

## INHALT

Vorwort	5
Träume sind Lebendigkeit	7
Kriege werden von Menschen gemacht	10
Hitler als Vorläufer moderner Kriegstreiber	13
Wie man mit Skrupellosigkeit und Zynismus zum Erfolg kommt – ein Beispiel von heute	16
Der Verlust unserer Träume	20
Die Sehnsucht nach Verbundenheit	23
Wie wir Liebe lernen	25
Paula – eine Begegnung	27
Was ist das überhaupt – Liebe?	30
Liebe als Freiheit – Liebe als Besitz	31
Wenn ein Kind kein Echo findet – ein Beispiel aus meiner Praxis	35
Das Abtöten der Gefühle	37
Männlichkeitswahn und Heldenmythos	38
Überlegungen zur Natur des Menschen	41
Erst Mitgefühl macht den Menschen zum Menschen	44
Die frühe Entwicklung des Mitgefühls	47
Adam, ein jugendlicher Mörder	49
Die Wurzeln der Unmenschlichkeit	51
Menschen, die das Mörderische in sich tragen	53
Zerstörung als Lebenselixier – der Fall eines Nazi-Offiziers	56
Hilflosigkeit als tödliche Bedrohung	58

Schmerz ist ein fundamentaler Teil unserer Entwicklung	60
Die Fixierung auf Größe macht uns verführbar	63
Das Posieren entscheidet über politische Wahlen	66
Wahre Stärke braucht keine Macht	69
Die Scheinwelt der Herrschenden	71
Wahres und »falsches« Selbst	73
Das Bestreben, »richtig« zu sein	75
Veränderung ist möglich – ein prominentes Beispiel	78
»Der Krieg so nah, alles Leben gesteigert« – der Fall Clara S.	80
Der Tod als Erlöser	82
Falsche Gefühle	83
Alles nur zu unserem Besten?	86
Vertrauen in sich und die Welt	89
Gesellschaftliche Krisen wecken die alte Wut	90
Besitz als Maßstab aller Dinge	95
Das Bedürfnis, Wert und Bedeutung zu haben	97
Nizar Trabelsi – vom Fußballstar zum Terroristen	99
Unsere Kultur fördert die Gewalt	101
Was können wir tun?	105
Literaturempfehlungen	113
Anmerkungen	115
Personen- und Stichwortregister	121