

AJAHN BRAHM

Der Elefant,
der das Glück vergaß

BUDDHISTISCHE GESCHICHTEN,
UM FREUDE IN JEDEM MOMENT
ZU FINDEN

Aus dem Englischen übertragen
von Karin Weingart

L o t o s

INHALT

VORWORT	11
DER BEHÄLTER UND DIE INHALTE	13
WAS WIR WIRKLICH WOLLEN	14
OH SHIT!	17
PO-SITIVE VERSTÄRKUNG	18
DER POLITIKER IM BRUNNENSCHACHT	19
KAMELFRESSE	22
DER GESPRUNGENE BECHER	25
DIE FABEL VON DEN ZWEI HÜHNERBAUERN	27
IHR FOTOALBUM	28
DIE LÖSCHTASTE DRÜCKEN	30
GUT? SCHLECHT? WER WEISS DAS SCHON?	32
DER TAXIFAHNER, DER SICH VERFUHR	34
KRIMINELLE GIBT ES NICHT	35
DAS STIGMA PSYCHISCHER ERKRANKUNGEN	37
DIE ERLAUBNIS ZU STERBEN	38

EIN BUDDHISTISCHER WITZ	39
ALTE MÖNCHE LÜGEN NICHT	40
DER WICHTIGSTE FINGER	47
DIE ANGST BESCHREIBEN	48
EIN KÜSSCHEN – UND ALLES IST WIEDER GUT	51
DAS TSUNAMI-KROKODIL	52
SCHATZ, WO SIND DIE KINDER?	53
DIE MAUSEFALLE	55
WIE MAN EIN LOB ANNIMMT	58
DIE FÜNFZEHN-SEKUNDEN-REGEL	60
DIE SANDWICH-METHODE	61
AM BESTEN 70 PROZENT	63
SCHRAUBEN SIE IHRE ERWARTUNGEN RUNTER	64
DREI MEINER UNVERGESSLICHSTEN FEHLEISTUNGEN	66
DIE LETZTE FRAGE	68
DIE VORTEILE, DIE ES HAT, BEI EINER FLUGZEUGEXPLOSION UMS LEBEN ZU KOMMEN	71
SOLL ICH ODER SOLL ICH NICHT?	72
FRAGEN SIE DEN HUND	74
SICH KÜMMERN, NICHT HEILEN	76
MILCH UND KEKSE	78
DIE SCHULDGEFÜHLE DES KLINKENPUTZERS	80

DIE TRAUIGE GESCHICHTE VON DER LEBENSMÜDEN SPINNE	82
DAS GEHEIMNIS EINER GLÜCKLICHEN EHE	85
GESEGNETES WASSER	87
DIE GEFAHREN DER TRUNKENHEIT AM STEUER ...	89
HEILIGE SCHEISSE	91
DIE URSPRÜNGE DES MATERIALISMUS	93
KIT-CAT	96
EIN HUNDERETREAT	99
EINE WUNDERBARE GESCHICHTE VOM ÜBERNATÜRLICHEN	101
MEINE REISE IN DEN HIMALAJA	105
JEMAND SIEHT DICH IMMER	107
WIE EIN SCHÜLER LERNT, ÜBER BELEIDIGUNGEN ZU LACHEN	110
VON DEN EXPERTEN LERNEN	111
ANDEREN ETWAS ZU GEBEN ÜBERWINDET DEPRESSIONEN	114
DAS TIEFE LOCH	116
WANN DARF MAN DIE UNWAHRHEIT SAGEN?	117
WARUM WIR LÜGEN	118
DIE AFFEN UND DER AFFENGEIST	121
LASST DIE BANANE LOS	126
MAMI, ICH GEHE	128

HINTERM HORIZONT	130
DER ERSCHROCKENE WASSERBÜFFEL	131
DER FALL DER VERSCHWUNDENEN HARLEY	133
AUF DEM FENSTERSIMS	135
DAS REGAL IM WOHNZIMMER MEINER MUTTER	136
DIE KATZE	139
DER GENERAL MIT DEN DISZIPLINIERTESTEN SOLDATEN	141
DIE MACHT DER FREUNDIN	142
JEDEN MORGEN ZWANZIG PUSH-UPS	144
DIE WEISHEIT EINES BÄUCHLEINS	145
DIE URSACHE VON STRESS	147
EIN HALBES BLATT PAPIER	149
GLÜCK GEHABT!	151
DEN HÄSSLICHEN FROSCH KÜSSEN	153
WIE MAN NICHT BETEN SOLLTE	155
DER NÄCHSTE WINTER	158
DER ELEFANT, DER DAS GLÜCK VERGASS	160
STIMMEN HÖREN	163
GEGEN JEDE WAHRSCHEINLICHKEIT	166
DAS WUNDER	168
EINE GÖTTLICHE INTERVENTION	171
DER ALLESWISSER	174

DIE GESCHICHTE VON DEN ZWEI MANGOBÄUMEN	175
WIE MAN IN DEN GENUSS EINER MANGO KOMMT	177
VERBOTENE FRÜCHTE	178
DER TYRANN	180
BÜROKRATISCHE TYRANNEN	182
TYRANNEI IN DER VORSTANDSETAGE	184
ICH BIN NICHT GUT GENUG	186
ICH WAR SCHON IMMER GUT GENUG	188
DER ANRUFBEANTWORTER	189
SIE HABEN DAS RECHT, NICHT GLÜCKLICH ZU SEIN	190
DIE GLÜCKSLIZENZ	191
WIE HOCH IST IHR (MARKT-)WERT?	193
DIE MACHT DER STILLE	195
INNERE STILLE	198
WOHLTÖNENDES SCHNARCHEN	200
DIE ZWISCHENMOMENTE	202
MENSCHENWESEN ODER MENSCHENGEHER?	203
DON'T WORRY, BE HOPEY!	205
GAST, NICHT EIGENTÜMER	207
NICHT NUR ACHTSAM, SONDERN GÜTIG ACHTSAM	208

DER WOHLMEINENDE GELDAUTOMAT	211
GÜTIGE ACHTSAMKEIT UND STILLE	212
KEINE ANGST	215
DER SARG	217
GÜTIGE GEISTER	220
DER SCHOTTISCHE NEBEL	223
VERBEUGEN	225
DER GOTTESBEGRIFF IM BUDDHISMUS	228
DIE ERLEUCHTUNGSSHOW	229
DIE SPEISEKARTE	233
LIZENZ ZUM GLÜCKLICHSEIN	235
ÜBER DEN AUTOR	236