

Inhalt

	Eine Lektion der Gelassenheit <i>von Federico Pistone</i>	7
	Ein uraltes Geheimnis <i>von Delgermurun Damdin</i>	9
1	Die Kunst, schwere Steine zu bewegen Kleine praktische Glücksübung Nr. 1	11 25
2	Die Kunst, nicht an einem Ort zu leben Kleine praktische Glücksübung Nr. 2	27 39
3	Die Kunst, dem Mond zu folgen Kleine praktische Glücksübung Nr. 3	41 53
4	Die Kunst, ein Yak zu umarmen Kleine praktische Glücksübung Nr. 4	57 67
5	Die Kunst, bis drei zu zählen Kleine praktische Glücksübung Nr. 5	71 79

6	Die Kunst, den Gürtel zu binden	81
	Kleine praktische Glücksübung Nr. 6	89
7	Die Kunst, keine Spuren zu hinterlassen	91
	Kleine praktische Glücksübung Nr. 7	101
8	Die Kunst, dem Tod ein Lächeln zu schenken	105
	Kleine praktische Glücksübung Nr. 8	113
9	Die Kunst, die Gedanken zu beobachten	117
	Kleine praktische Glücksübung Nr. 9	125