

# RUNOR

portar till drömtiden





Ordet runa betyder ursprungligen hemlighet, dold visdom. Runorna är öppna dynamiska portar till drömtiden och ingår i en avancerad andlig kunskapsväg som uttrycker den kunskap som finns inneboende i själva skapelsen, en karta över kosmos. De är en slags arketyper som hjälper oss att vidga vårt medvetande, vår uppfattningsförmåga. Jörgen I Eriksson och Sofia Karin Axelsson, som båda har lång erfarenhet om runor och runmagi, berättar om hur den nutida människan kan lära sig arbeta med runorna.

Text Agneta Ortlå Bild Borys Vasylenko (shutterstock.com)



- En sann runmagiker behöver vara ödmjuk i arbetet med runorna och beredd på att själv ständigt transformeras. Man kan inte säkert veta vart arbetet leder eller hur man kommer att påverkas och har på det sättet ingen kontroll. Lurar man sig själv att tro det, är det teater man håller på med och inte runmagi. Min önskan är att medagera med Moder Jord och röra mig med henne - inte emot henne, säger *Jörgen I Eriksson*, författare till ett flertal böcker bland annat "Runmagi och shamanism" och en av förgrundsgestalterna inom den moderna shamanismen i Sverige.

**JÖRGEN HAR INTRESSERAT** sig för runor i över trettio år. Med ett förflutet som journalist på Sveriges Radio gick vägen till runorna via den politiska vänstern, primalterapiörelsen, intresse för urfolksfilosofi, böcker av *Carlos Castaneda* och kurser i shamanism för *Michael Harner* på 1980-talet. Detta ledde så småningom till intresset för runorna. Genom att använda olika shamanska metoder har han kommit fram till runornas betydelse och användningsområden. Via trumresor in i den icke-ordinära verkligheten sökte han kontakt med Oden, runmagikern per se, och fick undervisning om runornas essens. Intresset för runorna ledde senare vidare till fältstudier i samisk shamanism och i navajoindianernas skapelsemyter och traditioner, vilket också har inneburit en djupare förståelse för runmagin.

**MAN KAN ANVÄNDA** sig av både det exoteriska och det esoteriska perspektivet på runor. Det exoteriska är själva runalfabetet, skriftspråket som ristades in på svärd, smycken och på runstenar. Den runrad som förknippas med detta är den så kallade futharken. Den äldsta runinskriften som har hittats i Sverige är en spjutspets från Mos på Gotland, och är från mitten av 200-talet.



Jörgen I Eriksson

Det esoteriska perspektivet är istället kopplat till utharken, den äldsta urnordiska runraden med 24 tecken. Det är denna uthark som Jörgen intresserar sig för. Runa betyder hemlighet, dold visdom. Varje runa representerar en särskild energi och man kan se runorna som arketyper, ett slags kartor över kosmos grundläggande krafter. Ur-runan är till exempel den skapande urkraften, starten på alla cykler, Thurs-runan är den nedbrytande urkraften, Ass-runan den livgivande kraften, Ken-runan är hettans och eldens kraft och så vidare. Detta är endast exempel på några runors grundläggande betydelser och Jörgen rekommenderar att varje person själv finner betydelsen och för egen del praktiskt prövar sig fram till hur de kan användas. Runorna är självinstruerande, de talar individuellt till var och en och ger en personlig vägledning.

"Runorna är varken old age eller new age – jag ser dem mer som next age."

**ATT STUDERA RUNORNA** är att studera verkligheten, och att studera verkligheten är att studera runorna, menar Jörgen. Två begrepp är centrala för att förstå runorna - rörelse och relation. Rörelse - genom att runorna är en helhet och bör ses i ett cykliskt perspektiv, en ständig och evigt pågående rörelse. Och relation - som ett uttryck för en ömsesidighet, där allting hänger samman och interagerar med varandra, utan någon hierarki. Utharken är alltså en berättelse om att allt i tillvaron är relation.

**ENLIGT JÖRGEN KAN** man se runorna som portar till drömtiden, den icke-ordinära verkligheten och de uttrycker den kunskap

som finns i själva skapelsen och naturen. Genom runorna ges vi möjlighet att nå "fältet av potentiella möjligheter". Det är det fält som existerar innan skapelsen, innan det materiella eller manifesta, och som ständigt är i förvandling. Detta fält kan man göra sig mottaglig för och sätta sig i samverkan med genom runorna, som kan sägas vara tentakler in i drömtiden. Det kan man göra genom att sjunga eller ljuda runorna. Varje runa har ett speciellt ljud, en speciell vibration och genom att ljuda runan så får man också kontakt med kraften i runan. Ljudar man hela utharken sätter man sig i samklang med allt, hela livets väv. Det kan bli en upplevelse av ett förhöjt medvetandetilstånd med ökad mottaglighet för den icke-ordinära verkligheten. En upplevelse som är helande och harmoniserande. Man kan dessutom meditera på runorna, drömma på dem, göra trum- eller själsresor och andas runorna.

- Om allt i kosmos är rörelse, spiraler och cykliska processer så är vår uppgift som människor att röra oss i resonans och balans med denna kosmiska rörelse. När man gör det upplever man att man når sin fulla potential som människa, men även samhället bör samverka med den kosmiska rörelsen. Går vi emot den rörelsen uppstår istället kaos, både på ett individuellt och kollektivt plan, något vi ser tydligt i vår civilisation i nutid, säger Jörgen.

**EN RUNMAGIKER ARBETAR** också med runor magiskt. Jörgen definierar magi som ett sätt att delta i den kosmiska rörelsen, att bidra till att den manifesterar sig på ett visst sätt, ett önskvärt sätt.

- Det kan handla om läkande av både fysiska och psykiska åkommor, spä i framtiden, hitta försvunna personer eller föremål, kommunicera med döda, påverka väder och vind till exempel. Magikern måste dock vara beredd på och ödmjuk inför att förändras själv, då arbetet med runor kan vara ordentligt omskakande! Runorna kräver en ömsesidighet, man kan inte enbart ta utan att ge något istället. Det är aldrig fråga om ett ensidigt utnyttjande. ►

**RUNORNA ÄR ETT** inkluderande kunskaps-system, där det finns intressanta likheter och beröringspunkter med flera andra system. Jörgen nämner bland annat shamanismen där olika runor kan ses motsvara kraftdjur och andehjälpare. Kopplingar till *C G Jung* och hans lära om arketyper och aktiv imagination finns också, där runorna kan föra oss närmare djupare liggande skikt i våra personligheter och ha en helande inverkan.

Parallellt till kvantfysiken speglas i det skapelsefält jag nämnt tidigare, där runorna uttrycker den pågående kosmiska skapelsen. Det som händer på en plats i den kosmiska väven händer samtidigt överallt i väven. Såsom i det inre så i det yttre, mikrokosmos speglar makrokosmos. Och mellan runor och alkemi finns också en spännande parallell eftersom varje runa innehåller både en ljus och en mörk sida, en manlig och en kvinnlig, en andlig och en materiell. Att förena de olika sidorna, att uppnå balans mellan dem är att nå de vises sten, det alkemiska guldets.

**JAG ÄR NYFIKEN PÅ** hur Jörgen själv använder runorna och han berättar att han nyttjar

dem dagligdags, som ett sätt att balansera sig i tillvaron gentemot naturen, den andliga dimensionen och den stora kosmiska rörelsen inklusive kontakten med Moder Jord. Varje morgon gör han en ceremoni då han hälsar de olika riktningarna och sjunger, eller ljudar, igenom utharkens alla runor. Och på kvällen gör han en motsvarande kvällsceremoni. Han frågar runorna om råd och vägledning regelbundet för att se vilka energier som är verksamma och hur bäst förhålla sig till det. Direkta ja eller nej-svar levererar inte runorna dock. Han kan också använda runorna vad gäller att få till sig ny kunskap. Då Jörgen ofta arbetar på heliga platser med olika ceremonier, kan han också behöva aktivera platser som har fallit i glömska. För att få hjälp med att förstå en sådan plats ber han platsen att tala genom runorna.

**PÅ FRÅGAN OM VAD** runorna kan erbjuda nutidsmänniskan svarar Jörgen att de kan lära oss att utveckla en starkare relation med naturen, Moder Jord och de kosmiska processerna. Vi kan också genom runorna lära oss att bli mer medvetna om och öppna för synkroniciteter, meningsfulla sammanträffanden, i vår tillvaro. Intresset för

runor ökar, berättar han. Hans kurser är fulltecknade och hans böcker säljer bra och får tryckas upp ofta. Intresset är stort i USA och England och böckerna är översatta till engelska, tyska och till estniska.

- Med tid och övning utvecklas en relation mellan runorna och individen. Runorna pekar på nya saker, de överraskar mig och jag lär mig nytt hela tiden! Runorna är varken old age eller new age - jag ser dem mer som next age, säger Jörgen. ☺

## Plus mer

Jörgen I Eriksson: [www.norrshaman.net](http://www.norrshaman.net).  
"Runmagi och shamanism 4.0" (Norrshaman, 2017), "Sejd 5.0" (Norrshaman, 2016), "Atrid Grimssons Svartkonstbok" (Norrshaman, 2008).  
Sofia Karin Axelsson: [sofiakarinoxelsson.blogspot.com](http://sofiakarinoxelsson.blogspot.com)  
"Vilda runor – magiska tecken i vardagen" (Livs-Strömmen, 2017).

Inspirerande!

## Magiska runor och heligt landskap

För att lära mig mer om hur man kan samverka med runorna gick jag kursen "Magiska runor och heligt landskap", som Jörgen I Eriksson ledde i slutet på september vid vackra Gysinge bruk vid dalälvsforsarna. Jag deltog tillsammans med tjugo andra deltagare och vi virvlade in i drömtiden med Jörgen som ledsagare, som kunnigt och inspirerat delade med sig av intressant information om runorna och dess användningsområden samt spännande berättelser från den nordiska mytologin. Utesittning, landskapsgång, trumresor och att ljuda/sjunga runorna fick vi prova på liksom att delta i en kraftfull ceremoni i fullmånesken invid forsen – allt för att var och en av oss skulle hitta vår egen väg att samverka med runorna som hjälpmedel för att kunna tänka och handla i skönhet. Kursen var verkligen magisk och mitt eget intresse för att utveckla runmagikern i mig förstärktes.





# Runor är kraftfulla andliga redskap

Runor är kraftfulla andliga redskap – grundläggande livskrafter som innefattar allt som existerar. Därför kan de aldrig helt och fullt läras ut från en person till en annan, utan de måste upplevas av var och en utan mellanhänder. För att de skall avslöja sina visdomar behöver vi kommunicera med dem dag efter dag, säger Sofia Karin Axelsson författare till boken "Vilda runor – magiska tecken i vardagen."

**SOFIA, SOM KALLAR SIG** nordisk häxa har även gett ut boken "Nordiska gudinnor – vardagsmagi för dagens kvinnor". Hon är bosatt i USA och ger tillsammans med sin man ut den andliga tidningen "The Echo World". Då och då, i samband med Sverigebesök ger hon också kurser om runor och de nordiska gudinnorna.

Sofia menar att syftet med boken är att den ska vara en inspirationsbok till att ge lust att forska vidare i runorna och upptäcka dem på egen hand. Bokens titel valde hon eftersom hon har övertygelsen om att runorna aldrig kan tämjäs eller kapslas in. De hör heller inte in under begränsningar som "rätt eller fel". Runorna är det de är och visar olika ansikten för dem som samverkar med dem. Med vilda menar hon att de härrör ur ursprungskrafterna, jordens växlingar. De är oförstörda och naturliga och kan därför hjälpa oss med att hitta tillbaka till de sidorna inom oss själva.

**I SIN BOK GÅR** hon igenom utharken, den magiskt anpassade runraden som hon valt att arbeta med. De är 24 runor till antalet, och speglar det cykliska förlopp vi kan se i naturen samt i livets alla processer. Starten är Ur-runan som symboliserar begynnelse och avslutas med Feh-runan, som förknippas med fulländning, avslut av en cykel.

Varje runa i boken har fått en berättelse, en saga inspirerad av de gamla nordiska myterna. Hon skriver om blotet för varje runa, det vill säga vad vi bör arbeta med inom oss själva och vad transformationen, speglar av runans budskap, handlar om och hur vi kan bejaka

den förändringen. Hon tipsar oss om olika ceremonier vi kan göra för att förstå runornas betydelse och att vi kan göra trumresor, meditera över runorna, rita och måla dem, koppla dem till olika chakran och färger etcetera.

**PÅ MIN FRÅGA OM** man kan arbeta med sina skuggsidor med hjälp av runorna så menar Sofia att hon är övertygad om att varje runa har en skuggsida och en ljus sida. Hon tar exemplet med runan Dagaz som förknippas med ljus, vakenhet och insikt men som också i sin skuggskepnad skulle kunna symbolisera slags naivitet, som hon uttrycker det ett sätt att "fladdra omkring" i livet och sakna förankring, oförmögen att klara av att hantera den mörkare sidan av livet. Dagaz skuggsida handlar alltså om illusionen av att ständigt tro sig kunna vandra omkring i ett gudomligt ljus.

**JAG TYCKER OM** hennes förhållningssätt till runorna: "Att arbeta med runorna är inte riskfritt. De är vare sig harmlösa lyckosymboler eller charmerande åldriga skrivtecken med magisk symbolik. De är mycket mer än så. Runorna är liv och död, direkt sprungna från världstrådet."

**UTAN ATT SJÄLV** vara expert på runor men ändå med erfarenhet av att de senaste åren ha dragit årsrunor och fått följa den synkronicitet som speglats av den aktuella årsrunan, liksom med de runor som jag dragit för att få vägledning i specifika frågor, så är jag definitivt benägen att hålla med om fascinationen för att

de är vilda livskrafter. Vi vet aldrig vart runorna tar oss, de har sina egna liv.

Själv har jag årsrunan Gifu detta år, en runa som förknippas med balans och generositet, och som ofta kommer med gåvor. Men under året som hittills har gått har jag fått inse flera aspekter av innebörden då jag arbetat med denna runa. Att ge och att ta bör alltid vara i balans. Det är det som skapar harmoni, både i oss själva och i vårt förhållande till andra och Moder Jord. Ett enväggsgivande är lika destruktivt som ett enväggstagande då det enbart dränerar och tar kraft både från givaren och mottagaren.

Att ge har för mig också kommit att förskjutas till en annan mycket viktig betydelse, nämligen att offra, och att förstå den djupare meningen av just det ordet. För mig har gåvan blivit att mer och mer inse att lämna över till en kraft och intelligens långt klokare än mig själv. Att släppa kontrollen och överge de egna personliga önskingarna och övertygelserna angående vad jag anser är bäst för mig. När jag klarar att från ett öppet och tillitsfullt hjärta släppa taget på detta sätt, skapas en ökad frihetskänsla. Det har för mig under året mer och mer stärkt ett förhållningssätt till livet som jag känner är mycket värdefullt.

**SOFIA UPPMANAR OSS** också att arbeta med runorna seriöst, utan att klamra oss fast vid våra egocentriska planer. Och som hon skriver i sin bok: "Och det vi trodde vi ville ha, är inte nödvändigtvis exakt det vi fick, utan något mycket viktigare: lärdomar, äventyr och tacksamhet!"

## VILDA RUNOR

– MAGISKA TECKEN  
I VARDAGEN



SOFIA KARIN AXELSSON

*Vilda Runor – magiska tecken i Vardagen*  
av den nordiska häxan Sofia Karin Axelsson.

Runorna är kraftfulla andliga redskap, grundläggande livskrafter som innefattar allt som existerar. Den här boken lär dig umgås med runorna på ett personligt sätt och öppnar upp glömda vägar till den vilda världen.

Utgiven av LivsStrömmen, [www.livsstrommen.se](http://www.livsstrommen.se). Köp den hos Adlibris, Bokus eller i din vanliga favoritbokhandel. Läs mer av Sofia: [sofiakarinxelsson.blogspot.com](http://sofiakarinxelsson.blogspot.com).

