

# Rifiuto/Rigetto/disprezzo



## Essere rifiutati o Sentirsi rigettati?

A volte le due cose possono non coincidere, specialmente nell'età adulta, quando abbiamo già interiorizzato schemi di pensiero errati.

Come reagiamo al rifiuto, al disprezzo che riceviamo?

Dipende da chi arriva. Più la persona è importante per noi, più ne risentiremo.

Alcune reazioni sono:

- ✓ farcelo scivolare addosso, non è importante!
- ✓ arrabbiarci, vendicarci
- ✓ impegnarci per convincerli del contrario
- ✓ credere a quanto viene detto e adattarci all'immagine

## Origini famigliari e sociali (scuola, amici, lavoro, parenti ecc.)

- discredito
- mancanza di incoraggiamenti e apprezzamenti
- prese in giro
- trascuratezza, non essere considerati
- emarginazione, esclusione

## Cause:

- diversità psicofisiche
- pregiudizi e discriminazione etnico-culturali (migrazioni, traslochi)
- non accettazione nel gruppo (famiglia, chiesa, scuola, lavoro ecc.)
- invidia/gelosia (fratelli/sorelle, capacità diverse)
- egoismo altrui (prevaricazione, bullismo ecc.)
- esperienze diverse, fastidiose, destabilizzanti (ciò che siamo o abbiamo fatto -buono o cattivo- crea fastidio e disagio negli altri)
- aspettative altrui (genitori) non adeguate (capacità, aspirazioni, sesso.)
- essere di peso e impedimento (nati senza essere desiderati, al momento sbagliato ecc.)

Quando questo succede nell'età giovane, in modo particolare, subiamo un *imprinting* familiare, scolastico, sociale. Uno stigma, un modello, una etichettatura, che rischiamo di portarci dietro (dentro) per tutta la vita.

### **Come ci si sente?**

- Senza valore, con una bassa autostima, inutili
- Senso di condanna da parte degli altri
- Inferiori, non all'altezza, incapaci
- Sensi di colpa/vergogna, autocondanna (colpa interiorizzata)
- Paura di ulteriori rifiuti
- Rabbia (agita o interiore)

### **Effetti/pericoli**

- Convinzione di essere come si è stati descritti
- adeguamento comportamentale (eff. Pigmalione)
- isolamento e senso di non essere amabili
- debolezza nel superare i problemi
- sindrome della vittima (tutti ce l'hanno con me!)
- amarezza, rancore (rabbia interiorizzata)
- blocco emotivo/comportamentale
- sindrome della performance per farsi accettare
- Vivere il rigetto anche in relazioni successive

### **Personaggi biblici**

- *Iefte* (Giudici 11): figlio di una prostituta, **ripudiato dalla famiglia** perché "diverso". Assorbe mentalità circostante e decisioni errate.
- Sara (Genesi 16:1-6): gravidanza surrogata (precursore dell'utero in affitto) che porta al disprezzo di Agar perché **incapace di concepire** con conseguente reazione di violenza e prevaricazione sulla serva.
- *Ismaele* (Genesi 21:12-19): rifiutato e abbandonato dal padre su istigazione della madre/matrigna Sara. Cacciato da casa insieme alla madre (**cosa c'entrava lui** nella disputa fra Sara, Agar e Abramo?)

- *Anna* (1 Samuele 1:5-8): disprezzo per la sua sterilità, presa in giro. Il suo valore ed identità erano basate sulla capacità di avere figli, non sul suo rapporto con il marito del quale non apprezzava l'amore. **Avere figli era il suo idolo!**
- *Giobbe* (19:13-22): **attribuisce a Dio** l'essere stato allontanato, diventato estraneo ai parenti, abbandonato, dimenticato, trattato da estraneo e intruso, non considerato, il fare disgusto, sprezzato, deriso, orrore, tutti gli hanno girato le spalle. Chiede, aspira a compassione, comprensione. E questo a causa di disgrazie e malattia subite (erano considerate punizioni divine!).

### **Due reazioni diverse:**

- *Samuele* (1 Samuele 2: 24-28; 2:11-12): lasciato con estranei, in una famiglia disfunzionale e violenta per un voto fatto a Dio per la sua sterilità. **Nonostante questo** ha un atteggiamento positivo. **Serviva SIGNORE alla presenza di Eli, non il contrario!**
- *Daniele* (Daniele 1): sradicato dalla sua terra, inserito nel cuore del potere che aveva distrutto la sua vita e il suo universo. Subisce un processo di spersonalizzazione: un cambiamento di nome, di identità, una presa in giro con un nuovo nome che si rifaceva a idoli pagani.  
 Daniele: Dio è il mio giudice => Baltassar: Bal protegge  
 Misael: Chi è come Dio? => Mesac: chi è questo?  
 Azaria: Yhawhe il mio aiuto => Abed Nego: Servo del dio Nebu  
 Ma è sicuro della sua identità e rimane fermo nella sua ebraicità

### **Chi/cosa determina chi siamo?**

A chi vogliamo piacere?

Quanto è importante per noi quello che gli altri hanno detto, pensato, di noi? E quanto è importante quello che Dio dice e afferma di noi?

La base della nostra identità, indipendentemente da quello che altri ci hanno detto risiede in quello che Dio afferma. Ci deve essere un cambiamento del nostro riferimento: non più gli altri (genitori, parenti, amici, famigliari, chiesa ecc.), ma Dio. Un nuovo *imprinting*.

### **Chi siamo?**

- **Romani 12:3.** Valutazione basata sulla fiducia che abbiamo in Dio, sul rapporto che abbiamo instaurato
- **1 Corinzi 15:7-10.** Paolo non era uno stinco di santo. Aveva di che vergognarsi, essere considerato inaffidabile (Atti9:13-14; 26-27), considerarsi l'ultimo. Ma **la Grazia che gli aveva concesso ha modificato la sua identità, la sua autostima, la considerazione che aveva di se stesso.** Quello che era lo era per la grazia che Dio gli aveva concesso, per la eliminazione del suo passato, per aver potuto ricominciare da capo (Giovanni 3: 7), essere una persona nuova (2 Corinzi 5:17). Il passato è passato.
- **Salmo 27:10.** Ricordo di uno dei tanti momenti di scoraggiamento di Davide. Si era sentito, in pericolo, esposto, minacciato, accusato falsamente...  
La sua reazione è stata in attaccarsi al suo rapporto con Dio, alla Sue promesse, ha chi Lui era: luce, protezione, aiuto, salvezza. Questo lo porta a considerare la affidabilità di Dio: non mi abbandonerà anche se lo facessero le persone a me più care, Restare alla presenza di Dio ogni giorno, godere della Sua bontà, Spera nel Signore, cerca il mio volto (possibilità di vedere il re, essere davanti a lui, alla sua presenza)
- **Matteo 22:36-40.** Il rapporto con gli altri (volere il loro bene) dipende dal rapporto con i stessi, che dipende dal rapporto con Dio. Orgoglio, presunzione, inferiorità, bassa autostima ci impediscono di rapportarci alla pari con gli altri.

**Ricordare chi siamo noi e chi è Dio!**

**Cosa afferma Dio:**

- Non c'è nessuno che sia giusto
- Tutti hanno peccato (fallito, toppato) e sono senza la presenza di Dio
- In noi non c'è nulla di buono in noi
- Siamo lontani da un rapporto con Lui
- Siamo ribelli, corrotti,

**Romani 5:1.** Siamo giustificati, considerati giusti, nonostante il nostro passato, **e siamo in pace con Dio**. Quindi non c'è ragione per non esserlo con noi stessi.

**Romani 8:1.** **Non c'è più nessuna condanna**, nessun atto di accusa perché siamo stati resi liberi. Non c'è più nessun senso di colpa da portarci dietro. Se siamo "nati di nuovo", "nuove creature", adottati da Dio (membri di una nuova famiglia), il passato per Dio è passato. Non lo considera più. A noi importa più quello che Dice Dio o che dicono gli altri?

### **Dio di noi adesso dice che:**

- [ci] ha tanto amato che ha dato..., [siamo] figli da lui amati (non ci rifiuta, vuole in nostro bene)
- [ci] ha fatti sedere (riposo)
- lo Spirito Santo abita in noi (nuova vitalità)
- non [siamo] del mondo (non integrazione nei valori sociali)
- non [siamo] sotto la legge ma sotto la grazia (liberi dal legalismo)

### **Siamo stati...**

- ...perdonati per i fallimenti
- ...sepolti nel battesimo (morti al passato),
- ...arricchiti di ogni cosa (basta con le lamentele)
- ...chiamati alla comunione del Figlio suo Gesù Cristo (importanza del rapporto),
- ...lavati (puliti)
- ...santificati (messi da parte per uno scopo specifico)
- ...giustificati (considerati giusti nonostante il passato)
- ...comprati, riscattati, a caro prezzo (abbiamo un valore)
- ...conosciuti da Dio (non siamo estranei)
- ...chiamati a vivere liberi (condizionamenti passati)
- ...salvati (non rischiamo di morire)
- ...avvicinati (non più emarginati)
- ...edificati sul fondamento degli apostoli e dei profeti, per formare una casa spirituale (parte di qualcosa di importante)

- ...chiamati a una sola speranza, figli della promessa (abbiamo una prospettiva)
- ...istruiti secondo la verità che è in Gesù (basta ignoranza!)
- ...sigillati con lo Spirito Santo (siamo Sua proprietà)
- ...spogliati del corpo della carne (i vecchi schemi di vita e pensiero non ci sono più)
- ...risuscitati con Cristo (una vita nuova diversa)
- ...chiamati [alla pace di Cristo] (eliminare la litigiosità)
- ...riscattati dal vano modo di vivere (non più legati ai vecchi schemi)
- ...rigenerati (ri-generati, ricominciato da capo)
- ...chiamati [alla sofferenza], ... Cristo ha sofferto per voi, lasciandovi un esempio (non siamo i soli a soffrire)
- ...chiamati [a benedire] (volere, augurare del bene ad altri)

### **Siamo...**

- ...il sale della terra (dobbiamo dare sapore, rallentare il degrado)
- ...la luce del mondo, luce nel Signore, non nelle tenebre, (illuminare, essere visti e far vedere).
- ...tutti fratelli, figli di Dio per la fede in Cristo (uguali davanti a Dio)
- ...miei amici (importanza del rapporto)
- ...testimoni di queste cose (impegno, raccontare)
- ...diventati servi della giustizia (basta illegalità cose non giuste...)
- ...il campo, l'edificio, il tempio di Dio, ...il corpo di Cristo e membra di esso, uno in Cristo Gesù (appartenenza, integrazione, collaborazione)
- ...il popolo di Dio, non più né stranieri né ospiti, [ma] concittadini dei santi e membri della famiglia (identità, cittadinanza, appartenenza)
- ...partecipi con me della grazia (in buona compagnia, non da soli).
- ...partecipi della chiamata dal cielo (esclusi)
- ...custoditi mediante la fede (non lasciati da soli)
- ...una stirpe eletta, un sacerdozio regale, una gente santa, un popolo che Dio si è acquistato
- ...forti, e la parola di Dio rimane in voi.

## Domande per i piccoli gruppi

Nota per l'animatore del Piccolo Gruppo. Non devi necessariamente affrontare tutte le domande scritte in questo foglio. Scegli quelle che ritieni più opportune per la realtà del tuo Piccolo Gruppo. Ti incoraggiamo anche a formulare tu delle domande pertinenti al tema del messaggio. Fai attenzione a chi nel gruppo tende a uscire fuori tema e fai anche attenzione a quello che lo Spirito Santo vorrà fare durante l'incontro anche se tu non lo avevi preventivato.

- 1\*)** Ti è mai capitato di sentirti accolto e amato in modo inaspettato e piacevole? Qual è stata la tua reazione? Convididila col gruppo.
- 2)** Quando, invece, ti sei sentito rigettato? Com'è andata? Racconta la tua esperienza se, al momento, non è troppo doloroso riportarla alla mente.
- 3)** Su cosa dovrebbe essere basata la tua identità come persona?
- 4)** In base a cosa valuti e riconosci la tua identità come persona?
- 5)** Cosa posso imparare dall'esperienza di Jefte. E da quella di Paolo?
- 6)** Commentate e riflettete su questa frase: *“Se tutti mi applaudissero ma Dio no, ho fallito. Se anche nessuno mi applaudisse ma Dio sì, ho raggiunto il successo. Quale applauso sto veramente cercando?”*

*\*Nota: di solito la prima domanda (oppure le prime domande) che viene proposta ha lo scopo di 'rompere il ghiaccio'. Può sembrare superficiale ma ha lo scopo di rendere un clima accogliente specialmente nei confronti delle persone nuove che, pur non avendo ascoltato il messaggio, possono comunque da subito interagire e dialogare all'interno del gruppo.*