. **Busby, D. M., Willoughby, B. J. & Carroll, J. S. (2013).** “Sowing Wild Oats: Valuable Experience or a Field Full of Weeds?” *Personal Relationships*, 20, 706–718. DOI: 10.1111/pere.12009.
5. **Busby, D. M., Carroll, J. S. & Willoughby, B. J. (2010).** “Compatibility or Restraint? The Effects of Sexual Timing on Marriage Relationships.” *Journal of Family Psychology*, 24(6), 766–774. DOI: 10.1037/a0021690.
6. **Kahn, J. R. & London, K. A. (1991).** “Premarital Sex and the Risk of Divorce.” *Journal of Marriage and Family*, 53(4). DOI: 10.2307/352992.
7. **Paik, A. (2011).** “Adolescent Sexuality and the Risk of Marital Dissolution.” *Journal of Marriage and Family*, 73(2), 472–485. Også referert i Wheatley-rapportens forskningsoversikt.
8. **Maddox Shaw, A. M., Rhoades, G. K., Allen, E. S., Stanley, S. M. & Markman, H. J. (2013).** “Predictors of Extradysadic Sexual Involvement in Unmarried Opposite-Sex Relationships.” *Journal of Sex Research*, 50(6), 598–610. DOI: 10.1080/00224499.2012.666816.
9. **Træen, B., Holmen, K. & Stigum, H. (2007).** “Extradysadic Sexual Relationships in Norway.” *Archives of Sexual Behavior*, 36, 55–65. DOI: 10.1007/s10508-006-9080-0.
10. **Knopp, K., Scott, S. B., Ritchie, L. L., Rhoades, G. K., Markman, H. J. & Stanley, S. M. (2017).** “Once a Cheater, Always a Cheater? Serial Infidelity Across Subsequent Relationships.” *Archives of Sexual Behavior*, 46, 2301–2311. DOI: 10.1007/s10508-017-1018-1.
11. **Previti, D. & Amato, P. R. (2004).** “Is Infidelity a Cause or a Consequence of Poor Marital Quality?” *Journal of Social and Personal Relationships*. DOI: 10.1177/0265407504041384.
12. **Thomas, A. G. et al. (2025).** “Sexual Partner Number and Distribution Over Time Affect Long-Term Partner Evaluation: Evidence from 11 Countries Across 5 Continents.” *Scientific Reports*. DOI: 10.1038/s41598-025-12607-1.
13. **Frampton, J. R. (2024).** “An Examination of Specialness Meaning Framework Threat in Reactive and Retroactive Romantic Jealousy Experiences.” *Personal Relationships*. DOI: 10.1111/pere.12526.
14. **Blumenthal, S. A. & Young, L. J. (2023).** “The Neurobiology of Love and Pair Bonding from Human and Animal Perspectives.” *Biology*, 12, 844. DOI: 10.3390/biology12060844.
15. **Carter, C. S. (2017).** “The Role of Oxytocin and Vasopressin in Attachment.” *Psychodynamic Psychiatry*, 45(4), 499–517. DOI: 10.1521/PDPS.2017.45.4.499.
16. **Schneiderman, I., Zagoory-Sharon, O., Leckman, J. F. & Feldman, R. (2012).** “Oxytocin During the Initial Stages of Romantic Attachment.” *Psychoneuroendocrinology*, 37, 1277–1285. DOI: 10.1016/j.psyneuen.2011.12.021.

17. **Algoe, S. B., Kurtz, L. E. & Grewen, K. M. (2017).** "Oxytocin and Social Bonds: The Role of Oxytocin in Perceptions of Romantic Partners' Bonding Behavior." *Psychological Science*. DOI: 10.1177/0956797617716922.
18. **World Health Organization (2025).** *Chlamydia*. WHO beskriver smitteveier, bekkeninfeksjon, infertilitet og ekstrauterin graviditet.
19. **Folkehelseinstituttet (2026).** *Blod- og seksuelt overførbare infeksjoner i Norge: årsrapport 2025*. 22 297 registrerte klamydiatilfeller i 2025; 65 % blant personer under 25 år.
20. **World Health Organization (2026).** *Cervical cancer*. Vedvarende infeksjon med onkogene HPV-typer er årsak til nesten alle livmorhalskrefttilfeller; vaksinasjon og screening gir sterk beskyttelse.
21. **Tokle, R. & Stefansen, K. (2026).** "Sexual Debut Projects: Navigating Identity, Desire, and Risk in Youth Sexual Culture." *Sexuality & Culture*, 30, 2108–2126. DOI: 10.1007/s12119-025-10508-z.
22. **Suris, J.-C., Akre, C., Jacot-Descombes, C., Leeners, B., Morselli, D. & Barrense-Dias, Y. (2020).** "Does Regretting First Vaginal Intercourse Have an Effect on Young Adults' Sexual Behaviour?" *Sexual Health*. DOI: 10.1071/SH19174.
23. **Osorio, A., López-del Burgo, C., Carlos, S. & de Irala, J. (2017).** "The Sooner, the Worse? Association Between Earlier Age of Sexual Initiation and Worse Adolescent Health and Well-Being Outcomes." *Frontiers in Psychology*, 8, 1298. DOI: 10.3389/fpsyg.2017.01298.
24. **Spriggs, A. L. & Halpern, C. T. (2008).** "Sexual Debut Timing and Depressive Symptoms in Emerging Adulthood." *Journal of Youth and Adolescence*. DOI: 10.1007/s10964-008-9303-x.
25. **Sandberg-Thoma, S. E. & Kamp Dush, C. M. (2014).** "Casual Sexual Relationships and Mental Health in Adolescence and Emerging Adulthood." *Journal of Sex Research*. DOI: 10.1080/00224499.2013.821440.
26. **Vrangalova, Z. (2015).** "Does Casual Sex Harm College Students' Well-Being? A Longitudinal Investigation of the Role of Motivation." *Archives of Sexual Behavior*, 44, 945–959. DOI: 10.1007/s10508-013-0255-1.
27. **Perry, S. L. (2020).** "Pornography and Relationship Quality: Establishing the Dominant Pattern by Examining Pornography Use and 31 Measures of Relationship Quality in 30 National Surveys." *Archives of Sexual Behavior*, 49, 1199–1213. DOI: 10.1007/s10508-019-01616-7.
28. **Wright, P. J., Tokunaga, R. S., Kraus, A. & Klann, E. M. (2017).** "Pornography Consumption and Satisfaction: A Meta-Analysis." *Human Communication Research*, 43(3), 315–343. DOI: 10.1111/HCRE.12108.
29. **Willoughby, B. J., Carroll, J. S., Busby, D. M. & Brown, C. C. (2016).** "Differences in Pornography Use Among Couples: Associations with Satisfaction, Stability, and Relationship Processes." *Archives of Sexual Behavior*. DOI: 10.1007/s10508-015-0562-9.
30. **McLanahan, S., Tach, L. & Schneider, D. (2013).** "The Causal Effects of Father Absence." *Annual Review of Sociology*, 39, 399–427. DOI: 10.1146/annurev-soc-071312-145704.

31. **Hudde, A. (2025).** "Parenthood in Europe: Not More Life Satisfaction, but More Meaning in Life." *Journal of Marriage and Family*, 87, 1963–1978. DOI: 10.1111/jomf.13116.
32. **Jørgensen, M., Wold, B. & Stenling, A. (2026).** "Early versus Late Entry into Parenthood and Mental Health Outcomes in Norway: A Bayesian Longitudinal Analysis of Life Satisfaction and Depressive Tendencies by Gender and SES." *Social Science & Medicine*. DOI: 10.1016/j.socscimed.2026.118949.
33. **Kravdal, Ø., Grundy, E. & Skirbekk, V. (2017).** "Fertility History and Use of Antidepressant Medication in Late Mid-Life: A Register-Based Analysis of Norwegian Women and Men." *Aging & Mental Health*, 21(5), 477–486. DOI: 10.1080/13607863.2015.1118010.
34. **Rimehaug, T. & Wallander, J. L. (2010).** "Anxiety and Depressive Symptoms Related to Parenthood in a Large Norwegian Community Sample: The HUNT2 Study." *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*. DOI: 10.1007/s00127-009-0110-9.
35. **Witting, K. et al. (2008).** "Female Sexual Function and Its Associations with Number of Children, Pregnancy, and Relationship Satisfaction." *Journal of Sex & Marital Therapy*, 34, 89–106. DOI: 10.1080/00926230701636163.
36. **Institute for Family Studies & Wheatley Institute (2025).** *In Pursuit: Marriage, Motherhood and Women's Well-Being*. Representativ amerikansk YouGov-undersøkelse av 3 000 kvinner; relevant som supplerende rapport, ikke fagfellevurdert hovedkilde.
37. **Statistisk sentralbyrå (2026).** *Ekteskap og skilsmisser*. I 2025 var gjennomsnittsalderen blant førstegangsgifte 36,7 år for menn og 34,6 år for kvinner.
38. **Statistisk sentralbyrå.** Historiske tidsserier for førstegangsgifte: 25,3 år for menn og 22,8 år for kvinner i 1974.
39. **Statistisk sentralbyrå (2026).** *Fødte*. Gjennomsnittsalder ved første barn i 2025: mor 30,4 år, far 32,3 år. Historiske SSB-data viser 23,5 år for mødre i 1975.
40. **Statistisk sentralbyrå.** *Gift, samboer eller «bare» kjæreste?* Medianalderen ved første samboerskap har endret seg langt mindre enn alderen ved første ekteskap.
41. **Goldin, C. & Katz, L. F. (2002).** "The Power of the Pill: Oral Contraceptives and Women's Career and Marriage Decisions." *Journal of Political Economy*, 110(4). DOI: 10.1086/340778.
42. **Wu, L. L., Martin, S. P. & England, P. (2017).** "The Decoupling of Sex and Marriage: Cohort Trends in Who Did and Did Not Delay Sex Until Marriage for U.S. Women Born 1938–1985." *Sociological Science*, 4, 151–175. Også referert i Wheatley-rapporten.
43. **Twenge, J. M., Sherman, R. A. & Wells, B. E. (2015).** "Changes in American Adults' Sexual Behavior and Attitudes, 1972–2012." *Archives of Sexual Behavior*. DOI: 10.1007/s10508-015-0540-2.
44. **King, B. M. (2022).** "The Influence of Social Desirability on Sexual Behavior Surveys: A Review." *Archives of Sexual Behavior*, 51, 1495–1501. DOI: 10.1007/s10508-021-02197-0.

45. **Savin-Williams, R. C. & Ream, G. L. (2007).** "Prevalence and Stability of Sexual Orientation Components During Adolescence and Young Adulthood." *Archives of Sexual Behavior*, 36, 385–394. DOI: 10.1007/s10508-006-9088-5. Originalstudien i Add Health.
46. **Frisch, M. & Hviid, A. (2006).** "Childhood Family Correlates of Heterosexual and Homosexual Marriages: A National Cohort Study of Two Million Danes." *Archives of Sexual Behavior*, 35(5), 533–547. DOI: 10.1007/s10508-006-9062-2.
47. **Hu, Y., Xu, Y. & Tornello, S. L. (2016).** *Stability of Self-Reported Same-Sex and Both-Sex Attraction from Adolescence to Young Adulthood.* *Archives of Sexual Behavior*, 45(3), 651–659. DOI: 10.1007/s10508-015-0541-1. PMID: 26048483.
48. **Statistisk sentralbyrå (2015).** *Samfunnsspeilet. Skjøre samboerskap uten barn* SSBs analyse av samboerskap og bruddrisiko
49. **Andersson G, Noack T, Seierstad A, Weedon-Fekjaer H. (2006)** The demographics of same-sex marriages in Norway and Sweden. *Demography*. 2006 Feb;43(1):79-98. doi: 10.1353/dem.2006.0001. PMID: 16579209.
50. **Zahl-Olsen, R., & Thuen, F. (2023).** Same-sex Marriage Over 26 Years: Marriage and Divorce Trends in Rural and Urban Norway. *Journal of Family History*, 48(2), 200-212.
51. **Cho HS, Yang Y. (2023)** Relationship Between Alcohol Consumption and Risky Sexual Behaviors Among Adolescents and Young Adults: A Meta-Analysis. *Int J Public Health*. Apr 19;68:1605669. doi: 10.3389/ijph.2023.1605669. PMID: 37153699; PMCID: PMC10154531.