 Tempo per lettura: 10 min.

La vita non è fatta solo di lavoro e di serie occupazioni, è anche scandita da momenti di riposo, di distensione e di «ricreazioni». Per un uomo interessato alla formazione e all'educazione come Francesco di Sales, questa dimensione della vita umana non poteva non attirarne l'attenzione. Certo, il suo approccio a questa tematica è soprattutto di ordine etico: egli non si interessa della distensione e del gioco in sé stessi; non si trova in lui una riflessione sul valore educativo di questo o di quel gioco o divertimento. È piuttosto preoccupato di definire le condizioni che rendono i divertimenti, necessari, utili, buoni, indifferenti o nocivi, secondo i casi. Tuttavia, manifesta il suo umanesimo anche su questo argomento, grazie alla sua apertura di spirito e di cuore a tutto ciò che è umano e, in particolare, a ciò che interessa la gioventù.

Necessità del riposo e della distensione

«Ogni tanto è necessario far riposare il corpo e lo spirito con qualche forma di ricreazione», afferma l'autore della *Filotea*. Anche nei monasteri delle visitandine, la ricreazione è un momento indispensabile:

Le suore hanno bisogno di distensione – afferma –, e, bisogna soprattutto far fare una buona ricreazione alle novizie. Non si deve tenere lo spirito continuamente teso, pena il rischio di diventare melanconici. Non vorrei che uno si facesse uno scrupolo quando avesse occupato un'intera ricreazione a parlare di cose indifferenti; in altra occasione parlerà di cose buone.

Il capitolo della *Filotea* dedicato ai «passatempi e alle ricreazioni» enumera un certo numero di attività comuni all'epoca, che erano considerate «consentite e lodevoli»:

Prendere aria, passeggiare, intrattenersi con qualcuno in gioiosa e amabile conversazione, suonare il liuto o un altro strumento, cantare, andare a caccia sono tutte ricreazioni tanto oneste che, per servirsene bene, è sufficiente un poco di comune prudenza, la quale a tutto attribuisce il posto, il tempo, il luogo e la misura convenienti.

La lista incomincia con due tipi di distensione che fanno un tutt'uno: prendere l'aria e passeggiare, due aspetti di una stessa attività rilassante. «Prendere l'aria», è fare come l'uccello che «prende l'aria e fugge», s'innalza e se ne vola via ad ali distese, mentre il viandante si serve dei suoi piedi. Al passeggiare può essere riferito, di primo acchito, ciò che l'autore dice circa la necessità di ricreazioni ben fatte, in

quanto ha il duplice vantaggio di distendere lo spirito e insieme il corpo.
Dare al passeggio «il posto, il tempo, il luogo e la misura convenienti» vuol dire che tale attività viene dopo le occupazioni serie, che fanno parte dei doveri di ciascuno. Il tempo da dedicarvi dipende evidentemente da ciò che è necessario e consigliabile a ognuno.
Il passeggio può essere un buon rimedio in caso di sovraccarico di lavoro: «Quando l'eccessivo lavoro gli creava qualche disturbo – racconta il suo amico mons. Camus –, il suo medico gli consigliava di prendere una boccata d'aria, di dedicare un po' di tempo a passeggiare, durante qualche giorno, allo scopo di eliminare, con queste distensioni, i cattivi umori che aveva accumulato e che lo rendevano pesante». Molto ubbidiente al medico, il vescovo se ne andava a passeggiare «in un vasto giardino».

I giochi di destrezza

All'epoca di Francesco di Sales erano in voga «la pallacorda, il pallone, la pallamaglio, la corsa agli anelli». Il gioco della *pallacorda* è l'antenato del tennis: uno rinviava la palla all'altro, sopra una corda, col palmo della mano o con una racchetta. La passione per tale gioco doveva essere forte, se suggerì questa messa in guardia: «Giocare per molto tempo a palla non significa riposare il corpo, ma estenuarlo».
Il gioco del *pallone* gli servirà un giorno per descrivere il disprezzo degli onori: «Chi è colui che nel gioco del pallone lo riceve meglio? Colui che lo getta più lontano». La *pallamaglio*, l'antenato del *cricket* e del *golf*, consisteva nel lanciare e respingere una palla di duro legno con una specie di maglio, un bastone con un'estremità a martello. È noto che esisteva un gioco di pallamaglio ad Annecy, sulle rive del lago. Quanto al gioco degli *anelli*, esso consisteva nel correre facendo infilare nella bacchetta che uno teneva in mano, una serie di anelli. Esigeva una grande concentrazione, il che gli faceva dire: «Quanti fanno la corsa agli anelli non pensano affatto al pubblico che li osserva, ma a fare una buona corsa per vincere».
Tutti questi giochi che comportano un grande dispendio di energie sono particolarmente adatti ai giovani. Francesco di Sales li consiglia a un giovane aggiungendovi l'equitazione: «Allenatevi nei passatempi che esigono forza, come cavalcare, saltare e altri giochi simili».
Chi gioca, lo fa evidentemente per piacere e per compiacere gli altri. Ma bisognerà far in modo che il gioco non si trasformi in una dipendenza, dalla quale non ci si può più liberare. I nostri affetti sono tanto preziosi – diceva –, «da esigere di non lasciarli irretire in cose inutili».

I giochi di società

Gli scacchi e i giochi «da tavolo» fanno parte dei «divertimenti di per sé buoni e onesti» (I III 31). I giochi *da tavolo* designavano tutti i giochi per i quali era necessario un tavolo, in particolare il gioco della dama e degli scacchi. Quest'ultimo gioco poteva trasformarsi in una passione difficile da moderare col passare del tempo, sicché «dopo aver giocato cinque o sei ore a scacchi, uno ne esce stanco morto e vuoto nello spirito».

I giochi d'azzardo con i dadi o con le carte, nei quali si gioca a soldi e talvolta impegnando grosse somme, sono francamente sconsigliabili. Nel capitolo su «i giochi proibiti», l'autore della Filotea si è preso la pena di esporre tre motivi contrari ai giochi d'azzardo. Innanzitutto, «in questi giochi non si vince con ragione, ma in forza della sorte, che molto spesso premia chi per abilità o laboriosità non meritava proprio niente». In secondo luogo, non sono veramente giochi, ma piuttosto «occupazioni violenti»: vi si tiene «lo spirito tutto concentrato e teso in un'attenzione continua, e tutto agitato da inquietudini, timori e ansie perpetue». Da ultimo, la gioia del vincitore è la gioia di uno solo, «dal momento che si ottiene soltanto a discapito e col dispiacere del compagno».

La passione per il gioco può condurre il giocatore alla rovina più totale: «Colui che si abitua a giocare testoni, in seguito giocherà scudi, poi pistole, poi cavalli e, dopo i cavalli, tutta la sua fortuna». Per tutte queste ragioni Francesco di Sales mette in guardia il giovane che sta «per prendere il largo nel vasto mare della corte» contro i rischi del gioco. Ma come sempre in Francesco di Sales, c'è un'eccezione: uno può giocare a un gioco d'azzardo per compiacere un altro, per «condiscendenza»: «I giochi d'azzardo, che altrimenti sarebbero riprovevoli, non lo sono più se questa o quella volta li facciamo per giusta accondiscendenza».

Divertimenti culturali

Dopo il gioco del ballo, l'autore della *Filotea* enumera come fonte di ricreazione e di divertimento certe attività artistiche, quali le «commedie», termine che designava allora qualsiasi rappresentazione teatrale, come «suonare» il liuto o qualunque altro strumento e «cantare delle musiche». La musica è fatta «per allietare» l'udito. C'è una grande differenza «fra una musica scritta e una musica cantata». La musica è sorgente di piacere, ma il piacere è più o meno grande «secondo che le orecchie sono più o meno delicate»:

Non tutti, a questo mondo, sono in grado di comprendere nello stesso modo il suono e l'accordo di una musica: chi ha l'udito un po' più duro non può cogliere tutte le sfumature che si mettono in opera per rendere perfetta la melodia, anche se

capisce e conosce la musica, cosa che invece è possibile per quello che ha l'orecchio più fine; e benché il primo goda per la dolcezza che prova nell'ascoltare quella musica, tuttavia non prova un piacere così grande come chi ha l'orecchio più fine, benché entrambi siano contenti.

Cantare comporta un certo sforzo, ma il canto solleva: «Il pellegrino che procede allegramente cantando nel suo viaggio aggiunge concretamente la fatica del canto a quella del camminare, e ciò nondimeno con tale aumento di fatica si dà animo ed allevia lo sforzo della marcia». Tuttavia, non bisognerebbe fare «come i cantanti che a forza di provare un mottetto diventano rauchi».
Esistono ancora altri mezzi di distensione come la lettura e anche la scrittura. Uno legge o scrive non soltanto per istruire sé stesso o gli altri, ma anche per ricreare se stesso e gli altri. Si prova piacere anche a scrivere, e l'autore del *Teotimo* lo confessava volentieri al suo lettore:

Come gli intagliatori di perle preziose, sentendo che la vista è stanca a forza di tenerla fissa su tratti delicati della loro opera, tengono volentieri davanti a sé qualche stupendo smeraldo, affinché ammirandone, di tanto in tanto, il verde, possano ricrearsi e far riposare i loro stanchi occhi, allo stesso modo in queste molteplici occupazioni che la mia condizione mi accumula incessantemente, io ho sempre piccoli progetti su temi religiosi da trattare, ai quali penso quando posso, per sollevare e far riposare il mio spirito.

Le feste, i banchetti e le «pompe»

Mentre i protestanti aveva soppresso la maggior parte delle feste, i cattolici continuavano a celebrare numerose feste, in particolare quelle della Madonna e dei santi. Per Francesco di Sales, le «domeniche e le sante feste» sono giorni differenti dagli altri, perciò «in genere ci si veste meglio».
Oltre le feste religiose «comandate dalla Chiesa» e «da essa raccomandate», ci sono le «feste civili», come quella celebrata a Lione in occasione dell'entrata di Luigi XIII in tale città. Anche il vescovo di Ginevra era festeggiato durante le sue visite pastorali, come alla sua solenne entrata a Bonneville:

Mia cara Figlia, che buon popolo ho trovato io in mezzo a cosi alte montagne! Quale onore, quale accoglienza, quale venerazione per il loro vescovo! L'altro ieri arrivai in tale cittadina in piena notte; ma gli abitanti avevano preparato tante luci e tanta festa che tutto era illuminato.

In occasione delle feste si organizzano dei banchetti e ci si veste «con gran pompa». Ora, «i banchetti, le pompe» fanno parte delle cose che Francesco di Sales collocava tra quelle che «in sostanza non sono per nulla cattive, bensì indifferenti». Tutto dipende dall'uso che se ne fa.
Preparare un buon pranzo è una dimostrazione di amicizia: in effetti, «come si può più genuinamente esprimere il desiderio che un amico goda di un buon pranzo, che preparandogli un banchetto gustoso e squisito?».
Ma non bisogna cadere negli eccessi: «Quelli che, trovandosi ad un festino, assaggiano ogni portata e mangiano di tutto un po', si rovinano seriamente lo stomaco, al quale provocano una così grave indigestione che non dormono tutta la notte, non riuscendo a fare altro che vomitare». Le nozze sono grandi occasioni per far festa e gioire, ma non è raro il caso, costatava il vescovo, che «ci si lasci andare a mille sregolatezze in passatempi, in banchetti e in chiacchiere».

I «colloqui gioiosi e amabili»

Tra i passatempi più comuni e gradevoli della società umana, ci sono infine le conversazioni familiari, i «colloqui gioiosi e amabili». Gli argomenti che vi si trattano possono essere molto diversi. A detta del Camus, il vescovo di Ginevra non disdegnava di parlare con gli amici «di costruzioni, di pittura, di musica, di caccia, di uccelli, di piante, di giardini, di fiori». Sapeva trarre a suo modo «da tutte queste cose altrettante elevazioni spirituali».
Nella *Filotea*, Francesco di Sales consacra cinque capitoli al tema *Del parlare*. Tra i due eccessi, che sono il ciarlare e l'essere taciturno, c'è uno spazio per il conversare, le cui doti principali devono essere l'amabilità e il buonumore. Tre difetti le distruggono: le parolacce, la menzogna e la presa in giro.
Al seguito di Aristotele e di san Tommaso, Francesco di Sales fa l'elogio dell'«eutrapelia», parola greca che designa la piacevole conversazione, e perciò Filotea deve evitare le «risate e gioie stupide e insolenti», come il «dar sulla voce a questo, diffamare quello, punzecchiare un terzo, far del male a un deficiente».
La gioia non va ridotta a puro sentimento privato, è anche in certo senso un dovere sociale. Le lettere di Francesco di Sales ai propri corrispondenti sono colme di consigli di questo genere: «Conservate la santa e cordiale gaiezza che nutre le forze dello spirito e edifica il prossimo». Per «accontentare» gli altri, la gioia è indispensabile: «Io sono molto consolato dalla gioia che pervade il vostro vivere; Dio infatti e il Dio della gioia».
Si può quindi scherzare e dire delle facezie, con buona pace del religioso avignonese che lo aveva «preso in giro pubblicamente», perché aveva scritto nella Filotea «che durante la ricreazione si possono dire delle barzellette». L'esempio

veniva dall'alto:

San Luigi, quando i religiosi gli volevano parlare di affari rilevanti dopo pranzo: Non è il tempo per parlarne – diceva –, ma per ricrearsi con qualcosa di gioioso e con facezie: ciascuno dica onestamente ciò che vorrà.

Se le parole sono «pulite, civili e oneste», che male c'è in tutto ciò? Francesco di Sales raccomandava spesso la gioia, anche alle visitandine che potevano essere tentate di trascurare la ricreazione. Il dovere, le responsabilità, le occupazioni comportano obblighi che rischiano facilmente di farci dimenticare il «dovere della gioia». Francesco di Sales parlava per esperienza quando scriveva:

Bisogna non solo fare la volontà di Dio, ma, per essere una persona devota, bisogna farla in maniera gaia. Se non fossi vescovo, forse che, sapendo ciò vuol dire, non vorrei esserlo. Ma essendo vescovo, non soltanto sono obbligato a compiere ciò che questa pesante vocazione richiede, debbo anche compierlo con gioia, devo compiacermi e ritenerlo gradevole.

Si sarà compreso che la gioia non risiedeva sempre in tutti i «piani» dell'anima umana, ma talvolta soltanto al suo «vertice».

L'umorismo salesiano

Trovandosi a corto di notizie, a un amico curioso che gliene chiedeva, risponde: «Tutte le nostre notizie si riducono a questo, non ne abbiamo affatto». L'osservare piccole stranezze degli uni e degli altri si presta bene a qualche battuta spiritosa. A una sua figlia spirituale, un tantino presuntuosa e autosufficiente, lancia questa frecciata gentilmente beffarda: «Mi sento a mio agio per il fatto che i miei libri hanno trovato via libera nel vostro spirito, che è tanto bravo da credere di bastare a sé stesso». Si possono autorizzare certe dame di Chambéry ad entrare nel monastero per vedere la nascente congregazione? «Ho detto loro di sì, purché non portino il lungo strascico [...] Sono dame molto buone, salvo la vanità».
L'ironia è molto fine in questo passaggio di una predica in cui prende in giro la falsa cortesia che si mette in mostra ascoltando il predicatore: «Quando si è invitati a pranzo, uno prende per sé, qui invece si è estremamente cortesi, perché non si smette mai di dare agli altri». Le innumerevoli immagini e paragoni tratti in particolare dagli animali fanno spesso sorridere, perché il vescovo richiama non soltanto gli animali «nobili» come il leone o graziosi come le colombe, ma anche le scimmie, le galline, le ranocchie, i camaleonti e i coccodrilli.
Una grande questione discussa tra gli autori spirituali era quella di sapere se era

permesso ridere. In realtà, ci sono due modi di ridere: «Lo scherno suscita riso con disprezzo e disgusto del prossimo; il motto giocoso invece provoca riso in tranquilla semplicità, per confidenza e intima schiettezza, congiunte alla gentilezza delle parole». Quando il vescovo di Ginevra faceva il catechismo ai fanciulli, provava gusto «a far ridere un poco i presenti» prendendo in giro le maschere e i balli, fin tanto che il suo uditorio lo «incitava con i suoi battimani a continuare a fare il bambino tra bambini».
L'umorismo è il sale della conversazione e uno dei mezzi più sicuri per comunicare con il prossimo. Il monsignore di Ginevra provava un certo gusto per «i giochi di parole». Parlando della dolcezza con sé stessi, prende in giro gentilmente coloro che «andati in collera, si incolleriscono perché si sono incolleriti, si arrabbiano perché si sono arrabbiati e imprecano perché hanno imprecato». A proposito di alcune illusioni che certuni si fanno sui segreti ben conservati nei monasteri femminili, troviamo questo piacevole rilievo: «Non c'è segreto che non passi segretamente dall'una all'altra».
Quando viene a sapere che il fratello Jean-François sarà suo coadiutore e che lo solleverà ben presto dal peso della diocesi, esclama: «Questo vale più di un cappello da cardinale». Questo fratello di carattere impetuoso e impaziente, ne metterà alla prova parecchie volte la pazienza, fino al punto da fargli scrivere un giorno: «Penso, fratello mio, che c'è una donna molto fortunata. Indovina chi è. […] Questa donna molto fortunata è quella che non hai sposato». Un'altra volta paragonò i tre fratelli Sales a tre ingredienti per fare una buona insalata:

Ognuno di noi tre preparerà il necessario per una buona insalata: Jean-François preparerà un buon aceto, perché è molto forte; Louis preparerà il sale, perché è saggio; e il povero François è un buon garzone che farà da olio, tanta è la sua stima per la dolcezza».

Beato chi sa ridere di sé stesso!