

# Adyashanti

**Adyashanti** (cuyo nombre significa "paz primordial"), nació en 1962 como Steven Gray, estudió Zen durante 14 años bajo la guía de su maestra Zen, Arvis Joen Justi. Justi era un estudiante de Taizan Maezumi Roshi del Centro Zen de Los Angeles. Arvis enviaba regularmente a Gray (Adyashanti) a hacer sesshins (periodos intensivos de meditación zazen) en el Centro Zen de San Francisco, donde también estudiaba Zen bajo la dirección de Jakusho Kwong Roshi. A la edad de 25 años comenzó a experimentar una serie de transformaciones de despertares espirituales.



Adya empezó a enseñar en 1996 respondiendo a la petición de la maestra zen con la que llevaba estudiando catorce años. Su estilo de enseñanza (también conocido como *satsang*) es directa, espontánea y no-dual que ha sido comparada con la de los antiguos maestros Zen y sabios advaita (no-dualidad) de la India, sintiéndose afín a **Nisargadatta Maharaj**. Sus retiros son una mezcla de meditación silenciosa, enseñanzas del *dharmā* y conversaciones con sus estudiantes, y se centran en la disolución y reconstrucción de la identidad personal. En todo este tiempo muchos buscadores espirituales han despertado a su verdadera naturaleza en compañía de Adyashanti.

Sus enseñanzas son una invitación abierta para detenerse, investigar y reconocer lo que es verdadero y liberador en el centro de toda la existencia.

"Si filtras mis palabras a través de cualquier tradición o "ismo", te perderás lo que digo. La verdad liberadora no es estática; está viva. No puede ser conceptualizada y comprendida por la mente. La verdad está más allá de todas las formas de fundamentalismo conceptual. Lo que eres es el más allá, despierto y presente, ya aquí y ahora. Simplemente te ayudo a darte cuenta de ello."

"El propósito de mi enseñanza es la iluminación, despertar de la ilusión del estado de separación para alcanzar la realidad del Uno. En pocas palabras, lo que pretendo es que comprendas lo que eres. Es posible que también descubras otros elementos en esta enseñanza, los cuales surgen simplemente como respuesta a las necesidades

concretas de los demás en un determinado momentos; pero, básicamente, lo único que me interesa es que te despiertes."

Adyashanti reside en California con su esposa, Mukti, Profesora Asociada del Open Gate Sangha. Él enseña en el área de la bahía de San Francisco, ofreciendo satsangs, retiros intensivos de fin de semana y retiros de silencio. También viaja para enseñar en otras zonas de Estados Unidos y Canadá.

## ***Recursos:***

---

### **Libros - Publicaciones:**

Libros de Adyashanti en Español

### **Selección de textos / enseñanzas:**

Mi despertar *(Del libro: LA DANZA DEL VACÍO)*

El falso yo *(Del libro: LA VÍA DE LA LIBERACIÓN)*

Iluminación *(Del libro: LA DANZA DEL VACÍO)*

La Vía de la Liberación: Guía práctica para la Iluminación Espiritual

La raíz del sufrimiento *(Del libro: EL FIN DEL SUFRIMIENTO)*

El ego es movimiento *(Del libro: LA DANZA DEL VACÍO)*

El estado natural *(Del libro: EL FINAL DE TU MUNDO)*

El despertar auténtico *(Del libro: EL FINAL DE TU MUNDO)*

Indagación *(Del libro: MEDITACIÓN AUTÉNTICA)*

Despertar *(Del libro: LA DANZA DEL VACÍO)*

### **Ensayos:**

El origen de todo *(Adyashanti.org)*

Indagación Auténtica *(Adyashanti.org)*

La cuestión de ser *(Adyashanti.org)*

La inmensidad de la soledad *(Adyashanti.org)*

La verdadera meditación *(Adyashanti.org)*

Absolutamente todo *(Adyashanti.org)*

La Revolución Interior *(Adyashanti.org)*

Las cualidades indispensables del despertar *(Adyashanti.org)*

La búsqueda *(Adyashanti.org)*

Realizando tu verdadera naturaleza *(Adyashanti.org)*

La Novela de la Vida *(Adyashanti.org)*

Vender agua junto al río *(Adyashanti.org)*

Adyashanti, un maestro extraordinario *(Por Bonnie Greenwell)*

### **Entrevistas:**

Entrevista con Adyashanti (por Tami Simon)

## Charlas y diálogos:

¿Estás preparado para perder tu mundo? ([Adyashanti.org](http://Adyashanti.org))

Todo vuelve a la Nada ([Adyashanti.org](http://Adyashanti.org))

Tú eres el Buda ([Adyashanti.org](http://Adyashanti.org))

La vida despierta ([Adyashanti.org](http://Adyashanti.org))

## Otros recursos / Descargas:

Historia del despertar de Adyashanti ([Datelobueno.com](http://Datelobueno.com))

Adyashanti - Por el Dr. Tan Keng Khoo ([Acharia.org](http://Acharia.org))

Meditación Auténtica

El Despertar Auténtico

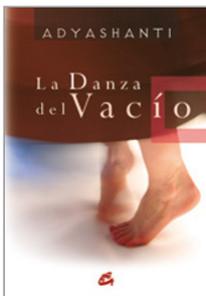
## Webs, blogs y redes sociales:

*Página web de Adyashanti:* [Adyashanti.org](http://Adyashanti.org)

*YouTube:* Open Gate Sangha, Palabras Maestras

*Facebook:* Adyashanti

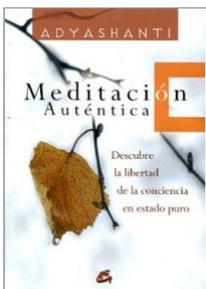
## Libros de Adyashanti en español



### LA DANZA DEL VACÍO

*Adyashanti*  
*Gaia Ediciones (2008)*

¿Quién eres tú cuando no estás pensando que existes? ¿Qué hay detrás de los ojos que están leyendo estas palabras? En La danza del vacío Adyashanti te invita a despertar a la esencia de lo que eres a través de la apertura espontánea y natural de la mente, el corazón y el cuerpo; dicha esencia guarda el secreto de la felicidad y la liberación... / leer más



### MEDITACIÓN AUTÉNTICA

*Adyashanti*  
*Gaia Ediciones (2008)*

¿Qué pasaría si dejases que todo fuese exactamente tal y como es?

¿Y si dejases de necesitar el control y, en su lugar, abrazases la totalidad de tu experiencia tal y como surgiera en cada momento?... / leer más



*Adyashanti*  
*Editorial Sirio (2011)*

Cada vez más personas están "despertando" espiritualmente. Y para la mayoría de ellas, la pregunta se convierte en: ¿y ahora qué? "La información sobre la vida después del despertar espiritual no suele hacerse pública —explica Adyashanti—. Frecuentemente sólo se comparte entre maestros y sus discípulo". El final de tu mundo es la respuesta... / leer más

---

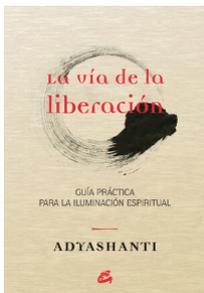


**EL FIN DEL SUFRIMIENTO**

*Adyashanti*  
*Gaia Ediciones (2012)*

A lo largo de sus más de quince años como maestro espiritual, Adyashanti ha descubierto que cuanto más sencilla es la enseñanza, más poder tiene para cambiar nuestras vidas. Por ello, en *El fin del sufrimiento* presenta las comprensiones fundamentales para "desatar una revolución en nuestra manera de percibir la vida", abandonar nuestras luchas... / leer más

---



**LA VÍA DE LA LIBERACIÓN**

*Adyashanti*  
*Gaia Ediciones (2014)*

La vía de la liberación es una cuidadosa y elaborada condensación esencial de las enseñanzas de Adyashanti, además de una breve, depurada y eficiente guía práctica para la consecución rápida, directa y precisa del despertar espiritual, desde el estado del ego hacia un estado de liberación interior definitiva. La obra nos indica el modo de vivir este

proceso... / leer más

---