

«Sei dir darüber im Klaren, dass du einen großen chirurgischen Eingriff hinter dir hast.»¹

Betrachtungen zum Phänomen der «Lichtnahrung»

Dr. rer. nat. Michael Werner (geb. 1949 in Braunschweig, DE), mit langjähriger Erfahrung in der chemischen Industrie und als Lehrer in der Waldorfschule, ist seit 17 Jahren Betriebsleiter im «Institut Hiscia» – Verein für Krebsforschung in Arlesheim (CH). Er ist eine der wenigen Persönlichkeiten, die in den letzten Jahren den «21-Tage-Prozess» (siehe die Zusammenfassung im Kasten) durchlaufen haben. In ihm begegnet man einem herzgütigen und selten offenen Menschen, dessen Vertrauen gegenüber der Welt einen nachhaltigen Eindruck hinterlässt. Den *Prozess* begann er am 1. Januar 2001 und führte ihn, den Anweisungen folgend, genau durch. Seither nimmt er keinerlei feste Nahrung zu sich, trinkt aber in kleinen Mengen Kaffee, Tee, Säfte oder Wasser aus sozialen oder Geschmacksgründen, auch wenn er ohne Trinken auskommen könnte (gelegentlich lebt er bis zu 10 Tagen ohne Flüssigkeit). Fazit: Er ist daran nicht gestorben, sondern fühlt sich noch besser inkarniert als zuvor. Wie ist das möglich? Das folgende Interview sucht nach Gesichtspunkten, die dem Leser diesbezüglich eine angemessene Urteilsgrundlage bieten können. Denn es ist ein bemerkenswertes Phänomen, dass man in **nur 21 Tagen** seinen Ätherleib resp. sein Wesenshüllen-Gefüge von unsichtbaren «Helfern» zu einer wundersamen Fähigkeit adaptieren lassen kann. Was für Folgen dieser Prozess noch nach sich zieht, wäre allerdings Gegenstand einer Forschung, die über die Schwelle des gewöhnlichen Bewusstseins führen müsste. Hier aber geht es um den allerersten Erkenntnisritt – dieses Phänomen und seine Inspirationsquelle mit logischen Denkmitteln zu ergründen.

BL: Herr Dr. Werner, es sind gute zehn Jahre her, dass im Westen der Weg der sogenannten «Lichtnahrung» bekannt wurde. Sie sind darauf in einem Buch aus der New-Age-Literatur gestoßen², das Sie zuerst als «drittklassige Esoterik-Literatur»³ klassifizierten. Doch hat Sie etwas veranlasst, dem zentralen Kapitel – das von einer anderen, aber zum gleichen esoterischen Fahrwasser gehörenden Autorin⁴ stammt und das Anleitungen für den Weg der «Lichtnahrung» enthält – eine große Bedeutung beizumessen. Was war das?

MW: Ich bin nicht durch das Buch, sondern durch eine gute Bekannte, die etwa 1 Jahr vor mir mit *Lichtnahrung* begann, darauf aufmerksam gemacht worden. Das hat mich beeindruckt. Sie hat mir vom Buch erzählt. Es ist,

finde ich – bis heute – komisch geschrieben und ist «garniert» mit Sachen, auf die man verzichten könnte. Aber der *Prozess* ist relativ klar beschrieben, und die Gesundheit meiner Bekannten war gut: Das gab mir das Gefühl, dass ich es selber probieren könnte.

BL: Sie waren vorher jemand, der sehr gerne aß, das heißt sich mit den «Früchten der Erde» gerne verband. Warum änderten Sie das? Was war Ihr Motiv und was hat sie an dem «Prozess» (dem Weg der Nahrungsentsagung) so fasziniert?

MW: Es war eine Mischung aus Neugierde, aus persönlichen Umständen (ich war damals ernsthaft erkrankt) und esoterischem Interesse (ich wollte versuchen, mein spirituelles Leben zu bessern).

BL: Haben Sie in irgendeiner Art geprüft, ob Chairmaine Harley über objektive⁵ Kenntnisse der geistigen Welten verfügt?

MW: Nein. Ich kenne weder sie noch Jasmuheen und kann es nicht prüfen, weil ich die Möglichkeiten dafür nicht habe. Auch Rudolf Steiner kann ich nicht prüfen und sagen, ob er Scharlatan sei oder nicht, wenn Sie so wollen. Ich kann es nur mit dem gesunden Menschenverstand und mit meinem Gefühl tun. Ich schaue es an und mache meine eigenen Erfahrungen. Ich sagte mir (vor dem *Prozess*): wir werden sehen, was daraus wird. Das war mein Kriterium. Ich weiß noch nicht, ob es in Ordnung ist, aber die *Lichtnahrung* ist für mich keineswegs verbunden mit irgendwelchen Zwängen. Ich könnte jederzeit aufhören und bin keine Verpflichtungen mit jemand eingegangen.

BL: Die Angaben zur Ursprungsquelle für den «Prozess» sind bei Frau Harley sehr bemerkenswert in ihrer Pluralität: Die Namen der Meister und Engel, Vertreter des Ostens wie des Westens, werden zusammen aufgezählt.⁶ Was denken Sie über diese Quelle? Erkennen Sie darin eine christliche Inspiration?

MW: Meines Wissens ist diese Methode relativ neu den Menschen zugänglich geworden. Die Fragen: Durch wen? und Warum jetzt? kann ich nur spekulativ beantworten. Ich denke, die *Lichtnahrung* ist etwas, was in der Menschheitsevolution in der gradlinigen Entwicklung zum jetzigen Zeitpunkt nicht vorgesehen war. Es kam überraschend. Bei Rudolf Steiner findet sich nichts darüber. Ich glaube, es hängt damit zusammen, dass die Menschheitsevolution an einen Punkt gelangt ist, an dem die geistige Welt (und damit meine ich nur die guten, hohen Geisteswesen und Menschheitsführer unter der Leitung der Christus-Wesenheit) mit einer gewissen

Verzweiflung auf die Erde schaute, weil die Menschen den Materialismus nicht durchbrechen konnten. Insofern ist dies ein Geschenk – ich formuliere es so – der geistigen Welt, als ein Versuch, diesen Materialismus zu durchbrechen. R. Steiner beschreibt, dass vor 150 Jahren ein Versuch der geistigen Welt, mit dem Spiritismus den Materialismus zu durchbrechen, gescheitert sei. Ich stelle es mir so vor, dass eine Art übersinnliches Konzil der positiven, hohen Geisteswesen stattgefunden hat, die dann Inspiratoren dieses Phänomens geworden sind.

BL: Sie haben diesen «Prozess» vor beinahe vier Jahren durchlaufen. Welche Veränderungen haben Sie seither an sich wahrgenommen?

MW: Ich fühle mich gesünder und vitaler, habe auch meinen physischen Leib lieben gelernt. Jetzt fühle ich mich viel intimer mit ihm verbunden. Der Lebensleib ist stärker (z.B. stelle ich eine erstaunliche Wundheilung fest). Emotional bin ich sehr stabil und mental deutlich bereichert: Konzentration und Gedächtnis sind besser. Ich habe aber auch gelernt, dass diese Lebensweise keine Wunder bewirkt, was mich beruhigt hat (eine rasant Entwicklung würde mich zur Unterbrechung veranlassen). Meine persönliche Entwicklung sehe ich in guter Weise beschleunigt, aber es wird mir natürlich nichts geschenkt.

BL: Ihrer Ansicht nach gibt es nur eine Bedingung für einen erfolgreichen Abschluss des «Prozesses»: «Sich dem Gedanken öffnen zu können, dass man von Licht, vom Ätherischen, von Prana oder wie immer man es nennen will, ernährt werden kann.»⁷ Das weist auf eine reale Macht des Bewusstseins resp. von Gedanken. Bedeutet das nicht zugleich eine stärkere Notwendigkeit nach Ausbildung des streng logischen Denkens?

MW: Es ist nicht die Macht des Bewusstseins. Es ist einfach ein Vertrauen in die geistige Welt, die das bewirkt. Vom Intellekt her hätte ich 10 000 Gründe, welche dagegen sprechen. Da muss das Herz mitentscheiden. Das logische Denken soll immer dabei sein, aber da komme ich schnell an die Grenze. Wenn Sie ein Käsebrot essen und die Verdauung verstehen wollen, da kommen Sie bald an eine Grenze. Aber es funktioniert, Sie essen, ohne die Verdauung zu verstehen. Das Vertrauen ans Gute und Helfende ist alles, was man braucht.

BL: Bei Nikolaus von der Flühe⁸ war das Gebet und die meditative Versenkung sein tägliches Brot. Die intensive Bin-



Michael Werner

dung an Christi Gegenwart war ihm eine Quelle der Kraft und hatte die Nahrungsentsagung, etwas anders⁹ als in Ihrem Fall, nur als Folge, nicht als Ziel. Ist solch intensive Bindung an Christi Gegenwart für Sie auch ein inneres Bedürfnis, oder fühlen Sie sich allein auf sich gestellt?

MW: Das ist schwer zu beantworten, da ich schon lange vor dem Prozess durch meditative Arbeit ein Verhältnis zu Christus gesucht und gefunden habe. Ferner: Ich bin überzeugt, dass die Christus-Wesenheit im Ätherischen der Erde lebt und in jeder Nahrung das Entscheidende ist, egal, ob man daran glaubt oder nicht. Auch unabhängig da-

von, ob man isst oder nicht. Es ist nicht so, dass ich durch die Lichtnahrung ein neues oder spezielles Verhältnis zum Christus im Ätherischen habe, aber die Bindung an ihn erlebe ich heute als stärker.

BL: Rudolf Steiner wies darauf hin, dass die Materie und damit auch unsere Nahrung in Wirklichkeit «kondensiertes» Licht sei.¹⁰ Man darf vielleicht sagen: Je künstlicher die Nahrung, desto weniger Licht enthält sie. In diesem Sinne bemüht sich die bio-dynamische Landwirtschaft sowohl um die Gesundung des Erdbodens wie auch um die Erhaltung der entsprechenden Geistigkeit in den Nahrungsmitteln. Wie sehen Sie diese Bemühungen im Kontext Ihrer jetzigen Erfahrung?

MW: Vorweg: Ihre Bemerkung stimmt, aber ich denke nicht, dass man grundsätzlich sagen kann, die künstliche Nahrung hätte weniger Licht. Wichtig ist, mit welcher Haltung und mit welcher Intention man sie herstellt. Es kann möglich sein, dass man eine künstliche Nahrung herstellt, die bessere Werte als die natürliche aufweist. Es gibt ja Beispiele in dieser Richtung von R. Steiner im Bereich der Chemie. Nur, wenn man die Erdenstoffe nicht mehr isst, dann fällt etwas weg. Man kann empfinden: man wird einer menschlichen Aufgabe untreu und sie muss man dann kompensieren. Das muss man wissen.

BL: In der mineralischen wie auch in der pflanzlichen Welt sind die hohen geistigen Wesen wirksam. Diese Wirksamkeit bleibt in den natürlichen Nahrungsmitteln erhalten. Das Essen ist also nicht nur ein irdischer, sondern ein kosmischer Prozess. Fehlt Ihnen innerlich diese Teilnahme am großen Austausch nicht, der da – im Bewusstsein des geistigen Gehaltes der Nahrung – im inkarnierten Menschen stattfindet?

MW: Nein. Ich glaube, diese physische Aufnahme ist nicht wichtig, sondern viel mehr, dass wir die elemen-

tare Welt wahrnehmen und schätzen. Aufnehmen und Verwandeln der Stoffe fällt da weg, aber ich glaube, dass das durch eine vermehrte liebevolle Zuwendung zu diesen Dingen kompensierbar ist.

BL: Am Anfang des 4. Tages des «21-Tage-Prozesses», den Sie durchlaufen haben, beginnt «die himmlische Brüderschaft» zu arbeiten, «um das Einsetzen des Todes zu verhindern» und «das System» des betreffenden Menschen zu verändern.¹¹ Da stellt sich die Frage nach diesen unsichtbaren «Brüdern», die eine solch gravierende Umstellung des eigenen Erdenlebens ermöglichen. Kennen Sie diese unmittelbar? Können Sie ihr Wesen charakterisieren?

MW: Ich habe keine übersinnliche Wahrnehmung davon gehabt. Ich kenne diese Wesen nicht, erlebe es aber als eine Kraft aus der Christus-Sphäre. Auch kann ich bestätigen, dass in mir am 4. Tag ein anderer Prozess wirksam wurde. Da geschieht ja ein Eingriff im Nierenbereich. Ich wollte das wahrnehmen, weil mich das fasziniert hat. Ich habe aber in der Nacht zum 4. Tag geschlafen und habe

bewusst nichts bemerkt. Nach dem Aufwachen bemerkte ich, dass ich ernährt werde. Das erlebe ich bis heute. Das ist ein gesamtphysisches Phänomen (nicht so, dass ich hier oder dort im Körper etwas verspüre).

BL: Man findet ja im Buch, das Ihr Leben verändert hat, Einiges, was auf übersinnliche Erlebnisse deutet.¹² Haben Sie durch die 21-Tage-Umstellung auch einen Zuwachs an hell-sichtiger oder hellhöriger Erfahrung festgestellt?

MW: Ich bin nicht hell-sichtig geworden und habe keine bewusste spirituelle Kommunikation mit irgendeinem Engel, aber meine Sensibilität hat insgesamt eine Steigerung erfahren. Alles ist durchzogen vom Gefühl, dass ich auf dem guten Weg bin, aber Wunder sind nicht passiert. Die Stelle in dem Buch, die Sie erwähnen, ist die einzige heikle Stelle, da ist irgendetwas Dummes passiert! Es heißt: 7 Tage solle man weder essen noch trinken, außer eine Stimme sage einem, dass man früher damit beginnen kann. Das ist wirklich eine heikle Stelle, wo Abirrungen möglich sind. Ich habe nichts Derar-

Der «21-Tage-Prozess»

Anleitungen von Chairmaine Harley (Zusammenfassung)

C. Harley hat den im Folgenden beschriebenen Prozess im Juni 1994 selber durchlaufen. Ihr Name ist international bekannt geworden dadurch, dass sie diesen Weg durch schriftliche Anweisungen einem breiten Publikum zugänglich gemacht hat. Ihre Anweisungen sind in zwei Teile gegliedert:

Teil I: C. Harley macht klar, dass es nötig ist, an etwas zu glauben, um die Meisterschaft über sich selbst zu erlangen. Diese höhere Macht nennt sie «Gott», und diese muss nicht das Gleiche sein, woran ein anderer glaubt. Die Worte seien diesbezüglich unbeholfen und man könne genauso gut auch andere Namen verwenden. Zu dem Ziel dieses Weges meint sie: «Kürzlich habe ich ein Buch über Pranismus gelesen. So wie ich es verstehe, ist der 21-Tage-Prozess ein Schritt auf dem Weg, Pranier und auch unsterblich zu werden, wenn du willst.»

Ferner zitiert Harley Stellen aus verschiedenen Büchern, die sie in diesem Zusammenhang für bedeutend hält (*Leben und Überleben* von Viktoras Kulvinskas, *Autobiographie eines Yogi* von Paramahansa Yogananda, *Therese Neumann* von Paola Giovetti, *Alle Kraft steckt in Dir* von Deepak Chopra und *God I AM* von Peter O. Erbe).

Dazu gibt es einen Fragebogen, der 14 Fragen enthält, die einem helfen, selber zu überprüfen, ob der Augenblick für den Prozess wirklich reif ist. Die Frage Nr. 13 lautet z.B.: «Bist du dir bewusst, was dir dieser Prozess an Schönheit, Klarheit, Leichtigkeit, Verbundenheit und Glückseligkeit, Sanftmut, Liebe, Frieden, Freude und Freiheit geben kann? Und bist du dazu bereit?» Die Frage Nr. 14: «Sehnst du dich wirklich nach Gott und nach dem Zustand des Einsseins?» Nur wenn man alle Fragen mit Ja beantworten kann, dann ist man «auf die Reinheit eingestimmt und in der Lage, die Heiligkeit des Prozesses zu ehren».

Teil II: Harley leitet dazu an, sich beim Prozess von einem Betreuer (care-giver) und einem Berater (clarity-giver) unterstützen zu lassen. Der Erstere versteht, worum es geht und unterstützt die ganze Bemühung, der Letztere besitzt Klarheit und hat den Prozess schon selber durchlaufen. Das eigentliche Geschehen vollzieht sich in 3-wöchiger vollkommener Abschottung von der Umgebung und in der Konzentration auf sich selbst bzw. auf die Vorgänge im eigenen Körper und im eigenen Inneren. Man soll alle bisherigen Meditationen in dieser Zeit sein lassen und sich nur dem Höheren hingeben, loslassen, sich öffnen.

Dieser Zeitraum besteht aus 4 Phasen:

1.) Die ersten drei Tage; 2.) vierter bis siebter Tag; 3.) achter bis vierzehnter Tag; 4.) fünfzehnter bis einundzwanzigster Tag.

Der eigentliche Prozess beginnt um Mitternacht, und von diesem Zeitpunkt an gibt es 7 Tage lang weder Essen noch Trinken. Man geht nach innen und sucht seinen inneren Lehrer: «In der Stille fragst du vielleicht nach dem Namen deiner ICH-BIN-Präsenz.»

Am 2. Tag gibt es möglicherweise Schmerzen, da die Nieren durch den Mangel der Flüssigkeit nicht gespült werden. Man solle trotzdem nichts trinken und ganz ruhig bleiben.

Am 3. Tag, im Verlauf des Abends, «verlässt dich der spirituelle Körper für einen gewissen Zeitraum und wartet, bis dein Körper so weit vorbereitet ist, dass Er in seiner ganzen Großartigkeit wieder einziehen kann. (...) Das Verlassenwerden vom spirituellen Körper kann man sich als Verschmelzen des Energiefeldes des spirituellen Körpers mit dem höheren Selbst vorstellen. Alle Energiekörper bestehen innerhalb des Energiefeldes der ICH-BIN-Präsenz, die immer mit uns ist, unser Wesen ist und auf göttliche Weise den ganzen Prozess führt.»

Am Morgen des 4. Tages: «Der spirituelle Körper hat dich wahrscheinlich während des Schlafs verlassen. Du fühlst dich wahrscheinlich anders. Mit dem spirituellen Körper sind deine Gefühle

und die Liebe gegangen, deshalb kann es sein, dass du dich leer fühlst. (...) Die himmlische Bruderschaft beginnt zu arbeiten, unmittelbar nachdem der spirituelle Körper dich verlassen hat, um das Einsetzen des Todesprozesses zu verhindern. Sie haben ihre Arbeit wahrscheinlich schon Tage oder Wochen vorher begonnen, aber sie tun nichts, was nicht rückgängig gemacht werden könnte, falls du es dir bis zu diesem Zeitpunkt anders überlegst. In diesen vier Tagen arbeiten sie mit den Energiefeldern all deiner Körper. Sie verändern dein System, sodass es Lichtenergie nutzt, um die Schwingung deines Körpers zu erhöhen.»

Während des 4.–7. Tages: «Ein ätherischer Tropf wird in den Rückenbereich in die Nähe der Nieren eingesetzt». Am 7. Tag ist nur wenig Fruchtsaft erlaubt: «Trinke langsam. Du bekommst beim Trinken, wenn es soweit ist, genaue innere Anweisung.» Mit der dritten Phase des «Prozesses» beginnt schon eine neue Situation: «Ab jetzt kannst du Fruchtsaft mit 25% Fruchtgehalt trinken. Es wird geraten, nicht weniger als eineinhalb Liter pro Tag während dieser sieben Tage zu trinken. Bitte sei dir darüber im Klaren, dass du einen großen chirurgischen Eingriff hinter dir hast. Auch wenn er ätherischer Art ist. Also achte dementsprechend auf Ruhe. Nun kommt der Heilungsprozess. Er erstreckt sich über die folgenden sieben Tage, und du solltest dich unbedingt an die hier beschriebene Anleitung halten. (...) Eventuell fühlst du dich geistig weit weg. (...) Du fühlst dich vielleicht energiegeladen. Verbrauche diese Energie jedoch nicht, behalte sie für die Heilung.»

Die vierte Phase (15.–21.Tag) vollendet allmählich die vorhandene Veränderung: «Die Integrationswoche und das Heilen gehen zu Ende. Die höheren Energien der nächsten Bewusstseinsstufe, entweder dein höheres Selbst oder deine ICH-BIN-Präsenz,

beginnen in den leeren Körper einzudringen. Jeden Tag ein bisschen mehr. Du beginnst, dich stärker zu fühlen. Frage dich: Was ist meine Aufgabe, meine Bestimmung? Wozu bin ich hergekommen? Fruchtsaft mit 40% Fruchtgehalt ist erlaubt, keine Suppe, keine Milch. Nimm jeden Tag, wie er kommt und bleibe weiterhin im Hier und Jetzt.»

Die Angabe für den 21. Tag lautet: «Setze dich mit deinem Ratgeber in Verbindung, um zu klären, ob du um Mitternacht den Prozess beendet hast. (Mitternacht nicht aus irgendwelchen spiritistischen Gründen, sondern weil erst dann der Tag zu Ende ist.)»

Die Veränderungen nach dem Prozess werden mit Losgelöstheit und einer erhöhten Sensibilität der Sinne beschrieben. Die Gefühle der Leichtigkeit, des Wohlseins sind anscheinend unübersehbar. Man fühlt sich größer, die Haltung wird aufrechter. Harley fordert hier einen dazu auf, geduldig mit sich selber zu sein, diesen Weg zu lieben und vor allem – zu genießen. Von jetzt an braucht man keine physische Nahrung mehr, kann aber immer – ohne Gefahr des Rückfalls – etwas Physisches zu sich nehmen, wenn man einfach Lust auf den Geschmack hat, oder sozial-konventionelle Gründe es als sinnvoll erscheinen lassen.

«Rein statistisch betrachtet, sind ungefähr 98% von mehr als 200 Menschen, die den Prozess mitgemacht haben, später zur Nahrungsaufnahme zurückgekommen» (S. 179).

Jasmuheen berichtet in ihrem Buch, dass die «Aufgestiegenen Meister» ihr weitere Visionen zeigen von einer Welt «ohne Hunger, ohne Supermärkte oder Landwirtschaft», in der es «Kultivierung nur um der Schönheit willen, aber nicht wegen der Notwendigkeit, Nahrungsmittel zu produzieren», gibt.

tiges erlebt und bin froh darüber. Im Prozess selber ist, meiner Erfahrung nach, kein lebensgefährdendes Risikopotential vorhanden.

BL: Sie wissen wahrscheinlich, dass der Weg der «Lichtnahrung» im europäischen Osten wie im Westen immer mehr bekannt wird. Viele junge Menschen sind von ihm fasziniert. Sehen Sie irgendeinen Anlass, sie vor diesem Schritt zu warnen?

MW: Überhaupt nicht! Sehen Sie: Ich halte auch Vorträge darüber, wenn man mich fragt. Bisher haben ca. 2500 Menschen meine Ausführungen gehört, darunter viele Jugendliche. Die Resonanz war durchwegs positiv. Die Zahl der Menschen aber, die, angeregt durch meine Ausführungen, den Prozess durchlaufen, kann man an den beiden Händen abzählen. Die Lichtnahrung steht in gewisser Weise unter Schutz. Die Jugendlichen, die das nicht machen sollen, tun es auch nicht (im Einzelfall kann ja immer was passieren, aber das sind Ausnahmen). Derjenige, der den Prozess macht, muss seinen Körper lieben. Der Magersüchtige kann das z.B. nicht. Solche Menschen werden davon nicht angesprochen. Es gibt da keine Massenbewegung. Ich mache auch keine Werbung und rede nur, wenn ich gefragt bin.

BL: Jesus Christus brauchte möglicherweise keine materielle Nahrung. Dennoch aß er mit seinen Jüngern Brot, sogar Fleisch, trank Wasser und Wein. Das trägt in sich die Bejahung des Erdenlebens, mit dem er sich verband, und hat nicht weniger eine geistige Dimension. Die Transsubstantiation lebte er uns vor. Worin sehen Sie den Sinn der irdischen Nahrung heute?

MW: Christus hat mit seinen Jüngern gegessen, weil er sich mit der Erde verbinden wollte und musste. Die Jünger bezeichnete er als Brüder und lebte das kollegiale Verhältnis mit ihnen vor, da sie essen und trinken mussten. Heute sehe ich den Sinn des Essens so, wie es immer war für diejenigen, die essen und trinken müssen. Heute besteht aber auch die Möglichkeit, dass man es nicht mehr muss, wenn man es nicht mehr will.

BL: Was ist die Lichtnahrung Ihrer Meinung nach? Wovon ernähren Sie sich?

MW: Der Begriff Lichtnahrung ist die am wenigsten schlechte Bezeichnung für etwas, was nur sehr schwer zu erklären ist. Man kann es auch Christus-Kraft, Prana usw. nennen. Das ist nur eine Sache der Etikettierung. Das Wort Licht wirkt in unserer Kultur positiv, weil Licht

an der Grenze zwischen Physischem und Metaphysischem angesiedelt ist. Deswegen ist es keine schlechte Bezeichnung. Wenn aber heute jemand zu mir käme und es «Krishna» nennen würde, so würde ich sagen: Gratuliere, auch das ist gut so! Ich habe kein Problem damit.

BL: Herr Dr. Werner, vielen Dank für die Beantwortung dieser Fragen!

Die Lichtnahrung im Lichte der Anthroposophie

«Seht, ich sende euch wie Schafe mitten unter die Wölfe; so werdet nun klug wie die Schlangen und arglos wie die Tauben.»

Matthäus, 10, 16; übersetzt von: H. Ogilvie

Es ist erstrebenswert, arglos zu sein. Aber, *vor allem*: Klug wie die Schlangen sollten die Menschen sein. Die *Schlangen* sind Eingeweihte in der Sprache der Mysterien, ihre *Klugheit* ist die Weisheit der Eingeweihten. Unsere Aufgabe ist heute gleich derjenigen der Jünger Christi: Wir sollten uns diese Weisheit selber aneignen. Und es gibt keinen moderneren Weg dafür als die Anthroposophie, da sie die wissenschaftliche Denkmethode mit der lebendigen spirituellen Erfahrung verbinden kann. Dabei tut man gut daran, den Gedanken (die Erkenntnis) im Voraus zu haben, nicht hinterher. Genau so wie ein Ritter das Schwert *vor* dem Kampfe zieht, nicht, nachdem der Gegner schon losgeschlagen hat.

Erster Schattenwurf

Im Lichte der anthroposophischen Erkenntnis fällt uns bald ein erster Schattenwurf auf: Der Zeitrahmen des *21-Tage-Prozesses*, mit Mitternachtsstunde am Anfang und am Ende, und der Moment, in dem die große Lebensveränderung geschieht. Das eine deutet auf einen 7-Tage-Rhythmus, der sich dreifach wiederholt und allmählich einen ungestörten Zeitraum aufbaut, in dem sich eine geistige Wirkung in die Wesenshüllen des Menschen senken kann (das *ganze* Geschehen ist allerdings länger, möglicherweise um weitere 7-Tage-Zyklen, da die okkulte Beeinflussung noch *vor* dem *Prozess* ansetzt). Das andere ist das Geschehen am Anfang des 4. Tages, weswegen wir eine Nähe zur Todessphäre vorfinden (auch die verstorbene Seele verweilt die ersten 3 Tage nach dem Tod in der großen Rückschau ihres Erdenlebens). Es ist der gleiche Zeitraum, der auch für eine Einweihung notwendig ist, in der der «alte» Mensch stirbt und danach ein «neuer» im physischen Leibe aufsteht. Das alles deutet auf eine okkulte Konstellation dieses Geschehens. Doch damit hört auch die ganze Ähnlichkeit mit den in gutem Sinne geführten Einweihungsprozessen auf. Denn hier weiß der Mensch nichts

von dem, was ihm geschieht! Er kennt nicht die Initiatoren (es sind mehrere nach dem Wortlaut der Quelle), sein Bewusstsein ergreift nicht einmal einen Teil des Geschehens, sondern es *schläft* im wahrsten Sinne des Wortes. «Sie haben ihre Arbeit wahrscheinlich *schon Tage oder Wochen* (kursiv B.L.) vorher begonnen (...)», wird in der Anleitung zum 4. Tag gesagt. So wird man in den ersten 4 Tagen des *Prozesses* natürlich nicht eingeweiht – man erfährt ja nichts von der geistigen Welt – sondern man wird nur behandelt, ein «großer chirurgischer Eingriff» findet statt. Während desselben werden auch ein «ätherischer Tropf» (und was noch?) in das Hüllenwesen des Menschen «eingesetzt». Schleichend, ohne dass das Bewusstsein irgendetwas Relevantes vom ganzen Geschehen mitbekommt, wird dem ahnungslosen Menschen eine Veränderung seiner Hüllensituation wie eine Art *Geschenk* verabreicht. Ob dieses Geschenk der Büchse einer *Pandora* entstammt?

Da eine Einweihung, wie das aus den grundlegenden Büchern Rudolf Steiners bekannt ist, nur nach einer *langen und gründlichen Vorbereitung der drei Seelenkräfte* zum Wohle des Erkenntnis-Suchenden geschehen kann – findet beim *Prozess* (weil keine ernsthafte Vorbereitung vorliegt) natürlich auch keine *Wandlung* der Wesenshüllen, keine Steigerung und Spiritualisierung der Wesenskräfte statt. Ein Johannes Thomasius¹³ braucht 7 Jahre, um zu einem geistigen Erlebnis zu kommen! Deswegen kann man ja hier nur operieren und einen oder mehrere *Tröpfe* zur Erhaltung eines Lebenszustandes implantieren. Die wirklich interessante Frage lautet: *Wer* ist hier der Operator? *Wer* ist der Magician, der hier das Leben ohne Lebensmittel erhalten kann? Ist das der Christus, wie man zuweilen glaubt?

Es gibt eine Möglichkeit, sich an diese Antwort seelisch hinzugeben, nämlich: Wenn man die ganze anthroposophische Erkenntnis über Bord wirft! Denn sie würde dem Christus zumuten, auf einem schleichenen Wege der schlafenden Menschenseele ein Geschenk zu überreichen, von dem sie nicht einmal weiß, was sie denn damit tun soll, außer das irdische Essen auf dem Tische stehen zu lassen und damit auch den Sinn des *Abendmahles* als antiquiert zu erklären!

«Werdet nun klug wie die *Schlangen!*» Dieser Ruf schallt auch durch die Seelen der Anthroposophen, sobald sie ihr Unterscheidungsvermögen zu gebrauchen beginnen. Was tut eine Seele, die sich vom «Licht» ernährt, im Sinne von C. Harley? Einerseits schwingt sie sich nicht zur objektiven Geisterfahrung auf, sie bleibt verheddert im Netz der okkulten Mitteilungen, die von allerlei Geistern zu ihr «gechannelt» werden (ohne dass sie je zu einer Klarheit über die Quelle der Inspiration

gelangen kann), andererseits lebt sie erdforn, in verfeinerter Weise mit dem eigenen Selbst beschäftigt, ohne die Früchte der Erde zu sich zu nehmen, ohne das große Mysterium der Stoffverwandlung in dem Mensch-Sein zu pflegen. Wem kann das etwas bringen? Der betreffenden Seele offenbar nicht. Aber dem Operator? Wer gibt sich solche Mühe, so etwas zu schenken, ohne etwas zu bekommen? Hier sollte man nicht von Liebe träumen: Der Christus begab sich einmal aufopfernd in die Menschheitsentwicklung, aus wahrer Liebe. Wird er die Menschen noch mit dem «puren» Licht ernähren wollen, nachdem er ihnen Anthroposophie geschenkt hat? Das hieße Geist-Erkenntnis verhöhnen! Denn sie ist ein starkes Licht des Menschen und der geistigen Welt, vor dem sich Ahriman fürchtet. «Die spirituelle Erkenntnis ist eine wirkliche Kommunion, der Beginn eines der Menschheit der Gegenwart gemäßen kosmischen Kultus.»¹⁴ Dafür muss man sich die spirituelle Erkenntnis erst einmal *erwerben*. Und zu ihr gehört, sachgemäß, die Erkenntnis der Widersacher der Menschenseele, die sich seit Jahrhunderten auch gerne in Christi *Namen* hüllen. Aus ihr heraus muss man die Frage nach dem Sinn dieses *Geschenkes* auch anders stellen dürfen: Wird der «Operator» des *Prozesses* nicht später nach einem *Gegen-geschenk* verlangen? Was für Folgen hat die *Annahme* dieses *Geschenkes* überhaupt? Was geschieht mit dem durch die *Lichtnahrung* Lebenden, wenn er die Schwelle einmal übertreten hat? Ist er dann tatsächlich frei, alles zu unterbrechen? Oder sieht er in ein magisches Blendwerk einer okkulten Bruderschaft, die sich in Harleys Anleitungen «himmlisch» nennen lässt? An solchen Fragen, wenn man sich ihnen stellen will, geht man jeder Naivität in okkulten Dingen verlustig.

Zweiter Schattenwurf

Das ganze Verhältnis zur gewöhnlichen Nahrung offenbart bei der *Lichtnahrung* einen versteckten Materialismus, der einem suggeriert, dass es spiritueller und reiner ist, sich bloß vom *Licht* zu ernähren als von den irdischen Substanzen. In Wirklichkeit gibt es nichts, was wir an natürlichen Lebensmitteln essen, was nicht Geist wäre. Deshalb sagt R. Steiner: «Die Menschen der Gegenwart (...) glauben, den Geist könne man doch nicht essen. Aber, sehen Sie, die Menschen, die dies sagen, sind gerade diejenigen, die den Geist essen! Denn in demselben Masse, in dem man es ablehnt, irgendetwas Geistiges in sich aufzunehmen, das als Geistiges aufgenommen werden würde, in demselben Masse verzehrt man mit jedem Bissen, den man materiell durch den Mund in den Magen führt, das Geistige und befördert es auf einen anderen Weg, als es gehen sollte zum

Heile der Menschheit. (...) Das geistlos verzehrte Materielle bedeutet ein Hingleiten des Geistes auf einen Abweg. Es ist schwierig, diese Dinge heute der Menschheit zu sagen.»¹⁵ Das heißt, umso wichtiger ist es, dass man sich das Bewusstsein vom geistigen Gehalt der Nahrung erwirbt. Wenn ein anderer Hinweis¹⁶ besagt, dass alle Materie «kondensiertes Licht» sei, dann muss man das Licht nicht *außerhalb* der Nahrung suchen, um sich damit zu ernähren. Es ist schon in der Nahrung *drinnen*! Somit wäre es keine Übertreibung zu sagen, dass die Erkenntnis-Tragödie die beste Voraussetzung für die *Lichtnahrung* ist, genauso wie Ahriman am stärksten wirkt, wo der Mensch in seinem Denken versagt.¹⁷ Ahriman ist auch derjenige, der in jeder Nacht versucht, den Menschen mit einem ahrimanisierten Ätherleib auszustatten (was ihm manchmal auch gelingt!), um das normale Ziel der Erdenentwicklung zu verhindern.¹⁸ Und tatsächlich: Wie eine Art der Konservierung kann auch die Lebensweise der *Lichtnahrung*-Menschen auf einen wirken, wie ein Leben in einer Art Äther-Kokon unchristlicher Provenienz. Denn die Willensrichtung, von der Umgebung – auch hinsichtlich der Nahrung – ganz unabhängig zu sein, ist eine stark ahrimanische Versuchung. Das Neue daran ist nur, dass der *Robinson Crusoe*¹⁹ des 21. Jahrhunderts ohne Nahrungs- und Erkenntnisbedarf auskommen möchte – arglos gegenüber den beiden Widersachern, die er im Nacken hat!

Dritter Schattenwurf

Jasmuheen, die übrigens auch das in bestimmter Richtung vielsagende Buch *Licht-Arbeit* von Barbara Ann Brennan dem interessierten Leser empfiehlt, berichtet in ihrem Buch auch von der intensiven Zusammenarbeit mit *Leonard Orr*, dem Gründer der «Rebirthing-Bewegung»²⁰ Das weist sachgemäß auf die Zentren der Inspiration hin, die ein Interesse an der Verdeckung der Bedeutung Christi für die Erdenevolution haben. Das Kapitel über Giri Bala ist besonders interessant, da dort die Rede von «einer besonderen Kriya-Yoga-Technik» ist, die den «Körper von der Notwendigkeit der physischen Erhaltung» befreien kann. Hiermit ist ein Hinweis auf eine Technik gegeben, die in Indien (und das kann kein Zufall sein, da viele Quellen der New-Age-Bewegung dorthin führen) erlernbar ist. Doch damit schauen wir zuerst nur in Richtung der auf der Erde vorhandenen Zentren okkult-magischer Arbeit. Die wirklichen Inspiratoren finden wir, am Anfang des 21. Jahrhunderts, überdeutlich insbesondere in der Wesenheit von Ahriman, aber auch in derjenigen von Luzifer, der an dem raffinierten Schwelgen in «Licht» und «Geist» seine besondere Freude hat. Ihr intensiv-gemeinsames Wirken ist eines der ernstesten Zeichen unserer Zeit, ihre sich durch-

kreuzenden Kraftwirkungen Gegenstand des echten anthroposophischen Forschens.²¹ Der Ätherleib des Menschen ist jede Nacht ein Kampffeld²¹ dieser Wesenheiten, die darum ringen, ihre Wirksamkeit darin nachhaltig zu entfalten, während der ahnungslose Mensch schläft. Hier bedarf es der Initiationsweisheit der «Schlangen», um ihr Werk im Ätherleib des Menschen zu schauen. Denn die Arglosigkeit *allein* kann einen wahrlich zum Spielball dieser Kräfte und Wesenheiten werden lassen.

Branko Ljubic, Dornach

- 1 Ein Wortlaut von Chairmaine Harley, entnommen dem Buch von Jasmuheen, S. 145 (siehe Anm. 2). Dieses Interview fand am 9. November 2004 im Institut Hiscia, Arlesheim, statt.
- 2 *Lichtnahrung – Die Nahrungsquelle für das kommende Jahrtausend*, von Jasmuheen, KOHA-Verlag, 2000 (Titel der Originalausgabe: *Living on Light* by Jasmuheen, ISBN 3-929512-35-1).
- 3 Im Interview mit Thomas Stöckli (siehe: Die Zeitschrift *Das Goetheanum*, 2002, Nr. 34, S. 626–628).
- 4 Frau Chairmaine Harley aus Adelaide, Australien. Im Buch von Jasmuheen (die den *Prozess* im Juni 1993 selber durchlaufen hat) ist ein Teil (S. 123–151) eingefügt, der von Harley stammt.
- 5 Mit «objektiv» sind hier namentlich diejenigen okkulten Kenntnisse gemeint, die der breiten Öffentlichkeit durch die geisteswissenschaftliche Forschungsmethode Rudolf Steiners zugänglich gemacht worden sind.
- 6 «Die ursprünglichen Botschaften für diesen Prozess wurden von den Aufgestiegenen Meistern gechannelt (...) als ein Weg, der zum Aufsteigen hinführt. Um nur Einige zu nennen: Sananda, Saint Germain, Erzengel Michael, Serapis Bey, Kuthumi, Mutter Maria, Ashtar Command und Hilarion» (S. 125, von C. Harley). Bemerkenswert ist, dass hier ein Sammelsurium östlicher und westlicher Namen – der Menschen und der Engel – vorliegt, eine völlige Erkenntnis-Desorientierung offenbarend. Botschaften von überall kommend, dazu: Zugleich von Ost und West? Seit Anfang des 20. Jahrhunderts gehen der westliche und der östliche Okkultismus getrennte Wege, weswegen allein die Zusammenstellung der obigen Namen einen Unsinn darstellt. Für den wissenden Blick heißt das nur, dass die Quelle für das Bewusstsein des Empfängers auf plumpe Weise verdeckt war. Für den Leser jedoch, dem das okkulte Ringen zwischen Ost und West, zu dem meines Erachtens das Phänomen der *Lichtnahrung* gehört, nicht genügend bekannt sein dürfte, empfiehlt sich die gewissenhafte Einführung von Sergej O. Prokofieff in diese gesamte Problematik (*Der Osten im Lichte des Westens*, Teil I, II und III, Verlag am Goetheanum,



1992–1997). Darin findet sich eine Zusammenstellung der (von Rudolf Steiner erforschten) okkulten und historischen Tatsachen, die für eine objektive Erkenntnis über die wahre Stellung der christlichen Esoterik unumgänglich sind.

- 7 Siehe Anm. 3.
- 8 «Bruder Klaus» lebte von 1417–1787. Seit 1467 war er Einsiedler in Ranft und hat sich 20 Jahre nur vom geistigen Gehalt der Hostie ernährt.
- 9 Die Persönlichkeit von Therese Neumann (1898–1962) taucht als Fremdkörper im Buch von Jasmuheen auf, da sie in keinem Zusammenhang mit den Vorstellungen des okkulten Materialismus steht, der die gesamte Literatur des *New Age* durchdringt. Ähnliches könnte von Nikolaus von der Flühe gesagt werden: Das Besondere seines Lebens war nicht die Sensation des Fehlens des gewöhnlichen Nahrungsbedarfes, sondern dass er sich von der täglichen Hostie (der verwandelten Substanz) ernährte, wobei ihm allein deren Anblick genügte, um den geistigen Gehalt derselben zu empfangen. Damit war sein Leben in Christi Gegenwart eine Voraussetzung seiner Lebensart schlechthin, eine okkulte Erfahrung, die dem oben geschilderten «Prozess» fremd sein muss. Ferner äußerte Nikolaus von der Flühe einmal, dass er Gott danke, niemals das Bedürfnis nach dem, was er früher sinnlich genossen hatte, zu verspüren, nachdem er seinen Wandel vollzogen habe. Auch diese Bedürfnis-Freiheit entgeht Jasmuheen, wie auch Chairmaine Harley, die selbst nach der Absolvierung des «Prozesses» immer noch von ihrer Lust nach Tee, Kaffee usw. berichten und dieselben gelegentlich «um des Genusses wegen» befriedigen.
- 10 Siehe GA 120, Vortrag vom 27.05.1910.
- 11 C. Harley in *Lichtnahrung*, S. 143.
- 12 Es ist bei C. Harley die Rede von der «inneren Anweisung» (ebd., S. 145).
- 13 Eine der Hauptgestalten in den *Mysteriendramen* Rudolf Steiners.
- 14 R. Steiner am 31.12.1922, GA 219.
- 15 Siehe GA 191, Vortrag vom 1. Nov. 1919.
- 16 Siehe Anm. 10.
- 17 Siehe GA 120, Vortrag vom 20. 5.1910.
- 18 Siehe GA 219, Vortrag vom 3.12.1922.
- 19 «Robinson Crusoe», der erste, weltberühmt gewordene Roman von Daniel Defoe (1659-1731) ist von R. Steiner als Ergebnis einer ahrimanischen Inspiration identifiziert worden (GA 159, 9. Mai 1915).
- 20 Gegründet 1974 in den USA und hat angeblich Millionen von Anhängern. L. Orr möchte physische Unsterblichkeit erlangen und glaubt an einen «unsterblichen, unzerstörbaren Lichtkörper», der «den menschlichen Körper nach Belieben verformen, de- und rematerialisieren kann». Für ihn ist wichtig, mindestens 1 Stunde täglich im warmen Wasser seiner Badewanne zu liegen, um seine «Chakren» zu öffnen und zu säubern. Dass Jesus sein halbes Leben in Indien verbrachte – gehört zu weiteren Selbstverständlichkeiten seiner «Weisheit», in der die ahrimanisch-luziferischen Einflüsse förmlich mit Händen zu greifen sind.
- 21 In diesem Sinne ist diese Betrachtung über das Phänomen der *Lichtnahrung* als eine Anregung zu begreifen, da an dieser Stelle nur der Anfang einer eingehenden Forschung markiert werden kann.
- 22 Siehe GA 158, Vortrag vom 22. 11. 1914.