

# Rezensionen von Buchtips.net

## Robert Sapolsky: Gewalt und Mitgefühl

### Buchinfos

Verlag: [Carl Hanser Verlag](#) ([weitere Bücher von diesem Verlag zeigen](#))  
Genre: [Sachbuch](#)  
ISBN-13: 978-3-446-25672-9 ([bei Amazon.de bestellen](#))  
Preis: 42,00 Euro (Stand: 29. April 2025)

Hochgradig informativ und eine fundierte Abbildung des Status Quo

Ohne die drakonischen "Maßnahmen" zu schildern, die dem Autoren die Fantasie beflügeln bei der Vorstellung, dass er in Person als "Held" Adolf Hitler festgenommen hätte (weil diese Fantasie nichts für schwache Nerven sind), Im menschlichen Gehirn spielen sich, was Impulse der Aggressivität anderen gegenüber und, die andere Seite der Medaille, ebenso was Mitgefühl anderen gegenüber angeht überaus komplexe Prozesse ab. Die vielfach in das eigene Selbstbild und Image sicher nicht nahtlos hineinpassen werden. Der Neurobiologe Robert Sapolsky hat sich in diesem höchstlehrreichen und in jeder Seite fundiert wirkenden Grundlagenwerkes den beiden wohl existenziellsten menschlichen Gefühlen angenommen. Hass und Liebe, Wut und Sanftheit, Mord und Bewahrung anderer Leben, all dies subsumiert sich unter die Begriffe "Gewalt und Mitgefühl".

Mit überzeugenden Querverbindungen umgehend in den Körper hinein. Beschleunigte Herzfrequenz, Hitzewallungen, geballte Fäuste, geöffnete Pupillen, ein ganzes Arsenal an Hormonen wird umgehend freigesetzt, wenn im Gehirn die entsprechenden Areal für diese beiden starken Gefühle aktiv werden. Beides sind im Übrigen ebenso starke Indikatoren eines Denkens in einem "Ich" und "die anderen". In ein "Wir" und "die da". Warum ist das so? Wie und, vor allem, wo wirkt sich das aus? Was sind die Quellen dieser "Grundgefühle", die das eigene Handeln mehr bewegen, als alle anderen Impulse und welche Folgen haben diese Tätigkeiten des Gehirns genau? Fragen, denen das Werk nachgeht und die es ausführlich und rundherum überzeugend beantwortet.

"Unsere Spezies hat Probleme mit der Gewalt". In direkter und/oder subtiler Form schwingt scheinbar immer eine "Drohung" innerlich mit, wenn Menschen in egal welcher Konstellation (auch in Ehen oder in Bezug auf eigene Kinder) aufeinandertreffen. "Wir laufen immer in Gefahr, dass Menschen uns schaden". Und, das ist eine der gewichtigen Erkenntnisse der Lektüre, nicht nur manchmal hat der Mensch damit überhaupt kein Problem.

"Wir empfinden keinen Hass auf Gewalt...Wir hassen und fürchten nur die falsche Art von Gewalt". Das ist das eine. Und dazu tritt, dass der Mensch eben auch zu gegenteiligem Verhalten fähig ist. Sogar aus einem anfänglichen Impuls zur Gewalt (schreiende Kinder still bekommen) zur gegenteiligen Handlung und Empfindung (schreiende Kinder liebevoll beruhigen) sich bewegen kann. Oder, wie Sapolsky es formuliert: "Es ist kompliziert".

Einfache Antworten, im besten Falle hinführend zu einfachen Handlungsanweisungen oder auswendig zu lernender Punkte für eine "gesunde" oder "falsche" Gewalt, sollte der Leser daher nicht von der Lektüre erwarten. Wohl aber eine gründliche, komplexe und erhellende Darstellung dessen, was die Neurobiologie an Antworten zur Grundverfasstheit des Menschen aktuell zu bieten hat.

Die wichtige Rolle der eigenen kulturellen Prägung (wie verschieden Menschen z.B. auf räumliche Enge reagieren, je nachdem, in welchem Umfeld sie geprägt wurden), der Evolution und der Biochemie des Körpers, die all dem entspricht und entsprechend auf echte oder vermeintliche Gefahrensituationen (oder deren Gegenteil) reagiert, ist im Buch faszinierend zu lesen und anhand vieler, auch persönlicher Beispiele des Autors verständlich in der Vermittlung. Wobei im Verlauf der Lektüre immer deutlicher wird, wie wichtig die Beachtung der Relationen ist.

"Die Mehrdeutigkeit dieser Gewalt (die bis in die Alltagssprache hineinreicht) – dass wir die Betätigung eines Abzugs sowohl als entsetzliche Gewalt wie auch als aufopfernden Patriotismus verstehen können – macht sie so problematisch".

Die Biologie von Gewalt, Aggression und Konkurrenz einerseits (sicherlich der Schwerpunkt des Werkes) und die dazu gehörenden Gegensätze im Verhalten als Kooperation, Zugehörigkeit, Versöhnung, Empathie und Altruismus näher zu verstehen, man wird aktuell kaum ein anderes Werk finden, das so grundsätzliche Antworten liefert wie dieses. Ohne jede Vereinfachung, wohlgemerkt, die Lage ist komplex und bleibt komplex. Aber gerade weil Sapolsky "biologisch" bleibt und philosophisch-ethische Fragestellungen nachrangig stellt, wird seine Darstellung so unnachahmlich faktisch (klar grenzt sich der Autor gegen die Sozialwissenschaften ab). Wobei er nicht den Fehler begeht, durch eine zu starke ideologische Brille zu schauen.

"Am Ende des Buches werden sie erkennen, dass es sinnlos ist, zwischen Aspekten zu unterscheiden, die "biologisch" sind und solchen, die man als, sagen wir, "psychologisch" oder "kulturell" bezeichnen würde. Alle diese Dinge sind unauflöslich miteinander verknüpft".

Wobei die biologischen Prozesse durchaus so etwas wie eine Grundlage für "alles andere" darstellen, dass zumindest wird im Lauf der Lektüre klar und deutlich. Wobei die Ausblicke, die Sapolsky gerade im zweiten Teil des Werkes bietet, zumindest eine Vielzahl an Möglichkeiten benennen, die ständig vor sich her getragene Tendenz zur "Abgrenzung" durch Erkenntnis und Änderung im Verhalten in Teilen zu überwinden und damit auch andere Reize im Gehirn verankern zu können (die Voraussetzungen dafür liefert die "adulte Neurogenese").

Auf diesem Weg aber ist es unabdingbar notwendig, zunächst zu verstehen, warum was so ist und wie das funktioniert mit der Aggression im Inneren. Eine Notwendigkeit, die dieses Buch in bester und umfassender Form auf den gut 900 Seiten Text mit Inhalt füllt.

9 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von [Lesefreund](#)  
[27. November 2017]