

Groupe Hôpital St-Mary-IPCAM

Bibliographie suggérée

THICH NHAT HANH



Né en 1926 au Vietnam, Thich Nhat Hanh est un moine bouddhiste, poète, enseignant et militant pour la paix.

Sa vie passée en faveur de la paix a incité le pasteur Martin Luther King Junior à le proposer pour le prix Nobel de la Paix en 1967.

Exilé durant la guerre au Vietnam, il a fondé l'Église Bouddhique Unifiée en France en 1969.

La pratique de la Pleine Conscience, qui consiste à à ramener son attention sur l'instant présent, est au coeur même de l'enseignement du maître:

"La pratique de la Pleine Conscience consiste à générer notre propre présence pour pouvoir toucher en profondeur la vie qui est là, disponible. À chaque moment. Nous devons être là pour nous-mêmes. Dans la vie quotidienne, nous sommes très souvent perdus dans la pensée, dans les regrets du passé, dan la peur du futur. Nous pouvons nous perdre dans nos projets, notre colère, notre anxiété.

Pratiquer permet de nous libérer, de nous débarrasser de ces obstacles et de nous installer fermement dans le moment présent. Il y a un seul moment où nous sommes vraiment vivants, c'est le moment présent."

Parabole du cavalier aux prises avec son cheval emballé: au passant qui le questionnait sur sa destination, le cavalier répondit : "je ne sais pas, demandez au cheval".

Quand il ne voyage pas pour enseigner l'« art de vivre en Pleine Conscience», Thich Nhat Hanh enseigne, écrit et jardine au village des Pruniers en Dordogne, un monastère bouddhiste pour les moines et les nonnes, et un centre de pratique de la Pleine Conscience pour les laïcs.

Il est l'auteur de nombreux ouvrages, parus en France chez différents éditeurs, et donne des enseignements et des conférences dans nombre de pays du monde.



LE MIRACLE DE LA PLEINE CONSCIENCE

Manuel pratique de méditation

Vietnamien : Éditions La Boi **1974** *La Pleine Conscience, un soleil qui brille*

English: The Miracle of Mindfulness: Beacon Press **1978**

Français: Espace Bleu ; **Sept 1994**

Thich Nhat Hanh nous explique, en toute simplicité et profondeur, les instants présents et comment prendre conscience que chaque instant de la vie est important et doit être vécu pleinement. Il donne des conseils pour bien méditer. A découvrir!



LA RESPIRATION ESSENTIELLE suivi de

Notre rendez-vous avec la vie Thich Nhat Hanh 

Albin Michel | 1988 - janv 2000

Voici, regroupés en un seul volume, ses commentaires de deux sutras historiques du Bouddha. Le premier concerne les techniques de respiration consciente qui permettent de métamorphoser notre rythme de vie et d'apaiser notre corps tout entier. Le second nous apprend à vivre présent : notre rendez-vous avec la vie se situe en effet ici et maintenant, loin des mille pensées qui agitent sans trêve notre mental. Un enseignement simple et bénéfique au quotidien, basé sur une philosophie traditionnelle que Thich Nhat Hanh, l'auteur de La Vision profonde, éclaire de ses commentaires pénétrants.



2009



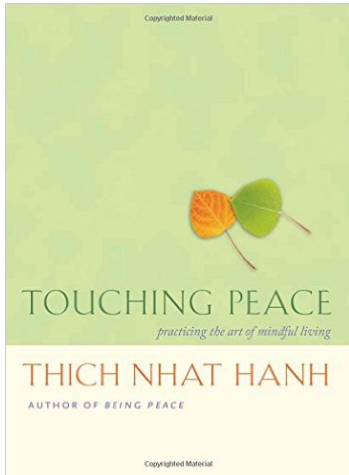
SÉRÉNITÉ DE L'INSTANT (LA) par THICH NHAT HANH 1992

Comment les occupations de tous les jours, qui pèsent à plus d'un, peuvent-elles se dérouler dans la sérénité et la joie? Comment la simple conduite de notre voiture ou la sonnerie du téléphone peuvent-elles contribuer à nous éveiller pleinement à la vie et à la paix? Thich Nhat Hanh (moine zen vietnamien devenu instructeur de réputation internationale et ardent défenseur de la paix) nous prouve que dans l'ordinaire de la vie, les situations les plus simples - si souvent négligées au profit d'une fuite dans un ailleurs fantomatique - sont capables de nous transformer et de transformer peu à peu le monde. Il nous faut revenir à l'instant présent pour découvrir la paix et la joie qu'il renferme, dit Thich Nhat Hanh, qui, ensuite, offre des expériences tirées de sa propre vie pour nous y aider, de même qu'un certain nombre de techniques - afin de pouvoir réaliser la pleine conscience en cet instant même, et changer notre manière de voir, d'être et d'agir. La paix et le bonheur sont à notre portée d'instant en instant. La paix se confond avec chacun de nos pas, est chacun de nos pas. Ainsi que l'énonce le dalaï-lama dans l'avant-propos, "c'est un livre de grand mérite, capable de changer la vie, tant individuelle que collective".

PLÉNITUDE DE L'INSTANT (LA) Mass Market Paperback – 1 mai 2013 THICH NHAT HANH



Des moyens clairs pour se réconcilier avec soi-même et avec autrui. Ce livre est à la base de l'enseignement divulgué par Thich Nhat Hanh. Il plaide pour la capacité à vivre dans l'instant, en intégrant les aspects de notre personnalité qui nous paraissent les plus inachevés, nos défauts, nos émotions, nos colères, nos frustrations. L'auteur nous propose ici des moyens clairs pour se réconcilier avec soi-même et avec autrui, pour se reconstruire et faire émerger un nouvel esprit communautaire. Bien qu'issus du bouddhisme, ses préceptes s'adaptent à toute autre tradition religieuse comme à des concepts de vie laïcs.



English :

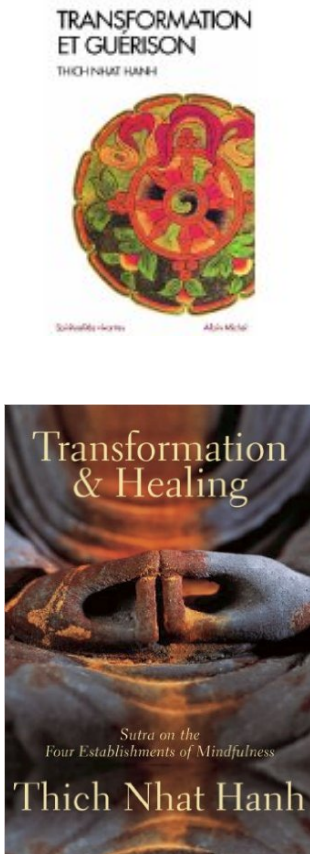
Touching Peace: Practicing the Art of Mindful Living (English) Paperback – 9 octobre 2005 (First edition – 1992 **Thich Nhat Hanh**)

In *Touching Peace*, Thich Nhat Hanh expands the teachings on practicing the art of mindful living begun in the best selling *Being Peace* by giving specific, practical instructions on extending our meditation practice into our daily lives. The book reminds us to focus on what is refreshing and healing within and all around us, and how, paired with the practice of mindful breathing, it can be used as the basis for examining the roots of war and violence, alcoholism and drug abuse, and social alienation.

Touching Peace offers Thich Nhat Hanh's vision for rebuilding society through strengthening our families and communities, and realizing the ultimate dimension of reality in each act of our daily lives. The book concludes with the author's profound vision and determination to make efforts to alleviate the suffering of all people.

Included are such classic Thich Nhat Hanh practices as the conflict resolution tool of the Peace Treaty; his thoughts on a "diet for a mindful society" based on his interpretation of the 5 Mindfulness Trainings, and his early writings on the environment.

"When we touch peace everything becomes real." –Thich Nhat Hanh



**TRANSFORMATION ET GUÉRISON,
LES QUATRE ETABLISSEMENTS DE L'ATTENTION – 1999**

Transformation et guérison présente les enseignements originels du Bouddha sur la méthode de l'attention au corps, aux sensations, à l'esprit et aux objets de l'esprit, à travers trois versions du Sutra des Quatre Établissements de l'attention - l'un des trois principaux sutras.

Le commentaire de Thich Nhat Hanh, qui inclut vingt contemplations liées à la vie quotidienne, nous indique comment traiter la colère, la jalousie et les traumatismes ; comment cultiver les plus belles qualités de ceux avec qui nous vivons - nos enfants, nos amis ; comment accueillir avec sagesse et compassion notre propre mort et celle des personnes aimées.

Avec la simplicité et la profondeur qui caractérisent son enseignement, le maître zen nous invite à considérer concrètement les exigences d'une transformation intérieure, voie menant à une véritable guérison spirituelle.

Transformation and Healing: Sutra on the Four Establishments of Mindfulness (English) Paperback – 9 sept 2002 [Thich Nhat Hanh](#)

The teachings contained in this The Sutra on the Four Establishments of Mindfulness are fundamental to the practice of mediation, and constitute the foundation of all mindfulness practice.

The Sutra has been studied, practiced and handed down with special care from generation to generation for 2,500 years. In his commentaries Thich Nhat Hanh guides the reader to an understanding of the fundamental basis of the Buddhist practice and encourages application in daily life.

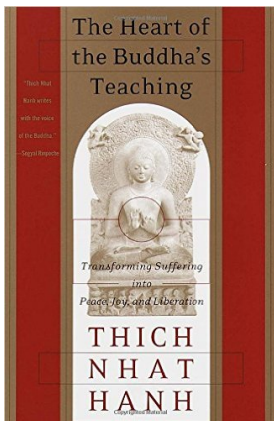
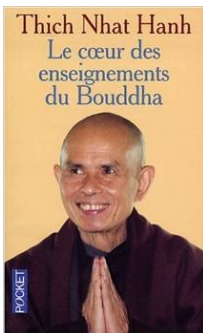
It describes the four methods of mindfulness: mindfulness of the body, the

feelings, the mind, and the object of mind. It teaches how to deal with anger and jealousy, to nurture the best qualities in our children, spouse, and friends, and to greet death with compassion and equanimity.

Three versions of the Sutra on the Four Establishments of Mindfulness are presented here, along with Thich Nhat Hanh's insightful commentary and twenty-three exercises-or contemplations-to aid in the practice of mindfulness in daily life.

Thich Nhat Hanh's presentation of the sutra is easy to follow making it accessible for novice Buddhist as well as more advanced practitioners. It gives you the basics of breathing and how to use your breathing for meditation and contemplation.

With a new introduction by Thich Nhat Hanh



Le Cœur des enseignements du Bouddha Mass Market Paperback – 1 mai 2003

de Thich Nhat Hanh

Le vénérable Thich Nhat Hanh présente ici avec simplicité et clarté les fondements mêmes et les pratiques du bouddhisme zen. Il revient sur les Quatre Nobles Vérités, base de la doctrine du bouddha Shakyamuni, ainsi que sur le Noble Sentier des huit pratiques justes, encore appelé Octuple Sentier. Faisant référence aussi bien au vaste fonds de littérature bouddhique qu'à des anecdotes contemporaines, ce livre propose une vue générale du bouddhisme Mahayana, tout en permettant une réflexion humaniste très enrichissante sur la souffrance humaine.

The Heart of the Buddha's Teaching (English) Paperback – 8 juin 1999

In *The Heart of the Buddha's Teaching*, now with added material and new insights, Thich Nhat Hanh introduces us to the core teachings of Buddhism and shows us that the Buddha's teachings are accessible and applicable to our daily lives. With poetry and clarity, Nhat Hanh imparts comforting wisdom about the nature of suffering and its role in creating compassion, love, and joy – all qualities of enlightenment. Covering such significant teachings as the Four Noble Truths, the Noble Eightfold Path, the Three Doors of Liberation, the Three Dharma Seals, and the Seven Factors of Awakening, *The Heart of the Buddha's Teaching* is a radiant beacon on Buddhist thought for the initiated and uninitiated alike.

“Thich Nhat Hanh shows us the connection between personal, inner peace, and peace on earth.”

– His Holiness the Dalai Lama

“Thich Nhat Hanh is a real poet.”

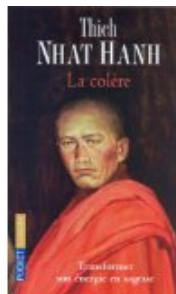
– Robert Lowell



La paix, un art, une pratique. Une approche bouddhiste.
Thich Nhat Hanh. Bayard Editions / Centurion

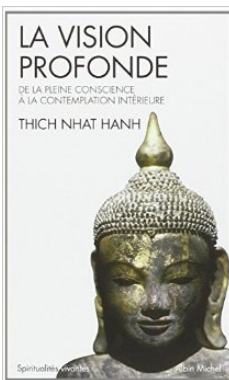
Voici un livre de sagesse, écrit dans un langage simple et clair, qui réconcilie recherche spirituelle et engagement dans le monde.

- Octobre 1996, 120 pages, 20 x 12.5



La colère - Convertir l'énergie en sagesse (Anger)
Thich Nhat Hanh (26 août 2004)

Quand un maître bouddhiste parle de la colère, il lui donne une dimension universelle. Parce qu'il s'agit là d'une émotion inhérente à l'entité corps-esprit, ses conséquences sont terribles, un seul instant de colère pouvant réduire à néant des années d'évolution spirituelle et nuire gravement à notre santé. Pourtant il est possible de la dominer. Thich Nhat Hanh nous propose ici non seulement des solutions psychologiques, mais aussi des autosuggestions et des visualisations. Il livre des outils et prodigue des conseils pour redonner vie à des parties de nous-même que la colère aurait dévastées, pour restaurer en nous la " Terre Pure " par une communication compassionnelle et un amour authentique.



La Vision profonde: De la pleine conscience à la contemplation intérieure
 Market Paperback – 23 mai 1995
 de **Thich Nhat Hanh** (Author)

"La sagesse est une source vivante, et non une icône à conserver dans un musée." Ainsi parle Thich Nhat Hanh, le grand maître vietnamien du bouddhisme de l'Ecole du Sud (Petit Véhicule) implanté en France. S'inspirant à la fois de la psychologie bouddhique, de l'épistémologie et de la physique contemporaine, fidèle à sa philosophie selon laquelle "ceux qui méditent doivent utiliser le langage de leur époque pour exprimer leur vision profonde", il propose ici au lecteur de parcourir les chemins qui vont de la Pleine Conscience à l'approfondissement intérieur, dans un style à la fois simple et sensible.



TOUCHER LA VIE : HARMONISER LE CORPS ET L'ESPRIT par **THICH NHAT HANH** juillet 2010)

DANS la vie quotidienne, nous sommes très souvent perdus dans la pensée, les regrets du passé ou la peur du futur. Nous nous perdons dans nos projets, notre colère... notre anxiété. En ces moments-là, nous ne pouvons pas être vraiment là pour nous-mêmes, être là pour la vie. La pratique de la Pleine Conscience permet de nous libérer, de nous débarrasser de ces obsessions, et de nous installer fermement dans le moment présent. Le Bouddha a dit : "Le passé n'est plus, et le futur n'est pas encore là." Il y a seulement un moment où nous sommes vraiment vivants, c'est le moment présent. Etre dans l'ici et le maintenant nous rend

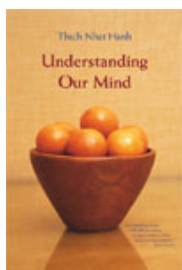


vraiment présents à la vie. Dans cet ouvrage, qui restitue un cycle d'enseignements qu'il a délivré au village des Pruniers en Dordogne, le Vénérable Thich Nhat Hahn expose les différents aspects de la pratique qu'il préconise, consistant à générer notre présence à la vie en sorte de pouvoir la toucher en profondeur - la vie qui est là, disponible à chaque moment avec toutes ses merveilles. Le Vénérable Thich Nhat Hanh est un moine bouddhiste vietnamien, un poète, un enseignant et un militant pour la paix. Il enseigne l'art de vivre en "Pleine Conscience" dans nombre de pays à travers le monde. Son langage est simple, pratique et direct.



Transformation At the Base: Fifty Verses on the Nature Of Consciousness par Parallax Press (29 juillet 2005)

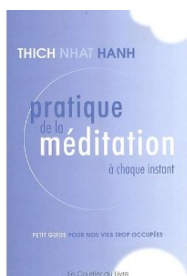
Here, Thich Nhat Hanh focuses on the direct experience of recognizing, embracing, and looking deeply into the nature of our feelings and perceptions. Presenting the basic teachings of Buddhist psychology, he shows us how our mind is like a field, where every kind of seed is planted: seeds of suffering, sorrow, and fear, and seeds of happiness and joy. If we know how to water seeds of joy and transform seeds of suffering, then understanding, love and compassion will flower. Vietnamese Zen Master Thuong Chieu said, "When we understand how our mind works, the practice becomes easy". Transformation at the Base is offered to help us see how the mind works, and the 50 verses are a kind of road map to the path of practice.



Pour Une Métamorphose De L'esprit

Cinquante stances sur la nature de la conscience par Thich Nhat Hanh (4 février 2008)

Pour ressentir, réfléchir ou méditer, nous utilisons le même outil : notre esprit. Mais comment espérer nous améliorer si nous n'en connaissons pas le fonctionnement ? S'appuyant sur quelques-uns des textes fondateurs des plus importants courants bouddhistes, Thich Nhat Hanh a rédigé cinquante stances - et leurs commentaires - afin d'expliquer la nature et les mécanismes de la conscience. Il y révèle notamment comment les différents " niveaux de pensée " peuvent générer une vision du monde fragmentée, source de conflits et de souffrance. Son enseignement fournit alors les clés pratiques pour véritablement comprendre notre esprit, modifier notre perception de l'univers et procéder ainsi à une profonde et bénéfique transformation intime.



Pratique de la méditation à chaque instant : Thich Nhat Hanh Petit guide pour nos vies trop occupées Mai 2011

Parmi les nombreux ouvrages écrits par Thich Nhat Hanh, voici probablement celui qui représente le mieux le bouddhisme appliqué. Véritable petit guide de méditation, il est à la fois profond, facile à lire et simple à mettre en pratique. Il prouve que la pratique spirituelle est possible pour chacun d'entre nous. Nous ne pourrions plus dire : je suis trop occupé, je n'ai pas le temps de méditer. En nous déplaçant d'un lieu à l'autre, du parking au bureau, nous pouvons toujours en profiter pour marcher en pleine conscience et apprécier chacun de nos pas.

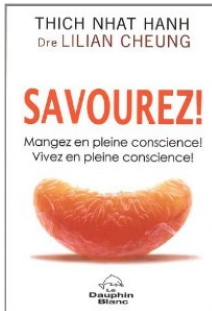
Chaque pas fait en pleine conscience nous aide à relâcher les tensions dans nos sensations et apporte guérison, joie et transformation.



Vivre sans peur: Cheminer avec sérénité par Thich Nhat Hanh (15 avril 2013)

CDN\$ 19,22

«Sans la peur, il y a plus d'espace pour la compréhension et la compassion. Sans la peur, nous sommes vraiment libres.» Vivre sans craindre l'échec, sans avoir de soucis familiaux et sans appréhender la perte d'un être cher, la maladie ou le rejet, est-ce possible? Issus de la démarche de pleine conscience, les préceptes de ce livre visent à tarir la peur profonde dont découlent toutes vos inquiétudes quotidiennes. En suivant ces conseils concrets, accessibles et porteurs de grande sagesse, vous apprendrez à reconnaître vos angoisses, à les dépouiller de leur pouvoir et à les transformer en sources d'apaisement, pour avancer enfin en toute sérénité.



SAVOUREZ ! Oct 2011

De **Thich Nhat Hanh** | **Cheung Lilian**

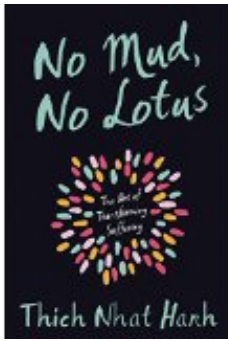
Le bon sens nous dit que pour perdre du poids nous devrions manger moins et bouger plus. Pourtant, nous n'arrivons jamais à mettre ces préceptes en pratique, malgré toutes nos bonnes intentions. Ni les innombrables diètes désolantes, ni les 50 milliards de dollars dépensés chaque année dans l'industrie de la perte de poids n'arrivent à nous faire sentir mieux ou à nous faire maigrir. Et nous nous retrouvons pris au piège de la honte et la culpabilité. Nous passons des heures à nous blâmer pour des décisions ou des actions que nous n'avons pas prises et qui appartiennent maintenant au passé, ce qui ruine notre présent, seul moment où nous pouvons véritablement agir. Le maître zen vietnamien de renommée mondiale, Thich Nhat Hanh, et la diététiste de Harvard, Dre Lilian Cheung, nous démontrent comment mettre fin à ce combat de la perte de poids. Par des outils pratiques, comme la définition d'objectifs, un guide nutritionnel et un programme de vie consciente, les auteurs nous aident à découvrir les racines de nos habitudes et à transformer nos actions. Savourez! nous montre clairement comment adopter la pratique de la pleine conscience et comment l'intégrer dans notre façon de manger, de bouger et dans toutes les facettes de notre vie.



L'art de communiquer en pleine conscience

Paperback – 18 août 2014 de Thich Nhat Hanh (Author)

La communication est une forme de nourriture aussi essentielle à notre bien-être que les aliments que nous ingérons. Nos paroles, nos émotions et nos actions peuvent être bénéfiques ou toxiques. Comment développer une communication authentique, libérée de tout jugement et empreinte de bienveillance? Comment apprendre à véritablement écouter l'autre? S'appuyant sur des exemples de la vie quotidienne, au travail, au sein du couple, en famille ou à l'échelle mondiale, Thich Nhat Hanh illustre l'art de communiquer en pleine conscience. Grâce à des exercices, à des mantras et à des outils pratiques, il nous apprend à dénouer des situations de mésentente et d'incompréhension en changeant notre manière d'aborder les autres. Plus nous cultivons la compassion dans nos échanges, plus le changement devient possible, en nous et autour de nous.

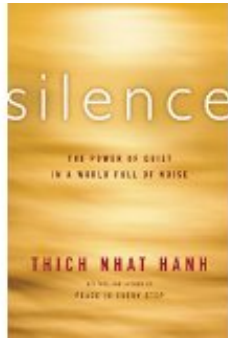


No Mud, No Lotus: The Art of Transforming Suffering

Dec 30 2014

DeThich Nhat Hanh

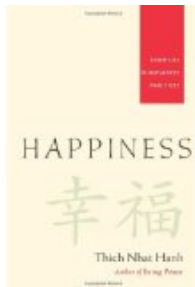
The secret to happiness is to acknowledge and transform suffering, not to run away from it. In *No Mud, No Lotus*, Thich Nhat Hanh offers practices and inspiration for transforming suffering and finding true joy. Thich Nhat Hanh acknowledges that because suffering can feel so bad, we try to run away from it or cover it up by consuming. We find something to eat or turn on the television. But unless we're able to face our suffering, we can't be present and available to life, and happiness will continue to elude us. Nhat Hanh shares how the practices of stopping, mindful breathing, and deep concentration can generate the energy of mindfulness within our daily lives. With that energy, we can embrace pain and calm it down, instantly bringing a measure of freedom and a clearer mind. *No Mud, No Lotus* introduces ways to be in touch with suffering without being overwhelmed by it. With his signature clarity and sense of joy, Thich Nhat Hanh helps us recognize the wonders inside us and around us that we tend to take for granted and teaches us the art of happiness.



Silence: The Power of Quiet in a World Full of Noise

Jan 27 2015

by Thich Nhat Hanh



Happiness: Essential Mindfulness Practices: Written by Thich Nhat Hanh, 2009 Edition, Publisher: Parallax Press...

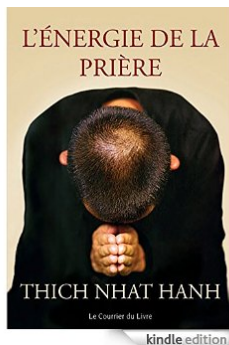
Aug 5 2009

by **Thich Nhat Hanh**

Thich Nhat Hanh's central teaching is that, through mindfulness, we can learn to live in the present moment instead of in the past and in the future. It's only way to truly develop peace, both in one's self and in the world. Now, for the first time, all of Thich Nhat Hanh's key practices are collected in one accessible and easy-to-use volume. *Happiness* is structured to introduce those new to Buddhist teachings as well as for more experienced practitioners, *Happiness* is the quintessential resource of mindfulness practices. Integrating these practices into daily life allows the reader to begin to cultivate peace and joy within him/herself, leading to solidity and freedom from fear, misunderstanding, and suffering.

With the practices offered in *Happiness* Thich Nhat Hanh encourages the reader to learn to do all the things they do in daily life with mindfulness; to walk, sit, work, eat, and drive, with full awareness of what they are doing. It can bring about a shift towards one of the principles of engaged Buddhism, a shift towards practicing mindfulness in every moment of the day and not just while 'formally' meditating.

Thich Nhat Hanh encourages his readers to "try to be intelligent and skillful in their practice, approaching every aspect of the practice with curiosity and a sense of search. It's important to practice with understanding and not just for the form and appearance. Enjoy your practice with a relaxed and gentle attitude, with an open mind and receptive heart."



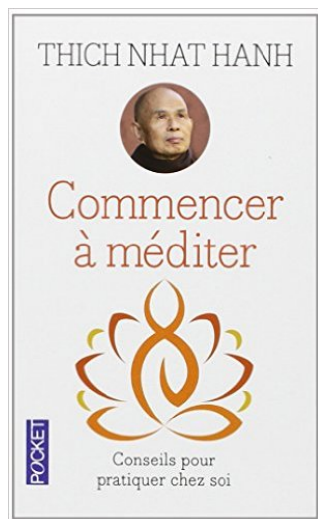
L'énergie de la prière (French Edition) [Kindle Edition]
[Thich-Nhat Hanh](#)

Pourquoi prier ? et à qui nous adressons-nous dans la prière ? Pourquoi certaines de nos prières sont-elles suivies d'effet et d'autres pas ? Dans ce petit manuel d'une limpide profondeur spirituelle, le maître zen Thich Nhat Hanh nous révèle, à travers sa longue expérience méditative, tous les aspects de cette mystérieuse énergie qui nous porte à prier. Dans une vision universelle et oecuménique, Thich Nhat Hanh envisage la prière comme un besoin humain fondamental, ne relevant d'aucune religion particulière, mais aussi naturel à l'homme que respirer. Et pour donner force à l'acte de prier, le maître Zen nous engage à développer nos capacités d'attention, de concentration et de pleine présence à la vie. L'énergie de la prière nous introduit à une variété de techniques spirituelles bouddhiques, mais nous offre aussi une magnifique méditation sur le Notre Père et démontre que la prière représente une pratique de gratitude accessible à tous, susceptible de nous ouvrir à l'amour et de nourrir nos vies de sérénité, de joie et de bonheur. Dans notre époque en mal de spiritualité, ce petit guide est un ami précieux.



Prendre soin de l'enfant intérieur: Faire la paix avec soi Mass Market
Paperback – 1 juin 2015

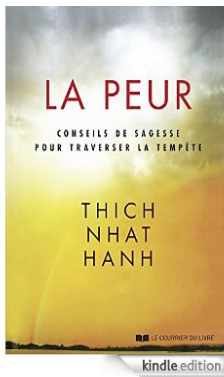
Vous avez l'impression de ne pas avoir suffisamment confiance en vous? De manquer parfois de recul face aux épreuves du quotidien? Et si certaines de vos blessures d'enfant vous empêchaient de vous construire sereinement? Thich Nhat Hahn nous aide grâce à des exercices de respiration, de concentration et de méditation à apaiser la colère, la peur, la tristesse qui hantent encore nos vies d'adulte, et à les transformer en une force de réconciliation et de compassion.



Commencer à méditer: Conseils pour pratique chez soi Mass Market
Paperback – 4 août 2014

de [Nhat Hanh Thich](#) (Author), [Lyne Strouc](#) (Author)

Maître bouddhiste vietnamien, le vénérable Thich Nhat Hanh est une figure majeure de la spiritualité mondiale. Ses actions pour son peuple ont conduit Martin Luther King à soutenir sa candidature pour le prix Nobel de la paix en 1967. Réfugié politique en France depuis 1969, il a fondé le " Village des Pruniers ", une communauté où il anime des séminaires. Dans nos vies agitées, posséder un espace de calme et de paix semble un luxe, alors que c'est un besoin. Dans ce guide clair et concis, Thich Nhat Hanh rassemble l'essentiel de ce qu'il faut savoir pour créer un tel espace et pratiquer chez soi la méditation. Il revient aussi sur la respiration, la position à adopter, ou encore le sommeil et la nourriture. Décider de faire place à la contemplation et à la méditation à l'intérieur de notre propre maison peut changer la vie, et laisser rentrer durablement la paix et la joie. INÉDIT @Titre disponible en version numérique



La peur : Conseils de sagesse pour traverser la tempête (French Edition)
Thich Nhat Hanh



FEUILLES ODORANTES DE PALMIER - JOURNAL 1962-1966

de : **Thich Nhat Hanh**

Editeur(s) : **La Table Ronde**

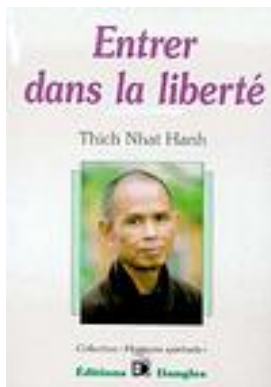
Collection : **LES CHEMINS DE LA SAGESSE**

Genre : **CORRESPONDANCE - MEMOIRES**

Date de Parution : 26/04/2000

Texte d'origine anglaise traduit par Jean Pierre Cartier
Présentation : Broché - 224 pages - 295 g - 14 cm x 24 cm
ISBN : 2710309564 - EAN : 9782710309567

JEUNE moine bouddhiste de tradition zen, Thich Nhat Hanh souhaitait développer un bouddhisme plus proche des préoccupations de la vie quotidienne des Vietnamiens. Le chaos de la guerre du Viêt-nam va lui donner l'opportunité de s'affranchir de l'autorité bouddhiste conservatrice et de créer des villages expérimentaux ainsi qu'une université. Mais cette guerre l'obligera également à quitter sa terre natale. Ce journal a été écrit aux Etats-Unis puis au Viêt-nam entre 1962 et 1966. Thich Nhat Hanh nous fait part de ses réflexions sur la politique, parle de ses amitiés, de sa vie au jour le jour et médite sur l'évolution du bouddhisme - son plus cher souci étant de ramener la paix dans une période très tourmentée. Nous assistons, au fil des pages, à l'éveil d'une conscience et à la construction d'un être humain de rare qualité. "Phuong Boi (Feuilles odorantes de palmier) est le nom du monastère que plusieurs d'entre nous avons fondé sur les hautes terres du Viêt-nam central au temps de nos efforts pour renouveler le bouddhisme. Phuong signifie odorant, rare ou précieux. Boi désigne les feuilles de palmier (palmier talipot) sur lesquelles les enseignements du Bouddha ont été écrits dans les anciens temps."



ENTRER DANS LA LIBERTE

de : **Hanh Thich Nhat**

Editeur(s) : **DANGLES**

Collection : **HORIZONS SPIRITUELS**

Genre : **SPIRITUALITE**

Date de Parution : 11/05/2000

Texte d'origine américaine traduit par Marianne Coulin

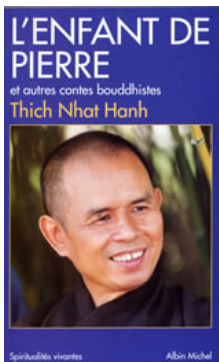
COMMENT établir et maintenir la pleine conscience dans nos activités quotidiennes ? Comment ne pas perdre notre vie dans l'inutilité ? Comment développer notre pouvoir de concentration, de présence et d'attention à chaque instant ? Dans ce livre, basé sur des textes chinois du IVème siècle et adapté pour les pratiquants d'aujourd'hui, Thich Nhat Hanh et la communauté monastique du village des Pruniers nous offrent un guide fort et inspirant pour cheminer sur la voie de la compréhension et de l'amour. Bien qu'il soit destiné à ceux qui ont choisi la voie monastique, ce recueil de poèmes, de préceptes et de manières raffinées s'adresse en réalité à toute personne qui souhaite apprendre l'art de vivre heureux en menant une vie simple et belle. Car si nous voulons faire de notre vie une oeuvre d'art, nous devons nous entraîner à créer les conditions du bonheur ici et maintenant, en apprenant à cultiver la paix, l'amour et la liberté chaque jour. Entrer dans la liberté nous montre le chemin, en nous offrant des lignes directrices claires et des enseignements pleins de poésie pour nous conduire sur l'autre rive, celle de la transformation et de la joie. A nous maintenant d'appliquer ces outils dans notre vie quotidienne, à nous de nous en inspirer pour qu'ils demeurent vivants !



Loin de tout discours théologique, une démonstration belle et vivante de la complémentarité des traditions chrétienne et bouddhiste, avec une exploration pertinente des convergences de concepts tels que l'Esprit saint, la compassion, le nirvâna, etc

Bouddha et Jésus sont des frères - Thich Nhat Hanh :

Ce livre est une invitation spirituelle pour approfondir les traditions chrétiennes et bouddhistes. Découvrir qu'elles ne s'opposent pas mais se complètent et s'éclairent, tout en préservant leur originalité. Le Relié,



L'enfant de pierre et autres contes bouddhistes.

Thich Nhat Hanh. Editions Albin Michel - Spiritualités vivantes.

Sous forme de contes, ces récits proposent une voie d'accès allégorique aux enseignements de compassion et de sagesse du bouddhisme. Qu'il s'agisse du " Vieil arbre " ou du " Bambou qui montait jusqu'à la lune ", ou encore des " Fleurs de pivoine ", les histoires racontées par le moine vietnamien Thich Nhat Hanh indiquent les chemins qui permettent de transformer nos peurs et nos souffrances en paix intérieure.



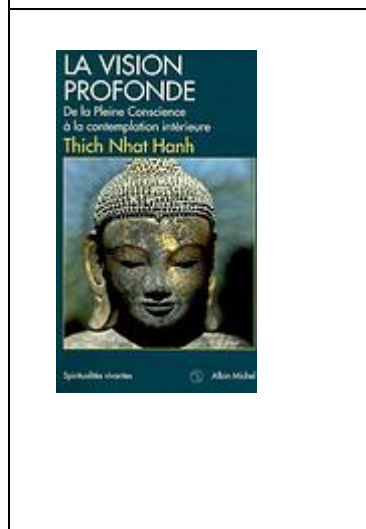
**Soyez libre là où vous êtes
Marie-Béatrice Jehl (Traduction)**

L'auteur de cet opuscule, le Vénérable Thich Nhat Hanh est un moine bouddhiste vietnamien. Poète, enseignant et ardent défenseur de Paix dans le monde, il a été proposé pour le Prix Nobel de la Paix en 1967. Toute l'originalité de son enseignement se résume ici à l'art de vivre en Pleine Conscience. Art très concret qu'il enseigne au sein même de son monastère en Dordogne.

Cet ouvrage, aussi sobre que succinct est un véritable joyaux pour celui qui cherche à unifier évolution spirituelle et réalités quotidiennes. Car à travers un langage simple et percutant, Thich Nhat Hanh nous enseigne comment faire de chaque instant présent un moyen de trouver la Liberté intérieure et la Paix de l'âme. Il nous entraîne ainsi dans les eaux limpides de la sérénité, de la stabilité, de la force psychique... Autant de vertus essentielles à l'avènement de la Paix en soi.

En nous ouvrant les portes d'un univers qu'il a su créer à l'intérieur de lui, alors qu'il se trouvait dans des circonstances des plus hostiles, Thich Nhat Hanh nous exhorte à concrétiser Le rêve qui nous habite mais que nous avons relégué sur les étagères d'une spiritualité que nous jugeons trop extérieure à nous. Aussi, à travers un sourire complice et lumineux,

l'auteur nous rappelle que la quête spirituelle n'est en rien incompatible avec notre propre univers journalier, bien au contraire. Il nous montre qu'il est possible de trouver la Paix de l'âme et que celle-ci peut être le fruit d'une pratique quotidienne indépendante de toute conjoncture. C'est donc avec un certain soulagement et une joie profonde que nous apprenons, grâce à ses conseils pratiques et irrésistibles, comment être en état d'éveil permanent : véritable clef de voûte de cette Paix intérieure que nous recherchons tant et sans laquelle la Paix dans le monde n'est qu'utopie. Un petit livre de chevet pour un grand rêve... réalisable !



LA VISION PROFONDE - DE LA PLEINE CONSCIENCE A LA CONTEMPLATION INTERIEURE
 de : **Thich Nhat Hanh**
 Date de Parution : 01/01/2000

"La sagesse est une source vivante, et non une icône à conserver dans un musée." Ainsi parle Thich Nhat Hanh, le grand maître vietnamien du bouddhisme de l'Ecole du Sud (Petit Véhicule) implanté en France. S'inspirant à la fois de la psychologie bouddhique, de l'épistémologie et de la physique contemporaine, fidèle à sa philosophie selon laquelle "ceux qui méditent doivent utiliser le langage de leur époque pour exprimer leur vision profonde", il propose ici au lecteur de parcourir les chemins qui vont de la Pleine Conscience à l'approfondissement intérieur, dans un style à la fois simple et sensible.



IL N'Y A NI MORT NI PEUR - Thich Nhat Hanh - La Table Ronde – SCIENCES HUMAINES



UNE FLÈCHE, DEUX ILLUSIONS



Sur les traces de Siddhartha

Thich Nhat Hanh
Lattes ; broché ; 03/1996

ENSEIGNEMENTS
SUR L'AMOUR

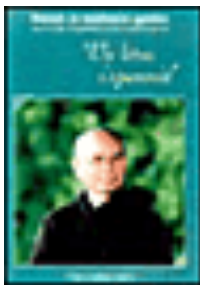


Enseignements sur l'amour 😊

Thich Nhat Hanh
Albin Michel ; poche ; guide ; 11/2004



**LE SILENCE FOUDROYANT - SOUTRA DE LA MAITRISE
DU SERPENT / SOUTRA DU DIAMANT** - Thich Nhat Hanh -
Albin Michel - SPIRITUALITE



Un lotus s'épanouit

Thich Nhat Hanh
Dzambala Eds ; broché ; 08/1998

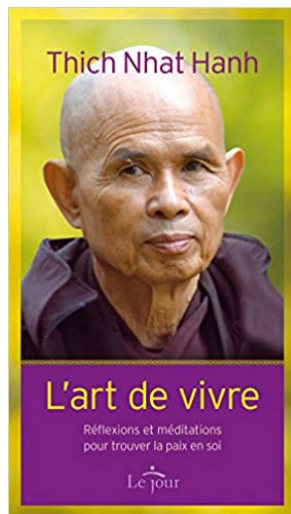


Clés pour le zen - Un guide pratique pour le zen

Thich Nhat Hanh
Pocket ; poche ; guide ; 10/2001



Changer l'avenir
Thich Nhat Hanh
Albin Michel ; broché ; 01/2000



L'art de vivre: Réflexions et méditations pour trouver la paix en soi – Apr 19 2018

by [Thich Nhat Hanh](#) (Author)

Nous voulons tous savoir d'où nous venons et où nous allons. L'humanité est épatante et se surpasse continuellement, mais qu'est-ce que cela veut dire, être vivant? Que veut dire mourir? Sur ce chemin imprécis qu'est la vie, nous sommes plusieurs à nous bercer de l'espoir de trouver l'amour et le bonheur. Or, combien ont maîtrisé l'art de créer un moment de bonheur pour soi et pour son entourage? Intemporel et inspirant, ce livre répond à ces questions essentielles et nous montre comment faire face aux défis de la vie moderne. S'appuyant sur les enseignements du bouddhisme, il présente des idées innovantes pour adapter notre mode de vie et inviter le bonheur à se manifester à chaque instant.



VIVRE EN PLEINE CONSCIENCE : PAIX ET JOIE DANS LES TRIBULATIONS DE LA VIE

de : Thich Nhat Hanh

Editeur(s) : TERRE DU CIEL EDITIONS

Genre : SPIRITUALITE

Date de Parution : 03/09/1999

