

[Start](#) | [Tag 1–21](#) | [Woche 4–19](#) | [Woche 20–heute](#) | [FAQ](#) | [Links](#)

Kurze FAQ zur Lichtnahrung • Fragen, Antworten, Quintessenzen

Was ist »Lichtnahrung«?

Man stellt seine Ernährung bewußt auf »Göttliches Licht« um, das in den verschiedenen Weltkulturen und Sprachen Bezeichnungen wie Prana, Qi, Ki, Chi, Äther oder Lebenskraft hat. »Göttliches Licht« hat mit Licht phvsikalischer Definition nichts zu tun. ist also weder Sonnenlicht noch Licht

!

ICH
WAR
IMMER
ATHEIST

BIS ICH
ERKANNT

ICH BIN
GOTT
!

Milliarden Menschen leben einfach vor sich hin...



Aufnahme vom Juni 2002
(in natura tausendmal anmutiger!)

Rico

Schlumberbremse

Herr Specht, der auf der Weide saß,
pochte — töck, töck — mit seiner Nas.
Herrn Uhu im weichen Daunebette
der jetzt gern seine Ruhe hätte,
in seinem dunklen Baumverlies
das »töck, töck, töck« doch sehr verdrieß.
Die Ohren tief in sein Gefieder
das »töck, töck, töck« durchbricht es
wieder.
Den Hörgang stopft jetzt ein Gewölle
doch gleich ists »töck, töck, töck« zur
Stelle.
Gestört in seiner Schlafensruh,
den Specht beschimpft jetzt der Uhu.
Wie er's denn nur verstehen sollt,
und was der Klopffeister denn wollt.
Töck, töck, sprach Picker Specht dazu,
wer'n Tag lang schläft hat selten Ruh.

(von mir im November 2002)

Mein Herz sagt ja, mein Kopf sagt nein,
mein Herz zieht's hin, die Füße fort,
hab Angst vor unbekanntem Ort

Schöpfer: Rico Kolodzey (*rotis*)
(*Den Nachnamen spricht: kollozei*)

Art: Homo superior :-)
(Siehe das Buch »Insel der Mutanten«, im
Original: »Odd John«, von Olaf Stapledon
aus dem Jahr 1936.)

Rasse: Ich lebe momentan im Körper
eines mitteleuropäischen Humanoiden, bin
aber eigentlich ein grüngefärbter
Außerirdischer wie »Shrek« im
gleichnamigen Kinofilm, allerdings ohne
Antennen. :-)

Vorherige Leben: *zuletzt:* Beliebter
Wanderdokter in Dörfern Englands oder
Deutschlands; *davor:* Schurke mit einigen
Leichen auf dem Gewissen im Gebiet des
heutigen Iraks; *davor:* Ältester Sohn eines
indischen Maharadschas, Prinz und
Thronanwärter – vergiftet vom jüngeren
Bruder. :-)

Ankunft: 13. Januar 1972 — gegen 14 Uhr.

Aufenthalt: Europa, Afrika oder Erd-Orbit

Elektropost bitte an: rotis@sabon.org
(Wer sich kurzfassen kann, hat eine
bessere Schangse auf schnelle
Beantwortung von elektrischer Post. Lange
Briefe langweilen, kurze Mails kurzweilen.)

Meine Webstube: www.sabon.org
(Hervorgegangen aus meiner
Lichtnahrungs-Seite, die 1998 bei
Geocities.com anfang, von 1999–2001 zu
Tierversuchsgegner.org umzog und seit
Februar 2001 hier auf Sabon.org liegt.)

Lieblingsbücher: Poesie, Spiritualität,
Botanik
(Eine kleine Auswahl: Lao-Tse, »Tao-Te-
King«; Epiktet, »Handbüchlein«; Patanjali,
»Yoga-Sutras«; Yogananda,
»Autobiographie eines Yogi«; Walsch,
»Gespräche mit Gott«; Osho, »Mut – Lebe
wild und gefährlich«; Kinski, »Ich brauche
Liebe«; Rostand, »Cyrano von Bergerac«;
Saint-Exupéry, »Der kleine Prinz«;
chinesische und koreanische Gedichte;



Erfahrungsbericht zum Lichtnahungsprozess (11.2.05)

Hervorragende Seite zur Lichtnahung - Ernährung mit oder durch Licht - Lichternahrung

Ein hervorragender, persönlicher Erfahrungs-Bericht ist auf der sowieso sehr lesenswerten Seite <http://www.sabon.org> erschienen.

Hier wird der persönliche Lichtnahungsprozeß von Rico Kolodzey sehr anschaulich beschrieben. Mehr als lesenswert, insbesondere für Leute, die selber so etwas vorhaben.

Wege zur Lichtnahrung

Und wie kann man mit "Bordmitteln" einen Lichtnahungsprozess gefahrlos durchführen? Folgende Zusendung erhielten wir von einer Leserin des Forums in Bezug auf die Durchführung des Lichtnahungsprozesses mit "eigenen" Mitteln:

Der "SonneSchauen" - Prozess

SURIYA NAMASKAR (nach Hira Ratan Manek)

Dies ist eine Übung, die man nur einmal im Leben, -meist über einen Zeitraum von (mindestens) 9 Monaten-, durchführt.

Das anschließende Barfusslaufen jedoch, 45 Minuten am Tag, kann man für das ganze Leben praktizieren! (-> nähere Ausführungen weiter unten)

Bei dieser Übung schaut Du einmal am Tag, während eines (gesundheitlich) sicheren Zeitraums bei Sonnenauf- bzw -untergang, in die Sonne. Während dieser sicheren Stunde, morgens oder abends, werden die Sonnenstrahlen den Augen keinen Schaden zufügen können. Die sichere Zeit ist der Zeitraum bis zu einer Stunde nach Sonnenaufgang und ab einer Stunde vor Sonnenuntergang. Es ist 100%ig wissenschaftlich erwiesen, dass während dieser Zeit keine gefährlichen UV- und INFRAROT- Strahlen vorhanden sind. Auf diversen Internet-Seiten kann der genaue Zeitpunkt von Sonnenaufgang bzw. Sonnenuntergang für Deinen jeweiligen Wohnort festgestellt werden. (z.Bsp. "Yahoo-Wetter")

... nebenbei hat das SonneSchauen während der o.a. Zeiten auch den Vorteil der direkten Vitamin A und D -Aufnahme. Vitamin A ist sehr wichtig für die Gesundheit des Auges, und so wird auch die Sehkraft durch das SonneSchauen gestärkt. Für Menschen, denen es nicht auf Anhieb möglich ist, das direkte SonneSchauen durchzuführen, ist das Sonnenbaden eine vorübergehende Alternative, ebenfalls die Sonnenenergie aufzunehmen, wenn auch nur in abgeschwächter Form. Die beste Zeit zum Sonnenbaden ist, wenn der UV Index bei 2 oder darunter liegt. Dieser Wert ist in der Regel in dem Zeitraum 2 Stunden nach Sonnenaufgang und dann wieder 2 Stunden vor Sonnenuntergang gegeben.

Benutze auf keinen Fall Sonnenschutzmittel. Solche verkleben die Hautoberfläche und Schweiß als Abfallprodukt kann nicht mehr ungehindert austreten, sondern mischt sich mit dem Sonnenschutzmittel, wodurch chemische Substanzen in die Haut dringen. Es ist immer nur unser falscher Umgang mit der Sonne, der Schaden anrichtet, nie jedoch die Sonne selbst.

Webseite durchsuchen:	Suchen
Akademie online	
Akademiezeitschrift	
Alchemie	
Anastasia	
Archiv	
Astrologie	
Astromedizin	
Astromedizinisches Computerprogramm Petosiris	
Aurafotografie	
Blog	
Email-Newsletter	
Feng Shui	
Grenzwissenschaftliche und naturheilkundliche Bücher	
Homöopathie	
Horoskop	
HP-Kurs zur Vorbereitung der HP-Prüfung	
Impressum	
Kräutertreff Leipzig	
Materia Medica der Essenzen	
Medizinisch-Astrologisches Repertorium	
Mondkalender	
Neuigkeiten	
Online Shop	
Programmierung und Python	
TCM und Akupunktur	
Webtips	

Weitere Informationen wenn Sie sich per Email an uns wenden.
(C) Andreas Bunkahle
Diese Website wird ständig verändert.
IMPRESSUM



Metamorphose

- ↳ [Lichtnahung](#): Ernährung durch die kosmische Lebensenergie – ein Erfahrungsbericht
- ↳ [Lacerta-Texte](#): Gespräche mit einem weiblichen, außerirdischen Reptilwesen
- ↳ [Credo Mutwa](#): Ein Zulu-Schamane und sein Wissen über Reptilrassen und Graue
- ↳ [Foto eines Reptos](#): Schnappschuß eines möglichen Mitglieds der Reptilrasse
- ↳ [Korn-Piktogramme](#): Geometrische Figuren in Getreide- und Rapsfeldern
- ↳ [Getarnte Raumschiffe](#): Überirdische Sichtungungen japanischer Meeresbiologen

Sukkulenten

- ↳ [Die Brasilkakteen](#): Backebergers Gattung Brasilicactus – die Arten und Varietäten
- ↳ [Sukkulentenliteratur](#): Der Bücherschrank für den stacheligen Kakteenfreund
- ↳ [Kakteen-FAQ: Häufig gestellte Fragen und ihre Antworten zum Thema Kakteen, Sukkulenten und Xerophyten \(Seite im Bau\)](#)

Würfelei

- ↳ [Wetterhäuschen](#): Sonnenvorhersage mit Wolken und Natur
- ↳ [Insektenmenschen](#): Das witzige Büchlein »Insektoid« als PDF
- ↳ [Sarotti & Efrat](#): Die Seiten meiner kleinen Schwester und ihres Pferdchens
- ↳ [Schöne Links](#): Pfade ins Licht
- ↳ [Über Sabon](#): Garamonds Urenkel

International

- ↳ [Englisch](#): This website in English translated by Google
- ↳ [Französisch](#): Ce site web en français traduit par Google

Erhebung

- ↳ [Bengalische Gesänge](#): Rabindranath Tagores Meisterwerk, die »Gitanjali«
- ↳ [Der Schmetterling](#): Eine Auswahl inspirierender Gedichte Hermann Hesses
- ↳ [Schelmische Poesie](#): Wortspiele, Verse und Weisheit von Heinz Erhardt
- ↳ [Osho über die Liebe](#): Was Sie schon immer wissen wollten, aber nie zu fragen wagten
- ↳ [Oshos Fuhrpark](#): Jeder Guru sollte ein paar Rolls-Royce sein Eigen nennen
- ↳ [Leonardos Genie](#): Galerie von Skizzen und Zeichnungen des Leonardo da Vinci

Netzwelt

- ↳ [Web-Spürseite](#): Webseiten finden und anmelden und Antiquariats-Büchersuche
- ↳ [Musik-Zitronen](#): Das Gnutella-Programm LimeWire zum Tausch von MP3-Musik
- ↳ [X-Face-Sammlung](#): Schwarzweiße Bildchen für Usenet- und E-Mail-Programme
- ↳ [Plattentausch im iMac](#): Wechseln der Festplatte bei iMac Baujahr 2000/2001

Vergangen

- ↳ [Väterchen Stalin](#): Die Nationalhymnen der DDR und der Sowjetunion als MP3 mit einiger Ostalgie garniert
- ↳ [Kreuz des Kosmos](#): Die Geschichte und Bedeutung des alten Swastika-Symbols, auch bekannt als Hakenkreuz
- ↳ [Schreckenskönige](#): Zahlreiche gesammelte Vorhersagen und Prophezeiungen für die nächsten zehn Jahre

Kontakte

- ↳ [Elektropost](#): Mein Briefkasten
- ↳ [Impressum](#): Die graue Eminenz
- ↳ [Gästebuch](#): Für Lob und Applaus
- ↳ [Besucherzähler](#): Hit me, baby!

Ich bekomme zahlreiche Mails, oftmals mit denselben Fragen. Bitte lest zuerst meine [FAQ](#), worin vieles erklärt wird. Manche meinen, daß mein Prozeß zu technisch und ohne Herz beschrieben ist. Das mag stimmen, ich bin ein eher nüchterner Typ ohne Sinn für Brimborium und Trallala, wie es die vielen Esoterik-Touristen mögen, die von Seminar zu Seminar hüpfen. Viele meiner Gedanken auf den folgenden Prozeßseiten kommen mir heute selbst etwas komisch vor. Ich entwickle mich jeden Tag weiter und mein Denken ist jetzt schon woanders, als es gestern noch war. Das Leben ist ein Erinnerungsprozeß daran, wer wir wirklich sind, woher wir wirklich kommen. Dies kann jeder nur für sich selbst herausfinden, es wird an keiner Schule gelehrt.

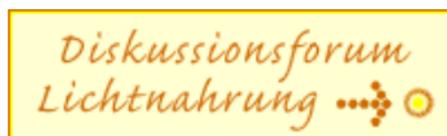
Um zu verstehen, daß Lichtnahrung nichts besonderes sondern nur das Nutzen des kosmischen Gesetzes ist, empfehle ich Paramhansa Yoganandas [»Autobiographie«](#) und die vier Bände der [»Gespräche mit Gott«](#) von Neale Donald Walsch (der vierte heißt »Freundschaft mit Gott«) zu lesen. Gott hat mit Kirchen, Religionen und Wissenschaften nichts zu tun. Er ist großartiger, als sich das ein Mensch je vorstellen kann. Wobei aber der Name »Gott« nicht das wiedergibt, um was es sich wirklich handelt.

Viel Inspiration wünsche ich allen Lesern dieser Seiten

▲ ZUM SEITENANFANG

Mailt Eure Fragen, Gedanken, Anregungen, Meinungen und Erfahrungen [an mich](#).

Diskutiert das Thema in der [Mailing-Liste](#) oder im [Lichtnahrungsforum](#) mit anderen Interessierten.



Start | [Tag 1–21](#) | [Woche 4–19](#) | [Woche 20–heute](#) | [FAQ](#) | [Links](#)

[Impressum](#) | Inhalt 1998–2004 von Rico Kolodzey | Verbreitung erwünscht | www.sabon.org

Besucher seit Dezember 1998:  109947

Impressum



Aufnahme vom Juni 2002

Verfasser: Rico Kolodzey
Kontakt: rotis@sabon.org
Website: www.sabon.org

Antwort auf Mails kann sich
um Wochen und Monate
verzögern

Tips: Je kürzer eine Mail, desto
schneller eine Antwort. Bitte
vermeidet auch Müll in meiner
Mailbox: Stellt Euren Mailausgang
von HTML auf TEXT um!

»Ich weiß, daß Ihr irgendwo da draußen seid. Ich kann Euch jetzt spüren. Ich weiß, daß Ihr Angst habt. Angst vor uns. Angst vor Veränderungen. Wie die Zukunft wird, weiß ich nicht. Ich bin nicht hier, um Euch zu sagen, wie die Sache ausgehen wird. Ich bin hier, um Euch zu sagen, wie alles beginnen wird. Ich werde den Menschen das zeigen, was sie nicht sehen sollen. Ich zeige ihnen eine Welt ohne Euch. Eine Welt ohne Gesetze, ohne Kontrollen, ohne Grenzen. Eine Welt, in der alles möglich ist. Wie es dann weitergeht, das liegt ganz an Euch.« (Neo, »Die Matrix«)

Folge nicht dem Pfad. / Geh stattdessen dort,
Wo kein Pfad ist, und / Lasse eine Spur zurück.



1. Inhalt des Onlineangebotes

Der Autor ist für den Inhalt dieses Webangebotes nicht verantwortlich, da er nur das ausführt, was ihm die Stimmen in seinem Kopf zuflüstern.

Haftungsansprüche gegen den Autor für Schäden jedweder Art durch den Genuß dieser Seiten sind grundsätzlich ausgeschlossen. Wer hier liest, tut das auf eigene Gefahr.

Sämtlichen Regierungs-, Justiz- und Strafverfolgungsbehörden und deren Beauftragten ist das Betrachten, Lesen und Speichern dieses Webangebots untersagt. Zuwiderhandlungen werden unter Ausnutzung aller Rechtsmittel streng verfolgt.

Diese Seiten liegen in den USA unter einer gemeinnützigen ORG-Adresse. Zensurbemühungen sind deshalb unwirksam, auch wenn der Autor in Deutschland eingekerkert wird.

Der Autor behält sich vor, das Angebot ohne Ankündigung endgültig einzustellen und die Domäne gegen eine siebenstellige Summe an einen XXX-Anbieter oder Spam-Versender zu verkaufen.

2. Verweise und Links

Es gibt keine »rechtswidrigen Inhalte«. Jede Art von Inhalt ist in einer freien Welt rechtskonform, einschließlich Bauanleitungen für Mehrfachsprengköpfe von Atomraketen.

Wer den Setzer von Verweisen aufgrund obskurer Gesetze anklagt, hat das Internet nicht begriffen. Mit sieben Klicks ist jede Seite von jeder anderen aus zu erreichen: Vom Rohkostladen zum Schlachthaus, von der PDS zur NPD.

Der Autor dieses Angebots haftet weder für Links innerhalb seiner Seite noch für Verweise nach außerhalb. Die Haftung überträgt der Verfasser dem Bundesinnenminister in Berlin. Vorladungen, Abmahnungen und Anklageschriften mit dreifachem Durchschlag bitte dorthin senden.

Defekte Webverknüpfungen (Links) bittet der Autor ihm zu melden, damit der Fluß von rechtmäßigen und »rechtswidrigen« Inhalten seinen gottgewollten Gang durch die Zeitalter fortsetzen kann.

3. Urheber- und Kennzeichenrecht

Der Autor versucht alle Grafiken, Töne und Wortansammlungen selbst zu erzeugen und nicht auf Copyright-geschützte Daten von eifersüchtigen Angsthäsen zurückzugreifen.

Das Copyright für veröffentlichte und vom Autor selbst erstellte Grafiken, Töne und Wortansammlungen wird vom Autor nur für die kommerzielle Weiterverbreitung wahrgenommen. Eine Vervielfältigung oder Verwendung solcher Schöpfungen in anderen elektronischen und gedruckten Publikationen nichtkommerzieller Art ist ohne Zustimmung des Autors ausdrücklich gestattet.

Alle in diesem Webangebot verwendeten »geschützten Marken- und Warenzeichen« gehören den jeweiligen Eigentümern. Der Autor eignet sie sich durch bloße Nennung nicht an. Er überlegt sich aber, ob er sich die Atemluft nicht patentieren läßt.

4. Rechtswirksamkeit dieses Haftungsausschlusses

Dieser Disklähmer (Disclaimer) ist Teil von www.sabon.org und ist unbegrenzt gültig, zumindest bis zum Ende des Dritten Weltkriegs. Die vorliegende Version wurde unter Zuhilfenahme keines Gesetzbuches zuletzt am 29.12.2003 um 17:01 Uhr MEZ fachmännisch bearbeitet.

WARNING: If you are reading this then this warning is for you. Every word you read of this fine print is another second off your life. Don't you have other things to do? Is your life so empty that you honestly can't think of a better way to spend these moments? Or are you so impressed with authority that you give respect and credence to all who claim it? Do you read everything you're supposed to read? Do you think everything you're supposed to think? Buy what you're told you should want? Get out of your apartment. Meet a member of the opposite sex. Stop the excessive shopping and masturbation. Quit your job. Start a fight. Prove you're alive. If you don't claim your humanity you will become a statistic. You have been warned. (Tyler Durden, »Fight Club«)



Narr mit Botschaft: »Nun sind unser zwey«
(Flachrelief, 1618)

PGP-SCHLÜSSEL

Mein Schlüssel ist auch auf allen öffentlichen Schlüsselservern verfügbar, die mit PGP-Freeware Version 6 und 7 abrufbar sind.

[PGP](#) dient der verschlüsselten Versendung von Elektropost (E-Mail).

Öffentlicher Schlüssel (Public Key)
Besitzer (Owner): Rico Kolodzey <rotis@sabon.org>
Schlüsselgröße (Size): 3072/1024
Verfahren (Type): Diffie-Hellman/DSS
Erzeugt (Created): 16. März 2001
Schlüssel-ID (Key ID): 0xB8FED664
Fingerabdruck (Fingerprint):
8528 1201 4ADB 6F8C 2923 80FB 6C6D 2D43 B8FE D664

- [Mein PGP-Schlüssel](#)