

Rune, wie ihre altgermanische Bedeutung lautet, heißt Geheimnis, Verborgenes. Runen wurden erst in jüngster Zeit, seit ca. 1000 Jahren, für kurze Texte und Inschriften verwendet. Davor wurden die Runenzeichen nur für magische Zwecke verwendet, für Zauber, Orakel, Bannsprüche und Verhexungen. Die heute bekannten Runen des älteren Futhark, auf die sich auch dieses Buch bezieht, sind erst allmählich aus dem Süden, mit italischem, lateinischem, griechischem und phönizischem Einfluss nach Norden gewandert, wo sie sich immer wieder weiter entwickelt haben. Oft nur durch kleine Veränderungen im lokalem Gebrauch hat sich eine Vielzahl verschiedenster Schreibweisen der Runen des älteren Futhark erhalten. Die Bezeichnung *Futhark* – nach den Runen FEHU – URUZ – THURISAZ - ANSUZ – RAIHO – KENAZ, hat sich in der Wissenschaft so etabliert, weil diese Runenreihe am häufigsten auf Inschriften gefunden wurde. Bis heute streitet sich die Wissenschaft über die Bedeutung dieser Runenreihe und man nimmt an, dass es sich um den Anfang des runischen Alphabets handelt, ähnlich wie bei und das ABC. Diese Funde stammen aus relativ junger Zeit, ca. um 1.000 bis 1.200 n. Z. Allerdings ist es meiner Meinung nach unwissenschaftlich, sich nur auf eine mehrmals gefundene Buchstabenreihe als Alphabet zu versteifen. Genauso gut könnten sich zukünftige Archäologen in tausend Jahren darauf einigen, dass die dann häufig zu findene Buchstabenreihe BASF der Anfang des heutigen deutschen Alphabets gewesen sei.

Die Schreibrichtung der Runen war unseren Vorfahren absolut unwichtig – ob von links nach rechts oder umgekehrt oder in der sog. „Pflugwende“ (eine Reihe nach rechts, die Rückreihe nach links, die nächste Reihe wieder nach rechts usw.), auf dem Kopf stehend (sog. *Sturzrunen*) oder gespiegelt – unseren AhnInnen war es völlig egal, wie sie die magischen Zeichen setzten. Wichtig war ihnen, welche Botschaft sie mit dem Zeichen transportierten.

Weiter müssen wir bedenken, dass das meiste Wissen über die Runen und das Wissen über die wanischen und asischen Götter und Göttinnen aus Norwegen, Schweden und Island (Edda) stammen. Aus o. a. Gründen des Nationalsozialismus wurde das Wissen über unsere eigene germanische Stammes-Mythologie und Urgeschichte fast komplett verdrängt und das sich Befassen damit die Gefahr birgt, sich ganz schnell mehr- oder weniger bewusst in rechtsradikalen, neonazistischen Kreisen zu bewegen oder dorthin gestellt zu werden. Genauso verhält es sich mit dem uralten Farbcode Schwarz - Rot - Weiß, die die Symbolfarben der dreifachen Göttin waren und sind. Nur weil sich die Nazis dieses mächtigen Farbcodes bewusst waren und ihn deshalb gezielt in ihre Ideologie einbauten, darf er heute nicht als „verfassungsfeindlich“ angesehen werden.

Der Wanische Glaube

Über den vor-asischen, wanischen Glauben ist nicht allzu viel bekannt. Es war ein Glaube, eine Religion, der mutterrechtlich-matriarchal organisiert war. Ursprünglich aus der eiszeitlichen, schamanischen Glaubensvorstellung heraus hat sich der Glaube an eine Muttergöttin, in Norddeutschland als Nerthus bekannt, erhalten, der sich noch stark an den alten Riten und Ritualen der eiszeitlichen Wildbeuter-Gesellschaften orientierte. Viele Gebräuche aus der Vorzeit der indogermanischen Stämme wurden entweder verdammt oder als 'Hexerei' bezeichnet, oder sie flossen in deren eigene Ritual- und Glaubensvorstellungen ein (Ostara – Ostern; Jul/Wintersonnwende -Weihnachten).

Der frühe, ursprüngliche Schamanismus war ebenfalls ein weiblicher, da bei der frühen schamanischen Praxis das Herbeiholen oder zurückführen der Ahnenseelen in die Körper der jungen Frauen im Vordergrund stand. Genauso wurde mit den Tierseelen umgegangen. Der ursprüngliche Schamanismus hatte zum Mittelpunkt, die Seelen der getöteten Tiere in die Leiber neuer Tiergenerationen zu holen. Auch bei den wunderbaren Steinmalereien in den Höhlen Südfrankreichs und Nordspaniens (Lascaux, Altamira, u.a.) kann man das Herbeiholen der

Ahnenseelen der dargestellten Tiere in die lebenden Tiere erkennen. Somit war der Ursprungsschamanismus ein rein Lebenserhaltender, Fruchtbarkeit bringender gewesen. Hier erklärt sich auch Tacitus' Beschreibung der nackt auf Gräbern tanzenden, germanischen 'Hexen'.

Parallel dazu haben sich auch Männer mit dem Schamanismus auseinander gesetzt, es entstand der Jagdzauber und die Heilung von körperlichen und seelischen Gebrechen, so wie wir den Schamanismus heute kennen und größtenteils praktizieren. Der Schamansimus zum Zweck der Reinkarnation ist hierbei fast völlig vergessen worden, nur in einigen chinesischen und koreanischen Stammeskulturen wird diese Form des Schamanismus bis heute praktiziert (nach Göttner-Abendroth in einem Vortrag im Mai 2009 auf dem 7. Kongress „Schamanismus und Heilen“ in Mondsee/Österreich, veröffentlicht in KursKontakte 159).



URUZ

Dunkelheit umgibt dich.

Es ist warm.

Und weich.

Du bist ganz in dir selbst und mit dir selbst EINS. Nichts kümmert dich, nichts stört dich. Du denkst nicht, bist ganz und gar du Selbst.

Ein tiefer, dunkler, summender Ton umhüllt dich wie ein wärmender Mantel, er kommt aus den tiefsten Tiefen deines Selbst.

Reines Bewusstsein bist du, ohne Ablenkung, ohne Störung, ohne Gedanken. Alles ist in dir enthalten, alles kann aus dir entspringen, weil du das Ur-Nichts und das Ur-Chaos bist, das vor aller Schöpferkraft steht.

Wohlig schwebst du, eingerollt wie eine Schlange, wie ein Fötus, in diesem gemütlichen Ur-Grund - einer dunklen Höhle, einem Ei, einem Uterus.

Du bist der Schatten deines inneren Lichts, die dunkle Seele deines erleuchteten Geistes - doch das kümmert dich alles nicht.



INGWAZ

Ein strahlender Palast auf einem hohen Berg, beides aus glänzendem, strahlendem Kristall ist dein Ziel. Und als du ihn erreichst, öffnet sich vor dir der strahlende Palast, das himmlische Schloss. Du betrittst ihn, in der Mitte des Schlosses findest du einen Sessel aus strahlend weiß-goldenem Licht.

Du setzt dich auf den Sessel, auf diesen Thron, und in dir ist nur noch Friede und Glück. Du versinkst in reiner Glückseligkeit, wirst Eins mit dem Licht der Himmelsgöttin.

Du spürst, dass du endlich angekommen bist, deine Reise dem Ende entgegen geht, denn du bist zu reinem kosmischem Bewusstsein geworden.

In Zeitlosigkeit lebst du nun mit deiner göttlichen Familie in Frieden und Harmonie in dieser strahlenden Jenseitswelt.

MYTHOLOGISCHE GEOGRAPHIE

Die drei Ebenen

Die Ebenen der Schwarzen Erdgöttin, der Roten Feuergöttin und der Weißen Jenseitsgöttin werden

auch oft als *Aettir*, einer altisländischen Benennung, bezeichnet. Es sind die Unterwelt (Utgard), die Mittelwelt (Mitgard) und die Astral-/Jenseitswelt (Asgard), sie bezeichnen auch das Vergangene, das Gegenwärtige und das Zukünftige. Die Ebenen sind geistige Entwicklungs-zustände, die durch die drei Nornen Urd – uralte, weise Frau, Verdhandi – die reife, lebensspendende Frau und Skuld – das junge, lustvolle Mädchen symbolisiert werden. Etwas gewöhnungsbedürftig ist der Weg vom Alten, Ursprünglichen, hin zum Jungen, Neuen. Zieht man nun aber die alte Betrachtungsweise zu Grunde, dass immer der/die Jüngste das Erbe antritt und das Leben weiter gibt, ist es wieder stimmig. Denn auch in den alten Märchen weltweit ist es immer die jüngste Tochter, der jüngste Prinz, das jüngste Kind der/die Held/Heldin, der/die den Sieg davon trägt und das Glück gewinnt.

Der Weltenbaum – Yggdrasil - Irminsul

In der nordischen Mythologie spielt, ebenso wie in anderen schamanischen Traditionen, der Weltenbaum eine zentrale Rolle. Dieser Weltenbaum heißt im Norden Yggdrasil, bei den germanischen Stämmen Irminsul (von Y[hwaz]M[anaz]S[owilo] – Mond, Mensch/Frau, Sehen). Oft ist es eine Esche, in manchen Erzählungen auch eine Ulme, manchmal auch eine Tanne oder Fichte oder ein anderer immergrüner Baum. Wahrscheinlich war sie auch eine Eibe, da die Wurzeln so besonders sind (weitreichend, tief und dicht). Sie wachsen nach oben und biegen sich dann wieder auf die Erde, verbinden so die Welten miteinander. Sie werden auch wirklich UR-alt und überdauern andere Bäume. Sie vermehrt sich durch Stecklinge und alle sind weiblich. Auch sind die Nadeln spiralförmig angeordnet.



URUZ

Bedeutung

„Erkenne dich selbst, dann erkennst du die Welt.“

1. Rune Urd's, der Vergangenheit, des Unbewussten. Ur-Mutter der Dunkelheit.

Sie enthüllt hier die Ursachen deiner Probleme. Sie hilft dir, Klarheit in deinem Denken und Handeln zu finden, Heil und Ganz zu werden. Sie ist die Ur-Schöpferin, die aus dem Chaos des Nichts das Leben spinnst.

Du musst hinabsteigen in den Ur-Grund, um dich deinem Schatten zu stellen, den du hier findest.

Der Urgrund des Weiblichen, das Nichts und das Chaos, aus dem Alles entspringt.

In moderner Überlieferung heißt sie Urochse, was Sigurd Agrell aus dem Mithraskult entlehnte. Andere Autoren beziehen sich auf die, in der Edda beschriebene, Kuh Audhumbla, die die ersten Menschen genährt haben soll.

Zeit

Es ist die vorletzte Neumondnacht vor der Wintersonnwende, also die Zeit, die wir heute als Samhain oder Allerheiligen bezeichnen. Die Zeit vom 30.10. bis 14.11.

Es ist die "Schamanen-Nacht", die Nacht, an der die Grenzen zu den anderen Welten weit offen sind. Es ist das alte Neujahrsfest, hier beginnt das Neue Jahr mit seinem Lauf. URUZ ist die Rune des 1. Jahreskreisfestes, Samhain.

URUZ ist die Rune der ersten Tagesstunde nach Sonnenuntergang.

Silbenlaut	u, ur, uru, urai
Element	Erde
Erdkreis	Norden
Planet	Erde

Sternzeichen	Skorpion
Baum	Esche
Pflanze	Sumpfmoss
Edelstein	Chrysoberyll
Mineral	Aluminium
Krafttier	Schlange
Farbe	Schwarz und Grün
Tarotkarte	III Herrscherin
Ast	Geburt
Geflecht	Wurzelgeflecht

Anwendung

Finden der Ursache/n von Problemen, Leid, Krankheit und Schmerz. Den Dingen auf den Grund gehen und damit Heilung hervorrufen.

Runenmagie

Ritze die Rune zum Heilen. Benutze sie, wenn du dich mit deinen Ahnengeistern in Verbindung setzt. Verwende sie, wenn du zu "kopflastig" geworden bist, um dich wieder zu erden. Dabei kannst du im Stehen den Oberkörper vornüber hängen lassen, die Arme locker und tief in den Bauch "Uuuuhr" singen.



INGWAZ

Bedeutung

„Ich bin das innere Feuer.“

6. Rune der Weißen Göttin, der Zukunft. Ur-Feuer des Jenseits.

Das Jenseitsland ist erreicht, die Polaritäten vereinen sich und werden zum göttlichen Seelenfunken. Ruhe, in der Mitte sein, Meditation und Samadhi. Das innere Licht erkennen und annehmen. Das Eingehen in den Schoß der Großen Göttin, Einswerden mit ihr. Die Raute als Symbol der Göttin.

Auch zu dieser Rune finden sich in den alten Abhandlungen keinerlei Bedeutungen, man kommt nur durch Meditation und innere Seelenreise zu einer Antwort.

Zeit

Es ist die Zeit des dritten Vollmondes nach der Sommersonnwende, also die Zeit zwischen dem 16.09. und dem 30.09, die Zeit der Herbst-Tag-und-Nachtgleiche. Der Altweibersommer zeigt sich nochmal von seiner schönsten Seite und die Ernte-Dank-Feste werden gefeiert. INGWAZ ist die Rune des 8. Jahreskreisfestes, Herbst-Tag-und-Nachtgleiche, und die Rune der zehnten Stunde nach Sonnenaufgang:

Silbenlaut	ng, ing, eng, ang, ung
Element	Luft, Erde
Erdkreis	Süden
Planet	Sonne und Mond
Sternzeichen	Steinbock

Baum	Apfelbaum
Pflanze	Schlüsselblume
Edelstein	Bernstein
Mineral	Platin
Krafttier	Falke
Farbe	Goldgelb
Tarotkarte	XX Äon
Ast	Wissen
Geflecht	Halsgeflecht

Anwendung

Diese Rune hilft dir, dein inneres Licht zu sehen. Mit dieser Rune kannst du deine ganze spirituelle Persönlichkeit entwickeln. Sie hilft dir, ruhig und ausgeglichen zu sein und unterstützt dich bei deinen Meditationen. Sie verbindet dich mit der Göttin in dir.

Runenmagie

Ritze die Rune, wenn du Ruhe und innere Einkehr benötigst. Trage sie, um dein göttliches Wesen zu wecken. Sie hilft auch bei der Kommunikation mit Astralwesen.

DIE RUNENREISE

Hier kannst du als TherapeutIn deine Klientin vor der Entspannung eine Rune aus dem Satz ziehen lassen und ähnlich, wie weiter oben beschrieben, als geführte Meditation die Kraft und Energie dieser Rune erleben lassen. Oder ihr sucht gemeinsam im therapeutischen Gespräch eine Rune aus, die der momentanen Situation deiner Patientin am ehesten entspricht.

Beispiel: Rune Wunjo

Bei Mangelerfahrungen oder dem ständigen Gefühl, nicht genug zu bekommen. Auch bei mangelndem Selbstbewusstsein aus dem Gefühl „zu kurz“ gekommen zu sein und bei chronischem Geiz.

Mache vorher eine Entspannungsübung mit deiner Patientin.

Du stehst auf einer sonnenbeschiedenen Wiese, Blumen duften und Bienen und Hummeln summen um dich herum. Freudig wartest du auf das, was nun kommt. Vor dir taucht in der flirrenden Luft die Rune Wunjo auf. Sie wird fester, materieller, formt sich zu einem Füllhorn aus dem Früchte, Getreide, Tiere und unendliche Fülle herausströmen. All das übergießt sich dir und dringt in dich ein und du spürst, dass all die Fülle in dir ist und dich durchströmt. Du selbst bist die Fülle und all das, was aus dem Runen-Füllhorn strömt, strömt aus dir. Du schenkst die Fülle an die Welt, denn dieser Strom überbordender Fülle ist unendlich und alles und jeder kann davon genug bekommen. Wenn du spürst, dass du genug Fülle bekommen und gegeben hast, atme tief ein und aus und komme langsam zurück ins Hier und Jetzt, spüre deine Hände und Füße und wie sich dein Körper auf der Unterlage anfühlt.