

□ Tiempo de lectura: 11 min.

*La vida no es solo trabajo y ocupaciones serias, también está marcada por momentos de descanso, relajación y «recreación». Para un hombre interesado en la formación y la educación como Francisco de Sales, esta dimensión de la vida humana no podía dejar de llamar su atención. Ciertamente, su enfoque de este tema es principalmente ético: no se interesa por la relajación y el juego en sí mismos; no se encuentra en él una reflexión sobre el valor educativo de este o aquel juego o diversión. Más bien le preocupa definir las condiciones que hacen que las diversiones sean necesarias, útiles, buenas, indiferentes o nocivas, según los casos. Sin embargo, manifiesta su humanismo también en este tema, gracias a su apertura de espíritu y de corazón a todo lo humano y, en particular, a lo que interesa a la juventud.*

### **Necesidad de descanso y relajación**

«De vez en cuando es necesario hacer descansar el cuerpo y el espíritu con alguna forma de recreación», afirma el autor de la *Filotea*. También en los monasterios de las visitandinas, la recreación es un momento indispensable:

*Las hermanas necesitan relajarse –afirma–, y, sobre todo, hay que dar una buena recreación a las novicias. No se debe mantener el espíritu continuamente tenso, bajo pena de volverse melancólico. No querría que uno se hiciera un escrúpulo si hubiera ocupado una recreación entera en hablar de cosas indiferentes; en otra ocasión hablará de cosas buenas.*

El capítulo de la *Filotea* dedicado a los «pasatiempos y recreaciones» enumera un cierto número de actividades comunes en la época, que eran consideradas «permitidas y loables»:

*Tomar el aire, pasear, conversar con alguien en alegre y amable conversación, tocar el laúd u otro instrumento, cantar, ir de caza son todas recreaciones tan honestas que, para usarlas bien, basta un poco de prudencia común, la cual atribuye a todo el lugar, el tiempo, el sitio y la medida convenientes.*

La lista comienza con dos tipos de relajación que forman un todo: tomar el aire y pasear, dos aspectos de una misma actividad relajante. «Tomar el aire» es hacer como el pájaro que «toma el aire y huye», se eleva y se va volando con las alas extendidas, mientras el caminante se sirve de sus pies. Al pasear se puede referir, a primera vista, lo que el autor dice acerca de la necesidad de recreaciones bien

hechas, en cuanto tiene la doble ventaja de relajar el espíritu y a la vez el cuerpo. Dar al paseo «el lugar, el tiempo, el sitio y la medida convenientes» significa que tal actividad viene después de las ocupaciones serias, que forman parte de los deberes de cada uno. El tiempo para dedicar esto depende evidentemente de lo que es necesario y aconsejable para cada uno.

El paseo puede ser un buen remedio en caso de sobrecarga de trabajo: «Cuando el exceso de trabajo le causaba algún trastorno –cuenta su amigo Mons. Camus–, su médico le aconsejaba tomar un poco de aire, dedicar un poco de tiempo a pasear, durante algunos días, con el fin de eliminar, con estas distracciones, los malos humores que había acumulado y que lo hacían pesado». Muy obediente al médico, el obispo se iba a pasear «en un vasto jardín».

### **Los juegos de destreza**

En la época de Francisco de Sales estaban de moda «pelota y raqueta, juego con balón, el pall-mallo, la carrera de anillos». El *juego de la pelota* es el antepasado del tenis: uno devolvía la pelota al otro, sobre una cuerda, con la palma de la mano o con una raqueta. La pasión por tal juego debía ser fuerte, si sugirió esta advertencia: «Jugar mucho tiempo a la pelota no significa descansar el cuerpo, sino extenuarlo».

El juego del *balón* le servirá un día para describir el desprecio de los honores: «¿Quién es el que en el juego del balón lo recibe mejor? Aquel que lo lanza más lejos». La *pallamaglio*, el antepasado del *cricket* y del *golf*, consistía en lanzar y rechazar una pelota de madera dura con una especie de mazo, un palo con un extremo en forma de martillo. Se sabe que existía un juego de pallamaglio en Annecy, a orillas del lago. En cuanto al juego de los *anillos*, consistía en correr haciendo pasar por la varilla que uno sostenía en la mano, una serie de anillos. Exigía una gran concentración, lo que le hacía decir: «Los que hacen la carrera de anillos no piensan en absoluto en el público que los observa, sino en hacer una buena carrera para ganar».

Todos estos juegos que implican un gran gasto de energía son particularmente adecuados para los jóvenes. Francisco de Sales los aconseja a un joven añadiéndole la equitación: «Entrenad en los pasatiempos que exigen fuerza, como cabalgar, saltar y otros juegos similares».

Quien juega, lo hace evidentemente por placer y para complacer a los demás. Pero habrá que procurar que el juego no se transforme en una dependencia, de la cual ya no se pueda liberar. Nuestros afectos son tan preciosos –decía–, «que exigen no dejarlos enredarse en cosas inútiles».

## Los juegos de sociedad

El ajedrez y los juegos «de mesa» forman parte de las «diversiones de por sí buenas y honestas» (III 31). Los juegos *de mesa* designaban todos los juegos para los que era necesaria una mesa, en particular el juego de damas y el ajedrez. Este último juego podía transformarse en una pasión difícil de moderar con el paso del tiempo, de modo que «después de haber jugado cinco o seis horas al ajedrez, uno sale cansado muerto y vacío de espíritu».

Los juegos de azar con dados o con cartas, en los que se juega dinero y a veces comprometiendo grandes sumas, son francamente desaconsejables. En el capítulo sobre «los juegos prohibidos», el autor de la Filotea se tomó la molestia de exponer tres motivos contrarios a los juegos de azar. En primer lugar, «en estos juegos no se gana con razón, sino por la suerte, que muy a menudo premia a quien por habilidad o laboriosidad no merecía absolutamente nada». En segundo lugar, no son verdaderamente juegos, sino más bien «ocupaciones violentas»: en ellos se mantiene «el espíritu todo concentrado y tenso en una atención continua, y todo agitado por inquietudes, temores y ansiedades perpetuas». Por último, la alegría del ganador es la alegría de uno solo, «ya que se obtiene solo a expensas y con el disgusto del compañero».

La pasión por el juego puede llevar al jugador a la ruina más total: «Aquel que se acostumbra a jugar testones, luego jugará escudos, luego pistolas, luego caballos y, después de los caballos, toda su fortuna». Por todas estas razones, Francisco de Sales advierte al joven que está «a punto de hacerse a la mar en el vasto océano de la corte» contra los riesgos del juego. Pero como siempre en Francisco de Sales, hay una excepción: uno puede jugar a un juego de azar para complacer a otro, por «condescendencia»: «Los juegos de azar, que de otro modo serían reprobables, ya no lo son si esta o aquella vez los hacemos por justa condescendencia».

## Diversiones culturales

Después del baile, el autor de la Filotea enumera como fuente de recreación y diversión ciertas actividades artísticas, como las «comedias», término que designaba entonces cualquier representación teatral, como «tocar» el laúd o cualquier otro instrumento y «cantar músicas». La música está hecha «para alegrar» el oído. Hay una gran diferencia «entre una música escrita y una música cantada». La música es fuente de placer, pero el placer es más o menos grande «según que los oídos sean más o menos delicados»:

*No todos, en este mundo, son capaces de comprender de la misma manera el sonido y el acorde de una música: quien tiene el oído un poco más duro no puede*

*captar todos los matices que se ponen en juego para hacer perfecta la melodía, aunque entienda y conozca la música, cosa que en cambio es posible para el que tiene el oído más fino; y aunque el primero goce por la dulzura que experimenta al escuchar esa música, sin embargo no experimenta un placer tan grande como quien tiene el oído más fino, aunque ambos estén contentos.*

Cantar implica un cierto esfuerzo, pero el canto eleva: «El peregrino que avanza alegremente cantando en su viaje añade concretamente el cansancio del canto al de caminar, y sin embargo con tal aumento de cansancio se anima y alivia el esfuerzo de la marcha». Sin embargo, no se debería hacer «como los cantantes que a fuerza de ensayar un motete se quedan roncós».

Existen aún otros medios de distensión como la lectura y también la escritura. Uno lee o escribe no solo para instruirse a sí mismo o a los demás, sino también para recrearse a sí mismo y a los demás. También se experimenta placer al escribir, y el autor del *Teotimo* lo confesaba gustosamente a su lector:

*Como los talladores de perlas preciosas, sintiendo que la vista está cansada de tenerla fija en los delicados trazos de su obra, tienen gustosamente ante sí alguna espléndida esmeralda, para que, admirando de vez en cuando su verde, puedan recrearse y hacer descansar sus cansados ojos, del mismo modo en estas múltiples ocupaciones que mi condición me acumula incesantemente, yo siempre tengo pequeños proyectos sobre temas religiosos que tratar, en los que pienso cuando puedo, para levantar y hacer descansar mi espíritu.*

### **Las fiestas, los banquetes y las «pompas»**

Mientras los protestantes habían suprimido la mayoría de las fiestas, los católicos seguían celebrando numerosas fiestas, en particular las de la Virgen y de los santos. Para Francisco de Sales, los «domingos y las santas fiestas» son días diferentes de los demás, por lo que «en general uno se viste mejor».

Además de las fiestas religiosas «mandadas por la Iglesia» y «por ella recomendadas», están las «fiestas civiles», como la celebrada en Lyon con motivo de la entrada de Luis XIII en dicha ciudad. También el obispo de Ginebra era festejado durante sus visitas pastorales, como en su solemne entrada en Bonneville:

*Mi querida Hija, ¡qué buen pueblo he encontrado yo en medio de tan altas montañas! ¡Qué honor, qué acogida, qué veneración por su obispo! Anteayer llegué a esa pequeña ciudad en plena noche; pero los habitantes habían preparado tantas luces y tanta fiesta que todo estaba iluminado.*

Con motivo de las fiestas se organizan banquetes y uno se viste «con gran pompa». Ahora bien, «los banquetes, las pompas» forman parte de las cosas que Francisco de Sales colocaba entre aquellas que «en sustancia no son en absoluto malas, sino indiferentes». Todo depende del uso que se haga de ellas.

Preparar una buena comida es una demostración de amistad: en efecto, «¿cómo se puede expresar más genuinamente el deseo de que un amigo disfrute de una buena comida, que preparándole un banquete sabroso y exquisito?».

Pero no hay que caer en los excesos: «Los que, encontrándose en un festín, prueban cada plato y comen un poco de todo, se arruinan seriamente el estómago, al que provocan una indigestión tan grave que no duermen toda la noche, sin poder hacer otra cosa que vomitar». Las bodas son grandes ocasiones para celebrar y alegrarse, pero no es raro el caso, constataba el obispo, de que «uno se deje llevar por mil desórdenes en pasatiempos, en banquetes y en charlas».

### **Los «coloquios alegres y amables»**

Entre los pasatiempos más comunes y agradables de la sociedad humana, se encuentran finalmente las conversaciones familiares, los «coloquios alegres y amables». Los temas que se tratan pueden ser muy diversos. Según Camus, el obispo de Ginebra no desdeñaba hablar con los amigos «de construcciones, de pintura, de música, de caza, de pájaros, de plantas, de jardines, de flores». Sabía sacar a su manera «de todas estas cosas otras tantas elevaciones espirituales». En la *Filotea*, Francisco de Sales dedica cinco capítulos al tema *Del hablar*. Entre los dos excesos, que son la charlatanería y el ser taciturno, hay un espacio para el conversar, cuyas dotes principales deben ser la amabilidad y el buen humor. Tres defectos las destruyen: las palabrotas, la mentira y la burla.

Siguiendo a Aristóteles y a Santo Tomás, Francisco de Sales elogia la «eutrapelia», palabra griega que designa la conversación agradable, y por ello Filotea debe evitar las «risas y alegrías estúpidas e insolentes», como el «gritar a este, difamar a aquel, pinchar a un tercero, hacer daño a un deficiente».

La alegría no debe reducirse a un puro sentimiento privado, es también en cierto sentido un deber social. Las cartas de Francisco de Sales a sus corresponsales están llenas de consejos de este tipo: «Conservad la santa y cordial alegría que nutre las fuerzas del espíritu y edifica al prójimo». Para «contentar» a los demás, la alegría es indispensable: «Estoy muy consolado por la alegría que impregna vuestro vivir; Dios es, en efecto, el Dios de la alegría».

Se puede, pues, bromear y decir chistes, con el beneplácito del religioso aviñonés que lo había «ridiculizado públicamente», porque había escrito en la *Filotea* «que durante la recreación se pueden contar chistes». El ejemplo venía de lo alto:

*San Luis, cuando los religiosos querían hablarle de asuntos relevantes después de comer: No es el momento de hablar de ello -decía-, sino de recrearse con algo alegre y con chistes: que cada uno diga honestamente lo que quiera.*

Si las palabras son «limpias, civiles y honestas», ¿qué hay de malo en todo esto? Francisco de Sales recomendaba a menudo la alegría, también a las visitandinas que podían sentirse tentadas a descuidar la recreación. El deber, las responsabilidades, las ocupaciones conllevan obligaciones que fácilmente corren el riesgo de hacernos olvidar el «deber de la alegría». Francisco de Sales hablaba por experiencia cuando escribía:

*No solo hay que hacer la voluntad de Dios, sino que, para ser una persona devota, hay que hacerla de manera alegre. Si no fuera obispo, quizás, sabiendo lo que eso significa, no querría serlo. Pero siendo obispo, no solo estoy obligado a cumplir lo que esta pesada vocación requiere, debo también cumplirlo con alegría, debo complacerme y considerarlo agradable.*

Se habrá comprendido que la alegría no residía siempre en todos los «planos» del alma humana, sino a veces solo en su «vértice».

## **El humor salesiano**

Encontrándose falto de noticias, a un amigo curioso que se las pedía, responde: «Todas nuestras noticias se reducen a esto, no tenemos ninguna». Observar pequeñas peculiaridades de unos y otros se presta bien a alguna ocurrencia ingeniosa. A una de sus hijas espirituales, un tanto presuntuosa y autosuficiente, le lanza esta flecha gentilmente burlona: «Me siento a gusto por el hecho de que mis libros hayan encontrado vía libre en vuestro espíritu, que es tan bueno como para creer que se basta a sí mismo». ¿Se puede autorizar a ciertas damas de Chambéry a entrar en el monasterio para ver la naciente congregación? «Les he dicho que sí, siempre que no lleven la cola larga [...] Son damas muy buenas, salvo la vanidad».

La ironía es muy fina en este pasaje de una prédica en la que se burla de la falsa cortesía que se exhibe al escuchar al predicador: «Cuando se invita a comer, uno toma para sí, aquí en cambio se es extremadamente cortés, porque nunca se deja de dar a los demás». Las innumerables imágenes y comparaciones extraídas en particular de los animales a menudo hacen sonreír, porque el obispo no solo recuerda a los animales «nobles» como el león o graciosos como las palomas, sino también a los monos, las gallinas, las ranas, los camaleones y los cocodrilos. Una gran cuestión discutida entre los autores espirituales era la de saber si estaba

permitido reír. En realidad, hay dos maneras de reír: «El escarnio provoca risa con desprecio y disgusto del prójimo; el dicho jocoso en cambio provoca risa en tranquila simplicidad, por confianza e íntima franqueza, unidas a la gentileza de las palabras». Cuando el obispo de Ginebra daba catequesis a los niños, disfrutaba «haciendo reír un poco a los presentes» burlándose de las máscaras y los bailes, hasta que su auditorio lo «incitaba con sus aplausos a seguir haciendo el niño entre niños».

El humor es la sal de la conversación y uno de los medios más seguros para comunicarse con el prójimo. El monseñor de Ginebra sentía cierto gusto por los «juegos de palabras». Hablando de la dulzura consigo mismo, se burla gentilmente de aquellos que «enfadados, se enfadan porque se han enfadado, se enojan porque se han enojado y maldicen porque han maldecido». A propósito de algunas ilusiones que algunos se hacen sobre los secretos bien guardados en los monasterios femeninos, encontramos esta agradable observación: «No hay secreto que no pase secretamente de una a otra».

Cuando se entera de que su hermano Jean-François será su coadjutor y que pronto lo aliviará del peso de la diócesis, exclama: «Esto vale más que un sombrero de cardenal». Este hermano de carácter impetuoso e impaciente pondrá a prueba su paciencia varias veces, hasta el punto de hacerle escribir un día: «Pienso, hermano mío, que hay una mujer muy afortunada. Adivina quién es. [...] Esta mujer muy afortunada es la que no te has casado». Otra vez comparó a los tres hermanos Sales con tres ingredientes para hacer una buena ensalada:

*Cada uno de nosotros tres preparará lo necesario para una buena ensalada: Jean-François preparará un buen vinagre, porque es muy fuerte; Louis preparará la sal, porque es sabio; y el pobre François es un buen muchacho que hará de aceite, tanta es su estima por la dulzura.*

¡Bienaventurado el que sabe reírse de sí mismo!