

## DER RUNEN-



Die keltische Gottheit Esus-Cernunnos auf dem

Ausschnitt aus Platte 2 des Silberkessels von Gundestrup aus Jütland. Esus-Cernunnos sitzt zwischen den symbolhaften kosmischen Polen, des solaren Hirsches und der chthonischen Schlange und dem Wolf (mythischer Lichtfeind bzw. Sonnenjäger). Das bedeutet, Licht und Schatten, Höhe und Tiefe, Geist und Materie vereinigen sich in ihm und sind somit auch von seinen Gläubigen in der Yoga-Geistreise zu durchmessen -, ganz unabhängig davon wie die von antiken Schriftstellern erwähnten Seelenreisen in den alten Kulturen, auch der druidischen, namentlich benannt wurden. Verbindungsversuche aus dem grobstrukturellen Leiblichen hin zum numinosen, rein Geistigen waren es --, und Yoga heißt Verbindung.

## DER RUNEN-YOGA

Die Einladung von Eva Scheidegger lautet: „**Die wahre Aufgabe des Menschen besteht darin, sein Selbst auf eine höhere Bewusstseinsstufe zu bringen**“, und die wichtigen Einleitungssätze von Aurobindo entnehme ich seinem Yoga-Buch: „**Alles Yoga ist in seiner Natur nach eine neue Geburt. Er ist die Geburt aus dem gewöhnlichen, dem intellektualisierten, materiellen Leben des Menschen in ein höheres spirituelles Bewusstsein und in ein größeres und göttlicheres Sein. Kein Yoga kann erfolgreich unternommen und durchgeführt werden, wenn man nicht gründlich zu der Einsicht erwacht ist, dass die Notwendigkeit zu einer umfassenderen spirituellen Existenz besteht.**“ Übereinstimmend mit dem nunmehrigen Vorliegen der entschlüsselten Ur-Runenreihe <sup>1.)</sup> erscheint die altindische Betrachtung, welche in der Taittiriya-Upanishad ihren Niederschlag gefunden hat. Dort wird von den fünf Leibern, richtiger Hüllen oder Schichten des menschlichen Wesens gesprochen und der physische Körper auch nur als eine Erscheinungsform unseres wahren geistigen Wesens gesehen. Er ist durchwirkt und umhüllt von dem, was im theosophischen Sprachgebrauch Äther oder Astralleib genannt wird. Wollte man eine moderne Verständnishilfe anbieten, wäre es gewiss erlaubt, auf die Elektrophysiologie des Nervensystems hinzuweisen, welche, unseren stofflichen Strukturen innewohnend, einem eng vernetzten, ruhelos pulsierenden Geistkraftkörper gleicht.

Die Mannus- bzw. Menschheits-Rune steht im Runensystem an fünfter Stelle, d.h. sie trägt die Fünf als ihre kennzeichnende Symbolziffer. Folgt man den aus alter Yoga-Philosophie hervorgegangenen hinduistisch-buddhistischen Lehrschriften, den sog. Tantras, so gliedern sich die fünf Seinsphasen des Menschen in:

- 1. die stoffliche Hülle (Anna-Maya),**
- 2. Lebenshülle (Prana-Maya)**
- 3. Hülle des Ich-Bewusstseins (Mano-Maya)**
- 4. Hülle des Unterbewussten (Vijnana-Maya)**
- 5. Hülle der kosmisch-spirituellen Glückseligkeitsempfindung (Ananda-Maya).**

So, wie in diesem materiellen und zugleich feinstofflichen Mikrokosmos Mensch eine Wirbelsäule mit Rückenmarkstrang als Haltestab und Hauptbahn der Lebensenergie vorhanden ist, so dachte man sich, in den Maßstab des Makrokosmos übertragen, die Weltstütze oder All-Säule von ganz ähnlicher Art und Aufgabe. Nach weithin übereinstimmenden Glaubensgleichnissen der alten Weisheitslehrer wird der Mensch in eben dem Maße von seiner Wirbelsäule erhalten, wie der Kosmos durch einen unsichtbaren feinstofflichen Pfeiler. Zerbricht die Wirbelsäule, so zerfällt natürlicherweise unrettbar das menschliche Sein. Daraus durfte man folgern, dass - wenn die All-Stütze, die Achse zwischen Erde und Himmel, zwischen Mensch und Gott in Trümmer gehe, die Weltallzertrümmerung unausweichlich folgen müsse.

Überzeugt vom Vorhandensein einer Urverwandtschaft zwischen altindischer und runisch-germanischer Gotterkenntnis, erscheinen uns Vergleiche und Übertragungen von der einen zur anderen durchaus berechtigt. Betrachten wir die aus altindischem Weltverständnis gereiften tantrischen Mittel und Wege der Selbsterfahrung. Sie verstehen sich als mögliche Hilfen zum Gotterlebnis und zur Gottvereinigung, welche Hindus, Buddhisten und Dschinisten gleichermaßen nützen, welche aber auch unter dem allgemeinen Oberbegriff Yoga-Philosophie verschiedenster Ausformungen im Westen

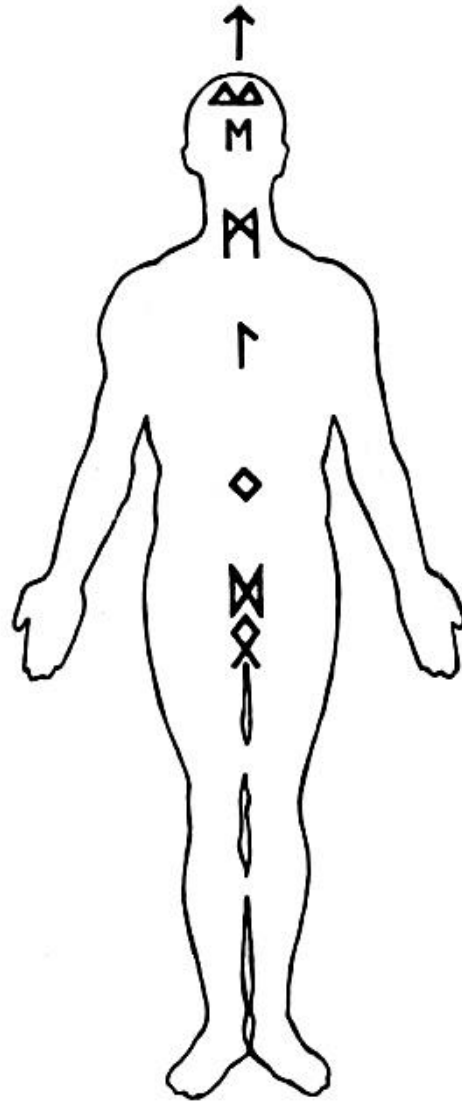
**zunehmend Anhänger gewinnen. Die wichtigste Vorstellung im Konzept des Tantra-Kultes ist das System der sechs psychischen Zentren, Chakras (Räder) genannt, die wie knospenhafte Energiekörper an der inneren Zentralsäule aufgereiht sind. Ein siebter befindet sich an der höchsten Stelle des Schädels, wo die Verbindungsregion zum Transzendenten vermutet wird.**

**Zur Ausübung einer Yoga Meditationsübung beginnt der Tantrika damit, sich in den genauen Mittelpunkt seiner Welt hineinzudenken. Rund um ihn dehnen sich kreisförmig Kontinente und Meere. Er selbst aber empfindet den Nervenstrang seiner Wirbelsäule als die Achse des mythischen Zentralberges Meru bzw. als Irmensul, als Weltsäule, um welche die Planeten und Sternkonstellationen ihren lautlosen Reigen drehen. Wenn er die Himmelsweiten des geistigen Vorstellungsbildes überblickt, vermag er seinem Bewusstsein einen Begriff der Unermesslichkeit dessen zu vermitteln, was er anbetet und an dem er Anteil hat, - ist er doch selbst eine in sich ruhende Welt innerhalb dieser allgöttlichen Unendlichkeit. Kosmos und Mensch sind gleichgesetzt. Höchstes zu erstrebendes Ziel ist es für die Dauer der Andachtsübung, die Begrenzungen des Ichs zu überwinden und Befreiung zu erreichen von der materiellen Körperhülle mit ihren strukturbestimmten Zwängen. Was hier beschritten wird, ist ein Weg der Selbsterlösung, an dessen Gipfelpunkt das gereinigte Geistsein vollendeter Erleuchtung und die Hingabe an den Innengott, also die kosmische Gottesoffenbarung, stehen soll. Um dieses Gipfelziel zu erreichen, so lehrt der tantrische Hinduismus, müsse zuerst eine am untersten Ende der Wirbelsäule schlummernde, mächtige, okkulte Lebenskraft erweckt werden. Es ist die im Wurzelstockzentrum (Muladhara-Chakra) zusammengeringt ruhende urmütterliche Schlangenenergie, welche mit einem Sanskritwort als Kundalini bezeichnet wird. Sie verkörpert in jedem Menschen die weiterschaffende Funktion. Unter der weiterschaffenden göttlichen Urpotenz verstanden die alten Religionsphilosophien recht kompliziert ein primär rein geistkraftmäßiges, andererseits erdhaft- gebärendes bzw. irgendwie die Urmaterie verkörperndes Prinzip. Solch eine ahnungsvolle Schau spricht aus dem Bild der Kundalini ebenso wie aus der Anfangs-, der Odals-Urschlangen-Rune unserer ODING-Runenreihe. Wir erkennen anhand einer Vielzahl von Beispielen, wie der esoterische Symbolkodex des Ostens dem des Westens in mancherlei Bereichen entspricht. Am Stab des griechischen Heilgottes Asklepios windet sich die Lebenskraft-Schlange aufwärts. Am Stab des Windgeistgottes Hermes ranken sich die Seelenschlängelein. Auch zeigt jenes frühmittelalterliche „*Goldene Runenhorn von Gallehus*“ in seinem dritten Ring das Bild der vom Grunde des fünfendigen Mikrokosmos / Makrokosmos aufsteigenden Schlangenkraft.**

**Kundalini soll nun in einem meditativen Prozess der Willenszucht aktiviert werden, so dass sie die sechs psychischen Zentren (Chakras) eines nach dem anderen von unten nach oben zu durchdringen, also wie eine Quecksilbersäule in einer magischen Röhre aufzusteigen vermag. Es geschieht dies mittels einer in Gang gesetzten Seelenwallung, einer sich steigernden heiligen Wut, einer willensmäßig kontrolliert ablaufenden feinstofflichen Eruption. Wenn die leuchtende Kundalini den siebten Energiewirbel im Hirnzentrum erreicht, ist auch der Zustand der Vereinigung mit dem kosmischen, göttlichen Sein vollendet. Und auch der Yoga ist meisterhaft vollendet, denn Yoga heißt Vereinigung. Voraussetzung für einen dergestaltigen Erfolg ist freilich die langjährige hingebungsvolle Praxis, welche Bereitwilligkeit einschließt, mittels kleiner, unbeirrbarer Schritte zur Könnerschaft voranzukommen.**

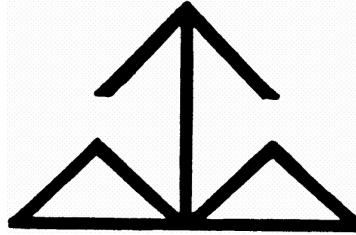
Tantra-Texte setzen die Chakras eindeutig in Beziehung zu den fünf Grundelementen, dachte man sich doch die elementare Weltwerdung prinzipiell als gleichartigen Prozess wie die Selbstverwirklichung des Einzelmenschen. Nun meinen wir ja, nachgewiesen zu haben, dass das altindische Schema der Elementenfolge mit den ersten fünf Zeichen der altgermanischen ODING-Runenreihe identisch ist, nämlich: Erde, Luft, Feuer, Wasser, Äther. Deshalb bedurfte es eigentlich keiner weiteren Begründung dafür, der Versuchung nachzugeben, ein weiteres esoterisches Runenverständnis zu gewinnen durch die sich anbietende Gleichsetzung von mikro-/makrokosmischen Chakras und den sieben Anfangsrunen. Mehrere unverkennbare Anzeichen machen es wahrscheinlich, dass dem Ur-Runenmeister, mitsamt seinen Jüngern, die hinduistischen Tantralehren nicht unbekannt geblieben sein können. Wenn wir von der möglichen Existenz einer einstigen Punenyogaschule ausgehen, dann hätten deren runischen Zuordnungen psychischer Zentren folgendermaßen ausgeschaut (s. Abb.):

1. (𐀀) der die Erdelemente kontrollierende „*Wurzelstock-Feinwirbel*“ (MuladharaChakra), dem Ruhesitz von Kundalini Energie in der Steißbeinregion.
2. (𐀁) der die Luftelemente kontrollierende „*Aufrichtungs-Feinwirbel*“ (Swadhisthana Chakra) im Genitalbereich mit Einfluss auf die Sexual- bzw. Fortpflanzungskraft.
3. (𐀂) der die Feuerelemente kontrollierende „*Juwelenfülle-Feinwirbel*“ (Manipura Chakra) mit Kontrolle des Sonnengeflechtes / Solarplexus, dem die nervale Steuerung der Bauchorgane obliegt.
4. (𐀃) der die Wasserelemente kontrollierende „*Feinwirbel des feinen Tönens*“ (Anahata Chakra) mit Einfluss auf Thymusdrüse sowie Herz und Kreislauf der Körpersäfte.
5. (𐀄) der die Ätherelemente kontrollierende „*Feinwirbel der letzten Reinigung*“ (Vishudda-Chakra), im Kehlkopfbereich mit Schilddrüseneinfluss, also Regulierung der Stoffwechselfvorgänge, Verbrennungs- bzw. Energiegewinnungsprozesse im Körper.
6. (𐀅) der „*Feinwirbel des höheren Befehls*“ (Ajna-Chakra) im Bereich der Nasenwurzel mit Einfluss auf Willenszentrum und Hirnanhangdrüse / Hypophyse, jener obersten Steuerung des innersekretorischen Systems.
7. (𐀆) „*Feinwirbel der Selbstverwirklichung*“ (Sahasrara-Chakra), Zentrum und Empfangsorgan höchster Erkenntnis unter Schädeldecke im Scheitelbereich; kommuniziert möglicherweise mit Zirbeldrüse / Epiphyse, dem „Geistauge“.



Indem Kundalini vom Wurzelgrunde nach oben steigt, durchläuft sie nacheinander sämtliche knospenhaft verschlossene Zentren und bringt sie dadurch zum strahlenden Erblühen, d.h. die jeweils angeregten Energiewirbel aktivieren die mit ihnen korrespondierenden Organe. Schließlich gelangt sie zum siebten, dem Gipfel-Chakra, wo sie ihre vollkommene Kraftentfaltung erfährt. Als weiblich gedachte Energie gewinnt sie nunmehr die Fähigkeit, den Samen des Seins, das männlich gedachte höchste Bewusstsein zu empfangen, sich zu identifizieren mit der Quelle des Selbst und der Welt, welche in höchster Konzentration jenseits des Scheitelhauptes liegt. Symbolisch spricht man dann im Tantra von der Vereinigung des uranfänglichen Paares Shiva und Shakti (s. Abb. 3 = Binderune aus B + T = 7 + 8 = 15 = QS 6 = das All = Aufsummierung = 21. Rune = A = Ase **ᚱ** = Geist des Alls bzw. runisch HI. Geist). Die beiden Aspekte des sich offenbarenden Absoluten schmelzen ineinander, die Unio-Mystika des yogischen Gottsuchers und damit das Yogaziel sind erreicht. Kundalini-Maya Shakti ist das universale wie individuelle Ewig - Weibliche, der dynamische Aspekt die schaffende Gewalt, die Werde-wut -, also eine Erscheinungsform Wodins, wie sie sich in der siebenten Rune (**ᚱ**), dem Ideogramm des empfangsbereiten Mutterschoßes, offenbart. Ebenso ist Shiva-Rudra der befruchtende, Anregende, der Impulsgebende, eine

Erscheinungsform Wodins, die sich in Gestalt der achten, der Weltenpfahl-Lingam-Rune ( ↑ ) zur glücklichen Vereinigung mit der Kundalini-Kraft niederlässt. Das Mysterium der Wesensgleichheit wird im Sinnbild des geschlechtlichen Aktes wiedergegeben. Erst in der erhabenen Konzentration und Entzückung des Ineinandereingehens und -aufgehens beider Teilwesenheiten erlebt sich das grenzenlose kosmische Bewusstsein, - gleichgültig, ob wir es das Absolute, Brahman, oder Über-Wodin benennen wollen.



Der Erfolg des Aufstiegs wird zuweilen durch einen großen Vogel symbolisiert, der sich, von stofflicher Enge gelöst, in die Freiheit eines schrankenlosen Geistreiches erhebt. Die germanische Mythologie kennt das Modell des kosmischen Baumes Yggdrasil, an dessen Wurzeln die Schlange und in dessen Wipfel der Adler wohnen -, ein allegorisches Schema von einprägsamer Anschaulichkeit. Bei den ostsibirischen Völkern Ketan und Tangusen herrschen Vorstellungen von einem mächtigen Baum, seine Wurzeln sind große Schlangen, auf seinen Zweigen sitzt der Adler. Der Adler - so sagen sie - sei im grauen Altertum vom Vater Himmel hinabgesandt worden, um Lebenskraft und Allweisheit auf die Erde zu bringen. Ein schon aufgrund seiner Naturvorlage leicht verständliches Gleichnisbild ist also weithin im eurasischen Großraum nachweisbar. Der indische Yogi, der germanische Godhi, der tangusische Schamane, sie werden bei ihren Meditationen, Seelenreisen, Übungen zur Selbst- und Gottverwirklichung unverwandte Grundmuster genutzt haben. Grundsätzlich darf gelten, dass der Runen-Yoga - geradeso wie aller Yoga - eine Willensübung darstellt mit dem Ziel, die in unbewussten Tiefe jedem lebenden Körper einwohnende ursubstanzielle Schlangenkraft über ihre gewöhnlichen Grenzen hinaus- und hinaufsteigen zu lassen, um sie in stoffüberwindende Adlerkraft des schwerelosen, alldurchdringenden, reinen Geistes umzuformen.

Wie positiv sich Yoga nicht nur im geistigen vielmehr auch im körperlichen Bereich auswirkt, erklärt eine aktuelle norwegische Studie. Sie kam zu dem Ergebnis, dass sich Yoga auf die Ausprägung der Gene, die die Abwehrkräfte menschlicher Zellen verbessern, auswirken kann. Yoga verbessert die Haltung, die Beweglichkeit und lässt den Yogi einen verbesserten Umgang mit Stresssituationen gewinnen. Studien zeigten, dass Migräne-Patienten nach nur drei Monaten Yoga unter weniger und schwächeren Anfällen litten. Studien ergaben, dass schon zwölf Wochen Yoga das sexuelle Verlangen, die Performance im Bett und der Spaß am Sex verbessern können, denn Yoga hebt die Blut-Zirkulation in für das Sexualleben wichtigen Körperteilen. Forscher der Universität Harvard fanden heraus, dass tägliches Yoga über acht Wochen hinweg deutlich die Qualität des Schlafs von Personen mit Schlafstörungen verbesserte. Forscher der Universität Washington haben herausgefunden, dass eine regelmäßige Yoga-Praxis mit besseren Ernährungsgewohnheiten einhergeht. Weil Yoga die Aufmerksamkeit auf eine bessere Atmung lenkt, verbessert es auch die Verbindung zwischen Körper und Geist.

1.) G. Hess, „ODING-Wizzod - Gottesgestz und Botschaft der Runen“, 1993

**Worterklärung: QS = Quersumme / Kern- bzw. Seelenzahl**

### **Bibliographie**

**Jakob Wilhelm Hauer, „Der Yoga als Heilweg“, 1932**

**Sri Aurobindo, „Der integrale Yoga“, 1957**

**Johannes Ludwig Schmitt, „Atemheilkunst“, 1966**

**P. Rawson, Tantra - „Der indische Kult der Ekstase“, 1974**

**W.Y. Evans-Wentz (Hrsg.) „Das tibetanische Totenbuch“, 1997**

**H. Findeisen u.a., „Die Schamanen“, 1983**