

Joan Tollifson

Joan Tollifson nació en Chicago en 1948, se licenció en el Bard College en 1970 y más tarde obtuvo un título de pos-grado en Escritura Creativa en la Universidad Estatal de San Francisco. Ha recibido varias becas de escritura, entre ellas una de la National Endowment for the Arts. Joan practicó Zen en California con varios maestros, era parte del personal del Centro Spring-water, un centro no tradicional de re-tiro en el noroeste de Nueva York, y pasó un tiempo con varios maestros Advaita y no-duales. Sus escritos apuntan a ver a través de las historias y creencias y a despertar a la simplicidad de lo que es.

Joan Tollifson escribe y habla sobre la siempre cambiante y siempre presente realidad viviente aquí y ahora. Su enfoque es abierto, directo, no conceptual y pragmático. Joan está interesada en ver a través de los problemas imaginarios que creemos nuestros, las historias de carencia e imperfección. Nos invita a despertar a la vitalidad y la libertad de la presencia consciente y abierta, y descubrir la sencillez de ser este momento, tal y como es.

Joan tiene una afinidad con el budismo, el Advaita y otras formas de no-dualidad y la investigación meditativa, pero no pertenece a ninguna tradición o linaje particular. La maestra principal de Joan fue Toni Packer, una ex maestra Zen que dejó atrás esa tradición para trabajar de una manera más simple y abierta. En sus libros y reuniones, Joan se basa en sus propias experiencias con la adicción y otros problemas humanos comunes.

Es autora de varios libros: *Bare-Bones Meditation: Waking Up from the Story of My Life* (1996), *Awake in the Heartland: The Ecstasy of What Is* (2003), *Painting the Sidewalk with Water: Talks and Dialogs about Nonduality* (2010), *Nothing to Grasp* (2012), and *Death: The End of Self-Improvement* (2019). Joan ha vivido en California, Nueva York y Chicago, y actualmente está viviendo en el sur de Oregon.

Autopresentación de Joan en su web

Joan es escritora y exploradora de lo que es durante toda su vida. Su formación incluye budismo, advaita, investigación meditativa no tradicional, no dualidad radical, artes marciales, trabajo somático, recuperación de adicciones, activismo político, artes visuales y una devoción tanto a la presencia ilimitada como a la belleza de lo ordinario. Joan ha celebrado reuniones públicas y privadas, así como talleres y retiros ocasionales desde 1996. Su enfoque básico es abierto, directo, con los pies en la tierra y arraigado en la vitalidad siempre fresca del aquí y ahora. Ella alienta a las personas a cuestionar las historias, creencias y malentendidos que crean gran parte de nuestro sufrimiento y confusión humanos, especialmente nuestra tendencia a confundir los mapas conceptuales con la realidad viva. En lugar de depender de autoridades

externas, ideas tradicionales, conocimientos o creencias adquiridos, se trata de la inmediatez de la experiencia presente, tal como es. Joan ha estado con muchos maestros y no maestros diferentes y era especialmente cercana a Toni Packer, un ex maestro Zen que dejó atrás esa tradición para trabajar de una manera más simple y abierta, pero Joan no se identifica ni representa ninguna tradición o manera de trabajar. Joan describe sus escritos y encuentros con personas como exploraciones, "como un niño explorando los dedos de sus pies o un amante explorando a su amado", y agrega: "Esas exploraciones no tienen fin, todas ellas son formas de juego". Joan ha vivido en el norte de California, el estado rural de Nueva York y Chicago, y actualmente reside en el sur de Oregón.

Publicaciones: (en inglés)

[Libros en Amazon](#)

[Libros en joantollifson.com](#)

Artículos y vídeos:

[Vídeo: Joan Tollifson acerca de la No-Dualidad \(YouTube\)](#)

[Artículos \(en inglés\) \(Web de Joan\)](#)

Webs y redes sociales:

Web: [Joan Tollifson - The simplicity of what is](#)

Facebook: [Joan Tollifson](#)