

Ajahn Brahm

# OPOWIEŚCI BUDDYJSKIEGO MNICHA

*Licencja na szczęście*



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

OPOWIEŚCI  
BUDDYJSKIEGO  
MNICHA



*Ajahn Brahm*

**OPOWIEŚCI  
BUDDYJSKIEGO  
MNICHA**

---

*Licencja na szczęście*



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
*jeszcze lepsze jutro*

REDAKCJA: Mariusz Warda  
SKŁAD: Iga Maliszewska  
PROJEKT OKŁADKI: Iga Maliszewska  
TŁUMACZENIE: Mariusz Warda  
KOREKTA: Anna Lisiecka

Wydanie I  
BIAŁYSTOK 2016  
ISBN 978-83-7377-776-7

Tytuł oryginału: *Don't Worry, Be Grumpy: Inspiring Stories for Making the Most of Each Moment*

Copyright © 2014 Buddhist Society of Western Australia

© Copyright for the Polish edition by Studio Astropsychologii, Białystok 2015  
All rights reserved, including the right of reproduction in whole or in part in any form.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tej publikacji nie może być powielana ani rozpowszechniana za pomocą urządzeń elektronicznych, mechanicznych, kopiujących, nagrywających i innych bez pisemnej zgody posiadaczy praw autorskich.



Bądź na bieżąco i śledź nasze wydawnictwo na Facebooku.  
[www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii](http://www.facebook.com/Wydawnictwo.Studio.Astropsychologii)



STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII

*jeszcze lepsze jutro*

15-762 Białystok

ul. Antoniuk Fabr. 55/24

85 662 92 67 – redakcja

85 654 78 06 – sekretariat

85 653 13 03 – dział handlowy – hurt

85 654 78 35 – [www.talizman.pl](http://www.talizman.pl) – detal

strona wydawnictwa: [www.studioastro.pl](http://www.studioastro.pl)

sklep firmowy: Białystok, ul. Antoniuk Fabr. 55/20

Więcej informacji znajdziesz na portalu [www.psychotronika.pl](http://www.psychotronika.pl)

PRINTED IN POLAND



# SPIS TREŚCI

Przedmowa .....	9
1. Pojemnik i jego zawartość .....	10
2. Czego naprawdę pragniemy .....	12
3. No, i gównno! .....	15
4. Kupo-zytywne wzmocnienie .....	17
5. Polityk w studni .....	19
6. Wielbłądzia gęba .....	22
7. Pęknięty kubek .....	26
8. Opowieść o dwóch hodowcach drobiu .....	28
9. Twój album ze zdjęciami .....	30
10. Wciskanie „Delete” .....	32
11. Dobrze? Źle? Któż to wie? .....	34
12. Zagubiony taksówkarz .....	36
13. Kryminaliści nie istnieją .....	38
14. Piętno choroby psychicznej .....	40
15. Pozwolenie na śmierć .....	41
16. Buddyjski dowcip .....	43
17. Starzy mnisi nie kłamią .....	44
18. Najważniejszy palec .....	51
19. Opisywanie niepokoju .....	53
20. Pocałuj, a przestanie boleć .....	56
21. Krokodyl i tsunami .....	57
22. Kochanie, nie mogę znaleźć dzieciaków! .....	59

23. Jak pułapka na myszy zabiła kurczaka, świnie i krowę .....	61
24. Jak zyskać uznanie .....	65
25. Zasada piętnastosekundowej pochwały .....	68
26. Metoda kanapki .....	69
27. Zasada siedemdziesięciu procent .....	71
28. Obniż swoje oczekiwania .....	73
29. Trzy moje najbardziej pamiętne błędy .....	75
30. Ostatnie pytanie .....	78
31. Korzyści z bycia wysadzonym w powietrze .....	81
32. Powinienem? A może nie powinienem? .....	83
33. Spytaj swojego psa .....	85
34. Dbanie zamiast leczenia .....	87
35. Mleko i ciasteczka .....	89
36. Poczucie winy sprzedawcy .....	91
37. Smutna saga o samobójczej pajęczycy .....	93
38. Sekret szczęśliwego małżeństwa .....	96
39. Woda święcona .....	99
40. Niebezpieczeństwa związane z jazdą pod wpływem alkoholu .....	101
41. Święte nieczystości .....	104
42. Geneza materializmu .....	107
43. Kit-Cat .....	110
44. Psie zacisze .....	114
45. Zdziwiająca historia ze zjawiskami paranormalnymi .....	116
46. Moja własna podróż w Himalaje .....	121
47. Ktoś cię widzi .....	123
48. Jak inny uczeń nauczył się śmiać ze zniewag .....	126
49. Nauka od ekspertów .....	128
50. Dawanie pokonuje depresję .....	131
51. W głębokim dole .....	134

52. Kiedy kłamanie jest w porządku? .....	135
53. Dlaczego kłamiemy .....	137
54. Małpi umysł .....	141
55. Puść banana .....	146
56. Mamusiu, wyprowadzam się z domu .....	149
57. Przekraczając horyzont .....	152
58. Przerażony bawół domowy .....	154
59. Sprawa znikającego harleya .....	156
60. Na krawędzi .....	158
61. Półka mojej mamy .....	160
62. Pięćdziesiąt uderzeń kota .....	163
63. Generał z najlepszą dyscypliną w całej armii .....	165
64. Dziewczęca siła .....	167
65. Dwadzieścia pompek co rano .....	169
66. Brzuszna mądrość .....	171
67. Geneza stresu .....	173
68. Pół kartki papieru .....	175
69. Radzenie sobie z WIELKIM problemem .....	178
70. Całowanie brzydkiej żaby .....	180
71. Jak się nie modlić .....	183
72. Prowadził niewidomy niewidomego .....	186
73. Zła słońca .....	188
74. Słuchanie głosów .....	191
75. Mnisi i mniszki zwiększają szanse .....	195
76. Cud .....	197
77. Boska interwencja .....	200
78. Wszechwiedzący .....	203
79. Opowieść o dwóch drzewach mango .....	205
80. Jak złapać mango .....	207
81. Zakazany owoc .....	209
82. Prześladowca .....	211
83. Biurokratyczni prześladowcy .....	213



84.	Prześladowania na obradach zarządu .....	215
85.	Nie jestem wystarczająco dobry .....	217
86.	Jestem wystarczająco dobry .....	219
87.	Automatyczna sekretarka .....	220
88.	Masz prawo nie być szczęśliwym .....	221
89.	Licencja na szczęście .....	223
90.	Ile jesteś wart? .....	225
91.	Moc ciszy .....	227
92.	Wewnętrzna cisza .....	230
93.	Kiedy nie ma ciszy .....	232
94.	W chwilach pomiędzy .....	235
95.	Żyjesz czy idziesz? .....	237
96.	Zamiast się martwić, bądź pełen nadziei .....	239
97.	Bycie gościem, nie właścicielem .....	242
98.	Nie bądź po prostu uważny, bądź użyczliwiony ....	244
99.	Użyczliwienie, gdy jesteś splukany .....	247
100.	Użyczliwienie i wyciszenie .....	249
101.	Bez strachu .....	252
102.	Trumna .....	254
103.	Życzliwe duchy .....	257
104.	Szkocka mgła .....	260
105.	Kłanianie się .....	263
106.	Bóg w buddyźmie .....	266
107.	Gra o oświecenie .....	268
108.	Menu .....	272
	O Autorze .....	275



## Przedmowa

Banany to temat rzeka.

Są one tak powszechne, że myślimy, iż wiemy o nich wszystko. W rzeczywistości nawet nie wiem, jak poprawnie zdjąć skórkę z banana! Większość ludzi zaczyna od strony łodygi. Jednak mały, niewątpliwi eksperci z tematyki bananów, zawsze trzymają za łodygę i obierają swoje banany od przeciwnego końca. Spróbuj sam i zobacz, jak to jest. Okaze się, że wybierając „mały sposób”, decydujesz się na rozwiązanie znacznie mniej problematyczne.

W ten sam sposób medytujący buddyjscy mnisi i mniszki są ekspertami w oddzielaniu umysłu od trudności, które go otaczają. Zapraszam do naśladowania „mniszkiej” metody radzenia sobie z życiowymi problemami.

Podobnie jak obieranie banana, życie również może okazać się znacznie mniej kłopotliwe.



## Pojemnik i jego zawartość

Kilka lat temu na ulicach doszło do zamieszek po tym, jak strażnik w więzieniu Guantanamo został oskarżony o spuszczenie świętej księgi w sedesie.

Następnego dnia zadzwonił do mnie lokalny dziennikarz, który powiedział, że pisze artykuł poświęcony tej zniewadze. Na potrzeby swojej twórczości dzwonił do przedstawicieli wszystkich głównych religii w Australii, by zadać kilka pytań, które zamierzał również zadać mi.

– Ajahnie Brahm, co byś zrobił, gdyby ktoś spuścił świętą księgę buddystów w *twojej* toalecie?

Bez wahania odparłem – Ależ proszę pana, gdyby ktoś spuścił świętą księgę buddystów w mojej toalecie, pierwszą rzeczą, jaką bym zrobił, byłoby wezwanie hydraulika!

Kiedy dziennikarz przestał się już śmiać, wyznał mi, że jest to jedyna rozsądna odpowiedź, jaką dane mu było tego dnia usłyszeć.

Wtedy ja zacząłem kontynuować wyjaśnienia.

Wyjaśniłem, że ktoś może wysadzić w powietrze wiele posągów Buddy, spalić buddyjskie świątynie bądź wymordować buddyjskich mnichów oraz mniszki. Rzeczywiście, ktoś może dokonać tych wszystkich zniszczeń, ale nigdy nie pozwoliłbym na zniszczenie buddyzmu. Możesz spuścić świętą księgę w toalecie, ale nigdy nie pozwolę ci splotkać w niej przebaczenia, spokoju i współczucia.

Księga nie jest religią. Nie jest nią również żaden posąg, budynek ani kapłan. Oni wszyscy są zaledwie „pojemnikami”.

Czego może nauczyć nas księga? Co reprezentuje posąg? Jakie cechy powinni utożsamiać kapłani? Odpowiedzi na te wszystkie pytania ujawniają prawdziwą zawartość wspomnianych „pojemników”.

Kiedy zaczniemy dostrzegać różnicę pomiędzy pojemnikiem a jego zawartością, wszyscy będziemy w stanie zabezpieczać w sobie ową zawartość, nawet wtedy, gdy same pojemniki ulegną zniszczeniu.

Możemy wydrukować więcej ksiązek, wybudować więcej świątyń i posągów, a nawet wyszkolić większą liczbę mnichów i mniszek, ale gdy stracimy swoją miłość i szacunek dla innych ludzi, jak również dla samych siebie, a zastąpimy te wartości przemocą, wtedy cała religia zostanie przez nas spuszczonej w toalecie.





## Czego naprawdę pragniemy

Pewnego ranka opat wstał wcześniej. Nie było w tym nic niezwykłego. Tym razem jednak obudził go dźwięk, który sygnalizował, że coś porusza się w pobliżu pokoju pełniącego funkcję sanktuarium. Było to o tyle zaskakujące, że większość podległych mu mnichów o tej porze zwykle powtarzała swoją poranną „mantrę” (chrrr...). Opat wstał więc i postanowił przeprowadzić własne śledztwo.

W ciemnościach ujrzał zarys zakapturzonej sylwetki. To był włamywacz.

– Czego szukasz, przyjacielu? – spytał łagodnie opat.

– Słuchaj, punku, dawaj klucz do skrzynki z datkami!

– powiedział włamywacz, wyjmując długi, ostry nóż.

Choć opat widział broń, nie odczuwał strachu. Jedyne, co w nim w tym momencie było, to współczucie dla stojącego przed nim młodzieńca.

– Naturalnie – odparł powoli, jednocześnie sięgając ręką po klucz.

Podczas gdy złodziej gorączkowo opróżniał skrzynkę z pieniędzmi, opat zauważył, że kurtka rabusia jest rozdarta, a on sam poraża swoją bladością i wychudzeniem.

– Drogi chłopcze, kiedy ostatnio dane ci było zjeść posiłek?

– Zamknij się! – warknął włamywacz.

– W szafce obok skrzynki z datkami znajdziesz coś do jedzenia. Czuj się jak u siebie.

Włamywacz na chwilę zastygł w pozie wyrażającej niezdecydowanie. Był całkowicie zaskoczony troską, jaką wyraził w stosunku do niego opat. Następnie, wciąż trzymając nóż skierowany ku opatowi, szybko nappełnił kieszenie gotówką z darowizn oraz znajdującym się w sąsiedniej szafce pożywieniem.

– I ani mi się waż wzywać gliny, bo w przeciwnym razie tu wrócę! – wykrzyknął.

– Dlaczego miałbym wzywać policję? – odparł łagodnie opat. – Te datki są tu składane, by nieść pomoc biednym ludziom, do których się zaliczasz. Z własnej woli zaoferowałem ci również pożywienie. Niczego nie ukradłeś. Odejdź w pokoju.

Następnego dnia opat wyjaśnił pozostałym mnichom i przedstawicielom laikatu, co miało miejsce bladym świtem. Wszyscy byli z niego bardzo dumni.

Kilka dni później opat przeczytał w gazecie, że włamywacz został ujęty podczas próby obrabowania kolejnego domu. Został za to skazany na dziesięć lat więzienia.

Dziesięć lat później ten sam opat obudził się wcześnie rano, znowu zbudzony hałasem dobiegającym z okolic sanktuarium. Udał się na zwiady, i jak już zapewne zgadłeś, zastał tego samego włamywacza. Stary znajomy stał, a jakże, obok skrzynki na datki, a w dłoni trzymał ostry nóż.

– Pamiętasz mnie? – krzyknął włamywacz.

– Tak – odparł opat, sięgając jednocześnie do kieszeni. – Tutaj jest klucz.

Wtedy włamywacz się uśmiechnął, odłożył nóż i powiedział łagodnie – Proszę usiąść i odłożyć klucz. Przez wszystkie te dni spędzone w więzieniu nie mogłem przestać myśleć o naszym spotkaniu. Był pan jedyną osobą w całym moim życiu, która była dla mnie miła i się naprawdę

o mnie troszczyła. Owszem, powróciłem do kradzieży, ale uświadomiłem sobie, że poprzednio wziąłem nie to, co trzeba. Tym razem przyszedłem więc, by poznać sekret pańskiej uprzejmości i wewnętrznego spokoju. To na tym teraz najbardziej mi zależy. Proszę dać mi klucz do współczucia. Proszę włączyć mnie do grona swoich uczniów.

Niedługo później włamywacz został mnichem i zyskał bogactwo wykraczające poza jego największe marzenia. Nie chodziło jednak o pieniądze, ale o bogactwo uprzejmości i wewnętrznego spokoju. To jest to, czego wszyscy naprawdę pragniemy. Cóż za kradzież!





## Krokodyl i tsunami

Po tsunami z 2004 roku świat obieła cała masa zadziwiających historii tych, którym udało się je przeżyć. Jedna z nich dotyczyła tego, jak życzliwość ocaliła pewnego mężczyznę ze Sri Lanki.

Co rano ów mężczyzna zwykł udawać się na brzeg laguny połączonej z oceanem, żeby tam karmić ryby skrawkami chleba. Pewnego dnia obok niego zjawił się krokodyl. Zwierzęta te na Sri Lance cieszą się bardzo złą sławą. Są bardzo niebezpieczne i niejednokrotnie zdarzyło się im pożreć człowieka.

Mężczyzna nie czuł jednak przerażenia i spokojnie rzucił krokodylowi kilka kromek chleba. Zwierzę pożarło je, po czym odpłynęło.

Sytuacja ta stała się codziennością. Co rano krokodyl przypląwał po śniadanie złożone z kromek chleba, po czym spokojnie odpływał.

Mężczyzna karmił właśnie ryby, gdy nadeszła fala tsunami. Będąc blisko brzegu, natychmiast został wzięty w ramiona silnych prądów morskich i wciągnięty do oceanu. Początkowo próbował złapać się drewnianego krzesła, ale siły tsunami były tak potężne, że wyrwały mu je z rąk. W tej sytuacji złapał za inny kawałek drewna, lecz on również został szybko od niego odciągnięty. Bliski utonięcia, złapał za kłodę, która pływała blisko niego. Udało mu się jej zła-



pać, wskutek czego był w stanie wynurzyć się i zaczerpnąć powietrza.

Kiedy odetchnął na tyle, iż zaczął znowu w miarę wyraźnie postrzegać otoczenie, zauważył coś bardzo dziwnego. Podczas gdy każdy inny obiekt był przeciągany przez prąd na morze, jego kłoda poruszała się w przeciwnym kierunku, holując go z powrotem do brzegu. Kiedy był już dość blisko brzegu, mężczyzna zeskoczył z kłody i wydostał się na suchy ląd. Jediną rzeczą, jaką udało mu się dostrzec, było to, że „kłoda” miała ogon. To był krokodyl!

Cynicy powiedzą, że krokodyl tylko dlatego uratował tego mężczyznę, żeby zapewnić sobie co rano dostawę chleba. Mądrzy ludzie będą jednak świadomi tego, że zwierzę odpłaciło aktem współczucia za całą życzliwość, jaką mu wcześniej okazano.



## Kochanie, nie mogę znaleźć dzieciaków!

Miałem to szczęście, że dorastałem w niewielkim mieszkaniu. Mam na myśli to, że zarówno ja, mój brat, jak i rodzice nie byliśmy w stanie od siebie uciec. Moi rodzice kłócili się tak jak każde inne małżeństwo, ale kiedy do tego dochodziło, byłem tego świadkiem. Byłem również świadkiem tego, jak kłótnie stawały się elementami przeszłości. Dzięki temu nauczyłem się, że spieranie się jest częścią życia, ale każde złe uczucie może zostać z łatwością puszczone w niepamięć w pięknym akcie przebaczenia zwanym „pojednaniem”.

Wraz ze swoim starszym bratem zajmowaliśmy małą sypialnię. Walczyliśmy ze sobą, razem wpadaliśmy w kłopoty i wspólnie dorastaliśmy. Razem też nauczyliśmy się kochać siebie. Gdybym miał własny pokój, nie nauczyłbym się tego wszystkiego.

Pewnego razu przeczytałem w gazecie o Brytyjce, która wygrała kilka milionów funtów w loterii. Natychmiast część nagrody przeznaczyła na zakup okazałej posiadłości leżącej poza miastem. Rok później sprzedała posiadłość, a zamiast niej zakupiła mały domek.

Wyjaśniła, że mieszkając w okazałym dworku, nigdy nie była w stanie znaleźć dzieci ani męża! Jej syn zajmował jedno ze skrzydeł posiadłości, córka mieszkała w innym, a mąż miał jeszcze odrębny pakiet pokoi. Zaczęli coraz rzadziej się widywać. Nasza bohaterka czuła się w nowym

domu samotna. Rozmiary posiadłości izolowały ją od osób, które kochała.

Kiedy przeprowadziła się do małego domku, znowu wszyscy zaczęli widzieć się niemal nieustannie. Kobieta utraciła zatem rozmiary gwarantowane przez posiadłość, a w zamian odnalazła na powrót swoją rodzinę.

Być może jednym z problemów naszego bogatego, współczesnego społeczeństwa, jest to, że mieszkamy w zdecydowanie za dużych domach. Masa dzieci posiada własny pokój. W tak dużych domach jest zbyt łatwo uciec od reszty domowników. W ten sposób adaptujemy się do funkcjonowania na własnych zasadach, ale tracimy umiejętności socjalne pozwalające żyć z innymi ludźmi.





23.

## Jak pułapka na myszy zabiła kurczaka, świnie i krowę

Za siedmioma lasami, za siedmioma górami i siedmioma morzami była sobie farma. Żyła na niej grupa przyjaciół, na którą składało się pięć myszy, kurczak, świnia i krowa. Myszy mieszkały w tym samym domu, co farmer, i to na nich spoczywał obowiązek pomagania pozostałym przyjaciołom. Kiedy myszy usłyszały, że farmer ma smak na smażonego kurczaka, ostrzegały niedoszłą ofiarę na tyle wcześniej, żeby kurczak mógł się w porę ukryć. Kiedy do ich mysich uszu dochodziła wieść, że żona farmera planuje przyrządzenie wieprzowej kiełbasy, ostrzegały świnie, żeby leżała w chlewie i wyglądała na chorą. Kiedy z kolei myszy dowiadywały się, że farmer planuje kolację złożoną z wysmażonego wołowego steku, doradzały krowie, by przeniosła się na jakiś czas na inną łąkę. Kurczak, świnia i krowa nazywali zespół swoich mysich przyjaciół MI5 – Mouse Intelligence Five\*.

Pewnego popołudnia jedna z myszy zobaczyła przez szparę w ścianie, że rolnik rozpakowuje paczkę. Omal nie pisnęła, wydając przy tym ostatni oddech, gdy zobaczyła, że przesyłka zawierała pułapkę na myszy. – Och, nie! Już

---

\* Mouse Intelligence Five – Piątka mysich wywiadowców. Skrót MI5 jest jednocześnie wykorzystywany do określania brytyjskiego wywiadu (przyp. tłum.).

po nas! Jesteśmy zgubione! – powiedziała pozostałym myszom. – Co możemy zrobić?

Myszy przedyskutowały temat i postanowiły poradzić się ich zaufanego przyjaciela, Pana Kurczaka.

– Koko! Koko! Kukuryku! – odparł Pan Kurczak. – Jak mała pułapka na myszy mogłaby mnie zranić? – Myszy były bardzo zaskoczone, że Pan Kurczak nie rozważył ich prośby o pomoc, a nawet nie spróbował ich pocieszyć. Było to niewyobrażalne, zważywszy na to, jak wielką pomoc otrzymał on swego czasu od myszy.

Zdecydowały się zatem poradzić innej ich przyjaciółki, Pani Świni.

– Kwiiiiiiik! – powiedziała Pani Świnia. – Aktualnie jestem nieco zajęta. Odezwę się do was później. A tak na marginesie, jakież zagrożenie dla mnie może wnosić pułapka na myszy?

Po raz kolejny myszy były bardzo rozczarowane. Niezrażone dotychczasowymi niepowodzeniami udały się po pomoc do największego i najodważniejszego z ich przyjaciół, czyli Panny Krowy.

Panna Krowa była zbyt zajęta przeżuwaniami trawy, żeby zdobyć się choćby na „Muuu!”. Kiedy jednak zaniepokojone myszy nie chciały zostawić jej w spokoju, odparła – W porządku. Będę nad tym rozmyślać, chociaż nie jest to *mój* problem.

Myszy wróciły do domu z przerażeniem gnieźdzącym się w ich małych ciałkach. Po całej pomocy, jaką wyświadczyły swoim przyjaciołom, liczyły na coś znacznie więcej niż „Koko! Koko! Kukuryku!” od Pana Kurczaka, „Kwiiiiiiik!” od Pani Świni, już nie wspominając o niezdobyciu się nawet na „Muuu!” przez Pannę Krowę.

Później tego samego wieczora jedna z myszy udała się na poszukiwania wieczornej przekąski. W pewnym momencie rozległ się donośny dźwięk zatrzasnącej się pułapki. „TRZASK!” i jedna z myszy powędrowała wprost do nieba (stało się tak, ponieważ była bardzo życzliwa za swojego mysiego życia).

Pozostałe cztery myszy usłyszały ten dźwięk i natychmiast podążyły przyjaciółce na ratunek. Nie mogły jednak nic poradzić na śmierć kompani. Płakały, łkały i szlochały więc po stracie.

Żona farmera również usłyszała dźwięk zatrzasnącej się pułapki i natychmiast wyszła sprawdzić, czy się coś w nią złapało. Kiedy zobaczyła martwą mysz otoczoną przez cztery inne, które płakały z żalu i na zmianę padały sobie nawzajem w swoje małe, mysie objęcia, gospodyni wydała z siebie krzyk i zemdląła.

Następnego dnia rano żona farmera nadal była w szoku i nie wstawała z łóżka. Farmer rozważał, co mogłoby sprawić, że jego żona poczuje się lepiej. Nagle pojawiła się doskonała myśl – cóż może postawić na nogi szybciej niż rosół? Farmer złapał natychmiast Pana Kurczaka, uciął mu głowę i ugotował z niego wywar, dodając odrobinę czosnku i soli.

Kiedy przyjaciele żony farmera dowiedzieli się o załamaniu jej zdrowia, natychmiast przybyli w odwiedzinę, ponieważ tak właśnie czynią ludzie. Farmer musiał nakarmić swoich gości, więc ubił Panią Świnie i upiekł dla nich na grillu zrobione z niej kotlety.

Niestety, żona farmera nigdy nie doszła do siebie po ujrzeniu czterech myszy w żałobie. Wkrótce zmarła. Wiele osób przybyło na pogrzeb. Farmer musiał przygotować całą

masę kanapek z wołowiną dla żałobników. Zgadnij, skąd wziął do nich mięso?

I w ten właśnie sposób pułapka na myszy zabiła kurczaka, świnie i krowę. Nigdy nie myśl zatem, że „to nie jest mój problem”. Jeśli przyjaciele proszą cię o pomoc, jest to także twój problem. Od tego właśnie są przyjaciele.





STUDIO  
ASTROPSYCHOLOGII  
www.studioastro.pl



**Ajahn Brahm** – po uzyskaniu dyplomu w Cambridge wyjechał do Tajlandii, by zostać mnichem. Świecenia uzyskał w Bangkoku, gdzie studiował nauki buddyjskie i praktykował medytację pod okiem Czci-godnego Mistrza Ajahn Chah'a. Obecnie jest Opatem Klasztoru Bodhi-nyana i Dyrektorem ds. Duchowych Buddyjskiego Towarzystwa Stanu Australia Zachodnia. Jest również autorem międzynarodowych best-sellerów książkowych, do których należą m.in. *Opowieści buddyjskie*.

## Poznaj ponad sto zabawnych opowieści o tym, jak można skorzystać z buddyjskiej mądrości. I to niezależnie od wyznania!

Z tej publikacji dowiesz się, dlaczego nigdy nie wolno się poddawać i poznasz niezawodny sposób na bezkonfliktowe zdyscyplinowanie niepokornego dziecka bądź innego członka rodziny. Poznasz przykłady, w których obrzucenie błotem, wyzwiskami bądź ekskrementami stanowi przyczynę satysfakcji i zadowolenia oraz nauczysz się świadomie modyfikować własne nastawienie. Ujrzysz zarówno siłę przyjaźni, jak i koszty samolubstwa. Dowiesz się jak wyjść z opresji i odzyskać pogodę ducha, nawet po tragicznych wydarzeniach. Uzyskasz bezcenną licencję na szczęście oraz pozwolenie na gorszy humor. Autor zdradzi Ci, co zrobić, gdy goni cię trumna oraz... jakie są korzyści ze śmierci w katastrofie lotniczej. Poznasz również cechy małpiego umysłu i wprowadzisz w swoim życiu moc medytacji. Oraz wiele, wiele więcej!

**Opowieści, które zmienią Twoje życie na lepsze!**

Patroni:



**DOLCEVITA**  
celebruemy życie



[www.psychotronika.pl](http://www.psychotronika.pl)  
PIERWSZY POLSKI PORTAL PSYCHOTRONICZNY

**Talizman.pl**  
CZAS NA SZCZĘŚCIE

Cena: 39,30 zł

