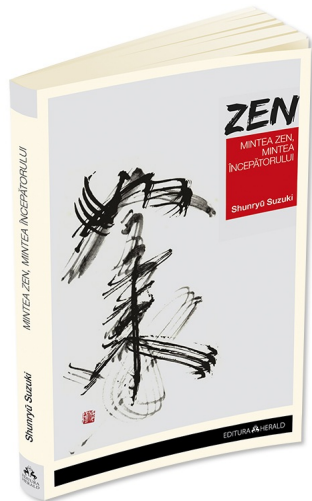


Mintea Zen, Mintea Inceptorului



In cele patru decenii de la prima publicare, *Zen Mind, Beginner's Mind* a devenit una din marile carti spirituale moderne, foarte iubita, recitata si recomandata ca fiind cea mai buna carte de introducere in doctrina Zen. Shunryu Suzuki prezinta elementele de baza de la detaliile posturii si respiratiei in zazen pâna la perceptia nondualitatii intr-un mod care nu numai ca se dovedeste remarcabil de limpede, dar care rezoneaza totodata cu bucuria intelegerii profunde de la prima pâna la ultima pagina.

Rating: Nu a fost evaluat inca

Pret:

Pret catalog: 33,00 lei

Pret cu reducere: 31,43 lei

Pretul de vanzare: 33,00 lei

[Pune o intrebare despre aceasta carte](#)

Descriere

In cele patru decenii de la prima publicare, *Zen Mind, Beginner's Mind* a devenit una din marile carti spirituale moderne, foarte iubita, recitata si recomandata ca fiind cea mai buna carte de introducere in doctrina Zen. Shunryu Suzuki prezinta elementele de baza, de la detaliile posturii si respiratiei in zazen pâna la perceptia nondualitatii intr-un mod care nu numai ca se dovedeste remarcabil de limpede, dar care rezoneaza totodata cu bucuria intelegerii profunde de la prima pâna la ultima pagina.

*

Shunryu Suzuki (?? ??, 1904 – 1971) a fost unul dintre cei mai influenti invatatori spirituali ai secolului al XX-lea, numit, pe drept cuvânt,

parintele fondator al meditatiei Zen in America. Calugar japonez de descendenta S?t?, dupa ce a studiat budismul Zen cu mai multi maestri, incepând din copilărie, si a obtinut transmisia Dharmei la vârsta de 22 de ani de la Gyokujun So-on, Suzuki si-a transmis invatatura in Statele Unite din anul 1959 pâna la moartea sa.

„In mintea incepatorului exista o multitudine de posibilitati, insa in cea a expertului nu exista decât foarte putine”

*

„In postura de zazen, mintea si corpul vostru au marea putere de a accepta lucrurile asa cum sunt, fie ca sunt placute, fie ca sunt neplacute.”

*

„Noi trebuie sa descoperim existenta perfecta prin intermediul unei existente imperfecte.”

Cuprins

Prefata 10

Introducere 13

PROLOG - Mintea incepatorului 25

PARTEA INTÂI - Practica justa 29

Postura 31

Respiratia 36

Controlul 42

Valurile mintii 46

Buruienile mintii 50

Maduva zen-ului 52

Fara dualitate 59

Prosternarea 63

Nimic special 69

PARTEA A DOUA - Atitudinea justa 73

Calea concentrării asupra unei singure

Actiuni 75

Repetitii 79

Zen si entuziasm 83

Efortul just 86

Nicio urma 91

Darul de la Dumnezeu 97

Greseli in practica 105

Restrângerea activitatii 111

Studiati-va pe voi insiva 114

A lustrui tigla 120

Constanta 127

Comunicarea 132

Negativ si pozitiv 138

Nirvana, cascada 143

PARTEA A TREIA - intelegerea justa 149

Spiritul zen traditional 151

Impermanenta	157
Calitatea fiintarii	161
Naturaletea	166
Vacuitate	171
Disponibilitate si intelegere	176
A crede in nimic	180
Atasament, non-atasament	185
Starea de calm	190
Experienta, nu filozofie	193
Buddhismul original	197
Dincolo de constiinta	201
Iluminarea lui buddha	207
EPILOG - Mintea zen	211

Reviews

Nu exista comentarii pentru acest produs.