

# Solo un'altra volta

Quando non si risponde "no"  
ai desideri

Edward T. Welch

COLLANA

---

RISORSE PER CAMBIARE

---



Alfa & Omega

ISBN 88-88747-39-7

Titolo originale:

*Just One More: When Desires Don't Take No for an Answer*

Per l'edizione inglese:

© Edward T. Welch, 2002

Pubblicato dalla P&R Publishing Company  
Phillipsburgh, New Jersey, USA

Per l'edizione italiana:

© Alfa & Omega, 2006

Casella Postale 77, 93100 Caltanissetta, IT

E-mail: [info@alfaeomega.org](mailto:info@alfaeomega.org)

Sito Web: [www.alfaeomega.org](http://www.alfaeomega.org)

Pubblicato con permesso concesso dalla Presbyterian &  
Reformed Publishing Co.

Tutti i diritti riservati. È vietata la riproduzione, anche  
parziale, con qualsiasi mezzo effettuata, non autorizzata

Traduzione e adattamento: Mara Sella

Revisione: Nazzareno Ulfo

Tutte le citazioni bibliche, salvo diversamente indicato,  
sono tratte dalla versione "Nuova Riveduta"

Voglio... voglio... voglio. È lo stillicidio continuo dell'animo umano. Ti è mai accaduto? Penso di sì. Noi vogliamo delle cose. Anzi, le vogliamo *davvero*. Le desideriamo così tanto da *sentirne* perfino il bisogno fisico.

Considera per un momento uno dei tuoi desideri. Se non riesci a ricordartene uno subito, attieniti ai soliti argomenti: qualcosa che modifica lo stato della mente, qualcosa che riguarda la sfera sessuale, o qualcosa relativo al cibo.

È probabile che tu abbia detto di no ad almeno uno di questi desideri: “no” ad un'altra porzione di dolce, “no” al primo bicchierino, “no” alla tentazione di ascoltare le lusinghe dello spacciatore, “no” all'occasione di visitare un sito pornografico, e perfino “no” ai pensieri e alle immaginazioni che presto sfuggono al nostro controllo. Ma qualche volta non si riesce a dire di no ai nostri desideri.

«No, davvero non dovrei», pensiamo. Il nostro buon senso è d'accordo: «L'ho già fatto, e non

è stato bello». Anche la nostra coscienza fa sentire la sua voce e ci dice: «Non farlo!».

Ma si tratta di un affare già concluso. Probabilmente era stato deciso già da molto tempo. Veniamo sopraffatti da un desiderio che pazientemente c'incalza sussurrando: «Solo un'altra volta, e poi basta». Oppure, semplicemente ci comanda: «DAMMI QUELLO CHE VOGLIO E DAMMELLO ADESSO!». Così lo facciamo ancora... ma solo per una sola! È il solo modo di soddisfare il desiderio.

Non pensiamo di farlo per *dieci* volte ancora. Non pensiamo di dedicare la nostra vita alla soddisfazione di quel desiderio. In realtà, non pensiamo affatto! Ci concentriamo solo su quel momento e su nient'altro.

«Cadrò nel laccio di una dipendenza?». Domanda irrilevante. Il desiderio è ciò che conta. Non esiste nient'altro. «Cosa ne pensa Dio?». A poco a poco imparerai come eludere questa domanda, ma i sensi di colpa continueranno ad affliggerti. «Mi soddisferà?». Non c'è dubbio! Sì, ti soddisferà. Ti soddisferà sicuramente. Così il circolo vizioso continua:

Immaginare → Desiderare → Acconsentire.

Me lo immagino, lo desidero, lo prendo. Il passo successivo, naturalmente, è: «Sono appagato»,

o almeno, *pensiamo* di esserlo. Il ciclo non può continuare senza un certa dose di appagamento, o almeno l'anticipazione di esso. Ma non è sorprendente di quale piccola porzione di appagamento siamo disposti ad accontentarci? Infatti, "appagamento" potrebbe non essere neanche la parola giusta. Si tratta, piuttosto, di un momentaneo lenimento del desiderio. In realtà non proviamo affatto un piacere duraturo. Eppure, per quanto questo ciclo possa essere insoddisfacente e doloroso, riteniamo di poter vivere così e ci giustifichiamo dicendo: «Sì, è un problema, ma è sotto controllo».

Ma - pensaci bene - non sarai forse *tu* sotto il *suo* controllo?

Questo libretto ti offre una piccola opportunità per prendere in esame un ciclo che è stato chiamato *dipendenza*. Come per molti altri problemi, possiamo riconoscere il ciclo in altre persone, ma è molto più difficile identificarlo in noi stessi. Quando diventa personale, la dipendenza elude l'osservazione attenta. Preferisce nascondersi nel buio. Quando non può più nascondersi cerca di amalgamarsi come se facesse parte del tutto. Vuole sembrare un aspetto naturale della vita. Infatti, cerca di apparire tanto naturale da diventare una cosa automatica, come lo svegliarsi al mattino e, meccanicamente, mettere su

il caffè. «Fallo e basta - predica la dipendenza -, non pensarci su!».

Invece dobbiamo pensarci, e dobbiamo pensare nel modo giusto. La posta in gioco è alta. È come trovarsi ad un bivio: una strada porta alla vita e alla benedizione mentre l'altra porta alla morte e alla maledizione. Non si può scegliere a casaccio.

Quando ci fermiamo a pensare, ci accorgiamo che i nostri desideri – i semi della dipendenza – non sono sempre innocenti come sembrano. Per dirla chiaramente, essi mentono. Il loro ordine del giorno è di ottenere ciò che vogliono adesso, e non si fermeranno davanti a niente pur di ottenere il loro scopo. Quello che nascondono è questa legge elementare: più si concede ai desideri, più s'ingigantiscono. Dapprincipio non sembra che sia così. Se un desiderio viene appagato, questo dovrebbe essere soddisfatto. Invece si verifica l'esatto contrario. Se appaghiamo i nostri desideri, essi diventano più forti. Il piacere è temporaneo. Non appena finiamo di gratificarci, i nostri desideri ci dicono: «È stato bello, facciamolo di nuovo». (A meno che non si provi un forte senso di colpa, nel qual caso i nostri desideri si acquattano buoni, buoni finché il senso di disagio non sia passato).

Il ciclo ha due sole possibilità: o si spezza o peggiora. O l'uno o l'altro.

Che fare allora? Le opzioni sono limitate. Abbiamo cercato di rompere il ciclo altre volte ma non è durato a lungo; perché ritentare? Inoltre, ad essere onesti, il «Solo un'altra volta e poi basta», seppur con tutto lo strascico di tormento, è certamente più attraente del «Mai più»!

Che disastro. Eppure, cambiare è possibile. I legami che tengono insieme questo ciclo, in ultima analisi, sono spirituali, e possono essere spezzati. Dio stesso lo ha promesso e, se lo dice Dio, non c'è alcun dubbio che sia possibile. Il potere di cambiare è a nostra disposizione. Il problema è che, sebbene vorremmo cambiare, in realtà non vogliamo cambiare.

## **Vuoi cambiare?**

Dopo aver ceduto per un po' alle nostre brame, *naturalmente* vogliamo cambiare. Ci sentiamo in colpa. I soldi costituiscono un problema. I rapporti con gli altri si deteriorano. L'infelicità sta sempre dietro l'angolo. È sempre più difficile ricordare le bugie dette, e ci vorrebbe un genio per riuscire ad inventarne sempre di nuove per coprire le precedenti. Vuoi cambiare? Sì.

Ma, aspetta un momento! Gli esseri umani vogliono la libertà. Cambiare vuol dire porre dei confini, e questo non ci fa sentire molto li-

beri. Aggiungiamoci il fatto che noi bramiamo qualcosa *perché ci piace*. Pensi davvero che un casuale tentativo di cambiamento basterà? Allora pensaci. Sei pronto a cambiare? *Vuoi davvero cambiare?* Sei disposto a considerare la possibilità del cambiamento, ma quali sono le tue condizioni?

- Lo vuoi, ma senza dover fare troppi sforzi.
- Lo vuoi perché *dovresti* volerlo. Ovvero, non stai pensando sul serio di cambiare e agisci come un automa, cercando di far contenti gli altri.
- Lo vuoi, ma non a costo di rinunciare a qualcosa che ami.
- Lo vuoi... qualche volta.
- Lo vuoi... domani.
- Lo vuoi semplicemente perché renderà la tua vita un po' più facile o potrà ridare speranza ad una relazione.
- Lo vuoi, ma aspetti che Dio ti tolga il desiderio. Finché non lo fa, senti che non puoi o non devi fare alcunché, e questa diviene una comoda scusa per continuare.

Beato te se riconosci che nel tuo cuore si trova qualcuno di questi messaggi! Dio è con te. Come puoi saperlo? Possiamo sapere che Dio è all'opera



*Stai visualizzando un'anteprima del libro,  
per questo motivo alcune pagine non sono disponibili*

*Acquista l'edizione completa in libreria  
o sul sito web dell'editore  
[www.alfaeomega.org](http://www.alfaeomega.org)*