

Bewusst leben · Gesellschaft gestalten



Mangel und Fülle

Wirtschaft – Arbeit – Wohnen

Falsche Fülle

Suchtgefahr Digitalisierung

Sinn und Seele

Innerlichkeit und Alltagswelt

Gesundheit

Vitalitätsbooster Schlehe

Das Buch zum Film ist ein spiritueller Führer zu mythischen Orten in einer immer seelenloseren Zeit und gleichzeitig ein Plädoyer für Entschleunigung und Achtsamkeit in einer reizüberfluteten Gesellschaft.



Rüdiger Sünner, **Seelenlandschaften – Spirituelle Orte in Deutschland**
 Klappenbroschur, 240 Seiten, Format 17,5 x 24 cm
 zahlreiche farbige Fotos
€ 29,00 Art.Nr. 5557

Dies ist die unvollendet gebliebene Autobiographie Rudolf Steiners, in welcher der Zusammenhang seines Lebens mit der Entstehung der Anthroposophie sichtbar wird.



Rudolf Steiner, **Mein Lebensgang**
 Hardcover mit Fadenheftung, 734 Seiten
 mit Buchschleife und Lesebändchen
 zahlreiche Abb. auf Extra-Seiten
 herausgegeben von Martina Maria Sam
€ 78,00 Art.Nr. 5563

Jedes Erscheinen in der sinnlichen Welt, jede Materialisierung und Verleiblichung geschieht, laut Steiner, aus der Kraft der Liebe. In Hunderten von Wandtafelzeichnungen zu seinen Vorträgen hat Rudolf Steiner den Weg des Menschen und der modernen Kunst vorgezeichnet.



Walter Kugler, **Liebe und Freiheit**, Sichtbare Anthroposophie auf den Wandtafelzeichnungen Rudolf Steiners, Hardcover mit Schutzumschlag, 264 Seiten, Format: 22 x 23,5 cm
 mit zahlreichen ganzseitigen farbigen Abbildungen
€ 49,00 Art.Nr. 5556

Welche Werte können helfen, mutig Veränderungen zu gestalten und in turbulenten Zeiten auf Kurs zu bleiben?



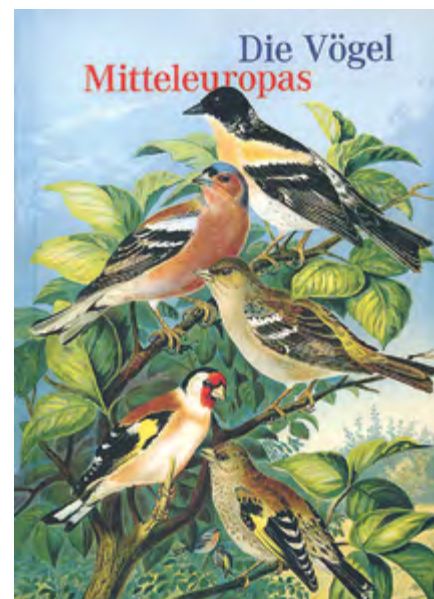
Maja Göpel, **Werte. Ein Kompass für die Zukunft**, Hardcover mit Fadenheftung
 224 Seiten, farbiger Buchschnitt
€ 22,00 Art.Nr. 5560

Das Buch zeigt die ganze Bandbreite von Turners Auseinandersetzung mit der maritimen Malerei und wirft ein neues Licht auf seine berühmtesten Bilder.



Christine Riding, Richard Johns, **Turner und das Meer**
 Klappenbroschur, 288 Seiten, Format 30 x 23,5 cm
 225 farbige Abbildungen
€ 25,00 (statt € 48,00) Art.Nr. 5548

Erstmals vereint in einem großformatigen Bildband: Die Vögel Mitteleuropas in Kupferstichen und Lithografien - jetzt nochmals günstiger!



Johann Friedrich Naumann, **Die Vögel Mitteleuropas**, Hardcover mit Fadenheftung
 208 Seiten, Format 17,5 x 24,7 cm
 200 farbige Abbildungen und Tafeln
€ 15,00 (statt € 45,00) Art.Nr. 5549



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.



Wir trauern
um unseren Gründer und Geschäftsführer

Ramon Brüll

4. März 1951 - 23. März 2025

Unmittelbar vor Drucklegung dieser Ausgabe ist Ramon Brüll nach kurzer,
schwerer Krankheit gestorben.

Eine ausführliche Würdigung seines Lebens und Werks folgt in der Mai-Ausgabe
dieser Zeitschrift.

In tiefer Trauer und in Dankbarkeit für sein Wirken
Die Kollegen und Freunde im Info3 Verlag



STANDARDS

EDITORIAL	1
DIE FREUDENBERG-SEITE	4
KURZ NOTIERT	5
BRIEFE AN DIE REDAKTION	50

MANGEL UND FÜLLE

Jens Heisterkamp Wirtschaft aus der Fülle Alternativen zur Mangel-Wirtschaft	8
Claudia Mönius Zeit für neue Perspektiven Die Mutmach-Kolumne	11
Interview „Jugend ist das Leben im Vorgriff“ Ein Gespräch über den Fachkräftemangel	12
Johannes Denger Heldin? Heldin. Denger denkt	17
Renée Herrnkind Wege aus der Wohnungsnot Wie Stiftungen und Genossenschaften Raum zum Leben schaffen	18
Interview Das innere Feuer bewahren Unterstützung für Waldorflehrer:innen	22
Ingo Leipner Süchtig nach der falschen Fülle Gefahren der Digitalisierung	26

LEBENSFÄDEN

30 Renée Herrnkind Die Wirtschaft im Donut denken Ein neues Modell für regionales Handeln
35 Georg Soldner Sofort-Hilfe bei Pseudo-Krupp Gesund und munter
36 Johannes Wilkens und Frank Meyer Vitalitätsbooster Schlehe Mit der Natur gegen Frühjahrsmüdigkeit und Erschöpfung
40 Adriaan Bekman Auf der Suche nach Sinn und Seele Überlegungen zwischen Philosophie und Arbeitswelt
43 Ingolf Lindel Gut gemischte Zutaten Eine Buchrezension
44 Jens Heisterkamp Was ist der Mensch? Der Künstler Stefan Guber empfängt den Menschen

SERVICE

48 NEUERSCHEINUNGEN VON ANTHROPOSOPHISCHEN AUTOR:INNEN UND VERLAGEN
51 KATALOGSTREIFEN
52 SCHAUFENSTER
54 STELLENANZEIGEN
69 BUNDESFREIWILLIGENDIENST
70 KLEINANZEIGEN
71 IMPRESSUM
72 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.