**Plaidoyer pour l'altruisme**

Abreuvés d'images violentes, confrontés à une société en crise, on n'imagine pas la force de la bienveillance, le pouvoir de transformation positive qu'une véritable attitude altruiste peut avoir sur nos vies au plan individuel et, partant, sur la société tout entière. Moine bouddhiste depuis près de quarante ans, Matthieu Ricard, lui, expérimente les vertus de l'altruisme au quotidien. Au carrefour de la philosophie, de la psychologie, des neurosciences, de l'économie, de l'écologie, *Plaidoyer pour l'altruisme* est la somme d'années de recherches, de lectures, d'expériences, d'observation et de réflexion.
Avec le sens de la pédagogie qui le caractérise et toujours en s'appuyant sur des exemples très concrets, l'auteur de [*Plaidoyer pour le bonheur*](http://matthieuricard.org/books/plaidoyer-pour-le-bonheur)démontre point par point que l'altruisme n'est ni une utopie ni un vœu pieux, mais une nécessité, voire une urgence, dans notre monde de plus en plus interdépendant à l'heure de la mondialisation. Un essai passionnant, inspiré par un humanisme et une lucidité qui emportent l'adhésion.

**Matthieu Ricard**