

# **Giocare per vivere: riposo e tempo libero (I)**

Giocare è necessario per fruire appieno della vita. Si impara inoltre a vincere e a perdere, a usare l'immaginazione, a stare con gli altri...e persino a avere un rapporto con Dio.

02/08/2019

Oggi in molti paesi la scuola concede ai bambini e ai giovani sempre più tempo libero, e così molti genitori sono particolarmente sensibili

all'importanza che questi momenti hanno assunto nell'educazione dei figli.

Certe volte, però, il timore principale è che durante i periodi in cui non si studia “si perda il tempo”. Ecco perché in molte famiglie si cercano attività extra-scolastiche per i ragazzi; non è raro che esse abbiano anche un taglio istruttivo – per esempio, l'apprendimento di una lingua straniera o di uno strumento musicale – per completare i loro studi.

## **Il valore del tempo libero**

Il tempo libero ha in sé delle potenzialità educative specifiche, alle quali si riferiva Giovanni Paolo II quando invitava a «potenziare e valorizzare il tempo libero dei ragazzi e indirizzarne le energie»[\[1\]](#).

Nelle ore della giornata in cui non ci sono più compiti scolastici da fare, il

ragazzo si sente, in maggiore o minore misura, padrone del proprio destino; può fare ciò che realmente vuole: stare con i suoi amici o con la famiglia, coltivare le proprie inclinazioni, riposare o divertirsi nel modo che preferisce. Effettivamente può prendere alcune decisioni che identifica come proprie, perché sono rivolte a stabilire una graduatoria negli interessi personali: che cosa mi piacerebbe fare, quale attività potrei riprendere o quale potrei rimandare... Può imparare a conoscersi meglio, scoprire nuove responsabilità e amministrarle. In definitiva, può mettere in gioco la propria libertà in un modo più consapevole.

Per questo i genitori -e in generale tutti gli educatori- devono valorizzare il tempo libero dei giovani . Educare vuol dire educare a essere liberi, e il tempo libero è, per definizione, un tempo di libertà, un

tempo per la gratuità, la bellezza, il dialogo; un tempo per tutte quelle cose che non sono “necessarie”, ma senza le quali non si può vivere.

Questa potenzialità educativa può essere sprecata sia se i genitori si disinteressano del tempo libero dai compiti scolastici sia se lo considerano soltanto come una opportunità per “prolungare” la formazione dei figli con ulteriori apprendimenti extrascolastici.

Nel primo caso è facile che i ragazzi si lascino trascinare dalla comodità o dalla pigrizia, e che riposino in un modo che richieda poco impegno (per esempio, con la televisione o con i videogiochi).

Nel secondo, si perde la specificità educativa del tempo libero, perché si trasforma in una specie di prolungamento della scuola, organizzato per iniziativa quasi esclusiva dei genitori. Ma così

facendo alla fine, purtroppo, l'immagine della vita che si trasmette ai figli è quella di una esistenza divisa tra obblighi e divertimento.

Pertanto conviene che i genitori valutino con una certa frequenza quale contributo stanno dando alla crescita integrale dei figli le attività che costoro hanno svolto durante la settimana e se nell'insieme contribuiscono in modo equilibrato al loro riposo e alla loro formazione.

Se l'orario è troppo fitto il figlio farà molte cose, ma forse non imparerà ad amministrare il proprio tempo. Se si vuole che i figli crescano nelle virtù, bisogna fare in modo che mettano alla prova la loro libertà; se non si dà loro la possibilità di scegliere le attività preferite, o se in pratica impediamo ai ragazzi di giocare o di stare con gli amici, corriamo il rischio che, quando saranno maggiorenni, non sappiano

come divertirsi. In questo caso, è facile che finiscano col lasciarsi trascinare da tutto ciò che la società dei consumi offre loro.

Per educare all'uso libero e responsabile del tempo libero dagli obblighi scolastici occorre che i genitori conoscano bene i propri figli, perché la cosa migliore è proporre forme di *otium* che rispondano ai loro interessi e alle loro capacità, che siano in grado, cioè, di farli riposare e di divertirli.

I figli, soprattutto se sono piccoli – ed è il momento migliore per formarli –, sono molto disponibili a ciò che i genitori propongono loro: e se restano soddisfatti, vuol dire che si stanno ponendo le basi perché scoprano da sé il modo migliore di impiegare i momenti di svago.

È chiaro che questo richiede ai genitori immaginazione e spirito di sacrificio. Per esempio, conviene

ridurre le attività che occupano un tempo sproporzionato nella giornata di un ragazzo oppure lo inducono a isolarsi (come accade quando passano ore davanti al televisore o navigando in internet o “chattando” o videogiocando). Sono preferibili quelle attività che permettono ai figli di coltivare dei rapporti di amicizia e che li attraggono spontaneamente, come di solito avviene per lo sport, le gite e altri eventi che riuniscono i giovani.

## **Giocare per crescere**

Fra tutte le attività che possono svolgere nel tempo libero, ce n’è una che i bambini – e non solo loro – prediligono: il gioco.

È naturale, perché il gioco si associa spontaneamente alla felicità, a uno stato in cui il tempo non pesa, a una esperienza di vita che porta sorprese e imprevisti. Nel gioco ognuno mostra la propria identità più vera, si

fa coinvolgere con tutto il proprio essere, spesso assai più che in molte altre attività.

Il gioco è, anzitutto, una prova di ciò che sarà la vita: è un modo di imparare a utilizzare le energie che abbiamo a disposizione, è un saggio delle nostre capacità, di ciò che sappiamo fare. Anche l'animale gioca, ma molto meno dell'uomo, perché il suo apprendimento si stabilizza presto. Le persone invece giocano durante l'intera loro vita, perché possono continuare a crescere – come persone – senza limiti di età.

La natura umana si serve del gioco per raggiungere la maturità dello sviluppo. I bambini, giocando, imparano a interpretare le conoscenze, a saggiare le proprie forze nelle competizioni, a formare i diversi aspetti della propria

personalità: il gioco è una sfida continua.

Si possono verificare le regole che si devono adottare liberamente per giocare bene; si stabiliscono gli obiettivi e ci si esercita ad accettare le sconfitte. Ogni gioco è un esercizio di responsabilità e quindi ha in sé un valore etico, ci aiuta ad essere soggetti morali.

E' normale giocare con altri, giocare "in società". Il carattere sociale del gioco è così radicato, che anche quando i bambini giocano da soli, tendono a creare scenari fantastici, storie, altri personaggi con i quali dialogare e instaurare un rapporto. Nel gioco i bambini imparano a conoscersi e a conoscere gli altri, provano la gioia di stare con altri e, divertendosi, assimilano e imitano i ruoli dei grandi.

S'impara a giocare soprattutto in famiglia. Vivere è giocare,

competere; però vivere è anche collaborare, aiutare, convivere. È difficile capire come i due aspetti – competere e convivere – si possano armonizzare al di fuori di una istituzione familiare. Orbene il gioco è una delle occasioni fondamentali per imparare a socializzare.

In sostanza, il grande valore pedagogico del gioco sta nel fatto che lega gli affetti all'azione; poche cose uniscono in un modo più diretto i genitori e i figli che giocare insieme. Come diceva San Josemaría, i genitori devono essere amici dei figli, dedicando loro abbastanza tempo.

Certamente, man mano che i figli crescono, sarà necessario adeguarsi alle loro esigenze e ai loro gusti anche nel modo di giocare. Ma ciò significa solo che l'interesse dei genitori per il tempo libero dei figli assumerà nuove forme. Per esempio, si possono organizzare le cose in

modo che i figli invitino a casa i loro amici oppure i genitori possano assistere personalmente a qualche manifestazione sportiva alla quale partecipano i propri figli... Sono iniziative che, tra l'altro, permettono di conoscere gli amici dei figli e le loro famiglie senza dare l'errata impressione di volerli controllare o di non avere fiducia in loro.

Con l'aiuto di altri genitori, si possono anche creare luoghi di svago per ragazzi, nei quali organizzare divertimenti sani, le cui attività si svolgano tenendo conto della formazione integrale dei partecipanti. San Josemaría incoraggiò molti genitori a promuovere questo tipo di iniziative, nelle quali si mette a disposizione dei ragazzi un ambiente formativo dove possano giocare, e nello stesso tempo possano rendersi conto della loro dignità di figli di Dio, preoccupandosi degli altri: luoghi nei quali vengono

aiutati a scoprire che c'è un tempo per ogni cosa e che ogni cosa ha il suo tempo, e che a tutte le età – anche quando si è piccoli – si può cercare la santità e si può lasciare una traccia nelle persone che vivono accanto a noi.

Volendo usare un'espressione di Paolo VI, molto cara a Giovanni Paolo II, si potrebbe dire che i club giovanili sono luoghi dove si insegna ad essere «esperti in umanità»[2]: sarebbe perciò un grave errore ritenerli interessanti soltanto sulla base dei risultati scolastici o sportivi che conseguono.

## **Giocare per vivere**

In greco, educazione (*paideia*) e gioco (*paidia*) sono due termini della stessa area semantica. Effettivamente, imparando a giocare si acquista, nello stesso tempo, un atteggiamento assai utile per affrontare la vita.

Anche se può sembrare paradossale, non solo i bambini hanno bisogno di giocare; anzi si può affermare che l'uomo deve giocare tanto più quanto più è avanti negli anni. Tutti noi abbiamo conosciuto persone depresse dalla vecchiaia: hanno scoperto di non avere più le forze di una volta e si sono convinti di non poter più affrontare le sfide della vita.

Un atteggiamento che, del resto, possiamo riscontrare in molti giovani - anziani prematuri - che sembrano mancare della flessibilità necessaria per intraprendere nuove imprese.

Viceversa, può darsi che abbiamo avuto l'occasione di conoscere persone anziane che conservano uno spirito giovane: la capacità di entusiasmarsi, di ricominciare da capo, di affrontare ogni nuova giornata come se fosse la prima.

Questo avviene anche quando a volte hanno notevoli limitazioni fisiche.

Tali casi dimostrano che, man mano che l'uomo cresce, acquista sempre più importanza per lui la possibilità di affrontare la vita con un certo senso ludico. Infatti, chi ha imparato a giocare sa relativizzare i risultati – successi o sconfitte – e sa scoprire il valore del gioco stesso; prova la soddisfazione di sperimentare nuove soluzioni per vincere; evita la mediocrità di chi va esclusivamente in cerca del risultato ma distrugge il divertimento. Si tratta di disposizioni che si possono applicare alle cose “serie” della vita, alle attività normali, alle nuove situazioni che, affrontate in altro modo, potrebbero portare allo scoraggiamento o a una sensazione di incapacità.

Lavoro e gioco hanno tempi diversi; ma la disposizione con la quale si progettano sia l'uno che l'altro non

ha motivo di essere diversa, perché è la stessa persona che lavora e che gioca.

Le opere umane sono effimere, e per questo non meritano di essere prese troppo sul serio. Il loro valore più alto – come ha insegnato san Josemaría – sta nel fatto che lì ci aspetta Dio. La vita ha pieno senso soltanto quando facciamo le cose per amore di Lui..., o meglio: nella misura in cui le facciamo con Lui.

La serietà della vita sta nel fatto che non possiamo scherzare con la Grazia che Dio ci dà, con le occasioni che ci offre. Anche se, a ben vedere, anche il Signore si serve della Grazia per scherzare con l'uomo: “*Egli sa scrivere perfettamente anche con una gamba del tavolo*”[3], diceva San Josemaría.

Soltanto la relazione con Dio è capace di dare stabilità, grinta e senso alla vita e a tutte le opere

umane. Il filosofo Platone intuì questa grande verità: «è necessario trattare seriamente le cose serie, ma non quelle che non lo sono. Solo la divinità è meritevole di ogni tipo di beata serietà, mentre noi uomini siamo dei giocattoli da essa inventati: questa è la cosa più bella che c'è in noi. Pertanto dobbiamo accettare questa condizione e che ogni uomo passi la vita a giocare i giochi più belli»[4].

I giochi più belli sono i “giochi” di Dio. Ognuno di noi deve rendersi conto, liberamente, di essere un giocattolo divino, chiamato a giocare con il Creatore; e deve affrontare da sé tutte le attività, con la fiducia e lo spirito sportivo con cui un bambino gioca con suo Padre.

In questo modo le cose si compiranno ***prima, più e meglio***; sapremo superare le apparenti sconfitte, perché l'importante – l'aver

giocato con Dio – è già avvenuto e altre avventure ci aspettano sempre. La Sacra Scrittura ci presenta la Sapienza divina mentre progetta accanto a Lui: « ed ero la sua delizia ogni giorno, mi rallegravo davanti a Lui in ogni istante; mi ricreavo sul globo terrestre, ponendo le mie delizie tra i figli dell'uomo»<sup>[5]</sup>: Dio che “gioca” creando ci insegna a vivere con allegria, sicuri, convinti che riceveremo – forse inaspettatamente – il dono che aneliamo, perché «tutto concorre al bene di coloro che amano Dio, che sono stati chiamati secondo il suo disegno»<sup>[6]</sup>.

### ***J.M. Martín e J. Verdiá***

[1] Giovanni Paolo II, Esortazione apostolica *Familiaris consortio*, 22-XI-1981, n. 76.

[2] Giovanni Paolo II, *VI Simposio del Consiglio delle Conferenze Episcopali d'Europa*, 11-X-1985, n. 13.

[3] *Amici di Dio*, n. 117.

[4] Platone, *Le leggi*.

[5] *Prv* 8, 30-31.

[6] *Rm* 8, 28.

.....

pdf | documento generato  
automaticamente da [https://  
opusdei.org/it-ch/article/giocare-per-  
vivere-riposo-e-tempo-libero-i/](https://opusdei.org/it-ch/article/giocare-per-vivere-riposo-e-tempo-libero-i/)  
(10/01/2026)