

Wenn die Rune
spricht

Wenn die Rune spricht

Jane Vaneheim

Urheberrecht

© 2026 Jane Vaneheim

Alle Rechte vorbehalten.

Kein Teil dieser Veröffentlichung darf ohne vorherige schriftliche Zustimmung der Autorin in irgendeiner Form oder auf irgendeine Weise vervielfältigt, gespeichert oder öffentlich zugänglich gemacht werden, weder elektronisch noch mechanisch.

Erste Auflage 2026

Gestaltung, Text und Symbolik in Zusammenarbeit mit
Patrick Frank van der Heijden

Brave New Books Niederlande

Inhaltsverzeichnis

Wie man eine 1-Runen-Legung macht.....	1
Wie man eine 3-Runen-Legung macht.....	3
Wie man eine 5-Runen-Legung oder mehr macht.....	5
Rune 1 – ƿ Fehu (Vieh – Besitz und Lebensfluss).....	9
Rune 2 – Ɔ Uruz (Auerochse – Urkraft und Körperlichkeit).....	11
Rune 3 – þ Thurisaz (Riese oder Dorn – Grenze und Konfrontation).....	13
Rune 4 – ƒ Ansuz (Stimme – Einsicht und Atem).....	15
Rune 5 – Ɣ Raidho (Reise – Weg und Timing).....	17
Rune 6 – ƿ Kenaz (Fackel – Feuer und Bewusstwerdung).....	19
Rune 7 – ƕ Gebo (Geschenk – Austausch und Gleichgewicht).....	21
Rune 8 – ƿ Wunjo (Freude – Harmonie und Heimkommen).....	23
Rune 9 – Ɔ Hagalaz (Hagel – Bruch und Reinigung).....	25
Rune 10 – Ƨ Naudhiz (Not – Begrenzung und Durchhalten).....	27
Rune 11 – Ɔ Isa (Eis – Stille und Stillstand).....	29
Rune 12 – ƿ Jera (Jahr – Zyklus und Ernte).....	31
Rune 13 – Ɔ Eihwaz (Eibe – Verbindung und innerer Weg).....	33
Rune 14 – Ɔ Perthro (Losbecher – Mysterium und Möglichkeit).....	35
Rune 15 – ƿ Algiz (Elch – Schutz und Grenze).....	37
Rune 16 – Ƨ Sowilo (Sonne – Licht und Lebenskraft).....	39
Rune 17 – Ƨ Tiwaz (Speer – Wahrheit und Richtung).....	41
Rune 18 – Ɔ Berkana (Birke – Geburt und Wachstum).....	43
Rune 19 – Ɔ Ehwaz (Pferd – Vertrauen und Zusammenarbeit).....	45
Rune 20 – Ɔ Mannaz (Mensch – Spiegel und Bewusstsein).....	47
Rune 21 – Ƨ Laguz (Wasser – Gefühl und Intuition).....	49
Rune 22 – Ƨ Ingwaz (Samen – Reifung und Potenzial).....	51
Rune 23 – Ɔ Dagaz (Tag – Durchbruch und Umkehr).....	53
Rune 24 – Ƨ Othala (Erbe – Zuhause und Herkunft).....	55
Extra – 〇 Blanko (Leere Rune – das Ungeschriebene).....	57

Wie man eine 1-Runen-Legung macht

Eine 1-Runen-Legung ist die reinste Form der Runenarbeit. Ein Zeichen, ein Spiegel, eine Bewegung. Diese Legung erklärt nicht alles, sondern zeigt genau das, was jetzt Aufmerksamkeit verlangt. Sie ist keine Vorhersage, sondern ein Fokus. Eine 1-Runen-Legung eignet sich für tägliche Fragen, kurze Check-ins oder wenn jemand Klarheit sucht, ohne in die Tiefe zu gehen. Sie wirkt im Jetzt.

Wann wählt man eine Rune?

Eine 1-Runen-Legung eignet sich für Fragen wie: Was verlangt heute meine Aufmerksamkeit, was ist jetzt das wichtigste Thema, was ist mein nächster Schritt oder was hilft mir, ruhig zu bleiben. Sie ist nicht geeignet für komplexe Beziehungen, lange Zeitlinien oder Zukunftsszenarien.

Der feste Rahmen

Eine 1-Runen-Legung kennt eine Position: das Kernzeichen. Dieses Zeichen zeigt, was jetzt gesehen werden will. Die Kraft liegt nicht in der Erklärung, sondern im Erkennen.

Wie du die Rune legst

Du entscheidest im Voraus, wie du arbeitest. Du kannst die Rune offen ziehen für eine direkte Aussage. Du kannst blind legen, um sichtbar zu machen, was unter der Oberfläche liegt. Umgekehrt verwendest du nur bei Zeichen, die visuell umkehrbar sind und nur, wenn es wirklich etwas hinzufügt. Umgekehrt bedeutet niemals schlecht, sondern aus dem Gleichgewicht.