

## ***Die okkulten Hintergründe der Lichtnahrung***

Im September 2002 erschien in der Wochenschrift *Das Goetheanum* ein Artikel über das Phänomen *Lichtnahrung*. Der Autor war Thomas Stöckli, der auch – neben Michael Werner und anderen – Mitautor des Buches *Leben durch Lichtnahrung* (AT-Verlag, 2005) ist. Dieser Artikel, so Stöckli ... *wirkt immer noch nach, die Einladungen für Vorträge werden jedes Jahr mehr. Nach der anfänglichen Tabuisierung scheint der Damm inzwischen gebrochen, das Thema wurde zunehmend „salonfähig“ und diskutierbar.*<sup>1</sup>

Seitdem beschäftigten sich nicht wenige Menschen damit bzw. erwogen eine Umstellung auf *Lichtnahrung*. Einige führten diese durch. Vermutlich hat die Erscheinung des Artikels in dem Fachorgan der anthroposophischen Gesellschaft manchen Leser zu der Annahme verleitet, dass die *Lichtnahrung* aus anthroposophischer Sicht „vertretbar“ sei.

Der Untertitel des Buches *Leben durch Lichtnahrung* lautet: *Erfahrungsbericht eines Wissenschaftlers*. Dr. Michael Werner, um den es geht, ist als Chemiker Betriebsleiter bei der Hiscia in Arlesheim ... und – wie beschrieben wird – Anthroposoph. Er vollzog den Umstieg auf *Lichtnahrung* zum Jahresbeginn 2001. Über eine gute Bekannte, die selbst den *21-Tage-Prozess* durchgemacht hatte, wurde sein Interesse für die *Lichtnahrung* geweckt. Nach Sylvester zog er sich am 1. Januar für vier Wochen völlig zurück und nur sein engster Familienkreis wusste, wo er sich befand.

Werner war übergewichtig. Sein Gewicht pendelte sich durch den 21-Tage-Prozess auf 68 Kilo bei 1,74 Körpergröße ein. Dieses Gewicht bleibt dann stabil, obgleich er auf jede feste Nahrung verzichtet und auch täglich nur einen halben Liter Flüssigkeit zu sich nimmt. Dabei fühlt sich Werner „topfit“ und treibt Sport.<sup>2</sup>

Dr. med. Jakob Bösch, Chefarzt in einer psychiatrischen Klinik – also auch Wissenschaftler in einer hohen Stellung – hat das Vorwort dazu geschrieben. Daher ist anzunehmen, dass in diesem Buch die Lichtnahrung wissenschaftlich und anthroposophisch begründet vorgetragen wird. Werner schreibt auf S. 69 seines Buches: *Es ist mir ein persönliches Anliegen, dass über das Thema Lichtnahrung mehr nachgedacht, geforscht und auch mehr geschrieben wird.* In diesem Sinne soll dieser Aufsatz ein Beitrag sein.

Ich bezweifle nicht, dass die *Lichtnahrung* „funktioniert“. Vielmehr stellt sich mir die Frage, wie und warum sie „funktioniert“, bzw. ob sie mit der Bewusstseinsentwicklung des Menschen vereinbar ist. In diesem Zusammenhang ist es nicht unwesentlich, die Argumentation der Autoren zu verfolgen, durch welche die *Lichtnahrung* „salonfähig“ gemacht wird. Auch dürfte es nicht uninteressant sein, in welchem okkulten Zusammenhang

die *Lichtnahrung* gesehen werden muss.

### **Channeling**

*Lichtnahrung* kam durch *Channeling*, der modernen Form des Spiritismus<sup>3</sup> in die Menschheit.

Thomas Stöckli schreibt:<sup>4</sup>

Der 21-Tage-Prozess als Anleitung zur Umstellung von der herkömmlichen Ernährung auf die sogenannte Lichtnahrung tauchte offensichtlich Anfang der neunziger Jahre, genau genommen im Spätherbst des Jahres 1992, in Australien auf. Vermittelt durch ein

Medium mittels Channeling, das heißt als eine direkte Mitteilung und Information aus einer geistigen Sphäre heraus, wurde der 21-Tage-Prozess vermutlich zuerst

---

<sup>1</sup> Michael Werner und Thomas Stöckli, *Leben durch Lichtnahrung*, S. 12/13, AT-Verlag, 2005

<sup>2</sup> Siehe T. Stöckli: Ein Mensch, der nicht mehr isst / Leben mit Lichtnahrung – geht das? in: Info-3 12/2003

<sup>3</sup> Die Begriffe „Spiritismus“ und „das Mediale“ sind in diesem Zusammenhang austauschbar.

<sup>4</sup> Siehe Anmerkung <sup>1</sup>, S. 91/2

von Einzelpersonen durchgeführt und dann auf telepathischem Wege an andere Menschen weitergegeben. Jasmuheen selbst gehörte nach ihren eigenen Angaben nicht zu den Probanden der ersten Stunde, stieß aber bald, nämlich Anfang 1993 auf diese Information und propagiert sie seitdem weltweit mit großem Engagement. Unterstützt und bestätigt wird sie dabei durch ihre eigenen persönlichen Erfahrungen und Fähigkeiten als ein Medium für Channeling.

*Im Jahre 1996 erschien ihr Buch dazu, »Living on Light. A personal journey by Jasmuheen«, wodurch sich das Thema in einer großen Welle verbreitete. Schon kurz darauf— im Jahr 1997 — erschien die deutsche Übersetzung »Lichtnahrung. Die Nahrungsquelle für das kommende Jahrtausend«, auf deren 5. Auflage aus dem Jahr 1999 wir uns an dieser Stelle im Wesentlichen beziehen. Den 21-Tage-Prozess beschreibt Charmaine Harley, die ihn nach eigenen Angaben 1994 durchgemacht hat.*

## **Zur Geschichte des Spiritismus**

Um *Channeling* zu verstehen, ist es wichtig, die Geschichte des Spiritismus zu verfolgen:

Die Eingeweihten des 19. Jahrhunderts wollten die Welt nicht im Materialismus versinken lassen, konnten aber auf keine unmittelbar vorhandenen Fähigkeiten verweisen, um zu zeigen, dass es eine geistige Welt gibt.

Es teilten sich die Okkultisten um die Mitte des 19. Jahrhunderts in zwei Parteien, in Exoteriker und Esoteriker<sup>5</sup>. Im Grunde waren die Exoteriker nichts anderes als die Esoteriker, nur waren sie geneigt, auf ihr Verantwortlichkeitsgefühl zu hören und einen Teil des esoterischen Wissens zu veröffentlichen.

Die Esoteriker wollten dies nicht, weil ... *die Veröffentlichung des esoterischen Wissens geradezu zu einer Kalamität wird, und wie diejenigen, die das esoterische Wissen bekommen, selber Hemmnisse und Hindernisse aufwerfen gegen die Verbreitung des esoterischen Wissens.*<sup>6</sup>

Es einigten sich die Esoteriker und die Exoteriker, den Mediumismus zu protegieren, um den Menschen zu zeigen, dass es eine geistige Welt gibt. Aber der Versuch schlug fehl. Die Medien ... haben Berichte gegeben gerade aus jenem Reiche, in dem die Toten darinnen sind. Man hat also gesehen, dass man mit diesem Versuche nichts anderes erreicht hatte, als dass man einen großen Irrtum verbreitete. Man konnte sich also eines schönen Tages sagen, dass man einen Weg gegangen war, der die Menschen in einen Irrtum hineinführte, denn er führte sie hinein in eine rein luziferische Lehre, die verbunden war mit rein ahrimanischen Beobachtungen. Man hatte also einen Irrtum bereitet, und es konnte nichts Gutes dabei herauskommen. Das hat man nach und nach eingesehen.<sup>7</sup>

Steiner nennt das Jahr 1879 als den Zeitpunkt, nach dem der Spiritismus korrumpiert worden ist.<sup>8</sup> Der Spiritismus bzw. Channeling und alles, was aus dem medialen Wesen kommt, hat daher nach 1879 seine Berechtigung verloren. Die linken okkulten Gruppen haben sich seither des Spiritismus bedient, um ihre Sonderinteressen zu verfolgen.<sup>9</sup>

## **Jasmuheen und das mediale Wesen**

Es ist erstaunlich, dass sich Michael Werner, dem die Anthroposophie nicht unbekannt ist, offensichtlich nicht mit der Methode des *Channeling* und mit dem Wesen des Medialen auseinandergesetzt hat.

Als Wissenschaftler kann er auch nicht den *21-Tage-Prozess* als Ergebnis einer Methode übernehmen, ohne die Methode selbst zu überprüfen.

---

<sup>5</sup> Innerhalb der Esoteriker gibt es sogenannte linke Gruppen, die Sonderinteressen und nicht allgemeine Menschheitsinteressen vertreten.

<sup>6</sup> GA 254, 10. 10. 15, 16-22, Ausgabe 1986

<sup>7</sup> ebenda

<sup>8</sup> GA 177, 27. 10. 17, S. 216-227, Ausgabe 1985

Was sind nun die Intentionen von Jasmuheen, welche die *Lichtnahrung* und damit die Nahrungslosigkeit<sup>10</sup> propagiert? Jasmuheen will ... *zukünftige Fähigkeiten bereits heute aktivieren*.<sup>11</sup>

Genau dieses ist die okkulte Wirkung des medialen Wesens, wie sie R. Steiner beschreibt: Dasjenige, was als Zukunftskeim im Laufe der Menschheitsentwicklung in der Zukunft fruchtbar werden soll, wird verfrüht aktiviert und damit – zum Schaden der Menschheit – in die Gegenwart gebannt. Damit wird aber der Menschheit die Zukunft geraubt... *Und das ist es, was man unmittelbar vor sich hat, wenn man das mediale Wesen wirklich kennenlernt. Die Zukunft soll sterben - so spricht eigentlich das mediale Wesen -, die Gegenwart soll alles sein*<sup>12</sup>. Dass dies geht, zeigt die *Lichtnahrung*.

Die Argumentation von Michael Werner für die Kräfte der *Lichtnahrung* gleicht einer Lobeshymne. Bei der *Lichtnahrung* handele es sich ... *um einen neuen, helfenden Impuls für die Bewusstseinsentwicklung der Menschen*<sup>13</sup> ... *es ist eine natürliche göttliche Energie, die in Überfülle überall vorhanden ist*<sup>14</sup>... *es ist wie ein unerwartetes Geschenk, wie eine Gnade*<sup>15</sup>... *einen starken Kraftfluss aus dem Bereich, den ich persönlich mit der Christuswirksamkeit in Verbindung bringe*<sup>16</sup>...

Und Thomas Stöckli schreibt: Nun scheint es so, dass eine Welle von neuen Kräften die physische Welt durchdringt und sich manifestiert, so dass in einigen Jahrzehnten solche Phänomene wahrscheinlich nicht mehr als »Wunder« oder gar »Spinnerei« abgetan werden können. Es wird sich in den kommenden Jahren ein neues Welt- und Menschenbild durchsetzen müssen, so dass diese neue Wirklichkeit auch wissenschaftlich und sozial neue Perspektiven schaffen kann.<sup>17</sup>

Er bezeichnet den 21-Tage-Prozess zur Erlangung der *Lichtnahrung* als „heilige Einweihung“.<sup>18</sup>

### **Therese von Konnersreuth und Nikolaus von Flüe**

Um die *Lichtnahrung* den Anschein des Natürlichen und Gottgewollten zu geben, wird diese in Zusammenhang mit bedeutenden nahrungslosen Persönlichkeiten, wie Therese von Konnersreuth und Nikolaus von Flüe gebracht. Dies zieht sich durch das ganze Buch<sup>19</sup> hindurch.

Michael Werner schreibt: *Ich bin davon überzeugt, dass Lichternahrung früher nur in Ausnahmefällen möglich war. Als Beispiele habe ich Niklaus von Flüe und Therese von Konnersreuth erwähnt*.<sup>20</sup>

Die Autoren vernachlässigen dabei aber, dass es sich bei der Nahrungslosigkeit von Therese von Konnersreuth und Nikolaus von Flüe um eine andere Art Nahrungslosigkeit handeln muss, als bei den Menschen, die durch den 21-Tage-Prozess die *Lichtnahrung* erlangten. Denn:

- Michael Werner und andere, welche den 21-Tage-Prozess durchlaufen haben, könnten sich durchaus wieder normal ernähren oder ernähren sich wieder normal. Bei Therese von Konnersreuth und Nikolaus von der Flüe war dies nicht der Fall.<sup>21</sup> Demnach müssen die physiologi-

---

<sup>9</sup> GA 172, 27. 11. 16, S. 221/2, Ausgabe 1980

<sup>10</sup> Immer wieder kommt es durch den 21-Tage-Prozess zu Todesfällen und bleibenden Schäden.

<sup>11</sup> Am Ende des Buches *Lichtnahrung*, S. 200, Kaha-Verlag 2002 ist dies als Untertitel einer CD von Jasmuheen zu lesen. (Titel: *Integration des zukünftigen Selbst, Vol. 7*)

<sup>12</sup> GA 243, 19. 8. 24, S. 169/170, Ausgabe 1983

<sup>13</sup> Siehe Anmerkung <sup>1</sup>, S. 64/5

<sup>14</sup> ebenda, S. 55/6

<sup>15</sup> ebenda, S. 61

<sup>16</sup> ebenda, S. 73

<sup>17</sup> ebenda, S. 20/21

<sup>18</sup> ebenda, S. 93

<sup>19</sup> ebenda

<sup>20</sup> ebenda, S. 64/5

<sup>21</sup> *Therese von Konnersreuth*: „Vollständig nahrungslos, ohne jedes Bedürfnis für Speise und Trank, lebe ich seit Weihnachten 1926; in der Zeit von Weihnachten 1926 bis September 1927 nahm ich die hl. Gestalt bei der Kommunion mit einem Löffelchen Wasser. Seit dieser Zeit ist auch dies weggefallen: ein förmlicher Ekel vor Nahrung und Widerwillen dagegen war bei mir schon seit 6. August 1926 vorhanden. Eine Zeitlang versuchte ich noch Nahrung in flüssiger Form zu mir zu nehmen. Doch brach ich alles wieder (unter Würgen) und gab die Versuche daher auf. Seit der Aufgabe dieser Versuche ist mir viel wohler, da das mit den genannten Versuchen verbundene Abwürgen samt den damit verknüpften Herzbeschwerden wegfällt. Das

schen Vorgänge und der Zustand der Organe (wie z.B. Magen) der beiden letzteren andere sein.

- Der Empfang der heiligen Hostie war für das Überleben der Therese von Konnersreuth notwendig; für Niklaus von Flüe wohl nicht unwesentlich. Bei den Menschen, welche den *21-Tage-Prozess* durchlaufen haben, spielt die heilige Kommunion keine Rolle.
- Jahrelanges gottesfürchtiges und intensiv-gläubiges Leben mit Wunder- bzw. mystischen Erfahrungen lassen die Nahrungslosigkeit als Teil im Gesamt- Schicksalsbild dieser gottbegnadeten Menschen erscheinen. Im Gegensatz dazu ist der *21-Tage-Prozess* eine okkulte Technik, welche – bei Gelingen – zur Nahrungslosigkeit führen soll.
- Weder Therese von Konnersreuth noch Giri Bala sehen eine Propagierung der Nahrungslosigkeit als im Sinne des Karma bzw. als Wille Gottes an.<sup>22</sup> Im Gegensatz dazu propagiert die *<kosmische Telepathin>* Jasmuheen<sup>23</sup> die *Lichtnahrung* als *die Nahrungsquelle für das kommende (3.) Jahrtausend*.

## Ausblick

Durch den Artikel über Lichtnahrung von Thomas Stöckli in der Wochenschrift *Das Goetheanum* im September 2002 wurden, wie die Erfahrungsberichte<sup>24</sup> zeigen viele Leser dazu angeregt, den *21-Tage-Prozess* durchzuführen.

Jasmuheen hat mittlerweile ein neues Buch im Koha-Verlag herausgegeben mit einem leckeren Eis auf dem Titelbild. Titel: *Sanfte Wege zur Lichtnahrung*. Offensichtlich scheint es weniger darum zu gehen, sich nicht mehr zu ernähren und auf die Gaumenfreuden zu verzichten, sondern dass möglichst viele Menschen den *Lichtnahrungs-Prozess* durchführen. Aus dem Gesagten wird deutlich, dass Jasmuheen keine weiße Magie betreibt.

Ihre Jünger lassen sich durch den *21-Tage-Prozess* auf eine unbewusste Schulung ein, die sie nicht verstehen und setzen sich unzeitgemäßen Kräften aus, die sie nicht durchschauen.

Michael Werner spricht von Vertrauen gegenüber der Sphäre der *Lichtnahrung*, ... *selbst wenn tausend logische Gründe gegen diese Ernährungsweise sprechen, mehr ist eigentlich gar nicht nötig*.<sup>25</sup> In unserer dramatischen Zeit geht es aber um die Erkenntnis von Vorgängen und um das Wissen. Die Anthroposophie vermittelt uns die Grundlagen dafür.

Weitere Ausführungen dazu in meiner Schrift *Lichtnahrung – Der Genuss des kosmischen Lichts – eine Analyse*.<sup>26</sup>

---

Schlucken macht mir schon seit Weihnachten 1922 bis heute (bei der hl. Kommunion in gewöhnlichem Zustand) größte Beschwerden.“ Quelle: www.thereseneumann.de (*ebenda*, S. 108, zitiert durch Janetzko) Und bei Niklaus von Flüe (*ebenda*, S. 7, zitiert durch Dr. Bösch,):

Ein Gesandter des Bischofs von Konstanz wollte auf eigene Faust Niklaus des Betrugs überführen, indem er ihn zum Essen zu zwingen versuchte. Um sich seinem geistlichen Herrn gegenüber gehorsam zu zeigen, versuchte der fromme Gottesmann tatsächlich zu essen. Da sich aber sein Organismus durch die lange Nahrungslosigkeit verändert hatte, endete der Versuch zu essen in einem Fiasko und einer Beinahekatastrophe, und der Geistliche aus Konstanz musste unverrichteter Dinge wieder abziehen...(Hemleben 1977).

<sup>22</sup> *ebenda* S. 98/99 und S. 104

<sup>23</sup> Jasmuheen *Lichtnahrung* Koha-Verlag S. 4

<sup>24</sup> Siehe Anmerkung <sup>1</sup>, S. 117-151

<sup>25</sup> *ebenda*, S. 69/70

<sup>26</sup> 66 Seiten, 15€, zu beziehen über: Herwig Duschek, Grevesmühlenweg 15, 23564 Lübeck, 0451/5027288