John, Tarrant
nacido en 1949 en Australia, es un maestro zen que ha estudiado koans durante treinta años. Dirige el Pacific Zen Institute, centro dedicado a la meditación y las artes. Le interesa el zen como una forma de transformar la mente. Se doctoró en Psicología en el Saybrook Institute de San Francisco y se dedicó a estudiar y enseñar zen de una manera clásica durante aproximadamente quince años antes de desarrollar nuevas formas de introducir los koans para que resultaran útiles incluso a aquellas personas sin experiencia previa en meditación. Un koan es una puerta de entrada. Estos poemas breves, historias imaginativas y diálogos te abren a algo más real que las historias que inventan nuestras mentes. Tarrant es autor de varios libros de poesía y de filosofía zen. Actualmente vive entre viñedos cerca de Santa Rosa, California.

El rinoceronte zen

Autor: John, Tarrant

Koan
ISBN: 978-84-949134-1-9 / Rústica c/solapas / 224pp | 140 x 210 cm
Precio: $ 15.900,00

El rinoceronte zen ofrece un camino inusual hacia la felicidad. No te anima a esforzarte por las cosas, a manipular a la gente o a convertirte en una versión mejorada y refinada de ti mismo. Por el contrario, sugiere una manera indirecta de acercarte a la felicidad al desmontar, deshacer, tirar por la borda y, en general, subvertir la infelicidad. Y este enfoque indirecto ni siquiera parte de un plan: es difícil planear algo que te llevará más allá de lo que puedes imaginar, y precisamente para eso está diseñado este método. Basado en los koans zen, se utiliza desde hace siglos en el este de Asia. La meta del koan zen es la iluminación, es decir, un profundo cambio de actitud. Con este cambio el mundo parece un lugar diferente; con él llegan la libertad de espíritu y la conciencia de la alegría y la bondad que subyacen en la vida cotidiana. Los koans no buscan prescribir un tipo de felicidad particular o una forma de vida correcta. No te enseñan a construir o a hacer algo que no existía. Muchos enfoques psicológicos y espirituales giran en torno a metáforas de ingeniería y pretenden que tu mente sea más predecible y controlable. Los koans van en dirección contraria. Te invitan a aliarte con el lado impredecible de la mente y a transformarte en el artista de tu propia vida. "El rinoceronte zen es uno de los mejores libros jamás escritos sobre zen." Stephen Mitchell, traductor de Gilgamesh

El rinoceronte zen ofrece un camino inusual hacia la felicidad. No te anima a esforzarte por las cosas, a manipular a la gente o a convertirte en una versión mejorada y refinada de ti mismo. Por el contrario, sugiere una manera indirecta de acercarte a la felicidad al desmontar, deshacer, tirar por la borda y, en general, subvertir la infelicidad.