

# Adiratevi,

## ma non rovinate tutto!



**ESTRATTO**

**EUN**

# Lisa Bereve

*Lisa Bevere*

***Adiratevi,  
ma non  
rovinate tutto!***

***MANTENERE LA PASSIONE  
SENZA PERDERE LA CALMA***



**EUN**

Editrice Uomini Nuovi  
21030 Marchirolo (Varese) Italia  
[www.eun.ch](http://www.eun.ch)



© Copyright by

**EUN**

*Editrice Uomini Nuovi*  
*21030 Marchirolo (Varese) Italia*

*Telefono (0332) 723.007 - Fax (0332) 99.80.80*  
*info@eun.ch - www.eun.ch*

*Senza l'autorizzazione scritta dell'Editore è vietata la riproduzione, anche parziale, del presente volume, l'inserimento in circuiti informatici, la trasmissione sotto qualsiasi mezzo elettronico e meccanico, la fotocopiatura, la registrazione e la duplicazione con qualsiasi mezzo. Secondo la "Legge sulla stampa" l'eventuale citazione deve fare esplicito riferimento all'autore, al titolo e all'editore.*

*Per tutti coloro  
che hanno ferito chi amano  
e vorrebbero non averlo fatto...  
c'è la promessa della speranza  
e di un nuovo inizio.*



## **La mia riconoscenza**

Il mio più sentito apprezzamento e la mia riconoscenza a Victor Oliver e Cindy Blades per il loro benevolo sostegno nel corso di questo progetto.

Ai miei preziosi ragazzi: siete un gran dono da parte di Dio. Che possiate conservare sempre la vostra passione senza perdere la calma. Amo ognuno di voi più di quanto le parole siano in grado di esprimere.

John, sei sempre stato così comprensivo e mi hai sempre sostenuta. Sei stato per me un amico fedele e sincero. Mi hai ferita con la verità e guarita con il tuo amore.

Gesù, quando sono debole tu sei realmente forte. Grazie per aver trasformato in trionfi aspetti tragici della mia vita. Hai trasformato in luce le mie tenebre. Ti sono eternamente grata.

## Introduzione

Avrai già sentito il vecchio adagio: “Medico, cura te stesso”. Troppo spesso gli individui cercano d’insegnare uno stile di vita che essi stessi non vivono. Magari si tratta di un problema che non hanno affrontato di persona oppure è una verità che conoscono in teoria, ma che non hanno mai messo in pratica. Perciò possono renderti partecipe di una verità che sanno essere a disposizione, ma che essi stessi non hanno sperimentato.

Ci sono altri, poi, che insegnano con l’idea che bisogna imparare a gestire i propri limiti. Il problema è mitigato, ma la radice rimane. Così, in sostanza, ci fanno soltanto sperare che il peccato può essere tenuto sotto controllo. Ma Dio non ha mai voluto che coesistessimo con il peccato, bensì che ne fossimo liberi.

Posso affermare onestamente che Lisa è una persona che crede nell’Evangelo ed è stata trasformata dalla sua potenza. Siamo sposati da quasi diciotto anni e grazie alla schiettezza con cui si esprime in questo libro capirai che la collera è stata davvero un problema per lei. A volte era talmente forte... da far paura.

Lisa entra nei dettagli in queste pagine, ma posso confermare che è una donna completamente trasformata e da oltre dieci anni la nostra vita insieme è cambiata.

Vivo con lei e se la sua trasformazione non fosse genuina sarei il primo a saperlo. Posso affermare onestamente che dal giorno in cui ha aperto gli occhi fino a oggi non ha avuto nessun altro eccesso d’ira. Ho osservato il suo temperamento messo alla prova in situazioni davvero difficili, di quelle che avrebbero tirato fuori il peggio da persone senza una storia di collera alle spalle. Sono stato testimone in prima persona della potenza di Dio all’opera nella sua vita. La sua trasformazione non ha avuto luogo in occasione di un culto o di un incontro di liberazione, ma durante il tempo da lei dedicato alla preghiera. Dio le ha dato un messaggio che non veicola soltanto grandi speranze, ma anche autentica libertà.

La Bibbia afferma: *“Il mio popolo sarà deportato, a causa della sua ignoranza”* (Isaia 5:13). Hai tra le mani un tesoro di

conoscenza che procede dalla Parola di Dio. Dio desidera fare per te ciò che ha fatto per Lisa.

Amo Lisa e ho un grande rispetto per lei. È la mia migliore amica, ma ciò che sta ben al di sopra della nostra intima relazione di marito e moglie è il suo sincero amore per il Signore. È un'autentica discepola del Signore Gesù Cristo.

Che Dio possa aprirti gli occhi e darti discernimento mentre leggi queste pagine e che la stessa grazia possa portare libertà anche nella tua vita.

***John Bevere***  
Scrittore e oratore  
Colorado Springs, Colorado

## CAPITOLO 1

### *Finestre infrante*

Era il 1988 e io e John eravamo nel mezzo di un'accesa discussione. Talmente accesa, di fatto, che avevo smesso di parlare. Dopo aver serrato fermamente la bocca per timore di ciò che ne sarebbe potuto venir fuori, voltai le spalle a John e mi misi freneticamente a lavare i piatti. Sentivo la temperatura salire e il respiro farsi sempre più pesante finché divenne simile a quello sperimentato durante le doglie. Dovevo mantenere il controllo. Non potevo permettere a quella fiumana ribollente di parole adirate di sgorgare senza freni dalle mie labbra e inondare mio marito – a prescindere da quanto fossi in collera con lui.

Tuttavia John considerava il mio silenzio da tutta un'altra prospettiva. Pensava che gli stessi riservando il temuto trattamento del silenzio. Quindi cercò di tirarmene fuori con differenti forme di persuasione. Di fronte al fallimento dei primi approcci cercò allora di provocarmi.

Tutto a un tratto funzionò. Abbassai lo sguardo sul piatto che avevo in mano. Era una scodella infrangibile per l'insalata. Come al rallentatore girai su me stessa alla stregua di un'abile lancia-trice del disco e feci volare il piatto. Lo osservai impotente attraversare l'aria, chiedendomi come avesse potuto mettersi in volo e desiderando di poterlo in qualche modo riafferrare. Volò dritto e deciso verso la testa di mio marito. John si piegò di lato sfuggendo a una potenziale decapitazione e il piatto proseguì il suo volo ad arco. Adesso era ben oltre il banco della colazione, dove John stava sconvolto e continuò senza esitazione a percorrere il soggiorno in tutta la sua lunghezza.

*Era possibile che stesse acquistando velocità?* mi chiesi. Sapevo di non essere in grado di lanciare nemmeno un frisbee eppure quel piatto continuava a sfrecciare attraverso l'aria senza nemmeno un barcollamento.

Il suono del vetro infranto mi riportò immediatamente alla realtà. Osservai incredula la nostra finestra panoramica che adesso era tutto fuorché una finestra. Era una cornice con dei frammenti di vetro. Avevo mancato la parte inferiore che teneva la zanzariera e mandato in frantumi tutto il pannello di vetro superiore. Ci fu un attimo di silenzio con entrambi che fissavamo la finestra.

John fu il primo a rompere il silenzio. “Non riesco a credere che tu mi abbia tirato quel piatto”.

Dovetti assentire. Anch’io non riuscivo a crederci. Ma ovviamente lo avevo fatto e non c’era più rimedio.

Ci spostammo entrambi cautamente verso la finestra infranta. Il vento freddo di gennaio soffiava dentro per salutarci. Giù, sul prato sotto il nostro appartamento al secondo piano, giaceva immobile una scodella bianca.

“Vado a prenderla”, mormorai.

Mi infilai le scarpe e aprii con cautela la porta, sperando che nessuno dei vicini fosse stato testimone del mio eccesso di collera. Il forte vento della Florida mi sbatteva i capelli contro la faccia. Scesi guardinga giù per le scale voltandomi da una parte e dall’altra prima di raggiungere il prato dell’edificio. La scodella era circondata da frammenti di vetro della finestra. Alzai lo sguardo per vedere se John o qualcun altro stesse guardando verso di me, ma vidi soltanto i riflessi di un cielo grigio, offuscato. Afferrai stretta la scodella e corsi su per le scale tra gli edifici che adesso mi parevano piuttosto una galleria del vento. Mi sentivo come se il vento stesso mi accusasse. Sapeva la verità e io accolsi la sua dura condanna. Me la meritavo.

Di nuovo in casa guardai John. “Ho recuperato la scodella... Non si è rotta”, gli dissi tenendola alzati affinché la vedesse, come se potesse servirgli di consolazione.

“Sai che dirò loro la verità, Lisa”, mi disse con calma. “Dovrò chiamare la manutenzione e dir loro che mia moglie mi ha tirato una scodella, mi ha mancato e ha infranto la finestra”.

Annuii passivamente. Tutta la collera era scomparsa e restava soltanto la vergogna. “So che lo farai, ma non resterò ad ascoltare quando glielo dirai. Vado a fare la spesa, perciò fai pure e chiamali adesso”.

Il silenzio era pesante e inquietante in confronto al sonoro e acceso duello di parole di qualche momento prima. Mi stupiva che il nostro dolce bimbo di due anni non si fosse svegliato.

Lasciai in fretta la scena del crimine.

Da sola in auto tirai un pesante sospiro di disperazione. Girai la chiave e una musica d'adorazione riempì il silenzio, ma sembrava vuota e non diretta a me. La spensi e lasciai che il silenzio tornasse ad avvolgermi. Non volevo che nulla mi consolasse. Volevo la dura realtà. Uscii dal vialetto e decisi di guidare un po' prima di andare al negozio. Non volevo rischiare di incontrare l'uomo della manutenzione. Che cosa avrebbe pensato? Ecco la prossima Lizzy Borden, una futura omicida con l'accetta.

Decisi di serbare la vergogna e il senso di colpa come una forma di punizione. Cominciai a immaginare le conseguenze peggiori. Forse un giornale avrebbe titolato: "La moglie infuriata di un pastore dei giovani manda in frantumi la finestra di un condominio". Mio marito sarebbe stato licenziato a causa del mio comportamento? O, peggio ancora, se la cosa fosse andata oltre John e me? Se i mass media avessero colto l'opportunità per denunciare la popolazione cristiana di Orlando?

Non mi sentivo in diritto di pregare affinché Dio intervenisse in qualche modo in mio favore per coprire la cosa, ma magari l'avrebbe fatto per il bene della comunità cristiana. Cominciai a intercedere per loro.

"Ti prego, Dio, per il bene della chiesa, del gruppo giovanile e di tutti i cristiani di Orlando, ti prego, fa qualcosa. Nulla è troppo difficile per te. So che non merito il tuo intervento; non farlo per me, fallo per tutti gli altri!" implorai ripetutamente.

Ero sinceramente terrorizzata che le vivide immagini prodotte dalla mia mente turbolenta potessero trasformarsi in dolorose realtà. Immaginai la prossima volta che avrei percorso la navata della chiesa. Riuscivo quasi a vedere gli sguardi delusi e alle dita puntate. Pensai ai commenti sconvolti di qualcuno e ai cenni d'intesa di altri. "Ho sempre saputo che aveva problemi di temperamento... Lo Spirito me lo ha rivelato", si sarebbero dette le donne l'un l'altra. Forse avrei dovuto scusarmi davanti a tutta la congregazione. Ma avevo paura che il mio senso di colpa sarebbe rimasto. Come mi avrebbero considerata le mie nuove amiche? Sicuramente si sarebbero allontanate da me. Immaginai i loro mariti che le mettevano in guardia nel privato delle loro camere da letto esortandole a starmi alla larga. Dopotutto la Bibbia ci dice di non associarci con i collerici e quindi, a maggior ragione, con la moglie collerica di un pastore!

Calde lacrime striavano il mio volto. Fermai l'auto e mi ricomposi prima di entrare nel negozio. Ovviamente non c'era modo di sfuggire a ciò che avevo fatto. Mio marito non avrebbe mentito e io non volevo che lo facesse. Magari non sarebbe finito sul quotidiano di Orlando, ma qualche conseguenza era inevitabile. Mi rassegnai al fatto e ammisì che meritavo di soffrire in qualche modo. Speravo soltanto di potermi riprendere quando tutto fosse finito.

Ebbi difficoltà a fare la spesa. Non riuscivo nemmeno a ricordare ciò di cui avevamo bisogno. Vagavo senza meta tra le corsie. Il nostro budget per l'acquisto di cibo era limitato e non potevo quindi permettermi di comprare cose che avevamo già o di cui non avevamo davvero bisogno. Avrei voluto avere la lista della spesa. La mia mente era come annebbiata. Riuscii a prendere alcuni prodotti della cui necessità ero certa e tornai alla solitudine della mia auto. Il sole stava tramontando. Forse sarei potuta rincasare al riparo delle tenebre. Tornai verso casa e una volta arrivata restai seduta nell'auto per un po', osservando se qualcuno uscisse dal condominio. Erano quasi le sei quando mi resi conto che l'uomo della manutenzione aveva probabilmente finito la sua giornata di lavoro.

Afferrai il sacchetto della spesa e salii le scale. Bussai e aprii la porta. Notai immediatamente la copertura di plastica sulla finestra infranta; si gonfiava e si sgonfiava come se respirasse. Cercai John, terrorizzata da ciò che mi avrebbe detto, ma pronta ad ascoltarlo comunque.

“Che cosa ha detto?” gli chiesi titubante.

“Tutto ciò che posso dire è che Dio deve amarti davvero tanto o che hai pregato sul serio”, disse John, ma senza alcuna traccia di sorriso sulla sua faccia.

“Perché? Che cosa è successo?” chiesi.

“Beh, ti avevo avvertita che avrei detto la verità”, disse John, “ma è stato davvero strano. Quando il tipo della manutenzione è arrivato, Addison era alla porta ad accoglierlo. Ha raggiunto il divano e lo ha allontanato dalla finestra. Ha detto: ‘Wow, che cosa è successo qui?’ Poi si è piegato in avanti e ha alzato una mano. ‘Non mi dica altro’, disse tirando fuori un'automobilina giocattolo di metallo. ‘Anch'io ho un figlio di due anni. Sostituiamo il vetro domani senza spese’. Ho fatto per dire qualcosa, ma mi ha fermato di nuovo. ‘Non si preoccupi. Sono cose che succedono. La copra semplicemente con della plastica per tenere fuori gli insetti’. E se ne è andato.

Credo che non vedesse l'ora di tornarsene a casa”.

Mi misi a sedere. Ero sconvolta. Era possibile che Dio avesse fatto questo per me? No, lo aveva fatto per tutt'altre ragioni. Ma qualunque fosse la ragione, la faccenda era ormai chiusa. Il mio bimbo di due anni si era preso la colpa per il vetro infranto. Cominciai a sentire che la vergogna si allontanava da me. Non sapevo se ridere o piangere per il sollievo. Nessuna delle mie paure sarebbe diventata realtà.

Chiesi di nuovo perdono a mio marito. Ma devo ammettere che quella sera a letto mi chiesi se Dio mi avesse coperta perché mio marito non era disposto a farlo. Dopotutto John non avrebbe dovuto provocarmi. Non rompevo mica finestre tutti i giorni. Era un incidente isolato. Dio mi aveva perdonata, altrimenti non avrebbe coperto l'incidente in modo così sorprendente. Non avrei dovuto tirare la scodella... ma John non avrebbe dovuto spingermi a farlo. Seguii questa linea di ragionamento finché non mi addormentai sotto la coperta dell'autogiustificazione e dell'ipocrisia. Il mio pentimento era sparito. Sì, in futuro avrei fatto più attenzione... ma anche John avrebbe dovuto fare lo stesso.

Con i miei ragionamenti avevo rinunciato a una lezione importante. Ci volle più di un anno prima che la mia collera mi costasse al punto da spingermi a cercare il vero pentimento.

### Un grido d'aiuto

Forse non hai mai infranto una finestra. Ma c'è una scia di sogni e relazioni infranti. Il semplice fatto che hai questo libro in mano significa che stai cercando il giusto equilibrio nella tua vita. Vuoi vivere una vita appassionata, ma pia. Magari non dai sfogo alla tua collera, magari la reprimi. Resta comunque una fonte di distruzione... di autodistruzione. Forse ti senti come una dimora dalle finestre rotte. Mattoni di collera sono stati scagliati e venti freddi hanno soffiato attraverso l'apertura spegnendo la tua passione e i tuoi sogni. Credo che ci sia guarigione per te.

L'ira di per sé non è sbagliata, ma la furia le conferisce una dimensione distruttiva. È all'ombra e nella vergogna di ciò che gridiamo aiuto. La mia preghiera è che tu possa in qualche modo imparare dai miei sbagli e sviluppare un nuovo livello qualitativo nelle tue relazioni, prima di tutto con Dio e poi con gli altri.

*Padre Celeste,*

*Vengo a te nel prezioso nome di Gesù. Signore, ripara le finestre infrante della mia vita. Sono più interessata alla verità che alle apparenze. Voglio che la luce della tua Parola investighi il mio cuore e lo conosca a fondo. Voglio che la verità risieda nel mio intimo. Voglio vivere libera dalla vergogna e dai sensi di colpa. Signore, istruiscimi nelle tue vie affinché possa camminare in esse. Elargiscimi il tuo amore che copre. Mettimi in grado con la tua grazia di sottomettermi alle verità che mi faranno libera e fa ch'io possa glorificarti in ogni aspetto della mia vita.*

## Indice

La mia riconoscenza	Pagina	4
Introduzione	“	5
Capitolo 1 Finestre infrante	“	7
2 Adiratevi e non peccare	“	12
3 Dormire con il nemico	“	17
4 Pronti... puntare... fuoco!	“	25
5 Delitti passionali	“	30
6 Quando fa troppo male	“	40
7 Un grande sollievo... non sei tu il giudice	“	50
8 Dio è adirato con le donne?	“	59
9 Nati adirati	“	66
10 La potenza della confessione	“	80
11 Fermarsi prima che sfugga di mano	“	88
12 La verità o le conseguenze: ci saranno effetti fisici	“	100
13 Lasciar andare	“	109
14 Nella pratica: mantieni la passione senza perdere la calma	“	115
Guida allo studio della Bibbia e alla preghiera	“	119
Epilogo	“	158

*Libri*

**EUN**

*disponibili  
nella vostra Libreria abituale*

*oppure presso*

**EDITRICE UOMINI NUOVI srl**  
Casella postale 38  
21030 MARCHIROLO (Varese)

- Tel. 0332-723007 ● Fax 0332-998080
- [info@eun.ch](mailto:info@eun.ch)

# Adiratevi, ma non rovinate tutto!

*Il conflitto è inevitabile. Per questo motivo dobbiamo imparare a gestirlo con successo. Ma se non ci riusciamo? Se l'ira ci sfugge di mano? Siete passionali e perdete la calma. O forse ancora peggio: siete depressi e avvinti dalla paura perché avete rivolto quella forza distruttiva dell'ira verso voi stessi.*



*Lisa Bevere ne è consapevole. L'ira ha controllato la sua vita per anni, esigendo un tributo devastante sulla sua vita e sulle sue relazioni. Se anche voi siete a un punto di svolta – se desiderate cambiare, ma siete bloccati in una spirale discendente di furia e di collera questo libro vi aiuterà a riacquistare il controllo. L'autrice vi rende partecipi di tutto ciò che ha appreso su come gestire questa potente emozione per:*

- *Imparare a dire le cose in modo da essere sentiti.*
- *Passare dalle semplici scuse alla confessione genuina.*
- *Estirpare la radice dell'amarezza.*
- *Trovare perdono e assoluzione per sé stessi.*



I libri  
di Lisa Bevere  
sono pubblicati  
da

**EUN**

ISBN 978-88-8077-340-5



9 788880 773405

Euro 12,00