

Bewusst leben · Gesellschaft gestalten



Licht ohne Schatten

Übersinnliche Erfahrung - Hellsehen -
Geistige Forschung

Naturwahrnehmung

Der Bildekräfteforscher
Dorian Schmidt

Innere Erfahrung

Spuren in der
Geistesgeschichte

Kraft aus der Kälte

Eine Ermunterung
zum Eisbaden

Am 30. März 1925 starb Rudolf Steiner

Seine Ideen leben weltweit weiter: In Waldorfkindergärten & Schulen, bio-dynamischer Landwirtschaft, sozial-ökologischen Banken, Unternehmen, Kliniken, Arztpraxen, Heilpädagogik, Naturkosmetik, Kunst, Design usw. Tausende Initiativen und Einrichtungen – jede eine Welt für sich, gut für Mensch und Erde. Gemeinsam sagen wir

**Mach mit beim „Tag der offenen Türen“**

Am letzten März-Wochenende 2025 – alle gemeinsam, jede auf ihre Weise. Beteiligt euch mit euren Institutionen! Ob Führung, Fest, Konzert, Monatsfeier, Vortrag, Workshop oder Gesprächsrunde. Was verdankt ihr Steiner?

Fragt bei euch nach – ist schon etwas geplant? Und legt los.
Infos und Unterstützung gibt's hier:

WWW.RS2025.ORG

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

„Übersinnliche Erfahrung“ und erst recht „Hellsehen“ – das sind in der heutigen Zeit zunächst einmal Reizwörter. Sie lösen Irritationen aus und eignen sich bestens als Steilvorlagen für skeptische Rückfragen, ja für Angriffe auf Rudolf Steiner und die Anthroposophie, wie diverse Reaktionen immer wieder zeigen. Andererseits gibt es sie, jene Erkenntnisse, Eingebungen und schwer erklärbaren Intuitionen, deren Ursprünge nicht ohne weiteres offensichtlich sind und die doch großen Einfluss auf unser Leben nehmen können: das beginnt bei den großen religiösen Offenbarungen, es geht über die ganze Breite der mystischen Zeugnisse und endet noch lange nicht bei Begegnungen mit Naturwesen oder Engeln. Berührungen mit einer rational nicht erklärlichen „Anderswelt“ sind häufiger als man denkt; wer viel mit Menschen zu tun hat, der wundert sich bald nicht mehr, wie verbreitet das Phänomen übersinnlicher Wahrnehmungen ist.

Rudolf Steiner selbst hat für viele seiner Themen und Inhalte als Quelle einen tieferen Erkenntniszugang



reklamiert. Deshalb wollten wir als anthroposophisch orientierte Zeitschrift schon seit langem einmal einen Schwerpunkt „Übersinnliche Erfahrung“ vorbereiten. Die jetzt vorliegende Ausgabe präsentiert – mit aller dabei unvermeidlichen Beschränkung – die Ergebnisse: Anna-Katharina Dehmelt hat sich in Steiners Werk umgesehen und mit einem hellsichtigen Forscher gesprochen, der seit vielen Jahren Menschen in landwirtschaftlichen und medizinischen Fragen berät. Harald Walach öffnet eine große geistesgeschichtliche Perspektive und zeigt, wie die „innere Erfahrung“ im Zuge der naturwissenschaftlichen Entwicklung immer mehr an den Rand gedrängt wurde und immer noch auf eine angemessene Berücksichtigung wartet. Wir schauen repräsentativ auf die Ansätze dreier Mystiker, deren Impulse nicht aus Philosophie und Rationalität herrühren. Wir werfen außerdem einen Blick auf die Spuren von Naturgeistern in der europäischen Überlieferung und lassen eine Hebamme zu Wort kommen, die von ihren übersinnlichen Erfahrungen bei der Geburtshilfe berichtet. – Nehmen Sie sich Zeit für die möglicherweise ungewohnten Ansätze in diesem Heft!

Gerade diese Ausgabe zeigt, wie vielfältig die Themen sind, die wir Ihnen jeden Monat präsentieren dürfen. Das können wir letzten Endes nur durch Sie, liebe Leserinnen und Leser, und ihre Entscheidung zu einem Abonnement. In Zeiten von veränderten Lesegewohnheiten, Krisen und Inflation spüren wir besonders, wie wir darauf angewiesen sind. Vielleicht überlegen Sie, zu Weihnachten unsere Zeitschrift an liebe Menschen zu verschenken? Das würde uns sehr unterstützen! Verschiedene Möglichkeiten dazu finden Sie auf unserer Website www.zeitschrift-info3.de/abos – Wir danken Ihnen!

A handwritten signature in black ink that reads "Jens Heisterkamp". The signature is written in a cursive, flowing style.

Dr. Jens Heisterkamp, Chefredakteur

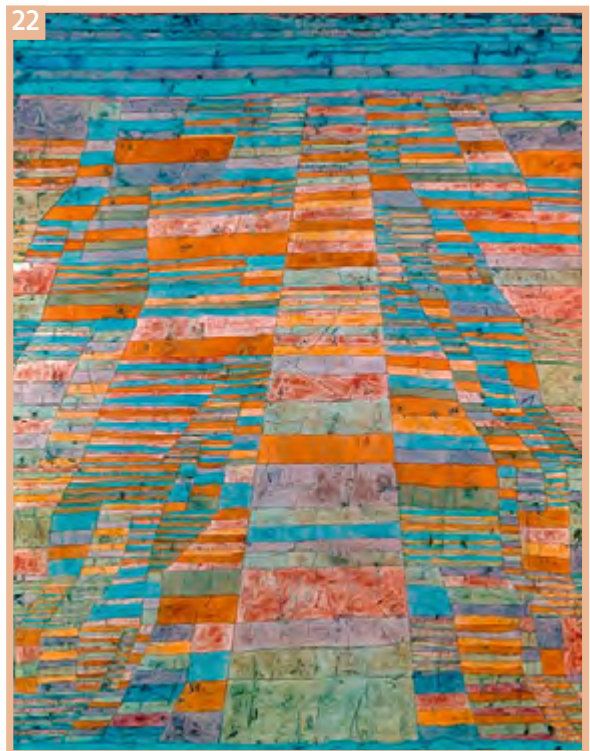


10



TITELBILD: UNSPLASH

16



22



28



38

STANDARDS

EDITORIAL	1
DIE FREUDENBERG-SEITE	4
KURZ NOTIERT	5
BRIEFE AN DIE REDAKTION	59

LICHT OHNE SCHATTEN

Anna-Katharina Dehmelt	10
Der geistigen Welt teilhaftig werden	
Vom übersinnlichen Wahrnehmen	

Interview	16
Licht ohne Schatten	
Im Gespräch mit dem Bildekräfteforscher Dorian Schmidt	

Michael Werner	21
Dünger fürs Wahrnehmen	
Eine Übung aus der Vitaleurythmie	

Harald Walach	22
Innere Erfahrung - eine wissenschaftliche Spurensuche	
Ein Seitenstrang der Geistesgeschichte	

Claudia Mönius	27
Engel haben kein Gewicht	
Die Mutmachkolumne	

Jens Heisterkamp	28
Das Wissen am Rande	
Hildegard von Bingen, Jakob Böhme und Emanuel Swedenborg	

Thomas Höffgen	32
Wenn Naturgeister wirklich sind	
Von Elfen, Zwergen und Undinen	

Interview	38
„Ich bin eine Seele, die sich einen Menschen schenkt“	
Im Gespräch mit der Hebamme Esther Göbel	

LEBENSFÄDEN

42	Frank Meyer und Johannes Wilkens
	Lebensbaum Walnuss
	Ein Kraftquell für den Winter

46	Ulrike Kirchoff
	Kraft aus der Kälte
	Eine Ermunterung zum Eisbaden

52	Christian Schikarski
	Zur Dreigliederung des menschlichen Organismus
	Die großen Ideen der Anthroposophie

58	Johannes Denger
	Die Mission des Imperfekten
	Denger denkt

SERVICE

62	NEUERSCHEINUNGEN AUS ANTHROPOSOPHISCHEN VERLAGEN
64	SCHAUFENSTER
66	KATALOGSTREIFEN
67	STELLENANZEIGEN
77	BUNDESFREIWILLIGENDIENST
78	KLEINANZEIGEN
79	IMPRESSUM
80	VORSCHAU

Die „3“ spielt eine zentrale Rolle in unserem Leben: Körper, Gefühl und Weisheit machen uns Menschen aus – Wirtschaft, Politik und Kultur das soziale Leben. Inspiriert von den Impulsen der Anthroposophie Rudolf Steiners heißt die Leitidee unserer Zeitschrift: Bewusst leben · Gesellschaft gestalten.