 Tempo per lettura: 11 min.

La spiritualità cristiana è spesso percepita come patrimonio esclusivo di anime privilegiate, lontana dalla vita concreta di chi abita il mondo. San Francesco di Sales capovolge questa visione con una proposta radicale: Dio non si trova in un altrove ideale, ma nel cuore pulsante dell'esistenza ordinaria. Vescovo, direttore spirituale e scrittore del XVII secolo, Franceso di Sales ha elaborato un cammino di santità accessibile a tutti — al mercante, alla sposa, al soldato, al contadino — senza richiedere l'abbandono del proprio stato di vita. Il testo che segue esplora i pilastri di questa spiritualità del quotidiano: l'accettazione amorevole della propria condizione, l'esercizio concreto delle virtù, l'incontro con Dio negli eventi di ogni giorno e la trasfigurazione dell'ordinario attraverso la carità.

Dio mi manifesta il suo volere e il suo amore nella e mediante la vita di ogni giorno, la quale costituisce quindi il luogo provvidenziale in cui lo posso incontrare. L'uomo è continuamente tentato di cercarlo altrove, in un'altra epoca o in una condizione di vita differente dalla propria, mentre Dio è presente nella vita di ciascuno. Pensa forse spontaneamente che la vita spirituale sia riservata a l'élite e sia racchiusa in libri ovviamente incomprensibili per i comuni mortali.

Francesco di Sales propone una spiritualità della "vita ordinaria", del quotidiano. Lo afferma esplicitamente nella prefazione della *Filotea*: la mia intenzione – scriveva – è quella di istruire coloro che "per la loro condizione sono obbligati a vivere esteriormente una vita ordinaria". Esternamente nulla sembra distinguerli dagli altri; interiormente il fuoco dell'amore li infiamma. Se Francesco di Sales ha scelto come patrona della sua congregazione Nostra Signora della Visitazione è perché "la molto gloriosa Vergine fece questo solenne atto di carità verso il prossimo col recarsi a visitare e servire santa Elisabetta nel periodo laborioso della sua gravidanza, e nonostante ciò compose il cantico del *Magnificat*, il più dolce, il più elevato, il più spirituale e più contemplativo che sia mai stato scritto".

Bisogna fiorire dove Dio ci ha piantati

Questa sentenza, attribuita a Francesco di Sales, definisce indubbiamente uno dei tratti fondamentali di questa spiritualità. Essa consiste in primo luogo nell'amare francamente il proprio stato di vita. Il motivo è chiaro:

Se siamo santi secondo la nostra volontà, non saremo mai santi come si deve; dobbiamo esserlo secondo la volontà di Dio. Ora, la volontà di Dio è che, per amore di Lui, amiate francamente i doveri del vostro stato di vita.

Qui si tocca con il dito il realismo spirituale di Francesco di Sales, il quale non teme nulla quanto il moltiplicare desideri infruttuosi. Bisogna servire Dio – diceva a una giovane novizia assetata di perfezione immediata – "secondo lo stile umano, proprio del tempo, attendendo di poterlo fare un giorno in modo divino o angelico, secondo lo stile proprio dell'eternità".

"È cosa buona desiderare molto, ma occorre anche mettere ordine fra i desideri e trasformarli in opere a misura che se ne presenta il momento giusto e la possibilità. […] L'opera eseguita, anche se molto limitata, è sempre più utile che i grandi desideri di cose fuori delle nostre possibilità. Dio ci chiede piuttosto la fedeltà alle piccole cose che l'ardore per quelle grandi che non dipendono da noi".

Diceva anche: "Noi perdiamo spesso tanto tempo a cercare d'essere buoni angeli, mentre trascuriamo d'essere uomini buoni o donne buone".

È necessario, quindi, imparare a compiacerci di essere là dove siamo. Francesco di Sales, del tutto restio a diventare vescovo, apprendeva ogni giorno ad amare ciò che Dio aveva voluto da lui. Giovanna di Chantal dovrà imparare ad amare la sua condizione di vedova, perché Dio aveva permesso che ciò accadesse.

Una sua abituale sentenza suona così: "Non bisogna desiderare di giungere alla perfezione in un colpo solo; bisogna percorrere il cammino comune e ordinario, che è il più sicuro". Non solamente tutti sono chiamati alla perfezione della carità, in cui consiste la santità, ma la perfezione è accessibile a tutti. La conclusione di Francesco di Sales è perentoria: "Dovunque viviamo, possiamo e dobbiamo aspirare alla vita perfetta".

L’esercizio delle virtù

Fin qui, questa spiritualità sembra piuttosto passiva: si deve accettare la vita come essa si presenta, perché è la nostra realtà, e sforzarci si amarla come una manifestazione del volere di Dio e del suo amore a nostro riguardo. Ma questo è solo il punto di partenza. Si tratta di mantenere un atteggiamento positivo d’intervento, che Francesco di Sales chiama “l’esercizio delle virtù”.

Dopo aver riconosciuto e accettato il momento presente e il luogo provvidenziale in cui Dio “ci ha piantati”, si deve “fiorire” e produrre frutti, sempre però tenendo conto della situazione concreta e della vocazione di ciascuno. Il testo classico che definisce il tipo di santità al quale tutti sono chiamati merita di essere citato:

Alla creazione, Dio comandò alle piante di dare frutto, ciascuna secondo il suo genere: allo stesso modo comanda ai cristiani, che sono le piante viventi della sua Chiesa, di dare frutti di devozione, ognuno secondo la sua qualità e la sua professione.

Nella vita cristiana tutto è frutto della grazia dello Spirito Santo, ma il dono della grazia richiede la collaborazione attiva dell’uomo. L’acquisto delle virtù esige ad ogni modo una buona dose di sforzo, di coraggio, di costanza e di generosità. Si tratta qui di un vero esercizio (è il senso della parola ascesi) che si compie in un clima di serenità e di confidenza in Dio. “Temete più i vizi di quanto amiate le virtù”, scriveva a una donna sposata, impaziente e scrupolosa.

Ancora una volta egli precisa che le virtù devono essere praticate secondo la vocazione di ognuno e che “occorre osservare i comandamenti particolari che ciascuno ha a motivo della sua vocazione”.

I vescovi hanno come legge di visitare il gregge loro affidato, istruirlo, correggerlo e consolarlo; e io posso rimanere in preghiera per tutta la settimana, digiunare per tutta la vita, ma, se non faccio questo, mi perdo. Una persona coniugata può compiere miracoli, ma, se non adempie gli obblighi che ha verso il coniuge e non ha cura dei figli, è peggiore che un infedele, come dice san Paolo. E così si dica di tutti

gli altri.

Ma per non uscire di strada capovolgendone le priorità, bisogna sapere che esiste una gerarchia nelle virtù. Per Francesco di Sales, e ciò è fuori dubbio, il primo posto spetta all'amore, mentre le altre virtù lo accompagnano o lo seguono:

L'ape regina non parte per i campi se non quando è accompagnata da tutto il suo piccolo popolo; allo stesso modo la carità non entra mai in un cuore se non tirandosi dietro tutto il seguito delle altre virtù, che schiera e addestra come un capitano fa con i suoi soldati.

Le altre virtù, in particolare la dolcezza, dipendono dalla carità; esse ne sono manifestazioni e realizzazioni concrete, o ancora mezzi per acquistarla, tanto è vero che la sola carità "ci fa giungere alla perfezione". Esistono tuttavia virtù d'uso così universale da esigere di farne continuamente una buona provvista. Non sono già le virtù degli angeli, bensì quelle di uomini e donne in carne e ossa:

Se a Dio piacerà innalzarci fino alle perfezioni angeliche, saremo anche dei buoni angeli, ma nell'attesa esercitiamoci con semplicità, umiltà e devozione in quelle piccole virtù la cui conquista è stata posta alla nostra portata da Nostro Signore, come la pazienza, la bontà, la mortificazione del cuore, l'umiltà, l'obbedienza, la castità, la tenerezza verso il prossimo, la sopportazione delle sue imperfezioni, la diligenza e il santo fervore.

Ci sono ancora altre liste di virtù, nelle quali figurano, per esempio, la temperanza, l'onestà, il coraggio, la semplicità, la modestia, la cordialità e l'affabilità. Inoltre sono messi in luce alcuni atteggiamenti spirituali, molto apprezzati da Francesco di Sales, che però bisognerebbe considerare piuttosto come frutti delle virtù, o meglio dello Spirito santo, quali la gioia, la pace, la confidenza e l'abbandono in Dio.

Cosa diventano in questo quadro di virtù, i tradizionali esercizi ascetici? Non sono aboliti, ma l'accento è spostato. Così l'autore della *Filotea* raccomanda il lavoro piuttosto che il digiuno, la moderazione nei piaceri piuttosto che l'astensione. Al posto di scegliere sempre il peggio a guisa di penitenza, è meglio astenersi dal scegliere:

Credo che sia una virtù più grande mangiare senza scegliere quello che vi mettono davanti, e nell'ordine con cui ve lo mettono, sia oppure non di vostro gusto, che scegliere sempre il peggio. Perché, sebbene questo secondo modo di vivere sembri più austero, l'altro comporta tuttavia una maggior rassegnazione, perché in questo caso non si rinuncia soltanto al proprio gusto, ma anche alla propria scelta; e poi, non è austerità da poco stravolgere i propri gusti e farli dipendere dal caso; in più, questo tipo di mortificazione non appare, non dà fastidio a nessuno ed è fatto apposta per la vita di società.

Incontrare Dio negli avvenimenti di ogni giorno

La vita spirituale delineata da Francesco di Sales non è fatta "soltanto per affrontare eventi straordinari, ma principalmente per vivere in mezzo alle cose insignificanti di tutti i giorni". È in mezzo al più banale quotidiano che può avvenire l'incontro con Dio. La pastorella Rachele abbeverava il suo gregge al pozzo, conduceva al pascolo ogni giorno le sue pecore, attingeva acqua al pozzo ogni giorno, ed è nel bel mezzo di queste sue azioni quotidiane che incontrò il suo sposo.

Se c'è un punto importante nella spiritualità salesiana, questo è la "santa indifferenza", sintetizzata nella formula: "Nulla chiedere, nulla rifiutare". L'autore parte dal principio secondo cui tutto ciò che avviene nella vita (eccetto il peccato) è voluto da Dio o almeno da lui permesso. Di conseguenza, colui che ama veramente Dio si prepara ad accogliere ogni avvenimento, qualunque esso sia, con una "semplice disposizione", come se venisse dal "beneplacito divino".

Dio si fa conoscere nell'evento, sia inviandolo e sia semplicemente permettendolo. Una volta sopraggiunto, la persona rimane serena e l'accetta. È questo un atteggiamento passivo di rassegnazione che sembra un po' inquietante, tanto più che il vocabolario del "beneplacito" richiama troppo l'assolutismo del principe

terreno. Tuttavia, occorre tener presente che la volontà di disporsi, d'attendere, di prepararsi comporta anche un aspetto attivo da non trascurare. È una disposizione della volontà tra le più raccomandate da Francesco di Sales. È fondata, come si è detto, sulla confidenza nella Provvidenza, senza la quale nulla accade in questo mondo. Ma può essere considerata anche una virtù umana che contribuisce grandemente a mantenere un umore costante, soprattutto nei momenti difficili della vita. L'indifferenza, insegnava Francesco di Sales alle visitandine, è una virtù che non si acquista in cinque anni, "ce ne vogliono dieci".

A proposito della passività e della santa indifferenza, che diventa un'estrema indifferenza della volontà in rapporto a ciò che succederà, il vescovo di Ginevra mette le cose a punto, prendendo l'esempio della malattia. "Quando sarete malata" – raccomanda a Filotea –, "obbedite al medico, prendete le medicine, gli alimenti o altri rimedi per amore di Dio". Poi aggiunge: "Desiderate guarire, per rendergli servizio; ma non rifiutate di soffrire, per obbedirgli, e preparatevi perfino a morire, se gli piace, per lodarlo e goderlo".

Accogliere l'evento sarà tanto più facile quanto più uno è persuaso, con san Paolo, che "tutto concorre al bene di coloro che amano Dio". Dice tutto, cioè non solamente le gioie e le consolazioni, ma anche le prove, le tribolazioni e i mali di questa vita, ivi compresi i peccati. "Sì, persino i peccati, dai quali Dio ci preservi per sua bontà, sono orientati dalla Provvidenza divina al bene di coloro che gli appartengono".

Unire preghiera e vita

Quando affronta il tema della preghiera, l'autore della *Introduzione alla vita devota* s'impegna prima di tutto a convincere Filotea che si tratta di una vitale necessità. Seguendo la classica distinzione, Francesco di Sales considera tre tipi di orazione: vocale, mentale e vitale.

Apprezza e raccomanda la *preghiera vocale* o esteriore, sia essa liturgica, comunitaria o personale. Ma la qualità di tale preghiera deriva dall'intimo, dal cuore dell'orante: "Un solo *Pater*, detto con sentimento, vale più di molti recitati in fretta e furia".

Il vescovo di Ginevra apprezzava soprattutto l'*orazione mentale*, che raccomandava

a tutti, anche ai fedeli laici. Essa è preferibile perché dona effettivamente la priorità all'interiore sull'esteriore. La sua qualità dipende dall'amore, perché la preghiera vale quanto vale l'amore con cui è compiuta. Questa preghiera mentale, che chiama anche cordiale, ha due forme: la meditazione e la contemplazione. Entrambi alimentano la vita spirituale, come il mangiare e il bere mantengono la vita del corpo: "meditare vuol dire mangiare, e contemplare vuol dire bere".

Se l'orazione mentale esige di riservare un certo tempo della giornata a questo esercizio particolare; esiste tuttavia una terza forma di preghiera, assai più vicina alla vita e compatibile con ogni sorta di occupazione. È la preghiera vitale che si potrebbe anche chiamare preghiera vissuta o semplicemente unione con Dio. Le occupazioni non dovrebbero in alcun modo impedire l'unione con Dio, e coloro che praticano questa forma di preghiera non corrono il pericolo di dimenticarsi da Dio, non più di quanto gli innamorati rischiano di dimenticarsi l'un l'altro:

Gli innamorati d'un amore umano e naturale hanno quasi sempre tutti i pensieri fissi all'oggetto amato, il cuore pieno di trasporto per esso, la bocca traboccante delle sue lodi e non perdono occasione, in sua assenza, di testimoniare le loro passioni con lettere, né lasciano passare albero senza incidere sulla sua scorza il nome di chi amano.

In mezzo alle attività giornaliere di chi vive "pressato dalle cose temporali", è sempre possibile trovare un attimo di solitudine per unire il cuore a Dio:

Ricordatevi di ritirarvi sempre, o Filotea, nella solitudine del vostro cuore, mentre con il corpo state in mezzo alle conversazioni e alle faccende; questa solitudine della mente non può essere minimamente impedita neppure dalla moltitudine di coloro che vi stanno attorno, perché non sono attorno al vostro cuore, ma soltanto al vostro corpo, sì che il vostro cuore rimane tutto solo alla presenza di Dio solo.

Così, la vera preghiera non fa trascurare gli obblighi della vita di ogni giorno, a condizione di imitare la donna forte della Bibbia, di cui si dice che "ha usato le sue mani in grandi imprese, e le sue dita hanno maneggiato il fuso". Di qui le sue raccomandazioni alla baronessa di Chantal, forse mal consigliata all'inizio della sua vita spirituale: "Meditate, elevate il vostro spirito, portatelo in Dio, o meglio, attirate

Dio nel vostro spirito: ecco le cose vigorose. Allo stesso tempo, però, non dimenticate la conocchia e il fuso: filate il filo delle piccole virtù e abbassatevi nella pratica degli esercizi di carità. Chi insegna il contrario, inganna e si lascia ingannare".

Ad ogni modo, ciò non sarà del tutto facile. Unire la preghiera alla vita, comportarsi nel vivere come ci si comporta nel pregare, giungere a realizzare l'unione del cuore e della vita, tutto ciò non si acquista per incanto. Bisognerà guardarsi bene dal perdere l'equilibro interiore, richiesto per avanzare senza incespicare negli ostacoli. Facciamo come i funamboli e gli equilibristi: "Coloro che camminano sulla corda tengono sempre in mano il bastone del contrappeso, per bilanciare con esattezza il corpo, secondo i movimenti che devono fare su una base così pericolosa". Paragonando la croce di Cristo al bastone del contrappeso che garantisce l'equilibrio, Francesco di Sales ricorda che la vita di ogni giorno è piena di occasioni pericolose e che necessita di una salvaguardia.

Il quotidiano trasfigurato

La vita quotidiana è scandita da momenti, ma "in questi momenti della nostra vita è racchiuso, come in un nocciolo, il germe dell'eternità". L'orologio ci offre la misura quantitativa del tempo, ma la sua qualità dipende da noi. Se lo vogliamo, noi "possiamo passare tutti i nostri anni, i nostri mesi, i nostri giorni e le nostre ore, facendole sante mediante un uso buono e fedele".

Accanto a "grandi opere", l'autore della *Filotea* cerca di persuaderci che è importante prendere in considerazione le attività "minori e più umili": "le piccole ingiurie, questi piccoli fastidi, queste perdite poco importanti che capitano ogni giorno", le "piccole occasioni", i "quotidiani piccoli gesti di carità", "questi piccoli incomodi", "questa piccola umiliazione", "queste piccole sofferenze". Ora, tutto ciò, tutte "queste occasioni che si presentano a ogni piè sospinto, sono un gran bel modo, a saperle usarle bene, per ammucchiare molte ricchezze spirituali". Il più piccolo di questi momenti può acquistare un valore straordinario, se è vissuto con amore.

Capita spesso che una persona debole di corpo e di spirito, che si esercita soltanto in piccole cose, le faccia con tanta carità da sorpassare di molto il merito delle azioni grandi ed elevate; infatti, abitualmente, le azioni elevate si compiono con

meno carità, a motivo dell’attenzione e delle varie considerazioni che si fanno su di esse.

Durante l’ultimo *Trattenimento* con le suore della Visitazione di Lione, due giorni prima di morire, ripeterà la sua lezione prefer1ita: “Non è il cumulo di opere che facciamo ciò che ci rende graditi a Dio, ma l’amore con cui le compiamo”. Non è neppure per la grandezza delle nostre azioni che piacciamo a Dio: “Una sorella che nella sua cella si occupa di un lavoretto, acquisterà maggior merito di un’altra indaffarata in vicende importanti, compiute però con minore amore. La perfezione delle nostre azioni è data dall’amore”.

La vita contemplativa è migliore, in sé, della vita attiva, ma “se nella vita attiva si raggiunge una più intima unione [con Dio], essa è migliore”. Perciò, “se una suora che lavora in cucina e maneggia la casseruola presso il fuoco, compie tutto ciò con maggior amore e carità di un’altra, il fuoco materiale non la distoglierà, al contrario, l’aiuterà ad essere più gradita a Dio”. La solitudine con Dio è buona, ma avviene sovente “che si sia uniti a Dio tanto nell’azione, quanto nella solitudine”.

L’amore è il segreto dell’alchimia salesiana fino al punto che quanto ci affligge può rivestire un valore straordinario grazie all’unione della nostra volontà con il beneplacito di Dio.