

# Inhalt

## Einstieg — 9

### 1. Wer ist »Wir«? — 17

*Blut ist nicht dicker als Tinte • Not schweißt nur zusammen • Angst wirkt noch stärker als Not • Verbundenheit entsteht jenseits von Angst und Not • Hinterm Horizont geht's weiter*

### 2. Was sind wir? — 39

*Wir sind keine Tiere • Wir haben ein besonderes Gehirn • Wir machen besondere Erfahrungen • Wir haben besondere Bedürfnisse • Wir leben in besonderen Gemeinschaften*

### 3. Wie sind wir so geworden, wie wir sind? — 63

*Der Preis des Dazugehörenwollens • Die Mechanismen der Anpassung • Die Anpassungsfalle*

### 4. Was haben wir uns alles eingeredet? — 79

*Wir konstruieren unsere eigene Wirklichkeit • Unsere Vorstellungen sind wie Ketten • Unsere Erfahrungen bestimmen unsere Bewertungen • Irren ist menschlich • Wir sind keine Maschinen • Wir sind auch keine Wettkämpfer • Das Ende der Ideologien*

**5. Was haben wir aus uns gemacht? — 115**

*Begeisterung ist Dünger fürs Hirn • Wofür wir uns aus uns selbst heraus begeistern • Von wem wir uns begeistern lassen • Fragwürdige Vorbilder • Bedauernswerte Eselstreiber • Clevere Rattenfänger • Wie wir unsere Begeisterungsfähigkeit verlieren*

**6. Was könnte aus uns werden? — 147**

*Statt Mauern und Gräben könnten wir auch Brücken bauen • Statt uns vom Leben formen zu lassen, könnten wir auch zu Gestaltern unseres Lebens werden • Statt so weiterzumachen wie bisher, könnten wir auch versuchen, über uns hinauszuwachsen • Statt Ressourcenausnutzer zu bleiben, könnten wir auch Potentialentfalter werden • Potentialentfaltung im individuellen Lebenslauf • Potentialentfaltung in menschlichen Gemeinschaften*