



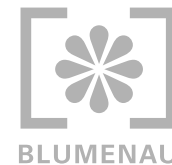
BLUMENAU

Matthieu Ricard

Allumfassende Nächstenliebe

ALTRUISMUS - die Antwort
auf die Herausforderungen unserer Zeit

Aus dem Französischen von
Margarete Mehdorn, Kristin von Randow, Christiane Biskup
und lektoriert von Michael Zimmer.



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 neurowissenschaftlichen 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

Ungekürzte Ausgabe
1. Auflage Januar 2016
EditionBlumenau
Hamburg
www.editionblumenau.com

Titel der französischen Originalausgabe:
Plaidoyer pour l'altruisme - La Force de la bienveillance
NiL éditions, Paris, 2013
Copyright © 2012 Matthieu Ricard

Copyright der deutschen Ausgabe: © 2016 EditionBlumenau, Hamburg
Das Werk ist urheberrechtlich geschützt.
Sämtliche, auch auszugsweise Verwertungen, bleiben vorbehalten.

Titelgestaltung: Silvia Engelhardt und Tanja Renz
Satz: Tanja Renz
ISBN: 9783981618839

Wir freuen uns auf Ihren Besuch:
www.editionblumenau.com

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. Glücklicher 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

Meinen geistlichen Lehrern, Seiner Heiligkeit dem Dalai Lama, Kangyur Rinpoche und Dilgo Khyentse Rinpoche und all jenen, die mir die Augen für das Mitgefühl geöffnet haben.

Meiner Mutter Yahne Le Toumelin und meiner Schwester Ève, die mir mit ihrem Vorbild den Altruismus nahe brachten. Christophe und Pauline André, getreue Gefährten im Altruismus.

Meinen wissenschaftlichen Mentoren und Freunden, denen dieses Buch seine Glaubhaftigkeit verdankt: Daniel Batson, Richard Davidson, Paul Ekman, Paul Gilbert, Jane Goodall, Richard Layard, Antoine Lutz, Johan Rockström, Tania Singer, Dennis Snower, Frans de Waal und all jenen, die mir in so manchen Punkten zu tieferen Einsichten verhalfen.

Meinen Freunden, den Mitarbeitern und Wohltätern im Verein Karuna-Shechen, die durch ihren Beitrag zu mehr als einhundert humanitären Projekten das Mitgefühl in die Tat umsetzen.

Raphaële Demandre, die nicht müde wird, Notleidenden zur Seite zu stehen.

*Allen, die zum Gelingen dieses Buchs beigetragen haben:
Christian Bruyat, Marie Haeling, Carisse Busquet und Françoise Delivet.*

Schließlich und vor allem, allen Wesen, deren Existenz der Grund für Altruismus ist.

„Nichts ist stärker als eine Idee, deren Zeit gekommen ist.“

Victor Hugo

Einleitung

Ich verspüre wenig Neigung, von mir zu sprechen, und ziehe es vor, den großen Denkern, die mein Leben inspiriert haben, das Wort zu überlassen. Die Schilderung einiger Etappen meines persönlichen Werdegangs mag jedoch zum besseren Verständnis beitragen, wie ich dazu kam, dieses Buch zu schreiben und mich für die darin dargelegten Ansichten einzusetzen.

In der westlichen Zivilisation aufgewachsen reiste ich 1967 im Alter von zwanzig Jahren zum ersten Mal nach Indien, um dort den großen Meistern des tibetischen Buddhismus zu begegnen, darunter auch Kanyur Rinpoche, der mein wichtigster geistlicher Lehrer werden sollte. Im gleichen Jahr begann ich eine Doktorarbeit in Zellgenetik am Institut Pasteur unter Leitung von François Jacob. Diesen Jahren der wissenschaftlichen Ausbildung verdanke ich, dass ich die Bedeutung von intellektueller Genauigkeit und Aufrichtigkeit schätzen lernte.

Nach Abschluss meiner Promotion 1972 beschloss ich, mich bei meinem Meister in Darjeeling niederzulassen. In den Jahren nach dieser Begegnung führte ich ein einfaches Leben, ob in Indien oder später in Bhutan, Nepal und Tibet. Ich erhielt höchstens einen Brief im Monat, hatte weder Radio noch Zeitung und wusste kaum, was in der Welt passierte. Ich studierte bei meinen spirituellen Lehrern, zunächst bei Kanyur Rinpoche und nach dessen Tod 1975 bei Dilgo Khyentse Rinpoche. So verbrachte ich einige Jahre zurückgezogen in innerer Einkehr in einer Einsiedlerhütte. So gut ich es vermochte, beteiligte ich mich auch an den Aktivitäten der Klöster, zu denen ich gehörte, dem Kloster Ogyen Kunzang Chöling in Darjeeling und dem Shechen-Kloster in Nepal, die darum bemüht sind, das kulturelle und spirituelle Erbe Tibets zu bewahren. Dank der Lehren dieser Meister wurde mir bewusst, wie unschätzbar wohlthuend Mitmenschlichkeit ist.

1997 erhielt ich eine Nachricht aus Frankreich mit dem Vorschlag in einen Dialog mit meinem Vater, dem Philosophen Jean-François Revel, zu treten. Das Erscheinen des aus diesen Gesprächen in Nepal hervorgegangenen Buches *Der Mönch und der Philosoph* läutete das Ende eines Lebens in ungestörter Anonymität ein, eröffnete mir jedoch zugleich auch neue Möglichkeiten.

Nach einem Vierteljahrhundert der Versenkung in Studium und Praxis des Buddhismus, weit entfernt von der westlichen Lebensweise, wurde ich wieder mit zeitgenössischen Ideen konfrontiert. An die Welt der Wissenschaft knüpfte ich durch einen Dialog mit dem Astrophysiker Trinh Xuan Thuan (*Quantum und Lotus*, 2001) wieder an. Auch nahm ich an Veranstaltungen der unter der Ägide des Dalai Lama stehenden und von dem Neurowissenschaftler Francisco Varela gegründeten Organisation *Mind and Life Institute* teil, die den Gedankenaustausch zwischen Wissenschaft und Buddhismus fördert. Ab 2000 beteiligte ich mich aktiv an neurowissenschaftlichen Forschungsprogrammen, welche die kurzfristigen und langfristigen Wirkungen der Meditation als Schulung des Geistes untersuchen.

Meine Erfahrung erwuchs also aus dem Zusammenfließen zweier großer Geistesströmungen, die der buddhistischen Weisheit und die der westlichen Wissenschaften.

Als ich aus der fernöstlichen Lebenswelt zurückkehrte, hatte sich mein Blickwinkel, aber auch die Welt gewandelt. Ich war nun daran gewöhnt, in einer Kultur und mit Menschen zu leben, die vor allem danach strebten, bessere Menschen zu werden, indem sie ihr Verhalten und ihr Denken veränderten. Die alltäglichen Sorgen um Gewinn und Verlust, Vergnügen und Verdruss, Lob und Kritik, Bekanntheit und Unbekanntheit galten dort als töricht und als Ursache für Enttäuschungen. Uneigennützig Liebe und Mitgefühl als Kardinaltugenden eines jeden Menschenlebens standen über allem und bildeten den Kern des spirituellen Weges. Besonders inspirierte und inspiriert mich bis heute die buddhistische Vorstellung, wonach jedes menschliche Wesen ein unveränderliches Potenzial an Herzengüte und Entfaltungsmöglichkeiten in sich trägt.

Die westliche Welt, in die ich zurückkehrte und in der Individualismus so sehr als Stärke und Tugend wertgeschätzt wird, dass er immer wieder Gefahr läuft in Egoismus und Narzissmus umzuschlagen, war umso verstörender.

Als ich der Frage nach den kulturellen und philosophischen Wurzeln für diesen Unterschied nachging, kam mir eine Sentenz von Plautus in den Sinn, für den „der Mensch dem Menschen ein Wolf“¹ ist, eine Aussage, die von Thomas Hobbes aufgenommen und verstärkt wurde, indem er vom „Krieg eines jeden gegen jeden“² sprach. Dazu fielen mir weiter auch Nietzsche ein, der vertritt, dass Mitgefühl ein Merkmal der Schwachen sei, und schließlich Freud, der behauptet, er habe „an den Menschen durchschnittlich wenig ‚Gutes gefunden‘.“³ zu haben. Ich dachte, es seien einfach ein

paar pessimistische Gelehrte, und es fiel mir schwer, die Wirkung ihrer Ideen richtig einzuschätzen.

Im Bestreben dieses Phänomen besser zu begreifen, wurde ich gewahr, dass die Annahme, all unser Tun, Reden und Denken sei durch Egoismus motiviert, die westliche Psychologie so lange geprägt und die Evolutionstheorien und die Wirtschaft so stark beeinflusst hat, dass sie schließlich sogar den Rang eines Dogmas erlangte, dessen Gültigkeit erst in jüngster Zeit in Zweifel gezogen wurde. Das Überraschendste dabei bleibt die Hartnäckigkeit, mit der große Denker um jeden Preis die egoistische Motivation als Ursprung jeglichen menschlichen Handelns ausmachen wollen.

Aus der Beobachtung der westlichen Gesellschaft musste ich erkennen, dass nicht mehr die „Weisen“ als Vorbilder betrachtet wurden, sondern dass berühmte, reiche und mächtige Menschen an ihre Stelle getreten sind. Die maßlose Bedeutung von Konsum und Überfluss in der Gesellschaft, die vom Geld regiert wird, führten mich zu der Erkenntnis, wie vielen unserer Zeitgenossen der eigentliche Sinn des Lebens – nämlich zu einem Gefühl des Erfülltheits zu gelangen – abhanden gekommen war, und dass sie sich in den Möglichkeiten eben dieses zu erreichen verstrickt hatten.

Im Übrigen scheint diese Welt in einen seltsamen Widerspruch verstrickt zu sein, denn in Popularitätsumfragen stehen Gandhi, Martin Luther King, Nelson Mandela und Mutter Teresa ganz oben. Den gleichen Umfragen zufolge war Abbé Pierre viele Jahre lang der populärste Franzose. Dieses Paradoxon klärte sich teilweise auf, als ich von einer Umfrage erfuhr, bei der man einigen hundert Nordamerikanern die Frage gestellt hatte: „Wen bewundern Sie mehr: den Dalai Lama oder Tom Cruise?“ Daraufhin gaben 80 % zur Antwort: „Den Dalai Lama.“ Doch die nächste Frage war: „Wenn Sie die Wahl hätten, an wessen Stelle wären Sie lieber?“ „Tom Cruise“, erklärten 70 % der Befragten. Dies zeigt, dass die Erkenntnis der wahren menschlichen Werte uns nicht daran hindert, der trügerischen Versuchung von Reichtum, Macht und Berühmtheit zu erliegen und scheinbare Leichtigkeit einer anstrengenden geistigen Transformation vorzuziehen.

In unserem Alltag und trotz der unzähligen Gewalttaten in dieser Welt leben wir doch zumeist in Beziehungen der Zusammenarbeit, der Freundschaft, der Zuneigung und Aufmerksamkeit. Die Natur erschöpft sich nicht in „blutigen Zähnen und Krallen“, wie es der Philosoph Alfred Tennyson beklagte.⁴ Entgegen der landläufigen Meinung und dem Eindruck, den die Medien uns vermitteln, zeigen alle Grundlagenuntersuchungen, die der Harvard-Professor Steven

Pinker kürzlich in einem Werk zusammenführte, dass die Gewalt in all ihren Formen in den letzten Jahrhunderten stetig zurück gegangen ist.⁵

Im Austausch mit befreundeten Wissenschaftlern stellte ich zu meiner Erleichterung fest, dass diese verzerrte Wahrnehmung der menschlichen Natur in den letzten dreißig Jahren von einer zunehmenden Zahl von Forschern revidiert worden war, die nachgewiesen haben, dass die Annahme des universellen Egoismus durch die wissenschaftliche Forschung widerlegt wird.⁶ Insbesondere Daniel Batson hat sich als erster Psychologe darum bemüht, anhand genauer wissenschaftlicher Untersuchungen zu beweisen, dass echte Mitmenschlichkeit existiert und sich nicht auf eine verkappte Form des Egoismus reduzieren lässt.

Die Kraft des Beispiels

Als ich jung war, hörte ich häufig Menschen sagen, dass die Eigenschaft des Menschen, die am meisten zu bewundern sei, die Herzsgüte ist. Meine Mutter lebte sie mir in ihrem Tun und Handeln vor, und viele Menschen um mich herum, auf die ich etwas hielt, bestärkten mich darin, nach Gutherzigkeit zu streben. Ihre Worte und Taten wurden mir zur Inspirationsquelle und eröffneten einen Freiraum, der meine Hoffnungen nährte. Aufgewachsen bin ich in einem säkularisierten Umfeld, und niemand unterwies mich in den Lehren des Altruismus oder der Wohltätigkeit. Die Kraft des Beispiels war es, die mich immer mehr dazulernen ließ. Allein aus der Kraft des Beispiels habe ich weit mehr gelernt.

Seit 1989 ist mir die Ehre widerfahren, dem Dalai Lama als Französisch-Dolmetscher zu dienen, der oft erklärt: „Meine Religion ist Freundlichkeit“ und in dessen Unterweisungen als Quintessenz gilt: „Jeder Mensch, auch mit einer feindseligen Geisteshaltung, möchte, genau wie ich, glücklich werden und Leid vermeiden. Diese Überlegung bringt uns dazu, uns vom Glück anderer, ob Freund oder Feind, zutiefst berührt zu fühlen. Das ist die Grundlage für ein authentisches Mitgefühl. Es ist ein tragischer Irrtum, wenn man das Glück sucht und dabei vom Leid der Mitmenschen unberührt bleibt.“ Diese Weisheit verkörpert der Dalai Lama jeden Tag aufs Neue. Jedem Menschen, ob Besucherin oder Passant, dessen Weg er im Flughafen kreuzt, begegnet er stets mit einer vollkommenen und unmittelbaren Präsenz, mit einem Blick voller Freundlichkeit, die bis ins Herz dringt und dort ein Lächeln hinterlässt, bevor er unauffällig weiter seines Weges geht.

Vor einigen Jahren, als ich mich in die Abgeschiedenheit der Berge Nepals zurückziehen wollte, bat ich den Dalai Lama um seinen Rat. „Meditiere am

Anfang über das Mitgefühl, meditiere zwischendurch über das Mitgefühl und meditiere am Ende über das Mitgefühl“, antwortete er mir.

Wer sich auf diesen Weg macht, muss sich erst selbst verändern, bevor er sich sinnvoll in den Dienst der anderen stellen kann. Gleichwohl besteht der Dalai Lama auf der Notwendigkeit, eine Brücke zwischen kontemplativem und aktivem Leben zu schlagen. Mitgefühl ohne Weisheit ist blind und Mitgefühl ohne Taten ist heuchlerisch. In diesem Sinne und inspiriert auch von meinen anderen spirituellen Lehrern widme ich seit 1999 meine Ressourcen und einen Großteil meiner Zeit den Aktivitäten der Karuna-Shechen.* Das ist eine humanitäre Organisation von engagierten freiwilligen Helfern und großzügigen Wohltätern, die Schulen, Krankenhäuser und Hospize in Tibet, Nepal und Indien baut und finanziert. Shechen-Karuna hat bereits mehr als einhundertzwanzig Projekte realisiert.

Die Herausforderungen der heutigen Zeit

Unsere Zeit sieht sich mit zahlreichen Herausforderungen konfrontiert. Eine unserer größten Schwierigkeiten besteht darin, wirtschaftliche Zwänge und Vorgaben mit dem Streben nach Glück und der Erhaltung der Umwelt in Einklang zu bringen. Drei Zeitschienen – kurz-, mittel- und langfristig – gehen mit diesen Erfordernissen einher, die außerdem von dreierlei Interessen überlagert werden – den unseren, den Interessen der uns nahestehenden Personen und den Interessen aller Menschen.

Wirtschaft und Finanzwelt entwickeln sich in einem immer rasanteren Tempo. Börsenmärkte machen heute Höhenflüge und stürzen morgen wieder ab. Neue, ultraschnelle Transaktionsmethoden, von Mitarbeitern einiger Banken erfundenen und von der Spekulantenszene genutzt, machen 400 Mio. Transaktionen pro Sekunde möglich. Der Lebenszyklus von Produkten wird extrem kurz. Kein Investor ist mehr bereit, sein Geld in Schatzbriefen mit fünfzig Jahren Laufzeit anzulegen! Diejenigen, die im Überfluss leben, sträuben sich gegen eine Einschränkung ihres Lebensstandards zu Gunsten der Ärmsten und der kommenden Generationen, während diejenigen, die in Armut leben zu Recht nach mehr Wohlstand, und damit aber auch nach einer Konsumgesellschaft streben, die dazu verleitet Überflüssiges zu erwerben.

Die Zufriedenheit im Leben wird gemessen an einem Lebensentwurf, am beruflichen Aufstieg, am Lebensstil einer Familie oder einer Generation. Sie wird auch gemessen an der Qualität jedes einzelnen Augenblicks, den wir

* Siehe www.karuna-shechen.org

erleben, an den Freuden und Leiden, die Licht und Schatten in unser Leben bringen, an unserer Beziehung zu den anderen; sie wird außerdem nach den äußeren Bedingungen bewertet und durch die Art und Weise, wie unser Geist diese Bedingungen in Wohlbefinden oder Unbehagen übersetzt.

Die Entwicklung der Umwelt wurde bis vor Kurzem in geologischen, biologischen und klimatischen Zeitaltern von mehreren zehntausend Jahren gemessen; Ausnahmen bildeten lediglich globale Katastrophen hervorgerufen durch den Einschlag riesiger Asteroiden oder durch Vulkanausbrüche. Heute jedoch nimmt die Geschwindigkeit der Veränderungen aufgrund der vom Menschen verursachten ökologischen Umwälzungen stetig zu. Insbesondere die rasanten Veränderungen seit 1950 läuteten für unseren Planeten ein neues Zeitalter, das *Anthropozän* (wörtlich übersetzt: Das „Zeitalter des Menschen“) ein. In der Geschichte der Welt ist es das erste Zeitalter, in dem das Handeln des Menschen das gesamte System des Lebens auf dieser Erde tiefgreifend verändert (und im Augenblick zerstört).

Für viele von uns bedeutet der Begriff „Genügsamkeit“ Entbehrung, Einschränkung ihrer Möglichkeiten und Verschlechterung des Lebens. Die Erfahrung zeigt jedoch, dass eine freiwillig gewählte Anspruchslosigkeit keineswegs zu einer Verringerung des Wohlbefindens, sondern im Gegenteil zu einer höheren Lebensqualität führt. Ist es schöner, einen Tag mit seinen Kindern oder mit Freunden zu Hause, im Grünen oder in der Natur zu erleben oder die Zeit damit zu verbringen, von Geschäft zu Geschäft zu hetzen? Ist es angenehmer, die Zufriedenheit des Geistes zu genießen oder ständig mehr zu wollen – ein teureres Auto, Markenkleidung oder ein schickeres Haus?

Der amerikanische Psychologe Tim Kasser hat zusammen mit seinen Kollegen der Rochester Universität die hohen Kosten materialistischer Werte aufgezeigt.⁷ Anhand von Studien, die über zwanzig Jahre angelegt waren, bewiesen sie an einer repräsentativen Gruppe der Bevölkerung, dass Menschen, die ihr Leben auf Reichtum, Ansehen, sozialen Status und andere materialistische, von der Konsumgesellschaft gepriesene Werte ausrichteten, weniger zufrieden sind mit ihrem Leben. Da sie nur auf sich selbst konzentriert sind, ziehen sie Konkurrenz einer Zusammenarbeit vor, tragen sie weniger zum Gemeinwohl bei und machen sich wenig Gedanken über den Schutz der Umwelt. Ihre sozialen Bindungen sind schwach, sie haben zwar viele Beziehungen, aber wenige echte Freunde. Sie zeigen weniger Empathie und Mitgefühl für Menschen, denen es schlecht geht, und neigen dazu, andere für ihre eigenen Interessen zu instrumentalisieren. Paradoxerweise ist ihr Gesund-

heitszustand schlechter als der der übrigen Bevölkerung. Dieses ungezügelte Konsumdenken ist eng verbunden mit einer extremen Ich-Bezogenheit.

Auch die reichen Länder, die am meisten von der Ausbeutung der natürlichen Ressourcen profitieren, wollen ihren Lebensstil nicht ändern. Sie tragen jedoch die Hauptverantwortung für den Klimawandel und andere Plagen (etwa eine durch die Klimaveränderung verursachte Zunahme von Krankheiten, wie Malaria beispielsweise, die sich in neuen Regionen und Höhenlagen ausbreitet, sobald die untere Temperaturgrenze ansteigt); es trifft die Ärmsten der Menschen, nämlich die, deren Anteil an diesen Umwälzungen am geringsten ist. Ein Afghane produziert zweitausendfünfhundert Mal weniger CO₂ als ein Bewohner von Katar und tausend Mal weniger als ein Amerikaner. Der amerikanische Magnat Stephen Forbes erklärte in einer konservativen TV-Sendung (Fox News) zum Anstieg des Wasserspiegels der Ozeane: „Unser Verhalten zu ändern, weil in hundert Jahren etwas passieren wird, wäre meines Erachtens äußerst seltsam.“⁸ Ist in Wirklichkeit eine solche Äußerung nicht absurd? Der Chef der größten Gewerkschaft der Fleischproduzenten in den USA ist ganz offen noch zynischer: „Was zählt,“ erklärt er, „ist, dass wir unser Fleisch verkaufen. Was in fünfzig Jahren passiert, geht uns nichts an.“⁹

Doch dies alles betrifft uns, betrifft unsere Kinder, unsere Familien, unsere Nachkommen, betrifft alle Lebewesen, Menschen und Tiere, jetzt und in der Zukunft. Die kurzfristige Ausrichtung unserer Bemühungen und eine Fokussierung nur auf uns selbst und unsere Familie, ist eine der bedauerlichen Erscheinungen des Egozentrismus.

Individualismus in seiner positiven Ausprägung kann Eigeninitiative, Kreativität und Befreiung von überkommenen und einengenden Normen und Dogmen fördern, andererseits kann er sehr schnell in verantwortungslosen Egoismus und zunehmenden Narzissmus ausarten, der dem Wohlbefinden aller entgegensteht. Der Kern der meisten Probleme, mit denen wir uns heute konfrontiert sehen, ist der Egoismus; die wachsende Kluft zwischen Arm und Reich, die um sich greifende Einstellung des „jeder für sich“ und die Gleichgültigkeit im Hinblick auf künftige Generationen.

Mitmenschlichkeit tut not

Wir brauchen den Faden der Ariadne, der uns in diesem Gewirr von komplexen und tiefgreifenden Überlegungen den Weg weist. Altruismus ist die Richtschnur, der uns die Möglichkeit gibt, auf natürliche Weise die drei Zeitschienen – lang-, mittel- und kurzfristig – zu verbinden – indem wir ihre Anforderungen in Einklang bringen.

Sowohl in religiösen wie auch in säkularisierten Gesellschaften wird Altruismus oft als ein herausragender moralischer Wert angesehen. Und doch hätte er kaum einen Platz in einer ausschließlich von Wettbewerb und Individualismus regierten Welt. Einige Gelehrte, allen voran die Philosophin Ayn Rand, lehnen sich sogar auf gegen das „Diktat des Altruismus“, das sie als ein Abverlangen von Opfern ansehen, und preisen die Vorzüge des Egoismus.

In der heutigen Welt jedoch ist Altruismus notwendiger denn je, ja sogar dringend geboten. Er ist auch eine natürliche Äußerung der menschlichen Güte, zu der wir alle eine Veranlagung haben – trotz der vielfältigen, oft egoistischen Motive, die bisweilen unseren Geist erfassen oder beherrschen.

Welche menschenfreundliche Wirkung hat Altruismus angesichts der beschriebenen großen Probleme? Schauen wir uns ein paar Beispiele an. Wenn jeder von uns mehr Mitmenschlichkeit zeigen würde, d.h. wenn wir Rücksicht auf das Wohlergehen anderer nähmen, würden Investoren beispielsweise nicht mit den Ersparnissen von Kleinsparern, die ihnen vertraut haben, wilde Spekulationen betreiben in dem alleinigen Bestreben, am Jahresende noch größere Dividenden zu erzielen. Sie würden nicht mit den Nahrungsmittelressourcen, Saatgut, Wasser und anderen für das Überleben der Ärmsten existenziell wichtigen Ressourcen spekulieren.

Nähmen sie mehr Rücksicht auf die Lebensqualität der Menschen um uns herum, sorgten Entscheider und andere gesellschaftliche Akteure dafür, die Bedingungen für Arbeit, Familienleben, gesellschaftliches Leben und viele andere Aspekte unserer Existenz zu verbessern. Sie müssten sich unweigerlich Gedanken machen über die immer größer werdende Kluft zwischen den Ärmsten und denjenigen, die 1 % der Bevölkerung ausmachen, aber 25 % des Reichtums besitzen.* Letztlich könnte es ihnen die Augen für das Schicksal der Gesellschaft öffnen, von der sie profitieren und der sie ihr Vermögen verdanken.

Wenn wir mehr Achtung für andere zeigten, trügen wir alle zur Beseitigung von Ungerechtigkeit, Diskriminierung und Armut bei. Wir sähen uns gezwungen, unseren Umgang mit der Tierwelt zu überdenken, der Tiere zu Werkzeugen unserer blinden Herrschsucht reduziert und aus ihnen reine Konsumprodukte macht.

Und hätten wir schließlich mehr Achtung vor künftigen Generationen, so opferten wir die Welt nicht blind unseren kurzlebigen Interessen mit der Folge, dass wir denen, die nach uns kommen, einen verschmutzten und geplünderten Planeten hinterlassen.

* Diese Zahlen spiegeln die Situation in den USA.

Im Gegenteil, wir bemühten uns darum, eine solidarische Wirtschaft zu fördern, die auf gegenseitiges Vertrauen baut und die Interessen der anderen anerkennt. Wir zögen die Möglichkeit einer anderen Wirtschaft in Betracht, wie zahlreiche moderne Ökonomen sie vertreten*, eine Wirtschaft, die auf den drei Pfeilern des wahren Wohlstands ruht: der Natur, deren Unversehrtheit wir wahren müssen, dem Tun des Menschen, das Entfaltungsmöglichkeiten braucht, und den finanziellen Mitteln, die unser Überleben sichern und unsere vernünftigen materiellen Bedürfnisse absichern.**

Die meisten klassischen Ökonomen stützen ihre Theorien allzu lange auf die Annahme, der Mensch verfolge ausschließlich egozentrische Interessen. Diese Annahme ist falsch, dennoch stellt sie das Fundament der heutigen Wirtschaftssysteme dar, die auf dem von Adam Smith in *Der Reichtum der Völker* entwickelten Prinzip des Freihandels basieren. Die gleichen Ökonomen ließen jedoch außer Acht, dass zum harmonischen Funktionieren einer Gesellschaft auch gehört, dass jeder einzelne auf das Wohl der anderen achtet, obwohl diese Notwendigkeit von eben jenem Adam Smith in *Theorie der ethischen Gefühle* ganz deutlich zum Ausdruck gebracht worden war.

Einige zeitgenössische Evolutionstheorien übersehen außerdem die Bedeutung, die Darwin dem Zusammenwirken in der beseelten Welt beimaß, und vertreten die Auffassung, Altruismus sei nur sinnvoll, wenn er proportional zum biologischen Verwandtschaftsgrad mit denjenigen ist, die einen Teil unserer Gene haben. Wir werden später sehen, wie neue Vorstöße in der Evolutionstheorie einen erweiterten Altruismus möglich machen, der über Familienbande oder Abstammung hinausgeht und die Tatsache hervorhebt, dass menschliche Wesen im Wesentlichen „Superkooperatoren“ sind.***

Im Gegensatz zu dem, was die Flut schockierender und von den Medien reißerisch präsentierter Nachrichten suggeriert, zeigen zahlreiche Studien, dass es bei Naturkatastrophen oder anderen tragischen Ereignissen mehr gegenseitige Hilfe als Egoismus, mehr Miteinanderteilen als Plünderung, mehr Gelassenheit als Panik, mehr Selbstlosigkeit als Gleichgültigkeit und mehr Mut als Feigheit gibt¹⁰.

* Bes. Joseph Stiglitz, Dennis Snower, Richard Layard und Ernst Fehr sowie die maßgeblichen Vertreter des in Bhutan eingeführten Begriffs des „Bruttonationalglücks“, der jetzt ernsthaft auch von Brasilien, Japan und anderen Ländern in Erwägung gezogen wird.

** Diese drei Pfeiler entsprechen dem von dem Wirtschaftswissenschaftler Bruno Roche entwickelten Konzept der „Gegenseitigkeit“.

*** Insbes. durch die Arbeiten von David Sloan Wilson, Elliott Sober, E. O. Wilson und Martin Nowak.

Außerdem bestätigt die Erfahrung kontemplativer Praxis über die Jahrtausende, dass eine persönliche Wandlung möglich ist. Diese jahrtausendealte Erfahrung wurde jetzt durch neurowissenschaftliche Untersuchungen untermauert, die gezeigt haben, dass jede Form von Übung – sei es das Lesen lernen oder das Erlernen eines Musikinstruments zum Beispiel – zu einer sowohl funktionellen als auch strukturellen Umstellung im Gehirn führt. Und dies geschieht auch, wenn man sich in altruistischer Liebe und in Mitgefühl übt.

Die jüngsten Arbeiten von Evolutionstheoretikern* unterstreichen ihrerseits die Bedeutung der Entwicklung von Kulturen, die langsamer vonstatten geht als individuelle Veränderungen, sehr viel schneller jedoch als genetische Veränderungen. Diese Entwicklung ist kumulativ und wird von Generation zu Generation durch Erziehung und Nachahmung weitergegeben.

Doch damit nicht genug. Kulturen und Individuen beeinflussen sich ständig gegenseitig. Menschen, die in einer neuen Kultur aufwachsen sind anders, weil neue Gewohnheiten über die neuronale Plastizität ihr Gehirn und mittels der Epigenetik die Äußerungen ihrer Gene verändern. Diese Individuen werden zur Weiterentwicklung ihrer Kultur und ihrer Institutionen beitragen und so setzt sich die Entwicklung kontinuierlich fort, d.h. dieser Prozess wiederholt sich in jeder Generation.

Zusammenfassend sei gesagt, Altruismus scheint ein für die gegenwärtige und zukünftige Qualität unseres Lebens entscheidender Faktor zu sein und darf nicht als eine von ein paar naiven Träumern vertretene hehre utopische Idee abgestempelt werden. Es braucht ein feines Gespür, um dies zu erkennen und Mut dies zu äußern.

Was aber ist Altruismus? Gibt es echten Altruismus? Wie zeigt er sich? Kann man altruistischer werden und wenn ja, wie gelingt dies? Welche Hindernisse sind dabei zu überwinden? Wie können wir eine menschenfreundlichere Gesellschaft und eine bessere Welt schaffen? Dies sind die wesentlichen Fragen, die ich in diesem Buch zu vertiefen suche.

TEIL I

WAS IST ALTRUISMUS?

Der lebt, der vielen nützlich ist.

Seneca

* Insbesondere die von Robert Boyd und Peter J. Richerson. Siehe Richerson, P.J., und Boyd, R. (2005). *Not by Genes Alone*.

1. Das Wesen des Altruismus

Verschiedene Definitionen

Ist Altruismus die „uneigennütige Sorge um das Wohl eines anderen“, d.h. eine Motivation, ein momentaner Geisteszustand, wie die französische Enzyklopädie *Larousse* ihn definiert oder eine „*Neigung* sich für andere zu interessieren und sich für sie aufzuopfern“, wie es im Wörterbuch *Le Petit Robert* steht, der damit andeutet, dass es sich um einen dauerhafteren Charakterzug handelt? Es gibt unzählige Definitionen, die sich bisweilen auch widersprechen. Will man zeigen, dass echter Altruismus existiert und seine Verbreitung in der Gesellschaft begünstigen, ist es unverzichtbar, zunächst die Bedeutung des Begriffs zu klären.

Der Begriff „Altruismus“, abgeleitet vom Lateinischen *alter*, „der Andere“, wurde erstmals im 19. Jahrhundert von Auguste Comte, einem der Väter der Soziologie und Begründer des Positivismus verwendet. Altruismus bedeutet nach Comte die Ausschaltung egoistischer Begierden und des Egozentrismus sowie eine Lebensführung, die dem Wohl anderer gewidmet ist.¹

Der amerikanische Philosoph Thomas Nagel erklärt, Altruismus sei „die Bereitschaft, ohne jede Nebenabsicht auf die Interessen anderer Rücksicht zu nehmen.“² Er sei eine rationale Entscheidung zu handeln, die hervorgerufen wird durch den unvermittelten, den „direkte[n] Einfluß der Interessen anderer Personen auf mein Handeln, und zwar eine[n], der sich darin erschöpft, daß es die Interessen dieser anderen selbst sind, die mir einen Grund zu handeln geben.“³

Andere Denker, die dem Potential der Menschen an Wohlwollen vertrauen, wie der amerikanische Philosoph Stephen Post, gehen weiter und definieren altruistische Liebe als eine „uneigennütige Freude, hervorgerufen durch das Wohlbefinden eines Anderen, verbunden mit dem dazu erforderlichen Tun – Bemühungen und Hilfeleistungen. Eine grenzenlose Liebe erweitert dieses Wohlwollen ausnahmslos und dauerhaft auf alle Wesen.“⁴ Die *Agape* des Christentums ist eine bedingungslose Liebe zu anderen Menschen, die altruistische Liebe und das Mitgefühl des Buddhismus, *maitri* und *karuna*, beziehen sich auf alle mit Empfindungen ausgestatteten menschlichen und nicht-menschlichen Wesen.

Einige Autoren betonen, dass Haltung sich in Taten äußern müsse, während andere die Meinung vertreten, es sei die Motivation, die den Altruismus

ausmache und unser Verhalten präge. Laut dem Psychologen Daniel Batson, der sein Forscherleben der Untersuchung des Altruismus widmete, ist „Altruismus eine Motivation, die im Letzten darauf abzielt, das Wohlbefinden eines Anderen zu erhöhen“.⁵ Er unterscheidet klar Altruismus als oberstes Ziel (mein ausdrückliches Ziel ist es, dem Anderen Gutes zu tun) und als Mittel zum Zweck (Ich tue dem Anderen Gutes mit der Absicht, mir selbst Gutes zu tun). Eine Motivation ist in seinen Augen dann altruistisch, wenn das Wohl des anderen ein *Selbstzweck* ist.*

Unter den anderen Ausprägungen des Altruismus entspricht *Güte* einer Lebenseinstellung, die sich spontan in Taten äußert, sobald die Umstände dies ermöglichen; Wohlwollen, *bienveillance* im Französischen, abgeleitet vom Lateinischen *benevole*, „das Wohl des Anderen wollen“, ist eine positive Haltung einem Anderen gegenüber, verbunden mit der Bereitschaft Taten folgen zu lassen. *Fürsorge* besteht darin, sich dauerhaft und aufmerksam, um das Schicksal eines Anderen zu kümmern: Von seiner Lage betroffen versucht man, seine Bedürfnisse zu befriedigen, sein Wohlbefinden zu fördern und sein Leid zu lindern. *Selbstlosigkeit* bedeutet, sich mit Opferbereitschaft in den Dienst von Menschen oder einer der Gesellschaft förderlichen Sache zu stellen. *Sanftmut* ist eine Art sanfter Aufmerksamkeit, die in unserem Verhalten anderen gegenüber Ausdruck findet. *Brüderlichkeit* (und *Geschwisterlichkeit*) erwächst aus dem Gefühl, Teil der großen Menschheitsfamilie zu sein; jedes Mitglied dieser Familie wird als Bruder oder Schwester betrachtet, dessen oder deren Schicksal uns angeht; in Brüderlichkeit schwingen auch die Begriffe Einvernehmen, Zusammenhalt und Einigkeit mit. *Altruität* wird von dem Biologen Philippe Kourilsky als „freiwilliger Einsatz für die Freiheit der anderen“⁶ definiert. Das Gefühl der *Solidarität* mit einer mehr oder weniger großen Gruppe von Menschen entsteht, wenn man sich mit den gleichen Herausforderungen und Hindernissen konfrontiert

* Batson knüpft in diesem Punkt an Immanuel Kant an, der schrieb: „Handle so, dass Du die Menschheit sowohl in Deiner Person, als auch in der Person eines jeden anderen jederzeit zugleich als Zweck, niemals bloß als Mittel brauchest.“ *Grundlegung zur Metaphysik der Sitten* (1785).

sieht, die es gemeinsam zu überwinden gilt. Im weiteren Sinn kann dieses Gefühl auch gegenüber den Ärmsten unter uns oder den von einer Katastrophe Betroffenen aufkommen; Schicksalsgemeinschaft eint uns.

Handeln allein macht Altruismus noch nicht aus

In ihrem Werk *The Heart of Altruism* schlägt Kristen Monroe, Politikwissenschaftlerin und Philosophin an der Universität von Irvine in Kalifornien, vor, den Begriff „Altruismus“ nur auf *Handlungen* anzuwenden, die unter Eingehen eines Risikos und ohne Erwartung einer Gegenleistung zum Wohl des Anderen geschehen. Nach ihren Erläuterungen sind gute Absichten unverzichtbar für Altruismus, sie reichen jedoch nicht aus. Es muss eine Tat folgen, die einen konkreten Zweck hat, nämlich zum Wohl eines Anderen beizutragen.⁷

Monroe räumt jedoch ein, dass den Motiven des Handelns mehr Bedeutung zukommt, als ihren Folgen.⁸ Daher ziehen wir es vor, den Begriff *Altruismus* nicht auf ein äußerliches Verhalten zu beschränken, denn in ihm lässt sich nicht mit Gewissheit die ihm zu Grunde liegende Motivation erkennen. Das Auftreten *unerwünschter und unvorhersehbarer Folgen* stellt den altruistischen Charakter einer Tat zum Wohl eines Anderen nicht in Frage, ebenso wenig schmälert ein vom Willen des Handelnden unabhängiges *Hemmnis, die Tat umzusetzen*, das altruistische Wesen seiner Motivation.

Nach Monroe kann eine Handlung auch nur dann als altruistisch betrachtet werden, wenn sie für den Handelnden mit einem Risiko behaftet ist und echte oder potenzielle „Kosten“ verursacht. Ein altruistischer Mensch wird gewiss bereit sein, für das Wohl eines Anderen Risiken einzugehen, doch ist die Tatsache der Risikoübernahme für einen Anderen allein weder notwendig noch ausreichend, um ein Verhalten als altruistisch einzustufen. Es ist vorstellbar, dass sich ein Mensch in dem Bestreben einem Anderen zu helfen in Gefahr begibt, mit dem Ziel, das Vertrauen des Anderen zu gewinnen und daraus so bedeutende persönliche Vorteile zu ziehen, dass diese die eingegangene Gefahr rechtfertigen. Im Übrigen akzeptieren gewisse Menschen Gefahren aus rein egoistischen Gründen, z. B. um durch riskante Großtaten Ruhm zu erlangen. Andererseits kann ein Verhalten aufrichtig dem Wohl anderer gewidmet sein, ohne dass es ein nennenswertes Risiko in sich birgt. Wer aus Barmherzigkeit einen Teil seines Vermögens spendet oder sich über viele Jahre in einer karitativen Organisation um bedürftige Personen küm-

mert, geht nicht notwendigerweise ein Risiko ein; dennoch ist sein Handeln unserer Meinung nach altruistisch zu nennen.

Die Motivation prägt unser Handeln

Ganz gleich ob lauter, unlauter oder neutral, unsere Motivationen geben unseren Handlungen ihre Färbung wie ein Tuch dem darauf liegenden Kristallglasstein. Vom Anschein der Handlung allein vermag man nicht zu unterscheiden zwischen altruistischem und egoistischem Verhalten, einer zum Wohl oder einer zum Schaden des anderen ausgesprochenen Lüge. Wenn eine Mutter an einer Straße ihr Kind plötzlich auf den Bürgersteig stößt, damit es nicht von einem Auto überfahren wird, ist ihre Handlung nur dem Anschein nach herzlos. Wenn jemand Dich mit einem breiten Lächeln anspricht und mit Komplimenten überhäuft allein mit dem Ziel, Dich zu täuschen, mag sein Verhalten wohlwollend erscheinen, doch seine Absichten sind nachweislich egoistisch.

In seinem Werk „Altruism in Humans“ schlägt Daniel Batson eine Reihe von Kriterien vor, anhand derer unsere Motivationen als altruistisch identifiziert werden können.⁹

Altruismus erfordert eine Motivation: ein instinktiver Reflex oder ein automatisches Verhalten können nicht als altruistisch oder egoistisch charakterisiert werden, ganz gleich ob ihre Folgen nutzbringend oder schädlich sind.

Auch kommt es vor, dass wir aus Gründen, die weder altruistisch noch egoistisch sind, anderen Gutes tun, nämlich dann, wenn wir aus Pflichtbewusstsein handeln oder für die Einhaltung von Gesetzen sorgen.

Der Unterschied zwischen Altruismus und Egoismus ist qualitativer, nicht quantitativer Art: Die Qualität unserer Motivation und nicht ihre Intensität entscheidet darüber, ob sie altruistisch ist. In unserem Geist sind altruistische und egoistische Motivationen gleichzeitig vorhanden und können sich bei gleichzeitiger Berücksichtigung sowohl eigener als auch anderer Interessen gegenseitig neutralisieren.

Die Umsetzung in die Tat hängt von den Umständen ab und entscheidet nicht darüber, ob unsere Motivationen altruistischer oder egoistischer Natur sind.

Altruismus erfordert kein persönliches Opfer: Er kann sogar persönliche Annehmlichkeiten mit sich bringen, sofern diese nicht der Hauptzweck, sondern lediglich Nebeneffekte unseres Handelns sind.

Kurzum, Altruismus beruht also auf der Motivation, die unser Verhalten lenkt. Solange das Wohl des anderen unser Hauptanliegen darstellt, kann er als authentisch betrachtet werden, auch wenn dieses Anliegen noch nicht konkret in unserem Handeln Gestalt angenommen hat. Im Gegensatz dazu gibt sich der Egoist nicht damit zufrieden, sich selbst in den Mittelpunkt seines Strebens zu stellen, sondern er betrachtet außerdem die anderen als Instrumente im Dienst seiner Interessen. Wenn dies zum Erreichen seiner Ziele nützlich erscheint, zögert er nicht, das Wohl anderer zu missachten oder gar zu opfern.

Angesichts unserer begrenzten Fähigkeit, äußere Ereignisse zu steuern, und unserer Unkenntnis über ihren langfristigen Verlauf können wir eine Handlung auch nicht nur auf der Grundlage ihrer unmittelbaren Auswirkungen als altruistisch oder egoistisch bewerten. Jemandem in der Entziehungskur Drogen oder ein alkoholisches Getränk unter dem Vorwand zu geben, dass er an Entzugserscheinungen leide, wird ihm sicherlich vorübergehend beträchtliche Erleichterung verschaffen, doch langfristig wird ihm eine solche Handlung nicht gut tun.

Es ist uns hingegen unter allen Umständen möglich, eingehend und aufrichtig unsere Motivation zu prüfen und zu entscheiden, ob sie egoistisch oder altruistisch ist. Der wesentliche Faktor ist die Intention, die dem Tun zu Grunde liegt. Die Wahl der Methoden hängt von unserem Kenntnisstand, unserem Gespür und unserer Handlungsfähigkeit ab.

Dem Wert des anderen die gebotene Bedeutung beimessen

Dem anderen Wertschätzung entgegenbringen und von seiner Situation betroffen sein, dies sind zwei wesentliche Elemente des Altruismus. Wenn uns diese Haltung erfüllt, manifestiert sie sich in Form von Wohlwollen gegenüber denen, die unsere Aufmerksamkeit auf sich ziehen, und sie äußert sich in Einsatzbereitschaft und im Willen, sich um sie zu sorgen.

Wenn wir feststellen, dass die Erfüllung eines Bedürfnisses oder eines besonderen Wunsches einem anderen Leid erspart oder sein Wohlbefinden

fördert, lässt die Empathie zunächst spontan das Bedürfnis in uns aufkommen, dies zu tun. Dann weckt die Sorge um den anderen den Wunsch, zu seiner Zufriedenheit beizutragen. Wenn wir hingegen dem anderen nur geringe Wertschätzung entgegenbringen, wird er uns gleichgültig sein: Wir werden seine Bedürfnisse in keiner Weise beachten, sie vielleicht nicht einmal wahrnehmen.¹⁰

Altruismus verlangt keine „Opfer“

Nur weil man Freude empfindet, wenn man einem anderen Gutes tut, oder darüber hinaus auch noch Annehmlichkeiten für sich selber dadurch erlangt, wird eine Tat als solche nicht egoistisch. Echter Altruismus erfordert nicht, dass man selber leidet, wenn man anderen hilft, er verliert seine Authentizität nicht dadurch, dass er mit einem Gefühl tiefer Zufriedenheit einhergeht. Auch ist der Begriff des Opfers selber sehr relativ: Was für manche ein Opfer sein mag, wird von anderen als Erfüllung gesehen, wie die nachfolgende Geschichte deutlich macht.

Sanjit „Bunker“ Roy, mit dem unsere humanitäre Organisation Karuna-Shechen zusammen arbeitet, erzählt, dass er als Sohn aus gutem Hause und Absolvent einer der angesehensten Schulen Indiens mit zwanzig Jahren eine vielversprechende Karriere vor sich hatte. Seine Mutter sah ihn schon als Arzt, Ingenieur oder Mitarbeiter der Weltbank. In jenem Jahr 1965 brach in der Provinz Bihar, die eine der ärmsten in Indien ist, eine schwere Hungersnot aus. Inspiriert von Jai Prakash Narayan, einem Freund Gandhis und großen moralischen Vorbild in Indien, beschloss Bunker sich mit gleichaltrigen Freunden vor Ort zu informieren, wie die Lage in den am schlimmsten betroffenen Dörfern aussah. Einige Wochen später kam er völlig verändert von dort zurück und erklärte seiner Mutter, er wolle sich in einem Dorf niederlassen. Betroffen schwieg die Mutter einen Augenblick bevor sie ihn fragte: „Und was willst Du in einem Dorf machen?“ Bunker antwortete: „Als ungelerner Arbeiter Brunnen bauen.“

„Meine Mutter fiel fast in Ohnmacht“, erzählt Bunker. Die anderen Familienmitglieder versuchten sie zu beruhigen und sagten: „Mach Dir keine Sorgen, er hat gerade seine idealistische Phase wie alle Jugendlichen. Wenn er erst einmal ein paar Wochen das Leben vor Ort kennengelernt hat, wird er schnell seine Illusionen verlieren und wieder zurückkommen.“

Doch Bunker kam nicht zurück, sondern blieb insgesamt vierzig Jahre in den Dörfern. Sechs Jahre lang grub er in den Feldern Rajasthans mit dem Schlagbohrer dreihundert Brunnen. Jahrelang sprach seine Mutter nicht

mehr mit ihm. Als er sich im Dorf Tilonia niederließ, verstand man das bei den örtlichen Behörden auch nicht:

„Werden Sie von der Polizei verfolgt?“

– Nein.

– Sind Sie durch die Prüfung gefallen? Oder wollen Sie eine Beamtenstelle haben?

– Nein, auch nicht.“

In solch einem armen Dorf war nicht der Platz für jemanden seiner sozialen Herkunft und mit seinem Bildungsniveau.

Bunker erkannte, dass er mehr tun konnte, als Brunnen zu bohren. Er beobachtete, dass die Männer, die studiert hatten, in die Städte abwanderten und ihren Dörfern absolut keinerlei Unterstützung mehr zukommen ließen. „Die Männer sind nicht zu gebrauchen“, erklärte er schelmisch. Es galt also die Frauen, insbesondere die jungen Großmütter (35-50 Jahre) auszubilden, die mehr Zeit hatten als die jungen Mütter mit Kindern. Auch wenn sie Analphabeten waren, so konnte man sie doch ausbilden zu „Solar-Ingenieuren“, die in der Lage waren Photovoltaik-Paneele zu bauen. Außerdem bestand kaum die Gefahr, dass sie das Dorf verlassen würden.

Lange wurde Bunker von lokalen Behörden und internationalen Organisationen, u. a. auch von der Weltbank, ignoriert und später von ihnen kritisiert. Aber er gab nicht auf und bildete hunderte von schreibunkundigen Großmüttern aus, die dann die Versorgung von mehr als tausend Dörfern in Indien und zahlreichen anderen Ländern mit Solarstrom sicherstellten. Mittlerweile wird seine Aktion von der indischen Regierung und anderer Organisationen unterstützt: überall in der Welt wird sie als beispielhaft vorgestellt. Er konzipierte Programme, die das altüberlieferte Wissen der Bauern nutzten, besonders ihre Art Regenwasser zu sammeln, um Zisternen damit zu speisen, deren Kapazität ausreichte, um den gesamten Wasserbedarf der Dorfbewohner für ein ganzen Jahr zu decken. Davor mussten die Frauen täglich einen mehrstündigen Fußmarsch auf sich nehmen, um schwere Krüge mit oft verschmutztem Wasser nach Hause zu bringen. In Rajasthan gründete er das Barefoot College („die Barfuß-Schule“), deren Lehrer keinerlei Diplom besitzen, aber ihr Wissen aus vielen Jahren praktischer Erfahrung weitergeben. Alle dort leben ganz einfach im Stil der Ghandi-Gemeinschaften und niemand erhält mehr als 100 Euro Bezahlung im Monat.

Er hat sich natürlich mit seiner Familie versöhnt, die jetzt stolz auf ihn ist. So war das, was seiner Familie viele Jahre lang ein sinnloses Opfer zu sein schien, für ihn ein Erfolg, der ihn mit Begeisterung und Zufriedenheit erfüll-

te. Die Schwierigkeiten, denen er auf seinem Weg begegnete, entmutigten ihn nicht, sondern stimulierten vielmehr seine Intelligenz, sein Mitgefühl und seine kreativen Fähigkeiten. Über mehr als vierzig Jahre hat Bunker bis zum heutigen Tag in 27 Ländern eine Vielzahl bemerkenswerter Projekte realisiert. Und bei alledem strahlt sein ganzes Wesen die Zufriedenheit eines gelungenen Lebens aus.

Um den Dorfbewohnern anschaulichen Unterricht zu bieten, organisieren Bunker und seine Mitarbeiter Vorführungen mit großen Marionetten aus Pappmaché. Als Anspielung auf jene, die einst auf ihn herabschauten, werden diese Marionetten aus dem Altpapier der Weltbankberichte hergestellt. Bunker zitiert Gandhi: „Zuerst ignorieren sie dich, dann lachen sie dich aus, dann bekämpfen sie dich, dann gewinnst du.“

Aufmerksam und empfänglich für die Bedürfnisse des anderen sein

Der Philosoph Alexandre Jollien stellt fest: „Grundlegendes Merkmal der Mitmenschlichkeit ist es, dass sie aufmerksam auf die Bedürfnisse des anderen achtet. Altruismus entsteht aus den Bedürfnissen des anderen und greift sie auf.“¹¹ Und Bezug nehmend auf den indischen Weisen Swami Prajnanpad, fügt Alexandre hinzu:

„Altruismus ist Präzisionskunst. Er besteht nicht darin, den anderen zu überhäufen, sondern ihm nah zu sein und seine Bedürfnisse zu sehen. Wenn Swami Prajnanpad behauptet, „Liebe sei Berechnung“, meint er eine Präzisionsberechnung, die es möglich macht, sich der Realität und den Bedürfnissen des anderen perfekt anzupassen. Allzu oft macht man sich seine eigene Vorstellung davon, was gut ist, und stülpt sie dem anderen über. Man sagt ihm: „Das ist zu Deinem Wohl“ und drängt ihm dieses Wohl auf. Den anderen lieben heißt nicht, ein alter ego zu lieben. Man muss den anderen anders sein lassen und sich all dessen entledigen, was man auf ihn projizieren könnte, sich seiner selbst entledigen, um wohlgesonnen auf den anderen zuzugehen und ihn anzuhören.“

Mein Vater, Jean-François Revel, war entsetzt, als ich ihm eröffnete, dass ich meine wissenschaftliche Laufbahn aufgeben wolle, um mich im Himalaya bei einem geistigen Führer niederzulassen. Er hatte die Güte, meine Entscheidung schweigend zu respektieren. Jahre später, nachdem das Buch *Der Mönch und der Philosoph* erschienen war, erklärte er: „Mit sechsundzwanzig Jahren war Matthieu erwachsen und er musste selbst entscheiden, wie er sein Leben er führen wollte.“

Im Bereich der humanitären Hilfe kommt es nicht selten vor, dass gutmeinende Organisationen darüber entscheiden, wie bestimmten Bevölkerungsgruppen „Gutes getan“ werden soll, ohne wirklich auf die wahren Anliegen und Bedürfnisse der potentiellen Nutznießer zu achten. Die Diskrepanz zwischen Hilfsprogrammen und den Bestrebungen der örtlichen Bevölkerung sind bisweilen erheblich.

Vorübergehender Geisteszustand und dauerhafte Neigung

Für Daniel Batson ist Altruismus weniger ein Verhalten als vielmehr eine zielgerichtete Motivation, die verschwindet, wenn das Ziel erreicht ist. Batson betrachtet Altruismus also als einen vorübergehenden Geisteszustand, der mit der Wahrnehmung eines besonderen Bedürfnisses bei einem anderen Menschen zusammenhängt, und weniger als eine dauerhafte Veranlagung. Er zieht es vor, von *Altruismus* statt von *Altruisten* zu sprechen, denn ein Mensch kann jederzeit in sich eine Mischung aus altruistischen Gefühlen gegenüber bestimmten Menschen und egoistischen Gefühlen gegenüber anderen tragen. Persönliches Interesse kann auch mit den Interessen anderer in Wettstreit treten und so einen inneren Konflikt auslösen.

Es scheint uns jedoch berechtigt, von altruistischen oder egoistischen *Neigungen* zu sprechen, *je nachdem, welche Geisteshaltung* gewöhnlich bei einem Menschen dominiert, dabei sind alle Abstufungen zwischen bedingungslosem Altruismus und borniertem Egoismus denkbar. Der schottische Philosoph Francis Hutcheson sagte vom Altruismus, dass er nicht „eine zufällige Regung von Mitgefühl, natürlicher Zuneigung oder Dankbarkeit ist, sondern eine andauernde Menschlichkeit oder der Wunsch nach allgemeinem Wohlergehen derer, auf die wir Einfluss haben können, ein Wunsch, der uns zu allen wohlthätigen Handlungen anspornt und uns antreibt, uns darüber zu informieren, wie wir den Interessen der Menschheit bestmöglich dienen können“.¹² Der amerikanische Historiker Philip Hallie seinerseits vertritt die Meinung, „Güte ist weder eine Doktrin noch ein Prinzip: Sie ist eine Lebensart.“¹³

Diese dauerhafte innere Disposition ist gepaart mit einer besonderen Sicht der Welt. Nach Kristen Monroe, „haben Altruisten einfach eine andere Sicht der Dinge. Wo wir einen Fremden sehen, nehmen sie den Menschen, einen Ihrgleichen wahr ... Diese Sichtweise stellt den Kern des Altruismus dar.“¹⁴

Die französischen Psychologen Jean-François Deschamps und Rémi Finkelstein haben ebenfalls aufgezeigt, dass eine Verbindung zwischen Altruismus als einem *persönlichen Wert* und prosozialem Verhalten, insbesondere freiwilligem Engagement, besteht.¹⁵

Außerdem zeigen unsere spontanen Reaktionen angesichts von unvorhersehbaren Umständen unsere innersten Einstellungen und den Grad unserer inneren Bereitschaft. Die meisten von uns würden jemandem, der ins Wasser gefallen ist, die Hand reichen. Ein Psychopath oder eine hasserfüllte Person würden – vielleicht sogar mit sadistischer Befriedigung – zuschauen, wie der Unglückliche ertrinkt.

Sofern Mitmenschlichkeit unseren Geist prägt, äußert sie sich grundsätzlich, sobald wir mit den Bedürfnissen des anderen konfrontiert werden. So schrieb der amerikanische Philosoph Charles Taylor, Moral beziehe sich nicht nur darauf, „welches Dasein gut ist, sondern die Frage, welches Tun richtig ist.“¹⁶ Mit dieser Sicht der Dinge kann Altruismus in einer erweiterten Perspektive gesehen und die Möglichkeit in Betracht gezogen werden, ihn als *Lebenseinstellung* zu pflegen.