

DIE 24 RUNEN DES ÄLTEREN FUTHARK

Zeichen, Laut und Kern jeder Rune. Zum Ausdrucken, zum Legen, zum Lernen.

Freyrs Ætt



FEHU

Laut f

Reichtum, Vieh, Lebensenergie



URUZ

Laut u

Urkraft, Aurochse, wilde Stärke



THURISAZ

Laut þ

Riese, Dorn, Schutz



ANSUZ

Laut a

Göttliche Sprache, Odins Atem



RAIDHO

Laut r

Reise, Rhythmus, rechter Weg



KENAZ

Laut k

Feuer, Erkenntnis, Schaffenskraft



GEBO

Laut g

Gabe, Opfer, Verbindung



WUNJO

Laut w

Freude, Harmonie, Erfüllung

Hagals Ætt



HAGALAZ

Laut h

Hagel, Umbruch, Neubeginn



NAUTHIZ

Laut n

Not, Widerstand, innere Stärke



ISA

Laut i

Eis, Stillstand, innere Stille



JERA

Laut j

Jahr, Ernte, Kreislauf



EIHWAZ

Laut i

Eibe, Yggdrasil, Übergang



PERTHRO

Laut þ

Schicksal, Geheimnis, Los



ALGIZ

Laut z

Schutz, Elch, göttliche Nähe



SOWILO

Laut s

Sonne, Sieg, Lebenskraft

Tyrs Ætt



TIWAZ

Laut t

Tyr, Gerechtigkeit, Opfer



BERKANA

Laut b

Birke, Geburt, Fürsorge



CHWAZ

Laut e

Pferd, Partnerschaft, Vertrauen



ODANNAZ

Laut m

Mensch, Bewusstsein, Selbst



LAGUZ

Laut l

Wasser, Intuition, Fließen



INGWAZ

Laut ng

Freyr, Potential, Gemeinschaft



DAGAZ

Laut d

Tag, Durchbruch, Erleuchtung



OTHALA

Laut o

Erbe, Heimat, Ahnen

„Vieh stirbt, Verwandte sterben, du selbst stirbst ebenso.
Eines weiß ich, das niemals stirbt: das Urteil über jeden Toten.“

Hávamál 76

SO ARBEITEST DU MIT DER KARTE

1 LERNE DIE ZEICHEN, NICHT DIE LISTE

Nimm dir eine Rune pro Tag. Zeichne sie mit der Hand nach, sprich ihren Namen, lies ihren Kern. Nach 24 Tagen kennst du das Futhark, ohne es gepaukt zu haben.

2 LEG SIE

Schneide die Karte aus oder schreib die Zeichen auf Holz und Stein.
Zieh eine Rune am Morgen. Frag nicht, was sie vorhersagt.
Frag, worauf sie dich heute hinweist.

3 GEH TIEFER

Jede der 24 Runen hat auf folgedempfad.de eine eigene Seite: Herkunft, Quellen aus Edda und Runengedichten, Bedeutung für heute. Kein Wellness, kein Zuckerguss.

DER NÄCHSTE SCHRITT

Der Live-Abend „Neue Wege zu den Runen“ ist kostenlos und online.
Den nächsten Termin findest du unter
neuewege.folgedempfad.de/liveabend

Täglich ein Runenwort auf Telegram: t.me/folgedempfad
Kurse und Seminare: rufdeswolfes.com

F N Þ F R < X P H † I S J B Y S ↑ B M M † ◊ W X

RUF DES WOLFES