

Bewusst leben · Gesellschaft gestalten



Meinungsfreiheit in Gefahr?

Populismus der „Guten“

Haltung statt Diskurs

Radikal höflich

Antworten auf Parolen

Krieg und Frieden

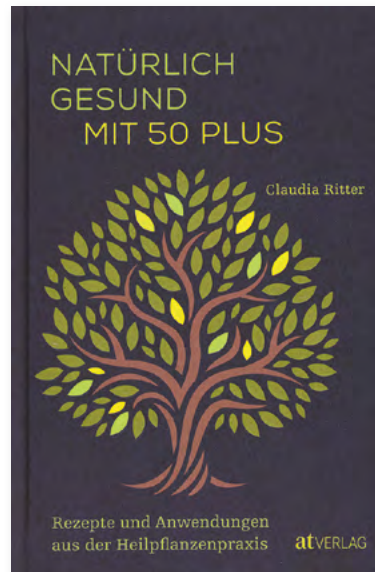
Neue Fähigkeiten bilden

Dieses Buch zum 100-jährigen Bestehen der Waldorfpädagogik für das kleine Kind ist den Pionierinnen gewidmet – vom Anfang bis heute und auf allen Kontinenten.



Nana Göbel, **99 und 1 Pionierinnen**, der Waldorfkindergartenbewegung 1924-2026
Paperback, 439 Seiten, Format 23,7 x 15,3 cm
zahlreiche Abbildungen
€ 24,80 Art.Nr. 5736

Dieser Ratgeber zeigt die besten Heilpflanzen für die Selbstanwendung für Menschen über 50 und bringt mit Fachkenntnis und tiefem Verständnis Wohlbefinden und Energie in ihr Leben.



Claudia Ritter, **Natürlich gesund mit 50 plus**
Rezepte und Anwendungen aus der Heilpflanzenpraxis, Format: 23 cm x 15,5 cm, Hardcover
304 Seiten, mit zahlreichen farbigen Fotografien
€ 29,00 Art.Nr. 5730

Parkinson ist die zweithäufigste neurodegenerative Erkrankung. Das Buch gibt Einblicke in den neusten Stand der Forschung, behält aber auch den Menschen mit Parkinson im Blick.



Frank Elstner, Prof. Dr. Jens Volkmann
„Dann zitter ich halt“ - Leben trotz Parkinson
Symptome – Behandlung – Perspektiven
Paperback, 254 Seiten, Format: 24 x 17 cm
Aktualisierte und erweiterte Neuausgabe
€ 18,00 Art.Nr. 5731

Ihre Suche nach den Schmetterlingen führt Lea Korsgaard zu Landschaften, von deren Existenz sie nie geahnt hätte - und zu den großen philosophischen Fragen: Warum und wofür leben wir wirklich?



Lea Korsgaard, **Das Jahr der Schmetterlinge**, Hardcover mit Schutzumschlag, 336 Seiten, mit 61 farbigen Buntstiftzeichnungen der Autorin
€ 22,99 Art.Nr. 5735

Lernen Sie rund 90 Blumen, Sträucher und Bäume kennen, die von pollen- und nektarsuchenden Blütenbesuchern angefliegen werden oder als Futterpflanze dienen.



Elke Schwarzer, **Richtig gute Pflanzen für Insekten**
Die besten Blüten für maximal viele Bienen, Schmetterlinge & Käfer
Klappenbroschur, 144 Seiten
134 Farbfotos, Format: 23,5 x 17 cm
€ 20,00 Art.Nr. 5734

Wie gut kennen Sie die Welt der Bienen? Mit dem Bienen-Quiz für Erwachsene und naturbegeisterte Jugendliche entdecken Sie faszinierende Fakten über Bienen. 66 Quizfragen vermitteln spannendes Wissen über Imkerei, Artenvielfalt, Umweltschutz und das fragile Zusammenspiel zwischen Mensch und Natur.



Dr. Corinna Weinert
Bienen-Quiz
stabile Schachtel mit 66 farbigen Karten
Format: 10 x 10 x 3,2 cm
€ 16,95 Art.Nr. 5733



Mehr Information und Bestellung: www.info3.de

Telefon: 069 / 58 46 47 | Email: vertrieb@info3.de

info3-Abonnent:innen in Deutschland zahlen **keine Versandkosten**, Abonnent:innen aus dem Ausland zahlen einen um € 2,- verminderten Portoanteil.

Liebe Leserinnen und Leser!

In Rudolf Steiners *Philosophie der Freiheit* findet sich eine bemerkenswerte Äußerung zur Freiheit der Gedanken und zu ihrer Bedrohung: „Die äußeren Gewalten können mich hindern, zu tun, was ich will. Dann verdammen sie mich einfach zum Nichtstun oder zur Unfreiheit. Erst wenn sie meinen Geist knechten und mir meine Beweggründe aus dem Kopfe jagen und an deren Stelle die ihrigen setzen wollen, dann beabsichtigen sie meine Unfreiheit.“ Diese Charakteristik ist ebenso einfach wie zutreffend. Denn das bedeutet doch: Die ultimative Kontrolle über den Menschen ist die über seine Gedanken. Und das Ersetzen der eigenen „Beweggründe“ (= Gedanken) durch fremde ist dann perfekt, wenn die Betroffenen die übergestülpten Gedanken für ihre eigenen halten und den Zwang gar nicht mehr bemerken.

Traurige Beispiele dafür bot die Zeit der Corona-Pandemie. Wenn man damals die verhängten Maßnahmen gegenüber dem Prinzip der Freiheit abwägen wollte, war das besonders offensichtlich. Erzwungene Verhaltensweisen deklarierte man zu „Solidarität“ um, die verfassungsmäßig garantierte freie Selbstbestimmung tat man als Egoismus ab. Ein offener Austausch über unterschiedliche Positionen war nicht

erwünscht. Es wurde versucht, uns die eigenen Beweggründe, mit Steiners Worten, „aus dem Kopf zu jagen“.

Wie wertvoll die Meinungsfreiheit ist, bemerken wir erst, wenn sie bedroht wird. Davon erzählen Betroffene in dieser Ausgabe. Von strukturellen Maßnahmen durch staatliche Stellen bis hin zu persönlichen Einschüchterungen ist da die Rede. Berichtet wird aber auch von Bemühungen, trotz aller Polarisierungen in der Gesellschaft die Gesprächsfähigkeit zu erhalten beziehungsweise wiederherzustellen. Viele Beiträge machen deutlich, dass heute Wachheit angesagt ist, damit wir uns an eine schleichende Aufweichung der Meinungsfreiheit nicht gewöhnen, uns aber auch nicht einschüchtern lassen, wenn sie durch Pöbeleien überstrapaziert wird.

Angemerkt sei hier noch eine personelle Veränderung in unserer Redaktion. Nach vielen Jahren der aktiven Mitarbeit hatte sich unsere geschätzte Kollegin Laura Krautkrämer schon länger verstärkt ihrer selbständigen Tätigkeit im Bereich PR und Öffentlichkeitsarbeit zugewendet. Nun hat sie sich entschieden, die Mitarbeit an unserer Zeitschrift zu beenden. Über 15 Jahre brachte sie sich insbesondere bei Frauen- und Familienthemen ein, aber auch im Bereich Kunst und beim Thema Anthroposophie in den Medien. Mit dem Medienthema wird sie uns weiterhin verbunden bleiben und auch in Zukunft den beliebten, wöchentlichen *Info3-Bewegungsmelder* verantworten. Also: zum Glück kein Abschied!

Gleichzeitig freuen wir uns, dass wir Andreas Laudert für eine regelmäßige Mitarbeit gewinnen konnten, der bisher schon für andere Zeitschriften und auch als Buchautor tätig war. Durch einige Texte in der jüngeren Vergangenheit, etwa über seine Erfahrungen als Waldorferzieher und Waldorflehrer, konnten Sie ihn bereits kennenlernen und werden ihn ab sofort regelmäßig bei uns lesen.



Jens Heisterkamp
Dr. Jens Heisterkamp, Chefredakteur



8



22



TITELFOTO: PEXELS-KRIVITSKIY

26



44

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.

STANDARDS

EDITORIAL	1
DIE FREUDENBERG-SEITE	4
KURZ NOTIERT	5
BRIEFE AN DIE REDAKTION	64

MEINUNGSFREIHEIT IN GEFAHR?

Jens Heisterkamp	8
Zensur durch Skandal	
Ideen, Beispiele und Erfahrungen	
Renée Herrnkind	15
Meinungsfreiheit?	
Erfahrungen in der Fußgängerzone	
Alexander Capistran	16
Der Populismus der „Guten“	
Moral statt Argument	
Andreas Laudert	22
Entgiftungskur statt Meinungsschlachten	
Achtsam mit den eigenen Meinungen sein	
Harald Walach	26
Die Gedanken sind frei. Wie lange noch?	
Die Kontrolle von Rede und Meinung	
Anna-Katharina Dehmelt	31
Plötzlich ohne Job und Reputation	
Dissidenten der Alternativlosigkeit berichten	
Claudine Nierth	32
Sprechen und Zuhören	
Ein neues Gesprächsformat bei Mehr Demokratie	
Renée Herrnkind	36
Radikal höflich	
Ein Workshop gegen Stammtischparolen	
Claudia Mönius	39
Inseln der Kohärenz	
Die Mutmach-Kolumne	
Anna-Katharina Dehmelt	40
Unabhängig und frei	
Der Info3-Verlag	

IM BRENNPUNKT

44	Interview
	Krieg und Frieden
	Im Gespräch mit Gerald Häfner

LEBENSFÄDEN

50	Claudia Mönius
	Ein anderer Blick auf die äußeren Dinge
	Porträt eines Therapeuten-Paars
54	Renatus Derbidge
	Keine falsche Vermenschlichung der Technik!
	Achtung vor Mensch und KI
58	Martin Spura
	Spirituelles Kino
	Die Autobiografie von Rüdiger Sünner
61	Nadine Mescher
	Alles eine Sache der Chemie
	Beziehungsweise Schule
62	Johannes Denger
	Wahrnehmen wahr nehmen
	Denger denkt

SERVICE

66	NEUERSCHEINUNGEN AUS ANTHROPOSOPHISCHEN VERLAGEN
68	SONDERSEITEN AUS- UND WEITERBILDUNG
72	SCHAUFENSTER
74	STELLENANZEIGEN
85	BUNDESFREIWILLIGENDIENST
86	KLEINANZEIGEN
87	IMPRESSUM
88	VORSCHAU