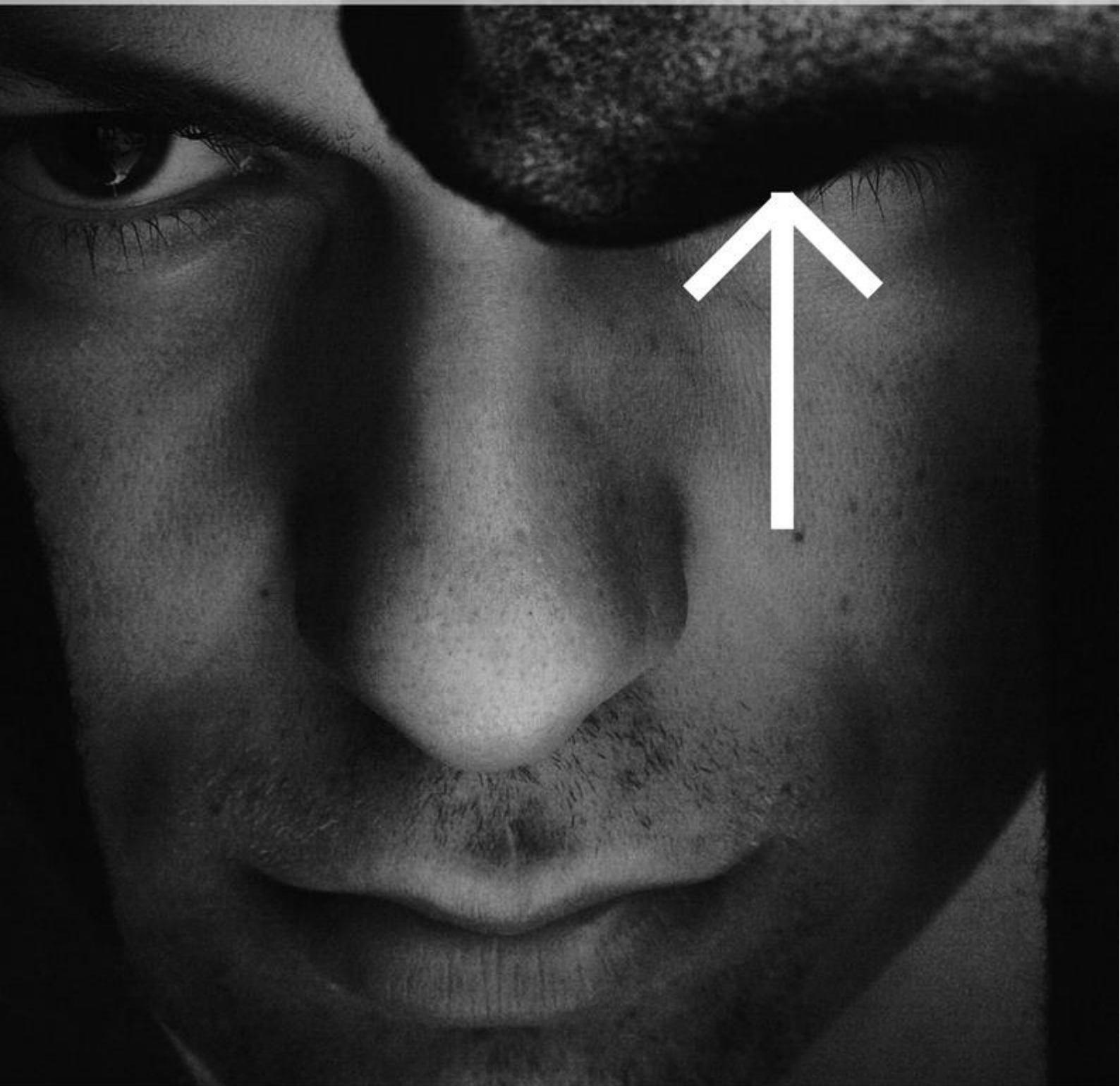


Jennifer Weidmann



TIWAZ

Die männliche Ur-Kraft

JENNIFER WEIDMANN

# Die Rune TIWAZ

## Die Kraft der des Männlichen 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.*

# TÍWAZ

Mit Tiwaz tritt nun das ur-männliche, die Ur-Männlichkeit ein in den großen Schöpfungskreislauf der Runen. Im Lied der Runen stehen beide Kräfte gleichwertig nebeneinander. Wie im wundervollen Yin und Yang Symbol. Es ist beiden Kräften klar, dass das eine ohne das andere unvollständig wäre und die Schöpfung nicht ihren Lauf nehmen könnte. Wir brauchen beide Kräfte um zu erschaffen. Ohne männlichen Samen gebe es nichts auf dieser Welt, ohne weibliche Eizelle auch nicht.

Keines ist besser, stärker, wichtiger. Solange noch der Gedanke vorherrscht, dass das eine wichtiger ist, als das andere, befinden wir uns in der Trennung. Haben wir noch keine eigene innere Einheit erlangt. Schließen wir eine Qualität als minderwertiger, als die andere, aus unserem Leben aus.

Vielen Menschen, auch gerade auf dem spirituellen Weg, fällt es sehr schwer dies zu nehmen. Frauen, die gerade wieder erwachen in ihrer Ur-Weiblichkeit, sind hierfür ein gutes Beispiel. Das Männliche wird hier oft abgewertet.

Aber nur beides zusammen ist das einzig wahre. Das eine kann ohne das andere nicht sein. Wir brauchen beide Qualitäten im Außen, wie im Innen, um einen mächtigen, starken, überlebensfähigen Schöpferbaum (symbolisch für unser Leben) zu erschaffen.

Wir dürfen mehr und mehr in den Frieden finden, für beide Qualitäten. Wir dürfen erkennen, dass wir beide Energien in uns tragen und sie nutzen können dort wo es angemessen ist, dort wo sie gebraucht werden auf meinem Schöpfungsweg.

Tiwaz bringt die Kraft mit sich, die eigenen Grenzen gut wahrnehmen zu können. Und ja, sie auch zu schützen. Damit ist gemeint, dass wir, wenn wir Tiwaz aktiviert haben, nicht über unsere Grenzen hinaus uns erschöpfen. Wir herrschen dann nicht mehr in fremden Reichen, wir opfern uns nicht mehr auf für jemanden anderes, wir lassen uns nicht mehr energetisch auszerren und schwächen. Mit Tiwaz finden wir einen klaren Standpunkt. Eine klare Mitte aus der heraus wir agieren können. Wir fühlen unsere Emotionen, aber lassen uns von ihnen nicht mehr kontrollieren, sondern können sie wahrnehmen, als das, was sie sind. Eine Botschaft bzw. ein Signal unserer Seele im eigenen Schöpfungsprozess.

Tiwaz ist sehr klar, sehr ruhig, sehr gefestigt. Hält Stürmen stand, lässt sich lange nicht aus der Ruhe bringen. Er ist gerecht, sich selbst und anderen gegenüber. Ehrlichkeit zeichnet diese Qualität aus.

Tiwaz und Berkana tanzen gemeinsam den ewigen Tanz des männlichen und weiblichen, mal ruhig und sanft, mal stürmisch, ungestüm, verlangend, dann fließend, verbunden, getrennt, zusammen, auseinander.

Es gibt zwischen diesen beiden Energien eine Verbindung, die nicht getrennt werden kann.

Achtung: natürlich ist es häufig so, dass wir in unserem Leben eine Qualität mehr Raum geben, z.B. dem Weiblichen, weil wir eine Frau sind. Aber bei den Runenqualitäten geht es nicht darum, ob wir Mann oder Frau sein, ob wir hetero- oder homosexuell sind.

Es sind Qualitäten, die ein jeder von uns in sich trägt und die ein jeder von uns einsetzen kann in seinem Schöpfungsprozess. Erst beide Qualitäten vereint, erleuchtet und bewusst angewandt, bringen eine „runde“ Schöpfung hervor.

Sind wir z.B. zu sehr in der weiblichen Qualität kann es sein, dass wir zu emotional agieren, so ungestüm, zu unbeherrscht, dass das Leben zu sehr geprägt ist von Höhen und Tiefen und es kein „seelenberuhigendes“ Mittelmaß gibt. Sind wir z.B. zu sehr in der männlichen Qualität kann es sein, dass wir Emotionen ganz ausschließen aus unserem Leben und alles über den Verstand versuchen zu regeln. Kaltherzige, herzlose Entscheidungen können hier die Folge sein. Krieg ohne Rücksicht auf die Verluste sind hierfür Ausdruck.

Wir sind immer geladen, jeder für sich, beide Qualitäten in sich zu integrieren und zu leben, zu nutzen, für eine Schöpfung zum Wohle unserer selbst und dann natürlich auch zum Wohle aller.

Dass alleine ist schon eine Lebensaufgabe, da die Schwingungen der einzelnen Qualitäten sich immer verändern, immer wandeln. Die Kunst ist es immer mehr den eigenen Lebensrhythmus zu fühlen, sich dem eigenen Lebensrhythmus hinzugeben. So in den Fluss des Lebens zu kommen mit dem männlichen und dem weiblichen in uns selbst vereint.

# TIWAZ I

Rhythmen

1. Definiere für dich das Männliche? Welche Qualitäten hat es für dich? Welche Gaben? Welche Fähigkeiten?

2. Was davon fühlst du schon in dir lebendig pulsierend?

3. Was davon schläft noch in dir und wartet auf seine Erwachung?

4. Wo bist du noch im Ungleichgewicht mit dem Männlichen?

5. Welche männlichen Aspekte lehnt du bei dir selbst ab? Warum lehnt du sie ab?

Wie denkst und fühlst du über diese abgelehnten Teile? Woher kommt diese Einstellung? Aus welchen Erfahrungen?

# TIWAZ

## 2

Rhythmen

5. Definiere für dich: was ist  
ein Guter Vater? Oder was sind für dich  
gute Väterqualitäten?

6. Kannst du dir selbst eine  
guter Vater sein? Kannst du für andere  
genau diese guten Vaterqualitäten leben?  
Wo ja? Wo nicht? Warum nicht?

Beobachte dich selbst?

7. Wie geht es dir mit Hingabe?

8. Wie geht es dir mit Nehmen, was du  
möchtest?

9. Wie gut kannst du deine eigenen  
Bedürfnisse (nicht nur sexuell) befriedigen?

10. Wie geht es dir mit Grenzen?



# TIWAZ

## 3

Rhythmen

10. Wem sagst du, was er tun oder lassen soll? Wie er sich verhalten soll? Warum tust du das? Was willst du erreichen?

11. Wie gut kannst du bei dir bleiben? Und wo lässt du dich aus deiner Mitte bringen?

12. Für was würdest du in den Kampf gehen? Wie sähe für dich ein friedlicher Kampf aus?

13. Wer oder was in deinem Leben geht dir auf die Nerven? Oder triggert dich am meisten? Was triggern sie bei dir?

14. Wo hast du das Gefühl nicht die Kontrolle über dein Leben zu haben? Wo oder bei wem bist du der Spielball?

# TIWAZ

## 4

Rhythmen

Aufgabe: Für den Rest der  
Runenausbildung beobachte dich Selbst.

Lass es zu einer täglichen,  
immerwährenden Meditation werden, unter  
dem Aspekt: WER BIST DU? Und wie fühlst  
du dich gerade? Welcher Teil – männlich  
oder weiblich – tritt gerade in den  
Vordergrund. Ist es der gestärkte Aspekt  
oder der bedürftige?

Achte in jeder Situation darauf: wie denkst  
du, wie sprichst du, wie handelst du? Wie  
geht es dir damit?

Berkana und Tiwaz laden dich ein: Erkenne  
dich selbst, liebe dich selbst, jetzt.