



Thich Nhat Hanh – att leva i nuet

Kort bakgrund

Thich Nhat Hanh (1926-2022) var en munk, zenmästare och fredsaktivist som ville skapa en mer engagerad buddhism, och som kämpade för fred i Vietnam. Hanh blev en pionjär i att etablera en samhällsengagerad buddhism.

På grund av sin aktivism blev han själv flykting, och startade klostret Plum Village i Frankrike. Med hjälp av sina egna erfarenheter kunde han hitta metoder för att lindra sitt eget och så småningom andras lidande. Centralt i hans lära är vikten av mindfulness – medveten närvaro – och hans tekniker i mindfulness har spridit sig över hela världen.

För om vi ska ha fred i världen så behöver vi ha frid inom oss själva, enligt Thich Nhat Hanh.

Medverkande i avsnittet:

Kristin Olson, författare

Katarina Plank, lektor i religionsvetenskap, Karlstad universitet
www.kau.se/forskare/katarina-plank

Jem Chan Phap Ho, tidigare buddhistmunk vid Plum village

Reporter, Julia Lundberg

Producent, Elin Iskra

Referenslista i urval:

"Mindfulness – ögonblickens under" Thich Nhat Hanh

"Makt och medkänsla – reportage om engagerad buddhism" Kristin Olson

<https://plumvillage.org/thich-nhat-hanh/biography/thich-nhat-hanh-full-biography/>

<https://plumvillage.org/thich-nhat-hanh/key-teachings/>