

Jennifer Weidmann

R

RAIDHO  
Rhythmus

JENNIFER WEIDMANN

# Die Rune RAIDHO

## Rhythmus

## Runenmagie



**Achtung:** Die Arbeit mit diesem Buch ersetzt keine Behandlung beim Arzt oder ausgebildeten Psychotherapeuten. Alle Übungen übernimmt der Leser auf eigene Verantwortung. Es wird keine Haftung übernommen.

*Impressum*

*Jennifer Weidmann*

*Winderatt 4, 24966 Sörup*

*Deutschland*

*[Jennifer.weidmann@gmx.de](mailto:Jennifer.weidmann@gmx.de)*

*Copyright 2016 – alle Rechte  
vorbehalten*

*Sämtliche Fotos wurden  
freundlicherweise von der  
Plattform pixabay.de gemeinfrei  
zur Verfügung gestellt.*



## Raidho

Es hilft die schönste, größte Vision nichts, wenn wir es nicht schaffen, die nötigen Schritte hierfür zu gehen, um sie in die Realität zu bringen.

Wir träumen davon Heilpraktiker zu werden, wir werden die nötigen Schritte hierfür gehen müssen, um uns als Heilpraktiker erfahren zu können. Eine geeignete Schule finden, lernen, lernen, lernen, die Prüfungen meistern und dann die Selbstständigkeit aufbauen. Sehr viele Schritte müssen hier gegangen werden, um den Traum im realen Leben erfahren zu dürfen.

Wir möchten Millionär sein (viele stellen sich das sehr einfach vor). Aber gerade dieser Weg braucht viele Schritte, nicht nur mit dem Körper, auch mit dem Kopf. Es braucht Umsetzungskraft, Tatkraft und den Glauben es zu schaffen.

Doch viele scheitern nicht an den wundervollen Visionen. Sie scheitern daran a.) sie umzusetzen und b.) dran zu bleiben. Ich habe eine Akademie, ich kann ein Lied davon singen. Menschen kommen zu mir, weil sie eine Vision haben, enthusiastisch fangen sie eine Ausbildung an, um dann nach und nach schlapp zu machen. Mit vielen Ausreden: ich habe so viel anderes zu tun, meine Familie, meine Kinder, der Hund, der Partner... brauchen jetzt meine Aufmerksamkeit, meine Kraft, mein Geld... die Vision schläft ein und wir gehen zurück in das alte Leben, bleiben stecken.

Wir geben die großen Träume auf, für Bequemlichkeit.

Visionen ins Leben zu holen, bedeutet IMMER:

1. Veränderung
2. Tatkraft
3. Durchhalten
4. Sich zu vergrößern

**Ein Millionär arbeitet hart (wenn er es nicht vererbt bekommen hat), um Millionär zu werden. Er bleibt dran. Lies ruhig mal Lebensgeschichten von Menschen, die reich wurden. Ein Sportler bleibt dran, jeden Tag, trainiert hart, um Erfolg zu haben. J.K. Rowling wäre nicht, die sie heute ist, hätte sie nach fünf Seiten aufgehört zu schreiben.**

**Nein, Visionen brauchen Umsetzung und Schritte, die gegangen werden wollen. Und hier kommt Raidho ins Spiel.**

**Raidho hilft uns dabei unsere Ziele zu verfolgen, unsere Schöpfungsimpulse zu nehmen und aus ihnen etwas zu machen. Raidho hilft uns zu gehen, all die Schritte, die nötig sind, damit unsere Schöpfung sich im realen Leben widerspiegelt. Damit wir uns selbst in unseren Visionen erfahren dürfen.**

**Raidho holt uns aus der Lethargie und von der Couch und lässt uns handeln, machen, tun, gehen, solange bis wir die Erfüllung unserer Vision erfahren können.**

**Raidho ist eine echte „Bewegungsrune“. Sie bringt Bewegung in dein Leben.**



## Die Arbeit mit der Rune Raidho

Die Arbeit mit der Rune Raidho ist gegeben, wenn man irgendwie nicht vorwärtskommt in seinem Leben (bzw. wenn du Klienten hast, die davon berichten)

Es gibt hier mehrere klassische Aussagen, wie z.B. „ich gehe zwei Schritte vor und drei zurück“ oder „ich fange mit Feuereifer an, und breche dann ganz schnell ab“, oder „ich kann nicht, weil...“ (und dann kommen die Ausreden: weil ich ja Geld verdienen muss, weil ich ja Kinder habe, weil mein Partner das nicht möchte, weil, weil, weil)

Wir Menschen werden in der Regel nicht so gerne mit unseren Ausreden konfrontiert. Alle haben wirklich, aber wirklich gute Gründe, warum, wieso und weshalb sie jetzt nicht weiter gehen können, stehen bleiben müssen, sich nicht entfalten können.

Die Ausrede schafft es, dass du über kurz oder lang lebendig tot bist. Du bewegst dich nicht mehr in deinem Leben. Hier kommt das so gerne erwähnte Hamsterrad ins Spiel, denn häufig denken wir, wir würden uns aber doch so viel bewegen. Ja, im Hamsterrad bewegen wir uns enorm, manchmal bis zur Erschöpfung... aber kommen nirgendwohin. Es hält uns gefangen, macht uns zu Sklaven unseres eigenen Lebens.

Wenn man von außen drauf schaut, ist es häufig wirklich tragisch. Menschen, die in schlechten Beziehungen bleiben, weil ja die Kinder, das Haus, das Geld usw. eine Veränderung verhindern. Bleiben in schlechten Jobs, weil ja das Geld, die Kinder, die Ausbildung eine Veränderung verhindern.

Wirklich? Wollen wir wirklich unseren Kindern, unseren Partnern, unseren Eltern die Schuld dafür geben, dass wir uns nicht fortbewegen in unserem Leben. Ich persönlich möchte diese Last nicht von meinen Eltern, Kindern oder Partnern aufgebürdet bekommen.

Wir bewegen uns aus anderen Gründen nicht... die Dinge, die wir vorschieben sind Ausreden. Und das hören wir nicht gerne, weil wir ja bewusst sind, spirituell sind, erwacht sind... und doch sehe ich so viele Menschen stehen bleiben.

Raidho kann uns dabei unterstützen unsere Ausreden zu erkennen, wahrzunehmen und ja auch abzulegen, damit wir endlich gehen. Damit wir endlich unser Leben leben und nicht einfach nur abarbeiten, Verpflichtungen nachkommen, die uns von außen auferlegt worden, aber eigentlich gar nicht die unseren sind. Einladungen zu denen wir nicht gehen wollen. Jobs, die wir nicht machen wollen. Beziehungen und Nähe, die wir gar nicht eingehen wollen.

Raidho kann uns helfen uns zu befreien. Bei Raidho geht es darum, dass wir unseren eigenen Lebensrhythmus finden. Uns finden im Tanz des Lebens, unseres Lebens. Und nicht mehr in den allgemeinen Vorstellungen der anderen. Raidho lädt uns ein, Dinge zu tun und Schritte zu gehen, die wir lieben, weil in uns eine Vision ist, wie ein erfülltes Leben aussehen darf. Weil in uns eine Vision von Liebe, Glück, Frieden und Erfüllung lebt.

Raidho ist eine wunderbare Rune, wenn du an Wechsellpunkten in deinem Leben stehst. Wenn der Moment der Veränderung vor uns ist. Raidho hilft uns diese wichtigen Schritte der Veränderung zu meistern. Nicht vor Hürden wegzulaufen, keine Angst mehr zu haben, wenn der Weg unbekannt wird und wir unsicher sind. Raidho gibt uns die Kraft in uns zu ruhen und Entscheidungen zu Gunsten unserer Visionen zu fällen, zu uns und unseren Bedürfnissen zu stehen.

Raidho lässt dich auch an einem Sonntag arbeiten, weil du weißt, dass du es für dich tust, für deine Vision Millionär zu werden. Raidho lässt dich von Deutschland nach Amerika auswandern, weil du weißt, dass du deine Vision nur dort erfüllen kannst. Raidho lässt dich weitergehen, auch wenn die Menschen in deinem Umfeld stehen bleiben und versuchen dich mit ihren eigenen Ängsten vor der großen Entwicklung abzuhalten.

Es ist eine mutige Rune, wenn man das so sagen kann. Sie bringt Mut zu dir und deinem Weg. Mut deine Vision auf die Erde zu bringen. Mut aus der Komfortzone heraus zutreten und frische Luft zu schnappen. Mut zu Träumen, Mut von dir selbst gut und groß zu denken, Mut nach den Sternen zu greifen und sie auf die Erde zu holen. Mut zu einem großartigen Leben.



## Der Einsatz von Raidho

Mit Raidho zu arbeiten ist immer angeraten, wenn wir einfach irgendwie nicht vorwärtskommen. Wenn wir zwar die tollsten Ideen haben (vielleicht sogar die 1 Million Dollar Idee), aber es generell nicht schaffen diese Ideen auch in die Tat umzusetzen. Die nötigen Schritte anfangen zu gehen, damit aus einer „Luft“ Vision, Realität auf Erden wird.

Wir träumen davon an die Ostsee zu ziehen und bleiben in Bayern hängen. Wir träumen von einer eigenen Praxis, schaffen es aber nicht uns für den Heilpraktikerkurs anzumelden. Wir träumen davon schlank zu sein, schaffen es aber nicht zum Sport zu gehen oder unsere Ernährung umzustellen.

Raidho ist angesagt, wenn wir anfangen von uns selbst gefrustet zu sein, von unserer – entschuldige das Wort- Lahmarschigkeit, von unseren Ausreden, von unserer gefühlten eigenen Schwäche, das eigene Leben tatkräftig in die Hand zu nehmen.

### 1. Wassermagie

Damit Raidho seine Wirkung entfalten kann, ist es angeraten mit dieser Runde über einen längeren Zeitraum hinweg zu arbeiten. Das Wichtige: Raidho darf anfangen in unserem System zu wirken. Häufig dürfen wir erstmal alte Muster durchbrechen, bevor wir die wichtigen Schritte zur Erfüllung in unserem Leben gehen können. Es hat ja einen Grund, warum wir es nicht schaffen unsere Visionen Realität werden zu lassen. Vielleicht sind es alte Glaubenssätze, alte Programmierungen, alte Muster, die wir bewusst oder unbewusst ständig mit uns herum tragen.

Raidho braucht Zeit um sich auszubreiten. Daher finde ich die Raidho Wassermagie sehr segensreich (dies kann man übrigens mit vielen Runen machen).

Nimm dir einen Zettel und male (achtsam, sorgfältig und mit Liebe) die Rune Raidho darauf. (manchmal ist eine Postkarte besser, oder Kartonpapier, oder einen Untersetzer aus Holz, wo du die Rune einritzen kannst)-

Dann nimmst du dir eine Flasche Wasser (stilles oder mit Sprudel, was du lieber trinken magst) und stellst diese Flasche auf den Zettel mit der Rune und lässt es mindestens 30 Minuten wirken. Und dann trinken. Trinke Raidho Wasser mindestens einen Liter pro Tag über mindestens 21 Tage. Stelle dir beim Trinken die Rune vor deinen inneren Augen vor, wie sie in dein System einfließt und dich mit Tatkraft durchströmt.

## 2. Hand- und Fußflächen

Raidho eignet sich hervorragend, um sie in die Handinnenflächen oder unter die Fußflächen zu malen. Erinnere dich: Raidho bringt Bewegung, bringt Tatkraft und Umsetzungskraft. Sie flüstert dir zu: Tue es! Wage es! Mach es! JETZT! Nein, du gehst jetzt nicht auf die Couch, sondern malst dein Bild, schreibst deinen Roman, lernst für deine Prüfung, gehst zum Sport usw.

Raidho ist unser kleiner Puscher, der uns hilft aus unserer Komfortzone herauszutreten, unseren Käfig zu verlassen und nach mehr zu streben für unser Leben.

Du malst die Rune einfach mit einem Tatoomarker in die Handflächen und wenn sie weg sind, malst du neu, solange wie du das Gefühl hast das es stimmig ist.

Gut eignet sich hier auch die Kombination. Fehu, Raidho und Uruz. Das Drei-Gespann um Visionen auf die Erde zu bringe, umzusetzen und in die Fruchtbarkeit zu führen.