

Ma quanto sei diffidente!

Leggiamo Vangelo di Giovanni 20:24+29



Lettrice in giardino

Ho lavorato per molti anni con una persona che è rimasta nei miei ricordi, oltre che per la simpatia, per la grande diffidenza che aveva nei confronti del prossimo e soprattutto verso chi lo affiancava nel lavoro. Doveva controllare tutto! Il risultato era senza dubbio che anziché dimezzare i tempi di consegna, questi raddoppiavano. Nonostante la conoscenza ormai annosa, ogni volta che si affrontava un nuovo lavoro prima di mandarlo avanti lui doveva controllare.

Effettivamente una persona diffidente non ha fiducia negli altri, nutre dei sospetti. Molto spesso infatti ci imbattiamo in persone non affidabili e piuttosto che demandare e chiedere aiuto preferiamo portare a termine quella tal cosa noi stessi.

Davide cantava: "Confida in lui in ogni tempo, o popolo; apri il tuo cuore in sua presenza; Dio è il nostro rifugio." Salmi 62:8

E Dio è l'unico in cui noi possiamo rifugiarci; è l'unico in cui poter fidare. Davide si fidava solo del Signore. Chiunque pone in Dio la propria fiducia sa che non potrà vacillare, non sarà smosso e vorrà che anche gli altri giungano a questa consapevolezza.

E in effetti una certa ragione quel collega ce l'aveva perché quando l'uomo si fida

dell'uomo la sua fiducia è sicuramente mal riposta ed è indice di delusione.

Nei Vangeli troviamo moltissimi esempi a questo proposito. Gesù stesso non si fidava delle persone che lo seguivano perché sapeva che lo facevano solo per curiosità o per sfidarlo.

Nessuno conosce il cuore dell'uomo meglio del Signore.



Una scena del film Risen di Kevin Reynolds

"Mentre egli era in Gerusalemme, alla festa di Pasqua, molti credettero nel suo nome vedendo i segni miracolosi che egli faceva. Ma Gesù non si fidava di loro, perché conosceva tutti, e perché non aveva bisogno della testimonianza di nessuno sull'uomo, poiché egli stesso conosceva quello che era nell'uomo." (Gv 2:23-25)

A differenza del collega che mi affidava i compiti da svolgere ma che non si fidava di come li portavo a termine, Gesù, nel Suo grande amore, affida a noi, in quanto discepoli, il compito di metterci in cammino per Lui e servirLo in Spirito e verità. Seguire Gesù significa infatti credere in Lui, cioè fidarsi.

Ma quanto sei diffidente!

Leggiamo Vangelo di Giovanni 20:24+29



Lettrice in giardino

L'apostolo Paolo nella sua lettera inviata ai Galati spiega cos'è il frutto dello Spirito. Uno spicchio di questo frutto è la fedeltà, che può significare fiducia in Dio ma anche nei nostri fratelli.

Voglio portare a questo proposito un semplice esempio. Chiunque oggi possiede un conto in banca ed è quindi abituato a versare lì i propri risparmi. Ma questo non è indice di garanzia che questi siano al sicuro. La banca può essere anche un cattivo amministratore. Confidare in Gesù invece ci garantisce che non saremo mai deluse. Egli stesso disse a Tommaso (che peraltro dubitava sul futuro): "Io sono la via, la verità e la vita; nessuno viene al Padre se non per mezzo di me" (Gv 14:6).

Ma a cosa è dovuta la diffidenza nelle relazioni?

La psicologia¹ afferma che:

- Spesso non ci fidiamo degli altri o ci fidiamo poco perché magari abbiamo il timore che gli altri possano ingannarci, tradirci.
- Se questo, a lungo andare, diventa uno stile di vita non va bene



- "Un atteggiamento, verso altri o verso sé stessi che risulta da una valutazione positiva dei fatti, circostanze, relazioni, per cui si confida nelle altrui o proprie possibilità e che generalmente produce un sentimento di sicurezza e tranquillità" (Treccani).
- Il sentimento di fiducia si sviluppa sin dalla tenera età, a partire dalla nostra famiglia, che è il nostro primo contesto d'apprendimento.
- Man mano che cresciamo, però, viviamo in prima persona situazioni diverse come maltrattamenti, abusi, mancanza d'amore, tradimenti ricevuti dal proprio partner, atti di bullismo subiti; tutto ciò può portare una persona a sviluppare sfiducia e diffidenza nel prossimo.
- Come superare la diffidenza? Approfondire le relazioni provando ad avvicinarsi agli altri ci può evitare di far cadere in questa trappola.

Parallelamente più approfondirò il mio rapporto con Dio e meno sentirò la necessità di diffidare degli altri perché metterò tutto nelle mani del Signore.

- Generalizzare non è utile a nessuno: il malessere che deriva dalla diffidenza è un danno personale.
- La diffidenza è vista come istinto naturale, che spinge a non fidarsi subito delle

¹ <https://psicologi-online.it/diffidenza-nelle-relazioni-a-cosa-e-dovuta/>
<https://www.psicologi-italia.it/coppia-e-sesso/problemi-di-coppia/articoli/la-diffidenza-nemica-delle-relazioni.html>

Ma quanto sei diffidente!

Leggiamo Vangelo di Giovanni 20:24+29



Lettrice in giardino

situazioni nuove e sconosciute, a non esporsi e a non mettersi in pericolo.

- "leggiamo" con un occhio distorto la realtà attorno a noi.
- La fiducia è il primo ingrediente immancabile per far funzionare una relazione
- Quello che invece nessuno dice mai sulla diffidenza è che, chi la mette in atto, in genere si sta servendo di quel meccanismo che in psicologia si definisce "proiezione": ovvero ributta addosso ad altri caratteristiche che appartengono a sé stesso.
- Il diffidente di fatto è una persona vulnerabile e insicura a cui basterebbe difendersi con una normale dose di saggezza e attenzione.
- La sua inconsapevolezza però lo porta a vedere negli altri la sua stessa fragilità.
- Il fatto di credersi attaccato dal mondo lo fa sentire in qualche modo protagonista, in una affannosa ricerca d'amore e di identità.
- Le frasi tipiche del diffidente sono, ad esempio:

"Dov'è la fregatura?"

"Cosa c'è sotto?"

"Come volevasi dimostrare"

- La prima cosa è comprendere che diffidare non implica tirarsi indietro, ma aver bisogno di conoscere, perché se non si conosce, non si è liberi di scegliere e si resta ingabbiati.

E qui un po' mi viene in mente quando il Signore Gesù dice:

"conoscerete la verità e la verità vi farà liberi" (Gv 8:32)

È bene quindi che la persona diffidente prenda innanzitutto coscienza della sua vulnerabilità, della sua insicurezza e di eventuali azioni scorrette messe in atto verso altri nel suo passato, imparando a godersi le relazioni umane senza vedere in esse solo minacce e difficoltà, ma il lato bello e arricchente che esse possono avere.

Tommaso: l'esempio biblico più famoso?

Tommaso può essere forse biasimato per la sua incredulità?

Voleva una prova tangibile della



Incredulità di San Tommaso (Caravaggio)

risurrezione

del Signore (come la vorrebbero molti)

Gli altri discepoli dunque gli dissero: «Abbiamo visto il Signore!» Ma egli disse loro: «Se non vedo nelle sue mani il segno dei chiodi e se non metto il mio dito nel segno dei chiodi, e se non metto la mia mano nel suo costato, io non crederò» (Gv 20:25).

² *Commento tratto dal "Commentario biblico del discepolo" MacDonald*

Ma quanto sei diffidente!

Leggiamo Vangelo di Giovanni 20:24+29



Lettrice in giardino

Il Signore però non si scandalizzò della diffidenza di Tommaso, anzi, lo invitò teneramente a verificare di persona.

Poi disse a Tommaso: «Porgi qua il dito e guarda le mie mani; porgi la mano e mettila nel mio costato; e non essere incredulo, ma credente» (Gv 20:27).

Ma quella di Tommaso non era la fede che il Signore gradiva di più, poiché era una fede basata sull'evidenza.

Beati quelli che non hanno visto eppure credono! (Gv 20:29)

Questo, se vogliamo, mi ricorda anche un po' quando il Signore Gesù ci dice di far andare a Lui i bambini perché il regno dei cieli è di chi assomiglia loro (Mt 19:14).

Tommaso si convinse. Non sappiamo se effettivamente appoggiò la mano sul costato del Signore. Ma riconobbe, infine, non solo che Gesù era risorto ma anche la Sua deità (Gv 20:28).

Voglio concludere questa breve riflessione ricordando a me stessa per prima, che la fede è qualcosa che in concreto non si può spiegare ma ti dico che:

«...senza fede è impossibile piacergli, poiché chi si accosta a Dio deve credere che egli è, e

che ricompensa tutti quelli che lo cercano» (Eb 11:6)

Impariamo dunque a non confidare in noi stessi, ma ad affidarci completamente alla potenza di Dio. L'unico che non ci deluderà mai è il Signore Gesù Cristo che si è immolato per i nostri peccati.

'Così Dio, volendo mostrare con maggiore evidenza agli eredi della promessa l'immutabilità del suo proposito, intervenne con un giuramento, affinché mediante due cose immutabili, nelle quali è impossibile che Dio abbia mentito, troviamo una potente consolazione, noi, che abbiamo cercato il nostro rifugio nell'afferrare saldamente la speranza che ci era messa davanti. ' (Ebrei 6:17-18)

Perché non tutti sono disposti a fidarsi di Dio?

Maddalena Bernardo