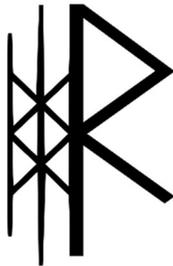






Rolf E. Egli



# Runen

Aus dem Schamanenwerk® Universum

Sei begleitet und getragen

## Wichtiger Hinweis

Dieses Buch erhebt keinen Anspruch auf alleinige Wahrheit oder Vollständigkeit. Der Inhalt wurde erarbeitet und ersetzt keine therapeutische oder psychologische Begleitung. Eine Garantie oder Haftung seitens des Verfassers, bzw. des Verlages für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen. Sämtliche Informationen in diesem Buch sind für Interessierte zur Weiterbildung gedacht.

1. Auflage 2024

© Rolf Egli, Oberdiessbach, Schweiz

Verlagslabel: Schamanenwerk, <https://schamanenwerk.ch>

Bilder: Pixabay, Wikipedia, Freepik

Druck und Distribution im Auftrag des Autors: tredition GmbH, Heinz-Beusen-Stieg 5, 22926 Ahrensburg, Germany

Das Werk, einschliesslich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Für die Inhalte ist der Autor verantwortlich. Jede Verwertung ist ohne seine Zustimmung unzulässig. Die Publikation und Verbreitung erfolgen im Auftrag des Autors, zu erreichen unter: Rolf Egli, Schloss-Strasse 13, 3672 Oberdiessbach, Switzerland.

ISBN: 978-3-384-39998-4

# Inhalt

Inhalt .....	4
Einführung.....	6
Runenmeditation.....	8
Runenmagie .....	11
Runenorakel .....	13
Binderune .....	16
Die Einzelnen Runen und Ihre Botschaft .....	18
Fehu .....	19
Uruz.....	22
Thurisaz.....	25
Ansuz .....	28
Deutung der Rune .....	28
Raido .....	31
Deutung der Rune .....	31
Kenaz .....	34
Gebo.....	37
Wunjo .....	40
Hagalaz .....	43
Nautiz .....	46
Isa .....	49
Jera .....	52
Eihwaz .....	55
Pertho.....	58
Algiz.....	61

Sowilo .....	64
Tiwaz.....	67
Berkano.....	70
Ehwaz.....	73
Mannaz.....	76
Laguz.....	79
Ingwaz.....	82
Dagaz .....	85
Othala.....	88
Der Autor .....	91

# Einführung

## Die Runen und ihre Kraft

Willkommen in der faszinierenden Welt der Runen. In diesem Buch lade ich dich ein, die tiefen Geheimnisse und die transformative Kraft dieser alten Zeichen zu entdecken. Als geweihter Druide mit einer tiefen Verbindung zur Welt des Schamanentums habe ich auf meiner Reise nicht nur die Runen kennengelernt, sondern auch erfahren, wie sie uns helfen können, unser volles Potenzial zu entfalten und ein erfülltes Leben zu führen.

Diese Symbole sind so viel mehr als nur Buchstaben. Sie sind Botschafter der alten Weisheiten, die uns dabei helfen, unsere inneren Kräfte zu aktivieren und die Welt um uns herum besser zu verstehen.

Die Runen sind ein unglaublich wertvolles Werkzeug auf dieser fantastischen Reise der Transformation. Sie sind ein grossartiges Mittel, um alte Muster zu durchbrechen und seelenzentrierte Heilung zu erfahren. Ihre Kraft ist unglaublich und vielfältig und kann in verschiedenen Lebensbereichen Anwendung finden – sei es in der Selbstfindung, in Beziehungen oder bei der Verwirklichung persönlicher Ziele.

Die Runen sind jedoch nicht die einzige Quelle für berührende Botschaften und transformative Hilfestellungen, Krafftiere, Numerologie und Kraftpflanzen sind ebenso hilfreich und tiefgehend wie Heilsteine, Farben und Töne. Und das Beste daran ist: Das Schamanenwerk®-Universum wächst und wächst und wächst! Die Verbindungen der verschiedenen Quellen sind für mich unglaublich spannend und inspirierend. Ich

liebe es, in jedem Teil die anderen zu verknüpfen. Denn zum Beispiel hat der Falke eine besondere Verbindung zur Rune Ansz. Dadurch eröffnen sich weitere, faszinierende Kanäle zur Transformation. Wenn ich die Rune Othala anschau, kann ich die Verbindung zum Krafftier Elefant anschauen und dort weitere Erkenntnisse finden. Zusätzlich hat die Farbe Gelb eine Bedeutung und wie sie auf mich wirkt, und so weiter. Es gibt unglaublich viele Kombinationsmöglichkeiten Erkenntnisse zu finden und zu vernetzen.

Tauche ein und spüre die magische Kraft, die dich durchströmen wird.

## Wie komme ich zu meiner Krafftrune?

Es gibt so viele aufregende Möglichkeiten, wie man das angehen kann. Du kannst zum Beispiel meditieren und spüren, welche magische Rune sich dir zeigt, im nächsten Abschnitt ist eine solche zu finden.

Du kannst auch dieses Buch als magisches Orakel verwenden. Einfach durchblättern und an einer Stelle anhalten – und schon erfährst du, was das Schicksal für dich bereithält. Die Möglichkeiten sind schier unendlich. Oder stell dir vor, dir erscheint eine Rune im Traum. Das wäre doch spannend, oder? Dann kannst du den Kontext mit der Bedeutung miteinbeziehen.

Schlussendlich ist jeder Buchstabe, der dir im täglichen Leben begegnet, auch eine Botschaft. Wie mit den Krafftieren können sich auch die Runen dir aufdrängen, d.h. wenn dir ein Buchstabe ständig ins Auge springt oder sich dir regelrecht aufdrängt, lohnt es sich, die Botschaft genauer zu betrachten und den Dingen ein bisschen auf die Spur zu gehen.

# RUNENMEDITATION

## Einführung

Folgende Meditation kannst du selbst durchführen, indem du sie z.B. mit deinem Mobiltelefon aufnimmst und sie dir anschliessend anhörst. Bitte achte darauf, dass du während ca. 30 Minuten ungestört bist und dich bequem hinsetzt oder hinlegst. Ich empfehle dir auch, etwas zum Schreiben bereit zu halten, damit du die Meditation im Anschluss aufschreiben, bzw. dir Notizen des Erlebten machen kannst.

## Geniesse die Reise:

Mach es dir bequem. Setze dich oder lege dich hin, so wie es für dich angenehm ist. Schliesse die Augen und atme tief ein, halte den Atem für einen Moment und atme dann langsam aus. Lass mit jedem Ausatmen Anspannung los und fühle, wie dein Körper schwerer wird und sich immer tiefer und tiefer sinken lässt.

Spüre, wie deine Schultern weich und entspannt werden, wie dein Nacken sich entspannt und wie alle Spannung in deinen Armen, Händen und Fingern sanft aus deinem Körper herausfliesst. Lass den Atem ruhig und gleichmässig durch dich fließen, lass ihn einfach kommen und gehen wie die Wellen des Meeres.

Richte nun deine Aufmerksamkeit auf deinen Brustkorb und Bauch, wo der Atem wie ein sanfter, beruhigender Fluss ein- und ausströmt. Mit jedem Ausatmen lässt du alles los, was du jetzt nicht mehr brauchst - Sorgen, Anspannung, alte Gedanken. Spüre, wie du mit jedem Atemzug tiefer und tiefer eintauchst und mehr und mehr loslassen kannst.

Richte jetzt deine Aufmerksamkeit auf deine Beine. Spüre, wie auch sie immer schwerer und entspannter werden. Deine Füße, deine Waden, deine Oberschenkel - alles sinkt tiefer und tiefer. Du bist mit der Erde verbunden, geborgen und gehalten, und jede Zelle deines Körpers darf sich hier und jetzt vollkommen entspannen.

Du bist an einem warmen, friedlichen Ort angekommen. Irgendwo im Grünen in der Natur, alle Klänge und Düfte, geben dir ein Gefühl von Ruhe und Geborgenheit.

Du stehst nun vor einem alten, mystischen Wald. Vielleicht kennst du ihn sogar. Die Bäume um dich herum sind alt und hoch, ihre Blätter rauschen sanft im Wind. Genieße die entspannende Musik. Hier in diesem Wald liegt eine unendliche Kraft verborgen, die dich ruft. Nimm sie wahr, wo spürst du sie, wie fühlst sie sich an?

Du gehst auf einem Pfad in diesen Wald hinein, spüre die Energie der Erde unter deinen Füßen und lasse dich von deinem inneren Kompass führen. So wie es ist, ist es gut. Vielleicht entdeckst du Tiere oder Wesen, die dich durch diesen Wald begleiten. Danke für ihre Anwesenheit.

Während du tiefer in den Wald gehst, siehst du vor dir eine Lichtung. In der Mitte dieser Lichtung steht ein grosser, alter Stein – ein Ort der alten Runenweisheit, ein Ort voller Magie. Geh näher und setze dich vor den Stein. Spüre seine Energie, seine Kraft, seine Weisheit, die von vielen Generationen durchdrungen ist. Du weisst, dies ist ein heiliger Ort, an dem du Zugang zu einer Rune finden kannst, die dir jetzt auf deinem Lebensweg helfen kann.

Atme tief ein und richte deine Aufmerksamkeit auf dein Herz. Frage dich, welche Qualität oder welche Kraft dich jetzt unterstützen darf. Vielleicht ist es Schutz, Transformation, Weisheit oder innere Stärke. Halte diese

Frage sanft in deinem Geist und lass deine innere Stimme antworten. Lausche und nimm wahr was sich dir offenbaren mag.

Nun beobachtest du, wie aus dem Stein vor dir langsam eine Rune auftaucht. Sie beginnt, sich dir zu offenbaren, vielleicht als Bild, Symbol oder Gefühl. Lass die Rune zu dir sprechen, ohne zu hinterfragen, einfach wahrnehmen, alles, was ist, ist gut. Fühle, was diese Rune in dir hervorruft. Welche Emotionen oder Bilder steigen auf? Spüre, was sie dir sagen möchte und welche Botschaft sie dir bringt. Dies ist deine persönliche Rune für diesen Moment deines Lebens.

Lasse dir Zeit, um die Energie und Bedeutung dieser Rune vollständig aufzunehmen. Spüre, wie sie sich in deinem Inneren verankert und dir eine neue Kraft gibt.

Bedanke dich bei der Rune und dem Stein für diese wunderbare Begegnung. Du weißt, dass du jederzeit zu diesem Ort zurückkehren kannst, wenn du die Weisheit deiner Rune wieder spüren möchtest.

Langsam machst du dich auf den Weg zurück durch den Wald an deinen friedlichen Ort in der Natur. Atme noch einmal tief ein und aus. Langsam kommst du zurück in deinem Körper an. Spüre wieder den Boden unter dir, deine Hände, deine Füße und den Raum um dich herum.

Vielleicht magst du dich sanft umarmen und dich liebevoll in Hier und Jetzt begrüßen. Wenn du bereit bist, öffne langsam deine Augen und komme zurück ins Hier und Jetzt, erfüllt mit der Kraft deiner Rune und der Klarheit ihrer Botschaft.

Willkommen zurück im Hier und Jetzt.

# RUNENMAGIE

## Was ist Runenmagie?

Wer sich in Nordeuropa auf Spurensuche begibt, stösst unweigerlich auf Runensteine - steinerne Zeugen unserer Vorfahren, deren Oberfläche von geheimnisvollen Zeichen, den Runen, gezeichnet ist. Diese tief in den Stein eingegrabenen Symbole tragen die Stimmen und Botschaften unserer Vorfahren durch die Zeiten.

Der Ursprung des Wortes "Rune" liegt im Begriff "Raunen". Einst waren es geflüsterte Worte, die leise Weisheiten und geheime Botschaften enthielten. Erst später begannen die Menschen im Norden, diese Zeichen dauerhaft in Stein zu verewigen.

Auch wenn die Gelehrten bis heute rätseln, wie und wann die Runen zu den Germanen kamen, gibt uns die Edda einen mythologischen Hinweis. Der Gott Wodan - den Wikingern als Odin bekannt - soll die magischen Zeichen in tiefer Trance entdeckt haben. Das Wissen um ihre Verwendung brachte schliesslich der Gott Heimdall zu den Menschen.

Die Runen des älteren Futhark waren besonders mächtig und wurden gezielt für magische Zwecke eingesetzt. Eingeritzt in verschiedene Gegenstände sollten sie Schutz und Segen bringen. Die Germanen nutzten sie auch für das Runenorakel, eine uralte Kunst der Weissagung. Dabei wurden kleine Runenhölzer geworfen, um die Zukunft zu lesen.

Diese Runenhölzer wurden im Spätsommer oder Herbst geschnitten, wenn die Bäume ihre volle Kraft hatten. In der

Nacht wurden die Runen unter leisem Gemurmel in das Holz geritzt.

Runenmagie verbindet uns mit der Weisheit und Kraft der alten nordischen Mythologie. Diese uralten Schriftzeichen gehen weit über ihre Funktion als bloße Symbole hinaus: Sie sind Tore zu einem umfassenden Verständnis von Energie, Heilung und persönlicher Entwicklung. Es sind Zeichen, die als Werkzeuge dienen, um spirituelle Einsichten zu gewinnen, Energien zu lenken und in direkten Kontakt mit der eigenen inneren Weisheit zu treten.

Für Menschen, die auf der Suche nach Heilung und spiritueller Entwicklung sind, kann die Runenmagie eine wertvolle und kraftvolle Begleitung sein. Wenn Menschen sich auf eine Reise zu ihrem inneren Selbst begeben, stoßen sie oft auf Widerstände und Zweifel. Hier können die Runen das Selbstwertgefühl stärken und den emotionalen Heilungsprozess unterstützen, indem sie Einsicht und Klarheit schenken. Menschen mit Unsicherheiten und Ängsten vor Veränderungen können mit den Runen eine Brücke bauen, um Vertrauen in sich selbst und ihren Weg zu gewinnen.

Ich verwende die Runen sowohl in Ritualen als auch im täglichen Leben. Sie bieten mir eine Art magischen Ankers oder Gefäßes, um dem Handeln mehr Kraft zu geben. Während eines Rituals kann zum Beispiel die Rune „Ansuz“, die für Kommunikation und spirituelle Weisheit steht, tiefere Botschaften und spirituelle Verbindungen öffnen und Klarheit in Bezug auf Lebensfragen geben. Auch bei Hausreinigungen oder Aurareinigungen können Runen bestimmte Absichten unterstützen - sei es Schutz zu schaffen, Heilung zu fördern oder Vergangenes loszulassen.

# RUNENORAKEL

Das Runenorakel ist, wie bereits erwähnt, eine uralte Methode, um Antworten auf Lebensfragen zu erhalten und Botschaften aus der geistigen Welt zu empfangen. Jede Rune hat ihre eigene Bedeutung und Kraft, die mit Themen wie Schutz, Heilung, Transformation, Weisheit und göttlicher Führung verbunden ist. Das Orakel selbst wird meist unter freiem Himmel oder an einem heiligen Ort durchgeführt, was die Verbindung zur Natur und den alten Göttern stärkt und dem Ritual seine besondere Energie verleiht.

Um das Runenorakel zu befragen, formuliert der Fragende zunächst eine klare und präzise Frage. Diese Frage kann sich auf ein persönliches Anliegen, eine anstehende Entscheidung oder eine tiefere spirituelle Weisheit beziehen. Nachdem die Frage ausgesprochen oder im Stillen formuliert wurde, werden die Runen in einem respektvollen Ritual oft auf ein weisses Tuch oder direkt auf die Erde geworfen. Die geworfenen Runen bilden ein Muster, das die Antwort oder Hinweise für den Fragenden enthält.

Traditionell werden drei Runen nacheinander gezogen und ihre Bedeutung im Zusammenhang mit der gestellten Frage gedeutet. Jede der gezogenen Runen liefert einen Aspekt der Antwort: Die erste Rune zeigt oft die Ausgangssituation oder das zugrundeliegende Thema, die zweite Rune beleuchtet mögliche Einflüsse oder Herausforderungen und die dritte Rune offenbart einen möglichen Ausweg oder einen Rat für den weiteren Weg.

Eine weitere Möglichkeit ist, dass alle Runen geworfen werden und anschliessend alle nach oben zeigenden gedeutet werden.

Ein wesentliches Element des Runenorakels ist die persönliche Beziehung zu den Runen und der Glaube an die uralte Weisheit, die in ihnen fließt. Es geht nicht um ein einfaches „Ja“ oder „Nein“, sondern um das Verstehen der Symbole, die uns zum Nachdenken, zur Selbsterkenntnis und zur Transformation anregen. Die Runen sprechen durch ihre Symbolik oft in Bildern und Metaphern, die tiefer wirken, als es auf den ersten Blick scheint, und helfen dem Fragenden, die Zusammenhänge des Lebens und seine eigene innere Wahrheit zu erkennen.

Das Runenorakel ist also nicht nur ein Werkzeug zur Vorhersage, sondern eine Einladung, tiefer in das eigene Wesen und die verborgenen Kräfte des Universums einzutauchen. Es bietet Antworten und Einsichten, vor allem aber eine Brücke zur geistigen Welt, zur Weisheit der Ahnen und zur Kraft der Natur.



# BINDERUNE

Eine Binderune ist eine mächtige Form der Runenmagie. Dabei werden mehrere Runen zu einem Symbol verbunden, um ihre Energien und Bedeutungen zu vereinen. Durch die Verbindung der Runen in einer Binderune entsteht ein neues, oft komplexes Zeichen, das eine ganz bestimmte Absicht oder Wirkung hat. Diese Form der Runenarbeit ist besonders beliebt für Schutz, Heilung, Stärkung und persönliche Transformation, da sie auf die individuellen Bedürfnisse und Wünsche des Erschaffers abgestimmt werden kann.

Die Gestaltung einer Binderune beginnt mit der Auswahl der Runen, die die gewünschten Eigenschaften oder Energien symbolisieren. Zum Beispiel könnte man für Schutz und Mut die Runen \*Algiz\* (Schutz) und \*Tiwaz\* (Kriegerkraft) wählen. Wer hingegen Liebe und Harmonie fördern möchte, könnte \*Gebo\* (Gabe, Verbindung) und \*Wunjo\* (Freude, Glück) kombinieren. Jede Rune bringt ihre eigene Schwingung in die Binderune ein und das Zusammenspiel der Symbole erzeugt eine ganz besondere Kraft.

Meiner Meinung nach ist es jedoch sehr wichtig zu berücksichtigen, dass beim Zusammenstellen der Runen vielleicht neue Runen entstehen, welche auch ihre Wirkung haben. Diese sollten auf jeden Fall angeschaut und vielleicht mit einer weiteren Rune neutralisiert werden.

Nach der Auswahl der Runen wird die Binderune oft auf einen bestimmten Gegenstand graviert, gemalt oder geschnitzt, zum Beispiel auf Holz, Stein oder auch auf Schmuck, den man bei sich trägt. Der Prozess des Zeichnens oder Schnitzens sollte eine meditative und

rituelle Erfahrung sein, bei der die Intention für die Binderune bewusst und kraftvoll gesetzt wird. Manche bevorzugen es, die Runen im Schein einer Kerze oder bei einem bestimmten Mondstand zu erschaffen, um die energetische Wirkung zu verstärken.

Die Visualisierung der gewünschten Wirkung spielt bei der Herstellung und Weihung der Binderune eine wichtige Rolle. Oft wird die Rune mit einem eigenen Symbol für Kraft oder Leben versehen, sei es durch einen Hauch, ein gesprochenes Mantra oder ein kleines Opfer. Manche färben die Binderune auch mit rotem Krappwurzelsud oder, in manchen Traditionen, mit einem Tropfen Blut, um eine persönliche Verbindung zum Symbol herzustellen und es mit der eigenen Lebenskraft aufzuladen.

Die fertige Binderune kann als ständiger Begleiter getragen oder an einem besonderen Ort aufbewahrt werden, wo sie ihre Wirkung entfaltet. Manche befestigen sie auch als Schutzsymbol an Türen, Fensterrahmen oder auf Altären. Die Binderune ist nicht nur ein individuelles Symbol, sondern auch ein mächtiges Werkzeug, das Energie bündelt und die spirituellen Kräfte des Trägers stärkt. Sie dient als Bindeglied zwischen dem Alltagsbewusstsein und den geistigen Kräften, die man aktiv in sein Leben einlädt.

# Die Einzelnen Runen und Ihre Botschaft

