

INHALTSVERZEICHNIS

Teil I: Was ist Altruismus?

1. Das Wesen des Altruismus	22
2. Den Altruismus erweitern	32
3. Was ist Empathie?	48
4. Von der Empathie zum Mitgefühl in einem neuwissenschaftlichen Labor	66
5. Die Liebe, das Größte der Gefühle	75
6. Doppelt Gutes tun, sich selbst und dem Anderen	87

Teil II: Gibt es echten Altruismus?

7. Eigennütziger Altruismus und allgemeine Reziprozität	96
8. Uneigennütziger Altruismus	102
9. Die Banalität des Guten	107
10. Heldenhafter Altruismus	116
11. Bedingungsloser Altruismus	124
12. Echter Altruismus jenseits von Schein: eine Versuchsreihe	135
13. Philosophische Argumente gegen den allgemeinen Egoismus	152

Teil III: Die Entstehung des Altruismus

14. Altruismus in den Evolutionstheorien	166
15. Ist Mutterliebe Grundlage für erweiterten Altruismus?	187
16. Die Entwicklung der Kulturen	193
17. Altruistische Verhaltensweisen bei den Tieren	199
18. Altruismus beim Kind	224
19. Prosoziale Verhaltensweisen	241

Teil IV: Altruismus einüben

20. Können wir uns ändern?	252
21. Die Übung des Geistes: was die kognitiven Wissenschaften dazu sagen	261
22. Altruismus einüben	276

Teil V: Gegenläufige Kräfte

23. Egozentrismus und die Herausbildung des Egos	288
24. Die Ausbreitung von Individualismus und Narzissmus	299
25. Die Champions des Egoismus	319

26. Für sich selbst Hass oder Mitgefühl empfinden	339
27. Empathiedefizite	349
28. Der Ursprung der Gewalt: die Abwertung des anderen	369
29. Natürliche Abneigung gegen das Töten	408
30. Den anderen seines Menschseins berauben:	
Massaker und Völkermorde	422
31. Gab es schon immer Kriege?	450
32. Der Rückgang der Gewalt	464
33. Die Instrumentalisierung der Tiere: ein moralischer Irrweg	493
34. Kontraproduktiv	508
35. Institutionalisierte Egoismus	517

Teil VI: Eine altruistischere Gesellschaft aufbauen

36. Die Vorteile der Kooperation	558
37. Aufgeklärte Pädagogik	575
38. Gegen Ungleichheit angehen	595
39. Der Weg zu einer altruistischen Wirtschaft	607
40. Glücklich leben in freiwilliger Genügsamkeit	650
41. Altruismus zugunsten künftiger Generationen	662
42. Nachhaltige Harmonie	708
43. Lokales Handeln, globale Verantwortung	726

Schlussbemerkung: Altruismus wagen	741
------------------------------------	-----

Anmerkungen

Teil I: Was ist Altruismus?	747
Teil II. Gibt es echten Altruismus?	758
Teil III. Die Entstehung des Altruismus	767
Teil IV. Altruismus einüben	789
Teil V. Gegenläufige Kräfte	799
Teil VI. Eine altruistischere Gesellschaft aufbauen	868
Abbildungsnachweise	896
Bibliographie	900
Danksagungen	912
Karuna-Shechen: Altruismus in Aktion	915