

# Thich Nhat Hanh

## Bibliografia in italiano

I titoli sono elencati in ordine cronologico. Dopo titolo ed eventuale sottotitolo: editore, data di prima pubblicazione dell'edizione italiana, *in corsivo* titolo dell'edizione originale ed eventuali indicazioni sul contenuto.

- **VIETNAM, LA PACE PROIBITA** - (Vallecchi 1967, *Vietnam: A Lotus in a Sea of Fire*), fuori circolazione.
- **LA LOTTA NON-VIOLENTA DEL BUDDHISMO NEL VIETNAM** – (Città Nuova, 1970), raccolta di scritti di T.N.Hanh e Cao Ngoc Phuong (Sr. Chan Khong) originariamente in vietnamita e in inglese (varie sedi e date); contiene il Documento presentato alla Conferenza di Pace di Parigi. Fuori circolazione.
- **ESSERE PACE** – *Insegnamenti sulla sofferenza, la riconciliazione e la pace* (Ubaladini 1989, *Being Peace*). Riunisce tre titoli pubblicati separatamente in ed.or. :
  - **Il cuore della comprensione** (*The Heart of Understanding*), “Il Sutra del cuore della Prajñaparamita” e commento
  - **Essere Pace** (*Being Peace*): i 14 Addestramenti (prima formulazione), l’Ordine dell’Interessere.
  - **La meditazione camminata** (*Walking Meditation*)
- **IL SOLE, IL MIO CUORE** - *Dalla presenza mentale alla meditazione di consapevolezza* (Ubaladini 1990, *The Sun, My Heart*) Fondamenti dell’insegnamento di T.N.H. sull’interessere.
- **IL MIRACOLO DELLA PRESENZA MENTALE** - *Un manuale di meditazione* (Ubaladini 1992, *The Miracle of Mindfulness*). A fine volume il “Sutra sui quattro fondamenti della presenza mentale”, solo testo.
- **TRASFORMARSI E GUARIRE** - *Il Sutra sui quattro fondamenti della consapevolezza* (Ubaladini 1992, *Transformation and Healing*), sutra e commento.
- **VITA DI SIDDHARTA IL BUDDHA** *narrata e ricostruita in base ai testi canonici pali e cinesi* (Ubaladini 1992, *Old Path, White Clouds*). Biografia narrativa del Buddha storico, con il contesto in cui sono nati gli insegnamenti principali. Contiene l’indicazione delle fonti di ognuno degli insegnamenti esposti nel corso del testo.
- **LA PACE È OGNI PASSO** - *La via della presenza mentale nella vita quotidiana* (Ubaladini 1993, *Peace is Every Step*) – Introduzione semplice e immediata alla pratica.
- **TOCCARE LA PACE** - *La pratica dell’arte di vivere con consapevolezza* (Ubaladini 1994, *Touching Peace*) - Contiene fra l’altro la pratica del “Trattato di pace” e i 5 Addestramenti alla presenza mentale con commento.
- **RESPIRA! SEI VIVO** - *Commento al Sutra sulla piena consapevolezza del respiro e ad altri Sutra fondamentali* (Ubaladini 1994). Riunisce quattro titoli pubblicati separatamente in ed. or.:
  - **Respira! Sei vivo** (*Breathe! You are Alive*): “Sutra sulla piena consapevolezza del respiro” e commento.
  - **Il nostro appuntamento con la vita** (*Our Appointment with Life*): “Sutra dell’anziano” e “Sutra sul modo migliore per vivere soli” e commento.

- **Momento presente, momento meraviglioso** (*Present Moment, Wonderful Moment*): Versi (*gatha*) per la vita quotidiana
  - **L'Ordine dell'Interessere** (*Interbeing*): presentazione dell'Ordine, i 14 Addestramenti, Statuto dell'Ordine.
- **LO SPLENDORE DEL LOTO** - *Esercizi di meditazione guidata* (Ubaladini 1994, *The Blooming of the Lotus*)
  - **IL DIAMANTE CHE RECIDE L'ILLUSIONE** - *Commento al Sutra del diamante della Prajñāparamita* (Ubaladini 1995, *The Diamond that Cuts through Illusion*): Sutra e commento.
  - **L'AMORE E L'AZIONE** - *Sul cambiamento sociale non violento* (Ubaladini 1995, *Love in Action*) – Raccolta di scritti, dell'arco di due decenni, su non violenza e riconciliazione.
  - **UNA CHIAVE PER LO ZEN** - *Con un'introduzione di Philip Kapleau* (Ubaladini 1996, *Zen Keys*) – Gli elementi essenziali delle scuole Zen.
  - **MENTE D'AMORE** - *La pratica del guardare in profondità* (Ubaladini 1997, *Cultivating the Mind of Love*) Sull'amore e l'osservazione profonda nelle relazioni interpersonali.
  - **IL BUDDHA VIVENTE, IL CRISTO VIVENTE** - (Neri Pozza 1996, ristampa in ed. tascabile TEA, 1999; *Living Buddha, Living Christ*). Discorsi su buddhismo e cristianesimo tenuti a Plum Village nei giorni di Natale del 1995.
  - **INSEGNAMENTI SULL'AMORE** - *Un sentiero collaudato per trasformare rabbia e odio in amore universale* (Neri Pozza 1999, *Teachings on Love*) - "I Quattro incommensurabili stati mentali", meditazioni guidate sull'amore, sulla pratica del "Ricominciare da capo", i 5 Addestramenti, le 3 e 5 pratiche del "Toccare la terra".
  - **PERCHÉ UN FUTURO SIA POSSIBILE** - *I precetti per i discepoli laici* (Ubaladini 2000, *For a Future to Be Possible*) - "Il Sutra del discepolo dalla veste bianca" e commento: sui Cinque Addestramenti alla presenza mentale.
  - **IL CUORE DELL'INSEGNAMENTO DEL BUDDHA** - *Le Quattro Nobili Verità, l'Ottuplice Sentiero e gli altri insegnamenti principali del Buddha nella loro attualità* (Neri Pozza 2000, *The Heart of Buddha's Teachings*). Manuale sistematico e applicato all'oggi degli insegnamenti principali del Buddhismo.
  - **SPEGNI IL FUOCO DELLA RABBIA** (Mondadori 2002, *Anger*) Trasformazione e guarigione da rabbia e conflittualità.
  - **IL SEGRETO DELLA PACE** – *Trasformare la paura, conoscere la libertà* (Mondadori 2003, *No Death, No Fear*) - Su nascita, morte, trasformazione.
  - **LA LUCE DEL DHARMA** - *Dialogo tra cristianesimo e buddhismo* (Mondadori 2003, *Going Home*)
  - **LIBERO OVUNQUE TU SIA** – *Discorso tenuto al penitenziario di Stato del Maryland* (Associazione Essere Pace 2003, *Be Free Where You Are*).

- **IL SENTIERO** - *Discorsi di un ritiro di meditazione* (Ubaladini 2004, *The Path of Emancipation*) – Gli insegnamenti più recenti sul “Sutra sulla piena consapevolezza del respiro” dati in un ritiro dei 21 giorni, U.S.A. 2002.
- **LA VIA DELLA TRASFORMAZIONE** - *Quando la mente guarisce il cuore* (Mondadori 2004, *Transformation at the Base*) – Le “50 strofe sulla vera natura della coscienza” e commento: psicologia buddhista nella tradizione della scuola Vijñānavada.
- **L'ARTE DEL CAMMINO E DELLA PACE** - *In viaggio verso la serenità* (Mondadori 2004, *Fragrant Palm Leaves*) Diari di Thây da giovane monaco durante la guerra nel Vietnam: “Taccuini americani” 1962-63, “Taccuini vietnamiti” 1964-44.
- **L'UNICA NOSTRA ARMA È LA PACE** – *Il coraggio di costruire un mondo senza conflitti* (Mondadori 2005, *Creating True Peace*) Insegnamenti e pratiche per la pace in se stessi, in famiglia, nella scuola, al lavoro, nella società, nel mondo.
- **INSIEME CON GIOIA** – *L'arte di costruire una comunità armoniosa* (Associazione Essere Pace 2005, *Joyfully Together*) Insegnamenti dettagliati sulla pratica della convivenza armoniosa nel Sangha e sulle modalità abili di decisione e di risoluzione dei conflitti; contiene un commento dettagliato al *Discorso sul misurare e riflettere* (*Anumana Sutta*).
- **LA NOSTRA VERA DIMORA** – *Vivere ogni giorno nella Terra Pura* (Mondadori 2006, *Finding Our True Home*) Sutra di Amitābha, versione breve; la Scuola della Terra Pura (e la relativa pratica dell'evocazione del nome del Buddha); esteso commento al sutra. Insegnamenti sulla pratica di “dimorare felicemente nel momento presente”.
- **UN SILENZIO TONANTE** – *Sutra sul modo migliore di catturare un serpente* (Associazione Essere Pace 2007, *Thundering Silence*). Sutra e commento. Sui rischi di fraintendere gli insegnamenti; similitudine della zattera; insegnamenti su non sé e nirvana.
- **NEL RIFUGIO DELLA MENTE** – *La risposta zen al terrorismo* (Mondadori 2007, *Calming the Fearful Mind*). Strumenti individuali e collettivi di fronte al terrorismo, con chiara visione e il coraggio di proporre metodi di ascolto reciproco a livello internazionale. Contiene i discorsi tenuti in America dopo l'11 settembre, l'intervista “*Che cosa direi a Osama Bin Laden*” e altri.
- **IL CUORE DEL COSMO** – *Nuovi insegnamenti dal Sutra del Loto* (Mondadori 2008, *Opening the Heart of the Cosmos*). La fioritura del Mahayana: lo sviluppo della pratica della compassione, la via del Bodhisattva, la natura di Buddha innata. Commento ai capitoli fondamentali del Sutra del Loto e alle Sei Paramita.
- **L'ENERGIA DELLA PREGHIERA** – *Come approfondire la pratica spirituale quotidiana* (Mondadori 2008; *The Energy of Prayer*). Il ruolo della preghiera nella vita spirituale. Relazione fra preghiera, recitazione e meditazione. Contiene una lettura del “Padre Nostro” dall'ottica buddhista, cinque meditazioni guidate commentate e una raccolta di Gatha per la vita quotidiana.
- **CAMMINANDO CON IL BUDDHA** – *Zen e felicità* (Mondadori 2009, *Buddha Mind, Buddha Body*). Corpo, mente e coscienza. Tipi di percezione e rapporto fra percezione e realtà. I metodi per coltivare l'abitudine alla felicità. Due capitoli innovativi sulla meditazione camminata (1 e 8). In Appendice: I 5 e i 3 Toccare la Terra, Rilassamento profondo, *Strofe sulle caratteristiche delle otto coscienze* di Hsüang Tsang.

- **UNA CHIAVE PER LA PACE: BAT NHA / A KEY TO PEACE: BAT NHA** (bilingue italiano-inglese) – (Educazione alla Pace Napoli 2010, *The Koan Bat Nha*) Profondo insegnamento sulla molteplicità delle visioni attraverso la vicenda della comunità monastica di Bat Nha, nata nel 2005 in seguito al primo rientro di Thây in Vietnam, vigorosamente fiorita, perseguitata e cacciata dal Paese dal governo vietnamita fra il 2008 e il 2010. Testo italiano/inglese. Oltre al *koan di Bat Nha*: cronologia degli eventi e le poesie *Pace e Raccomandazione*.
- **NULLA DA CERCARE** – *Un commento alla raccolta di Linji* (Ubalдини 2010, *Nowhere to Go, Nothing to Do*). Il *Linji Lu*, il Libro di Lin Chi (Lam Te in vietnamita, Rinzai in giapponese). Gli insegnamenti di Linji sul contatto diretto con il nocciolo della pratica demolendo ogni approccio intellettuale, come emergono dai discorsi e dalle contese dialettiche coi discepoli, tradotti e commentati da Thây.
- **L'UNICO MONDO CHE ABBIAMO** – *La pace e l'ecologia secondo l'etica buddhista* (Terra Nuova, Firenze 2010, *The World We Have*). Una visione ampia, innovativa e provocatoria della possibile fine della nostra civiltà (nella forma che conosciamo) dovuta al degrado ambientale, e di ciò che possiamo fare per il presente e il futuro nostro, dei nostri figli, del pianeta. Contiene anche: commento al Sutra sui Quattro Nutrimenti, gatha, 5 Toccare la Terra, 5 Addestramenti, Trattato di Pace con la Terra, Rilassamento Profondo.
- **LA SCINTILLA DEL RISVEGLIO** – *Lo Zen e l'arte del potere* (Mondadori 2010, *The Art of Power*) Sulla gestione saggia della vita professionale e personale, ruoli dirigenziali e potere vero. Ampia trattazione dei 5 Poteri; pratica di consapevolezza e risveglio collettivo. Note sul primo rientro in Vietnam (pp.152-7). In Appendice: un esempio di imprenditoria illuminata, nuove gatha per la vita quotidiana, gatha della meditazione ("profondo, lento" ecc.), Rilassamento Profondo.
- **LA VESTE DEL MIO MAESTRO** – *Memorie di un novizio* (Associazione EsserePace 2011, *My Master's Robe*). Episodi di vita di un novizio in un monastero vietnamita negli anni 1941-47: ricordi e racconti di Thây, cinquant'anni dopo. Dharma vivente.
- **FARE PACE CON SE STESSI** – *Guarire le ferite e il dolore dell'infanzia, trasformandoli in forza e consapevolezza* (Terra Nuova, 2011; *Reconciliation*) Strumenti di guarigione per le ferite dell'infanzia, del passato, del presente.
- **PRATICHE DI CONSAPEVOLEZZA** – *Antologia essenziale di meditazioni per vivere il presente con gioia e felicità* (Terra Nuova, 2012; *Happiness*). Raccolta completa di tutte le pratiche di Plum Village spiegate in breve da Thây in discorsi di Dharma o in libri precedenti: dalla meditazione seduta e camminata al Ricominciare, dalla condivisione al Trattato di Pace, dai Toccare la Terra alla meditazione dell'abbraccio.
- **SEMI DI FELICITÀ** – *Coltivare la consapevolezza insieme ai bambini* (Terra Nuova, 2012; *Planting Seeds*)  
a cura di Sister Jewel. Strumenti creativi per coltivare nei bambini la consapevolezza in tutti gli aspetti della vita, frutto di decenni di esperienza a Plum Village, all'EIAB, nei sangha. Libro illustrato e completato da schede didattiche; al testo è collegata una pagina web con canzoni e meditazioni guidate.

## RACCOLTE DI DISCORSI

- **L'INCENSO DEL CUORE** – Discorsi del ritiro di Rocca di Papa, marzo 1996 (1997, Roma, La Rete di Indra)
- **SASSOLINI DI MEDITAZIONE** – Discorsi del ritiro di Firenze, aprile 1997 (1998, Firenze, Un Tempio per la Pace)
- **IL PICCOLO LIBRO DELLA CONSAPEVOLEZZA** - (Ubalдини 2001, collana “Schegge di saggezza”)
- **DISCORSI AI BAMBINI** e *al bambino dentro di noi* - (Ubalдини 2002)
- **UN ASCOLTO PROFONDO** - Su ascolto profondo e parola amorevole (Ubalдини 2005)
- **PASSI DI PACE** – Sulla meditazione camminata (Firenze 2003; Roma 2005; Napoli 2008 “Educazione alla Pace, Napoli”).
- **IL CUORE DELLA PACE / THE CORE OF PEACE** (bilingue italiano-inglese) – *I Quattordici Addestramenti alla Consapevolezza dell’Ordine dell’Interessere* - testo dei Quattordici Addestramenti, poesie e scritti sull’educazione alla pace (“Quaderni per un’Educazione alla Pace”, Giunti 2008)
- **QUANDO BEVI ILTÈ, STAI BEVENDO NUVOLE** – *Un percorso di trasformazione e di consapevolezza* (Terra Nuova, Firenze 2008). Tutti i discorsi del ritiro di Roma Castelfusano 2008 + alcuni estratti da ritiri precedenti. Presentazioni e pratiche guidate: *Rilassamento profondo* e *Toccare la Terra* (Sr. Chên Không) e *Ricominciare* (monaci di P.V.). Contiene anche: *Trattato di pace con la Terra, Lettera sul riscaldamento globale*, biografia e bibliografia italiana di Thây.

## RACCONTI

- **IL CANCELLO DI PINO** e altre storie: *Il cancello di pino; I pini giganti; Il vecchio albero* - (Psiche, 1997)
- **IMPARO DALLE STORIE - Il bambù della luna: Il ragazzo di pietra; Il pesce rosa solitario; Il bambù della luna; Fiori di peonia.** (Psiche, 1998)

## SCRITTI PUBBLICATI IN ANTOLOGIE:

- **AA.VV. : BUDDHISMO IMPEGNATO** - *Gli insegnamenti dei più celebri maestri buddhisti di oggi per una trasformazione radicale della società* (Neri Pozza 1999, *Engaged Buddhist Reader*), insieme a scritti di S.S. il XIV Dalai Lama, J. Macy, C. Thomas, S. Suzuki, S. Batchelor e aa.

- **AA.VV.: ECOLOGIA BUDDHISTA** – (Neri Pozza, 2001, *Buddhism and Ecology*), a cura di Martine Batchelor e Kerry Brown, insieme a scritti di S.S. il XIV Dalai Lama, J. Macy, S. Batchelor, A.T. Ariyaratne e aa.

#### TESTI PER LA PRATICA DI SANGHA

- **CANTI E RECITAZIONI DI PLUM VILLAGE** – *raccolti da Thich Nhat Hanh e dai monaci e dalle monache di Plum Village* (Nobile Editore, 2000; *Plum Village Chanting Book*). Testi per la pratica quotidiana e per le cerimonie; gatha; sutra fondamentali.
- **CANZONI PER LA PRATICA DELLA PRESENZA MENTALE** – raccolta dei testi delle canzoni per la pratica del “Cominciare la giornata cantando” e l’apertura della Meditazione Camminata. CD allegato (distribuzione nei Sangha e nei ritiri).
- **CANTI NELLO ZENDO** – Fascicolo di testi e partiture per i canti nella pratica di Sangha e nelle cerimonie. (Associazione Essere Pace, 2003). Disponibile anche il CD.
- **BENVENUTI A PLUM VILLAGE** – (Associazione Essere Pace, 2004) Guida alla pratica per chi partecipa per la prima volta a un ritiro a Plum Village o comunque nella tradizione di Thich Nhat Hanh
- **LA VIA DEL CUORE** – *Sostegno alla vita* (Associazione Essere Pace, 2008) Guida alla pratica del Qi Gong con i bastoni. Descrizione, commento e foto delle quattro sequenze di esercizi.
- **IL CANTO DEL CUORE** – *Pratiche, cerimonie, discorsi* – di Thich Nhat Hanh con la comunità monastica di Plum Village. (Associazione Essere Pace, 2008; *Chanting from the Heart*) Nuova versione, aggiornata e ampliata con nuovi testi, di *Canti e Recitazioni di Plum Village*: testi per la pratica quotidiana, cerimonie, gatha, sutra.