



“Le babbucce di Abu Kasem” di Daniele Rabozzi, scritto per la rivista “Percorsi Yoga” della YANI (Yoga Associazione Nazionale Insegnanti) sul numero 35 del febbraio 2006 dedicato a “Parinama” (il cambiamento)

Le babbucce di Abu Kasem

L'antica fiaba

Chi non conosce la storia di Abu Kasem e delle sue babbucce?

Con tale domanda il grande studioso dell'India Heinrich Zimmer comincia il racconto di questa antica e intrigante fiaba orientale¹. Abu Kasem, ricco e avaro commerciante di Bagdad, passava il tempo ad accumulare denaro ed era diventato famoso per le sue sudice e rattoppate babbucce.

Il caso vuole che un giorno gli capitò un affare particolarmente fortunato, tanto che, per festeggiare, decise di concedersi una visita ai bagni pubblici della città. All'uscita dei bagni, invece delle sue luride babbucce, ne trovò un paio bellissime, nuove e luccicanti. “Sarà stato sicuramente qualcuno in vena di farmi un regalo, qualcuno che non voleva vedermi più camminare con quelle mie, forse fin troppo, logore babbucce”, pensò il nostro mercante. Non cercò troppo in giro, si mise le sue nuove babbucce e se ne tornò a casa. Quel giorno ai bagni c'era anche il Cadi di Bagdad che non impiegò molto a riconoscere quelle vecchie e famose calzature che trovò al posto delle sue.

Abu Kasem, preso e imprigionato, al processo nulla poté fare o dire se non pagare la salatissima multa.

Tornato a casa, in un accesso d'ira, gettò dalla finestra la causa del suo guaio: le babbucce vennero inghiottite dalle acque del Tigri.

Alcuni pescatori, trovandole impigliate nelle loro reti, si arrabbiarono per bene perché i chiodi con cui erano state aggiustate più e più volte le babbucce avevano tagliato in vari punti le reti. Questa volta le vecchie calzature vennero lanciate dalla strada direttamente dentro la finestra della casa di Abu Kasem, così giunsero sul tavolo, dove le ampolle di cristallo piene di essenza di rosa, il grande ultimo affare del nostro mercante, erano posteggiate in attesa di essere vendute.

¹ [Il re e il cadavere. Heinrich Zimmer. Ed. Adelphi 1983.](#)

Le care babbucce stavano diventando una persecuzione tanto che Abu Kasen decise di seppellirle in giardino. Il vicino geloso lo vide mentre zappava e sicuro che stesse occultando o dissotterrando qualcosa, lo andò a denunciare al Califfo, unico e solo proprietario di ciò che la terra nasconde. Altro processo, altra multa.

A questo punto egli decise di andare fuori città e trovò un remoto stagno vi buttò dentro quanto rimaneva delle sue miserabili babbucce. Ma lo stagno era uno dei serbatoi che alimentavano le riserve d'acqua della città e quando gli addetti dell'acqua scoprirono che cosa aveva ostruito una delle griglie dei canali, insudiciandone le acque, Abu Kasem di nuovo si ritrovò in prigione e di nuovo si vide affibbiare una multa salatissima.

Decise di bruciarle, ma siccome erano bagnate le mise ad asciugare sul balcone, da dove il cane del vicino, incuriosito dagli strani oggetti, ne fece cadere una in strada. In quel mentre proprio lì sotto passava una donna incinta che, colpita in testa dalla scarpa, a causa dello spavento, abortì. Il nostro mercante, ormai quasi impazzito, alla fine del processo chiese e ottenne dal giudice pietoso di non dover mai più rispondere dei danni causati dalle sue babbucce. Aveva imparato a caro prezzo cosa può succedere quando non si cambiano abbastanza spesso le babbucce.

Alcune chiavi di lettura

Zimmer commenta la storia e si chiede se non è il caso di andare oltre il banale giudizio moralista sull'avarizia e sui vizi del genere umano. C'è qualcosa di strano e di particolare in ognuno degli avvenimenti e dei personaggi della fiaba: tutto sembra formare un nodo sempre più stretto attorno al collo del nostro avaro.

Quale è la relazione esistente tra gli infiniti atomi delle possibilità che ruotano intorno a una persona e alle sue scelte? Il nostro agire sembra mescolarsi in un ordito assai complesso con ciò che apparentemente accade per cause esterne.

Abu Kasem è attaccato tanto alle sue ricchezze quanto alle sue miserie e le sue babbucce sono intrise e impregnate del suo stesso essere. Hanno acquistato così tanta forza e volontà da sembrare indipendenti e autonome. Si potrebbe dire che non possiede lui i suoi vizi, sono i vizi che lo possiedono. Non si sta trascinando dietro qualcosa che non è stato capace di lasciar andare al momento giusto? Una idea di sé, una immagine, una maschera che non è stata abbandonata quando i tempi erano maturi.

Ci siamo strutturati lentamente nel corso di tutta un'esistenza e abbiamo paura ad accettare le morti periodiche e consecutive che giungono, soglia dopo soglia, quando passiamo attraverso le stanze della vita, e che della vita sono il segreto.

Ogni piccolo movimento, ogni azione e ogni omissione sembrano addensarsi lentamente fino al momento della loro cristallizzazione nel complesso tessuto della nostra vita, tessuto che è il nostro karma.

Dopo queste riflessioni, Zimmer conclude dicendoci che spesso diversi segnali ci indicano quando un cambiamento va realizzato: un sogno, un'intuizione, l'oracolo di

una favola o quel “mago” interno ed eterno che sembrerebbe abitare in tutti noi e che ogni tanto trova il modo di parlarci. E se sussurra: “Cambiati le scarpe”, non ci resta che vedere di cosa sono fatte le nostre scarpe.

Che fare oltre a cambiarci le scarpe?

Un grazie al grande Zimmer per il suo commento al racconto, ma risulta chiaro che ci ha aiutato a formulare la domanda più che a trovare la risposta. Di cosa sono fatte le nostre scarpe? Ma soprattutto, quando e come cambiarle?

Lo yoga, riguardo a questi interrogativi, sembra essere ricco di suggerimenti e di proposte; il cammino, ovviamente, sarà tutto nostro.

Per quanto facciamo, studiamo, sappiamo e, perché no, pratichiamo, non scopriamo la formula completa dell'alchimia della vita. Vorrei utilizzare un'espressione usata da Aurelia De Benedetti in un'intervista rilasciata alla rivista Percorsi Yoga – Il Respiro (agosto 2004) nella quale dice che ognuno di noi tiene in mano solo un capo del filo. Comunque non conosciamo chi o cosa tiene l'altro capo, comunque non sappiamo quando e in che maniera terremo entrambe le estremità nelle nostre mani, ammesso che così debba essere. Cosa abbiamo veramente scelto fino a ora con il nostro grande io dalla i minuscola? Molto è già stato deciso: il corpo che abbiamo, il luogo nel quale siamo nati, le persone da cui siamo nati, quando e in che condizione sociale siamo cresciuti, coloro che abbiamo incontrato e tutti gli imprevisti che ben conosciamo. Abbiamo accumulato tantissimi biglietti da visita: quelli con cui funzioniamo nella società, quelli con cui ci presentiamo agli altri e quelli con cui guardiamo a noi stessi. La nostra vita ha una trama fitta e misteriosa; possiamo riscrivere quei biglietti e scegliere una nuova direzione solo perché decidiamo che è arrivato il momento di farlo?

Le tante scarpe dello yoga

Patanjali, quando propone il *Kriya Yoga*, ci chiede di agire e con *Ishwara Pranidhana* ci dice anche di inchinarci, di depositare, di lasciare andare.

Forse dobbiamo dire sì a ciò che ci viene incontro, arrenderci alla realtà delle cose, quando arrendersi vuol dire ammettere la realtà delle cose così come è e spesso anche combattere per cambiarla. Quindi fare la nostra parte, qualunque essa sia; agire, ma anche lasciar fare e sapere aspettare gli effetti del nostro agire.

Tutto ciò significa che non possiamo lavorare direttamente sul cambiamento, ma possiamo creare le condizioni che porteranno a esso.

Un esempio concreto lo viviamo tutti quanti, ogni sera, quando ci sdraiamo a letto per dormire. Tralasciamo i rituali che sono diversi per ognuno di noi, alla fine c'è per tutti un momento in cui veramente fermiamo ogni attività e aspettiamo che la dea

del sonno venga a baciarsi. Per quel bacio ci siamo preparati, ma è qualcun altro che ce lo deve dare.

Non è la stessa cosa per il rilassamento durante una pratica di yoga? Il rilassamento può avvenire in qualunque momento della pratica, ma “prendiamo” *Shavasana*. Ho lasciato la vita di fuori ed entro nello spazio privilegiato di un centro di yoga, ho spento il telefonino, mi sono isolato dall'esterno, mi cambio, mi viene spiegata la lezione (ammesso che questo sia il metodo) e quindi mi sdraio, mi fermo, mi ascolto, posso o non posso fare un percorso mentale per centrare la mia attenzione. Non c'è però un tasto da schiacciare che mi porta a rilassarmi, non è automatico, ho creato le condizioni, continuo a farlo, ma non è certo che giunga il rilassamento, a un certo punto la piccola magia deve avvenire da sola.

Un ultimo esempio può riguardare lo stato meditativo. Lasciamo, anche per comodità narrativa, la supremazia alla posizione seduta e mettiamola a fine pratica: *Shavasana* ha aperto la porta e la sequenza mi ha preparato affinché io possa sedermi per la meditazione formale. Ho predisposto sia le varie parti del corpo, sia il respiro, ho incanalato le energie mentali nella direzione dell'ascolto e dell'attenzione. Magari anche in posizione seduta compio un percorso mentale per aiutare la mia capacità di ascolto o semplicemente utilizzo un *pranayama*, ma prima o poi dovrò pur fermarmi e lasciar spazio. Lo stato meditativo non s'innesci con nessuna tecnica. Non che le tecniche siano inutili, esse ci portano in quella direzione, ci preparano, ci aiutano a creare le condizioni, ma non avremo mai la garanzia del risultato. Lo stato meditativo è l'incontro con il mistero, è il mistero che ci incontra.

Noi abbiamo solo preparato il terreno: il cambiamento avviene. Parlando per immagini è come alzare una mano al cielo, forse un'altra scenderà dal cielo a prendere la nostra; ma è importante sapere che il cielo potrebbe anche non afferrarcela.

Praticamente nella pratica

Quando la pratica trova posto tra le priorità della nostra vita e concretamente la viviamo nella quotidianità, è facile scoprire che il sederci in silenzio, alla fine o durante una sequenza, ci fa prendere una direzione carica di possibilità di trasformazione.

È nella posizione seduta per la meditazione che il nostro fare e il nostro non fare si incontrano più facilmente; è il luogo privilegiato per autoeducarsi a un'altra percezione, attraverso la quale finalmente lasciar emergere un altro ritmo e, forse, un cambiamento.