



## En defensa del altruismo

**MATTHIEU RICARD**

Urano, 814 páginas

En un exhaustivo y profundo ensayo, Matthieu Ricard, monje budista, asesor personal del Dalái Lama y autor de *El arte de la meditación* y *En defensa de la felicidad*, entiende el altruismo no como una utopía ni una virtud, sino como una necesidad. Podemos cambiar nuestra manera de ser y funcionar, no solo a nivel individual sino también institucional y social. Está en nuestra mano ser más generosos y, en consecuencia, más felices, a condición de que tengamos el valor de recuperar el modelo basado en la cooperación y la empatía. La cristalización del ego, la violencia, la deshumanización o el egoísmo institucional frente a la meditación, la educación, el compromiso o la economía altruista son algunos de los temas que, con el rigor de un científico y la cercanía de un maestro, aborda el autor en este libro.