

Il tao del sesso

Autore: Stephen Thomas Chang

Casa editrice: Mediterranee

2013 – Lingua italiana

Non posso cominciare la recensione di questo libro senza prima citare il suo autore, il Dott. Stephen Thomas Chang. Il dottor Chang ha una laurea in medicina occidentale e ha studiato anche la medicina tradizionale cinese, ha inoltre conseguito lauree in giurisprudenza, filosofia e teologia ed è il fondatore della Foundation of Tao. Questo dovrebbe già farci capire la quantità e qualità di conoscenze che l'autore può esporre in questo libro. L'autore si è basato sugli scritti taoisti riguardanti l'argomento del sesso. Il testo più citato è il Su Nu Ching dell'Imperatore Giallo che cita tutti i segreti per godere e amare la propria vita, ma non è l'unico. Molti testi taoisti cercano di spiegare il vero scopo dell'atto sessuale e della felicità intrinseca. Il sesso viene dunque mostrato come un alimento basilare e vitale per l'essere umano. L'autore cerca di mostrare l'importanza del sesso per il benessere generale del corpo, dello spirito, della mente e per la connessione che li unisce intimamente. Nella nostra società purtroppo il sesso è diventato quasi esclusivamente una "ginnastica", dove ciò che conta sono solo le elevate prestazioni e dove si accettano quasi esclusivamente solo alcuni canoni "fisici" specifici, escludendo l'importanza dell'elevazione spirituale presente nell'atto.

Il libro si presenta con ben 4 parti suddivise in capitoli per un totale di XXX pagine. La prima parte è puramente filosofica e richiama i dettami taoisti. La seconda parte presenta un aspetto teorico e pratico rivolto alle sfere maschili e agli aspetti femminili, dove l'autore riesce egregiamente ad unire le spiegazioni scientifiche a quelle taoiste e concretizzarle in esercizi. La terza parte si concentra sull'unione dell'uomo con la donna nell'atto sessuale. L'ultima parte è un supplemento che integra completamente tutti i contenuti dei precedenti capitoli. Tutto questo è spiegato in modo semplice e lineare ed ogni concetto è quasi sempre coadiuvato da immagini e illustrazioni. Tali

illustrazioni mostrano la pratica vera e propria dell'atto con posizioni e variazioni che si possono reperire facilmente anche in altri libri che affrontano questo argomento.

Questo testo risulta essere un ottimo libro da consultare che aiuta il lettore a vivere e contemplare il sesso non più dal solo aspetto fisico ma anche dall'aspetto spirituale. Secondo il mio modesto parere forse non vale la pena prendere in considerazione proprio tutte le nozioni, in quanto la nostra società risulta essere cambiata rispetto a quella cinese dei tempi dell'Imperatore Giallo, ma sicuramente moltissime informazioni, molti aspetti e molte concezioni sono rimaste invariate.