

JAHN J KASSL



DER
LICHTNAHRUNGS-
PROZESS



LICHTWELT
VERLAG

1. Auflage 2024

Copyright © 2024 by Lichtwelt Verlag, Falkenstein
Lichtwelt Verlag GmbH, Falkenstein 69, A-2162 Falkenstein
E-Mail: office@lichtweltverlag.at
Telefon: +43 2554 880 95
Telefax: +43 1 253 30 33 1750

www.lichtweltverlag.at

Umschlagmotiv © 2024 Andrea Percht, Wien, alle Rechte vorbehalten.
Druck+Gesamtherstellung: Druckerei Janetschek GmbH, Heidenreichstein,
Waldviertel. Gedruckt in Österreich auf dem FSC®-zertifizierten Papier Münken
Print Cream, chlorfrei gebleicht, aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und
kontrollierten Quellen.

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede
Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne
Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Ver-
vielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und
Verarbeitung in elektronischen Systemen.

ISBN 978-3-903435-15-5



JAHN J KASSL
DER LICHTNAHRUNGSPROZESS

LICHTWELT VERLAG
FALKENSTEIN

DER LICHTNAHRUNGS- PROZESS

GRENZERFAHRUNG IN 21 TAGEN

ERKLÄRUNG

Die Absicht des Buches ist es, neue Gedanken zu ermöglichen, um unser Bewusstsein zu erweitern. Sobald wir zulassen, dass uns das göttliche Licht als Nahrungsquelle dienen kann, ist uns diese Energie auch tatsächlich zugänglich.

Die Erde war nie eine Scheibe, doch lange genug gab es keine andere Vorstellung davon. Wie lange noch wollen wir glauben, dass uns nur feststoffliche Nahrung ernähren kann?

Dieses Buch soll informieren und dokumentiert die Anbindung an das Licht.

WICHTIGER HINWEIS

Der Verlag und der Autor können für keinerlei Schäden, die durch den Gebrauch der Informationen dieses Buches direkt und indirekt entstehen können, haftbar, verantwortlich oder schadenersatzpflichtig gemacht werden.

*„Lass mich weniger von Nahrung und
mehr vom kosmischen Licht leben.*

*Oh, göttliche Lebenskraft, du bist es,
die meinen Körper unmittelbar erhält.
Du verwandelst und vergeistigst meine Nahrung,
Speisen, Getränke und den Sauerstoff der Luft
in göttlich belebende Strahlen.*

*Lehre mich, oh GEIST,
immer weniger von grobstofflicher Nahrung und
immer mehr vom kosmischen Lichte zu leben.*

*Es ist deine Energie,
die in der Glühbirne meines Körpers leuchtet.
Es ist dein allgegenwärtiges Leben,
das mich mit Kraft erfüllt.“*

PARAMAHANSA YOGANANDA
„Flüstern aus der Ewigkeit“

INHALT

Erklärung	7
Einweihung	13
Einführende Worte	19
Vorspann: 4 Monate davor	25
Einleitung: Als das Herz zu singen begann	27
Gespräch mit JESUS SANANDA	35
Protokoll	45
Die erste Woche	47
Die zweite Woche	67
Die dritte Woche	93
Die ersten 7 Tage danach	111
Brief des Autors	129
Im Gespräch mit JESUS SANANDA	135
Wertvolle Anleitungen	147
Friedensmeditation	159
Verzeichnis der Anmerkungen	165
Literaturempfehlungen	169
Publikationen JAHN J KASSL	173

EINWEIHUNG

VORWORT DES AUTORS

14 JAHRE DANACH...

Sehr geschätzte Leser & liebe Freunde!

Der in diesem Buch beschriebene Lichtnahrungsprozess von 21 Tagen – als ich mich damals nach Kreta aufmachte – liegt jetzt schon über 14 Jahre hinter mir!

Rückblickend war es für mich eine der tiefsten Erfahrungen und zugleich eine der größten Herausforderung bis zum Jahr 2007. Es galt sich vollkommen in die Hand Gottes zu begeben, denn manchmal – Sie werden es lesen – fühlte ich mich dem Tod näher als dem Leben.

Was jedoch danach kam, hat mich voll „entschädigt“! Ich wurde reich belohnt: mit Selbstvertrauen und Gottvertrauen in einem Ausmaß, wie ich es davor nicht gekannt hatte.

Diese innere Gewissheit, dass Gott alles möglich ist und dass das Leben selbst für uns sorgt, ist bis heute ein Teil meines Selbstverständnisses. In diesen 21 Tagen ist ein unverrückbarer Anker des Vertrauens in mein Herz gelegt worden und eine tiefe innere Verbundenheit mit ALLEM-WAS-IST entstanden.

Heute ist es mir eine wahre Freude, diesen Erfahrungsbericht in gedruckter Form vorlegen zu dürfen.

Für alle, die diesen Gedanken in sich tragen oder die ein Gefühl für diesen „Prozess“ erhalten wollen, kann dieses Buch eine wahre Fundgrube an Ermutigungen und Lichtblicken sein.

Nach meinem Prozess habe ich Menschen kennengelernt, die ebenfalls diese 21 Tage der Umstellung absolviert hatten. Dabei wurde mir klar, dass der Prozess bei jedem Menschen anders verläuft. Die heftigen Symptome, die ich hatte, traten bei manchen Menschen kaum auf oder bei anderen noch heftiger, sodass sie abbrechen mussten. Ich erwähne das, damit Sie wissen, dass alles möglich ist – und dass die in diesem Buch beschriebenen Abläufe niemals auf andere Menschen eins zu eins übertragbar sind.

Ich führe das auch an, damit Sie diesen Prozess nicht unter allen Umständen durchziehen. Wenn es nicht passt, brechen Sie bitte ab – das ist kein Scheitern, sondern das ist oftmals sehr weise!

Wir alle sind Individuen, einmalige Wesen – und so ereignen sich auch unsere Entwicklungs- und Einweihungsschritte auf individuelle und unnachahmliche Weise.

Wie ich am Ende des Buches anführe: Wenn Sie sich für den Lichtnahrungsprozess entscheiden, dann bitte nur, wenn Sie absolut sicher sind! Lassen Sie sich diese Sicherheit von den spirituellen Ebenen, das heißt, von ihrer geistigen Führung bestätigen. Zeit, Ort und Seelenplan müssen übereinstimmen, damit diese Herausforderung gelingen kann und diese das erwünschte Ergebnis hervorbringt.

Für mich war das Jahr 2007 ein bestimmendes Jahr in meinem Leben. Die Veröffentlichung der „Jesus Biografie 1“ war in Planung, das Ende meiner Tätigkeit im Caféhaus zeichnete sich ab und ich wurde auf die Verlagsgründung vorbereitet und eingeschwungen. Die richtigen Menschen kamen in mein Leben und Verabredungen aus dem Sein begannen sich damals –

oft auf wundervolle Weise – abzuzeichnen. Viele Menschen sind wahre Freunde geworden, wofür ich bis heute unendlich dankbar bin – manche schauten nur kurz vorbei...

Meine Aufträge wurden mir enthüllt und auch ein Familienleben wurde mir damals von meinen geistigen Führern vorhergesagt.

All das erfüllte sich tatsächlich nur zwei Jahre später! 2009 wurde der Lichtwelt Verlag von meinem Bruder Karl und von mir gegründet und im Dezember starteten wir mit unserer ersten Lichtlesung – und vor allem: 2009 ist das Jahr, in dem ich meine geliebte Frau kennenlernte!

Das ganze Leben ist ein Prozess, in dem sich Einzelteile der Reihe nach ins große Puzzle unseres Lebens einfügen. Jede Eile ist hier fehl am Platz – denn das Leben findet uns!

Denn gleich, wie wir uns auch bemühen oder um etwas ringen, alles hat seine Zeit, seinen Ort und seine Bestimmung – und nur darauf gilt es vorbereitet zu sein.

In diesem Geiste lege ich dieses Buch in Ihre Hände.
Möge es Ihren Geist inspirieren und Sie im Herzen
berühren.

Mit Liebe

JAHN J KASSL

Falkenstein, im Januar 2024

EINFÜHRENDE WÖRTE

Die faszinierende Möglichkeit, unseren Körper vom flüssigen Licht zu ernähren, ist Thema dieses Buches. Es beschreibt den Prozess, der diese Wirklichkeit in unser Leben bringen kann.

Aufgrund des hier veröffentlichten Protokolls erhalten Sie einen Einblick in den Ablauf und in die Magie, die durch solch eine Umstellung der Ernährung unweigerlich ins Leben tritt.

Ja, es ist möglich! Ja, es ist keine Illusion!

Ja, auch DU kannst dich vom göttlichen Licht ernähren und so erfahren, dass du göttlich bist! Denn mit dieser Umstellung geht auch eine kraftvolle Transformation deiner Energien einher und danach fühlst du dich eindeutig angebunden an die universelle Lebenskraft, an den Atem Gottes.

Durch die präzise Neuausrichtung, die dein Energiesystem erfährt, wird dir dieses völlig neue Lebensgefühl zuteil.

Eine Erfahrung also, die dich nicht nur vom Zwang, „essen zu müssen“, befreit, sondern die dir auch dein wahres Wesen ins Bewusstsein rückt.

„Unsere Körper haben zum Beispiel die Fähigkeit, die Photonen des Sternenlichts oder des Sonnenlichts in eine Substanz, die der Körper braucht, zu verwandeln, das heißt, zu binden. Dieser Prozess ähnelt der Photosynthese. Diese Fähigkeit wird auf der kollektiven Ebene auftauchen, sobald der Mensch das Überbewusstsein erreicht hat. Sie kann bereits im Zustand der absoluten Wahrnehmung entwickelt werden. Dieses Entwickeln ist kein bewusster Prozess. Es geschieht auf der Ebene der Essenz der Seele und passiert ganz natürlich. Dabei wird der physische Körper durch innere Verbrennung aus den Elektroden des Äthers direkt versorgt, ohne den Umweg über die auf Kohlenstoff aufbauende Materie. Es geschieht in Abhängigkeit vom Grad unseres Erwachens. Der Prozess geht weiter: im Zustand des Überbewusstseins hören wir auf, Energie von der Erde abzugeben (zum Beispiel fossile Brennstoffe, Mineralien usw.) und können stattdessen Licht direkt in Materie und Formen umwandeln, die wir für unsere täglichen Bedürfnisse brauchen.“

Peter O. Erbe, aus dem Buch „God I AM“

Dazu der Aufgestiegene Meister HILARION:

„Nein, die Kraft, die die menschliche Maschine antreibt, ist nicht chemisch, sondern ätherisch. Der Äther ist eine Form allumfassender Substanz, die noch verdünnter ist als die subtilste Chemikalie des Menschen. Und tatsächlich ist dies der Stoff, aus dem sich alle wissenschaftlich bekannten Elemente kondensieren, so wie Wassertropfen aus Wasserdampf in der Luft. Gemischt mit dem Äther, der alle drei-dimensionalen Räume des Menschen füllt (sogar die zwischen den Protonen und den Elektronen der Materie, was von der Wissenschaft als „leerer Raum“ betrachtet wird), ist das eine Substanz, die wir als Prana bezeichnen, um das östliche Wort für Lebensenergie zu verwenden. Tatsächlich kennen die östlichen Religionen diese wundersame Substanz und verstehen ihre Rolle beim Erhalt des „Lebens“ des Menschen sehr gut.

Wenn ein menschlicher Körper Luft in seine Lungen einatmet, wird Prana im ätherischen Ebenbild dieser Luft in das ätherische Ebenbild des Körpers aufgenommen und dann in die verschiedenen Energien, die im täglichen Leben benutzt werden, umgeformt: Mentale Energie, emotionale Energie und physische Energie.

Der Sauerstoff, der über die Lungen im Blut aufgenommen wird, spielt eine Rolle im Stoffwechsel, aber verglichen mit der Bedeutung der Pranaaufnahme ist es nur eine Nebenrolle.“

Aus dem Buch „Lichtnahrung“ von Jasmuheen, S. 40 ff

Therese Neumann, Giri Bala, Graf Saint Germain, eine bedeutende Anzahl von Mystikern und Yogis sind Beispiele dafür, dass das göttliche Licht wirkt. Doch nun gelangt diese Tatsache in das breite Bewusstsein der Menschen und mittlerweile leben die „Heiligen“, Menschen, die vom Licht erhalten werden, mitten unter uns.

Tausende haben den Lichtnahrungsprozess durchlaufen, viele haben ihre alten Essgewohnheiten wieder aufgenommen, doch sie alle werden in der Tat durch das flüssige Licht genährt. Diese Wahrmöglichkeit bedeutet Freiheit und das Lebensgefühl nach dieser Anbindung ans Licht bringt Freude und Liebe.

Ja, das Licht Gottes wirkt!

Abschließend dazu PARAMAHANSA YOGANANDA:

„Glaube nie, dass dein Leben durch die Kraft der Nahrung und nicht durch die Macht Gottes erhalten wird! Er, der alle Formen der Nahrung geschaffen hat, er, der den Appetit geschenkt hat, wird auch dafür sorgen, dass der, der an ihn glaubt, erhalten wird. Bilde dir nicht ein, dass dich Reis ernährt oder du durch Geld oder Menschen unterstützt wirst. Könnten sie helfen, wenn der Herr dir deinen Lebensatem nimmt? Sie sind nur seine Diener. Ist es deine Fähigkeit, durch die Nahrung in deinem Magen verdaut wird?“

Aus „Autobiografie eines Yogi“

Mit dem Ausblick, dass sich laut einer Information aus den geistigen Lichtwelten die gesamte Menschheit bis zum Ende des ausgehenden Jahrhunderts auf Lichtnahrung umgestellt haben wird, schließe ich diese Einführung in den Prozess.

Gewinnen sie einen Einblick in diesen Vorgang, der vor allem in das bedingungslose Gottvertrauen führt. Die einzelnen Schritte der magischen Anbindung an das Licht sind hier aufgezeichnet – im „Protokoll“.

DER VORSPANN

VIER MONATE DAVOR

16. MAI 2007, 20 UHR

Ich kann mich am Morgen kaum auf den Beinen halten und als ich die Menschen in der U-Bahn sehe und höre, empfinde ich dies als unglaublich laut. Es ist, als würde ich die Schwingungen direkt wahrnehmen.

Die Veränderungen in meinem Gesicht sind bereits derart, dass mich Gäste fragen, was mit mir los sei. Ich bin gereizt und körperlich sehr schwach. Ich kann nicht mehr und breche die Arbeit ab! Nach vier Tagen ohne Nahrung und nach 36 Stunden ohne Flüssigkeit, da mein Körper jetzt etwas zu trinken braucht. Ich habe diesen Prozess nun auf September verschoben, so wie ursprünglich vorhergesehen und von der geistigen Welt ausgesucht – in Griechenland.

Das Arbeiten und das Durchlaufen des Lichtnahrungsprozess sind für mich nicht möglich.

Allein das Wahrnehmen der Energien der anderen Menschen bedeutete Schmerz. Ich fühlte eine starke Sogwirkung, so als wenn ich in die Absichten und Gedanken, die Gefühle und Emotionen der Mitmenschen hineingezogen würde und mich dagegen nicht schützen könnte.

Die Wahrnehmung war so geschärft, dass ich jede Regung eines Menschen sofort erfasste – und das war bei Weitem nicht immer angenehm.

Zusätzlich stellte sich großer Durst ein und das hat mich in meiner Entscheidung bestärkt: also auf nach Griechenland.

Ich danke meinen himmlischen Wesenheiten und bitte euch, mich für September optimal einzustellen. Bis dahin genieße ich die Lust am Essen und Trinken, denn das Gefühl, dass Lichtnahrung einen Aspekt meines Weges darstellt, bleibt!

EINLEITUNG

ALS MEIN HERZ ZU SINGEN BEGANN

Geliebter Leser,
als ich vor Jahren erstmals in einem Buchladen das Buch „Lichtnahrung“¹ durchblätterte, wusste ich, dass ich diese Erfahrung beschreiten würde.

Noch war es zu früh und ich steckte den Band zurück in den Buchständer, der auf der belebten Einkaufsstraße zum Einkaufen einlud.

Tags darauf wollte ich das Buch dennoch erwerben, doch es war bereits vergriffen. Dies zeigte mir, dass ich noch warten sollte, denn schließlich hat alles im Leben seine Zeit und alles muss reifen, um so die optimale Erfüllung geben zu können.

Die Jahre vergingen und nur noch selten dachte ich an das Gelesene, an diese einmalige Möglichkeit, sich durch das Licht Gottes zu ernähren.

Längst war ich dem spirituellen Pfad ergeben.

Ich ging durch meine Prozesse der Klärung, durch viele Sitzungen mit dem weißen göttlichen Licht² und dabei wurde ich lange Zeit von einem Lichtmedium auf liebevolle Weise begleitet.

Auch das „Channeln“ setzte ein und es entstanden wunderbare Bücher aus der göttlichen Einheit und durch JESUS SANANDA.

Es war rundum also ein erfülltes und erhabenes Zusammensein mit meiner Familie aus der Ewigkeit. Ab und zu mischten sich Gedanken in meinen Alltag, die mich an die erworbene Information der Realität, den Körper vom göttlichen Licht zu erhalten, erinnerten. Doch nach kurzem Besehen der Dinge legte ich alle dahingehenden Ambitionen wieder zurück, da ich stets fühlte, dass diese Frucht des Baumes noch Zeit braucht, um endgültig vom Stamm zu fallen.

Im April 2007 war es schließlich so weit! Wieder ging ich an diesem Geschäft vorbei und wieder stand der Drehständer mit Büchern direkt auf der belebten Einkaufsmeile. Ich brauchte nicht zu suchen, von Weitem lachte mir das Buch entgegen – und dieses Mal ging ich in den Shop und erwarb es.

Zu Hause angekommen begann ich darin zu lesen und zu lesen. Ich verschlang es regelrecht und beachtete jedes Detail. Völlig fasziniert von diesem neuen Wissen, das mich von nun an Tag für Tag begleitete und keinen Augenblick mehr losließ, erkannte ich, dass es jetzt an der Zeit war, mich konkret auf den Lichtnahrungsprozess vorzubereiten.

„Du bist dran“, tönte es aus meinem Herzen! Aus jeder Faser meines Körpers und aus tiefstem Herzen erklang unmissverständlich ein freudiges JA.

Dies war der Moment, in dem mein Herz zu hüpfen begann, und ab diesen Zeitpunkt konnte es mir nicht schnell genug gehen. Ich erhielt alle Bestätigungen aus der Geistigen Welt und somit die Sicherheit, dass meine Entscheidung für mich richtig und zum optimalen Zeitpunkt erfolgt war.

Doch es sollte noch etwas dauern. Meine Ungeduld verleitete mich dazu, mit dem Prozess eher als empfohlen zu beginnen. Der Hinweis, dass ich mich auf Kreta begeben sollte, um dort in aller Ruhe und in einem Umfeld, das dafür wie geschaffen war, diese Tage zu absolvieren, wurde von mir kurzerhand ignoriert.

Ich beschloss im Mai und bei voller Arbeitsbelastung damit zu beginnen. Genau 36 Stunden hielt ich durch, danach kam, was kommen musste: Ich kapitulierte, um nicht bei der Arbeit zusammenzubrechen. Eine Menge Apfelsaft und zwei Butterkipferln dienten als „Notversorgung“, so konnte ich unbeeinträchtigt meinen Dienst zu Ende bringen.

So also doch nicht!

Ich begann die Hinweise genauer zu beachten und ständig wiederholten sich die „Einspielungen“ zu Griechenland: „Durchhalten in Griechenland“

Eines Tages wurde mir ein besonderes Schauspiel geboten. Während ich durch die Stadt spazierte und eine unübliche Wegstrecke einschlug, sah ich auf der Straße vor einem griechischen Restaurant, wie sich eine griechische Hochzeitsgesellschaft dieser Feierlichkeit hingab.

„*Griechische Hochzeit*“, hörte ich meine innere Stimme flüstern. Das Besondere daran ist, dass der Moment perfekt passte, denn den ganzen Tag beschäftigte mich die Frage, wo ich den Prozess, „diese Hochzeit“ der Verschmelzung mit meinem Wesen, durchlaufen sollte,

denn auch meine Wohnung in Wien war ein Thema – wegen der Annehmlichkeiten einer Badewanne. Denn darauf wird im Buch von Jasmuheen besonders hingewiesen und für mich gehört eine Wanne zu dem Luxus, den ich mir gerne und alltäglich gönne, indem mich ein herrliches Bad nach meiner Arbeit ordentlich entspannt und reinigt.

Kreta kam schon in meine enge Wahl, doch der schöne Ort Paleohora und die Anlage, die mir empfohlen wurde, hatten genau das nicht – eine Badewanne.

„Vertraue auf Gottes Gnade, er kümmert sich um dich.“

In dieser Tonart ging es nun weiter. Es verging kein Tag, an dem nicht ein neuerlicher Hinweis erfolgte und mir mein Gefühl, Kreta zu buchen, bestätigt wurde. Zu guter Letzt konnte ich plötzlich ganz bequem vier Wochen Urlaub nehmen, da in unsere Firma ein neuer Arbeitskollege eintrat.

„Ich werde für dich das Unmögliche möglich machen.“

So bestellte ich für die Zeit vom 9.9. bis 7.10.2007 ein Apartment auf Paleohoras, um in diese Erfahrung

einzutauchen, um meiner Sehnsucht diese Wirklichkeit hinzuzufügen. Denn mir war zu jeder Zeit bewusst, dass dieser Weg ein wundervoller Vorgang war, um die erfüllende Anbindung an meine Göttlichkeit zu erlangen.

Zusätzlich ist es ein Mysterium, wie das Göttliche wirkt und wie die Tatsache – dass durch das flüssige Licht alle lebensnotwendigen Stoffe in unseren Körper gelangen – den Alltag auf erhebende Weise bereichert.

Doch ich war noch davor.

In diesem Protokoll finden Sie „meine“ 21 Tage des Lichtnahrungsprozesses aufgezeichnet. Tag für Tag, oftmals im Abstand von einigen wenigen Stunden, schrieb ich nieder, was mich bewegte und welche Herausforderungen diese für mich extreme Zeit bereithielt.

Gewiss, es war erhaben und schön, voller Liebe und Sanftmut, doch es war ein steiles Stück des Weges zu beschreiten – durch Krisen und Zusammenbrüche, über Panikattacken bis hin zur endgültigen Kapitulation, um sich schließlich vollkommen IHM zu überlassen: Gott.

Dieser Vorgang ist mit nichts anderem zu vergleichen!

Unverfälscht und unverstellt können sie hier die Tage, die mich an das göttliche Licht angebunden haben, miterleben.

Bestimmt verläuft solch ein Prozess bei jedem Menschen auf einmalige Weise. Dort, wo ich meine Erkenntnisse unter Tränen erhielt, dort sind für einen anderen Freude und Leichtigkeit die Begleiter. Jeder hat ***seine*** Themen und Herausforderungen – und durch diesen Vorgang findet eine Erlösung statt, die an Tiefe und Nachhaltigkeit durch nichts ersetzt werden kann.

Vertraue deinem Gefühl und stärke deine Fähigkeit, dich dem Göttlichen hinzugeben, so kann dir nichts geschehen. Der Prozess, so du dich dafür entscheidest, wird ***zu einer erfüllenden „Angelegenheit“ zwischen dir und Gott.***

Diese „Angelegenheit“ begann für mich am 9.9.2007 an einem wunderschönen Ort – auf Kreta.

Licht & Liebe

JAHN JOHANNES

(Dies ist ein kurzer Auszug eines Gespräches mit IHM zwei Tage vor dem Abflug nach Kreta. Im Gespräch insgesamt ging es um ein die „Jesus Biografie“ Teil I betreffendes Detail.)

SANANDA: Ich danke dir, du möchtest noch etwas fragen?

JJK: Ja, KRETA?

SANANDA: Sorge dich nicht. Ich stehe bei dir Tag und Nacht. Dir wird es an nichts fehlen.

VERTRAUE, VERTRAUE, VERTRAUE!

JJK: Danke.

SANANDA: Gute Nacht, Jahn. ICH BIN ES!

DAS PROTOKOLL

*„ESSEN oder NICHTESSEN ist nicht das Thema.
Doch die Freiheit selbst zu entscheiden,
zwischen diesen Möglichkeiten wählen
zu können und unabhängig zu sein vom
„Zwang, essen zu müssen“,
ist die Absicht, die mich leitet.“*