

VEREIN FÜR GERMANISCHES HEIDENTUM e.V.

**TRADITIONELLES  
GERMANISCHES  
HEIDENTUM  
IN HEUTIGER ZEIT**



**INHALTLICHE GRUNDLAGEN  
GOTTHEITEN UND RITUALE**



# Inhaltliche Grundlagen

Der Verein für Germanisches Heidentum e.V. (VfGH) ist eine naturreligiöse Gemeinschaft auf der Grundlage der überlieferten vorchristlichen germanischen Religion und Kultur, die unter der Leitidee eines freien Heidentums, das verschiedene individuelle Ausprägungen zulässt, die traditionelle germanische Religion (Alte Sitte, Asatru) ausübt. Sie ist die indigene (eingeborene) Naturreligion der germanischen Völker Nord- und Mitteleuropas, die sich aus den religiösen Erfahrungen hier heimischer Menschen in Einklang mit der Natur ihres Landes organisch entwickelt hat.

Als Naturreligion beruht es auf der Heiligkeit der Natur, als indigene Religion auf der Verwandtschaft zwischen der heimischen Natur, den Gottheiten, die in ihr sind, und den Menschen, die ihr angehören. Da die Natur und somit auch die Götter in ihr vielfältig und überall anders sind, lehnen wir Ansprüche auf universale Gültigkeit ab und vertreten das gleiche Recht aller Menschen auf ihre jeweilige eigene Religion.

## Heidentum - die andere Religion

Als Naturreligion unterscheidet sich das Heidentum grundlegend von allen Lehren, deren „Reich nicht von dieser Welt“ ist. Da ihm die Natur selbst heilig ist und die dualistische Trennung von Welt und Gottheit oder Natur und Geist nicht existiert, geht es von einer Voraussetzung aus, die zu jenen der weltabgewandten Erlösungs- und Jenseitslehren in diametralem Gegensatz steht, und ist damit nicht nur eine andere Form, sondern eine ganz andere Art von Religion.

Der von der christlichen Tradition geprägte Religionsbegriff ist daher auf das Heidentum nicht anwendbar. Religion im heidnischen Sinn ist keine Reflexion auf „Übernatürliches“ oder „Jenseitiges“ und kein Streben „über die Welt hinaus“, denn die Götter sind nicht über, außerhalb oder jenseits der Natur und Welt, sondern in ihr. Sie ist daher auch kein Glaube an eine von außen kommende Offenbarung, sondern Erfahrung der Götter in der Natur und damit der unteilbaren Ganzheit des Seins, in der alles mit allem verwandt ist und Anteil am Göttlichen hat.

Das Wesen der Religion im heidnischen Sinn ist es, diese Verwandtschaft mit der Natur und den Göttern spirituell zu erfahren, rituell zu pflegen und praktisch aus ihr ein Heil zu gewinnen, das sich auch konkret in der Welt manifestiert. Ihr Ziel ist kein bloßes Seelenheil, keine „Erlösung“ und keine auf spirituelle Werte beschränkte „Erleuchtung“, sondern ein erfülltes Leben in der Ganzheit des Seins.

# Naturreligion

Naturreligion setzt voraus, dass unter Natur nicht nur derjenige Aspekt der Wirklichkeit verstanden wird, der als materiell existent wahrnehmbar ist, sondern die Gesamtheit des Seins, in der Materie und Geist untrennbar verwoben sind und damit auch die Natur und das angeblich „Übernatürliche“, Welt und Götter, Diesseits und Jenseits einander durchdringen und eins sind. „Welt“ (Midgard) und „Anderswelt“ (Asgard, Utgard) bilden eine lebendige Ganzheit (Yggdrasil).

Das Heidentum ist weder dualistisch noch monistisch, sondern holistisch (ganzheitlich): Es spaltet die Wirklichkeit weder in gegensätzliche Reiche auf wie die Jenseitsreligionen noch reduziert es sie auf ein einziges Prinzip wie der Materialismus, sondern betrachtet sie als eine Vielfalt verschiedener Seinsformen, die untrennbar zusammen gehören.

In dieser Einheit in Vielfalt ist die Natur nicht nur mittelbar heilig. Sie verweist nicht auf einen außerhalb ihrer selbst liegenden Schöpfer noch ist sie bloß der Manifestationsort an sich außernatürlicher Gottheiten, sondern ist in sich selbst heilig und göttlich. Die Götter sind in der Natur und eins mit ihr.

## Polytheismus

In der Vielfalt und Verschiedenheit der Natur zeigt sich das Göttliche als eine Vielzahl verschiedener Gottheiten, die in ihrer Differenziertheit und unterschiedlichen Wesensart nicht auf ein einziges Sein reduzierbar sind. Sie sind sowohl in den lebendigen, von ihnen erfüllten Erscheinungen der Natur als auch über die einzelnen Existenzen hinausgehende, transzendente Wesenheiten mit konkreten, persönlichen Charakteren, die sich in Mythos und visionärer Schau offenbaren.

Das germanische Heidentum ist eine polytheistische Religion, in deren Mittelpunkt die Verehrung persönlicher Götter und Göttinnen steht, die wir in der Natur und im Mythos erfahren und im Kult anrufen, sie um Hilfe bitten und ihnen für ihre Gaben danken. Als persönliche Wesenheiten von verschiedener Art sind sie nicht austauschbar, vermischbar oder mit anderen gleichzusetzen.



Sie sind einzigartig, bilden aber als Gemeinschaft eine Einheit, die in der Edda durch ihre Beratungen (daher *regin*, die Berater, ahd. *regano*) ausgedrückt wird. Das Wort „Gott“ (ahd. *cot*, got. *gob*, nord. *góð*) ist ursprünglich neutral (sächlich bzw. für beide Geschlechter), weil es Götter und Göttinnen bezeichnet. Auch die stark gebildete Mehrzahl *cot*, *gob* bzw. *góð* bezeichnet keine abstrakte Vorstellung, wie manchmal behauptet wird, sondern heißt „Götter und Göttinnen“.

Ein weiterer wichtiger Aspekt des Polytheismus liegt darin, dass die Götter nicht nur vielfältig, sondern wie die Natur auch überall anders sind. Jedes Land, zumindest jeder ökologische Großraum, hat seine eigenen Götter. Sie sind in der Natur ihres Landes und mit ihm und den Wesen, die aus ihm hervorgehen, untrennbar verbunden. Daher sind alle heidnischen Religionen an ihre Länder und Völker gebunden und konkurrieren nicht.

Die Vielfalt der Götter bedingt auch eine Vielfalt der Religionen, von denen jede ihre eigenen Götter, aber keine einen Anspruch auf universale Geltung hat.

## Verwandtschaft mit Natur und Göttern

Die Götter eines Landes sind auch in den Wesen, die ihm angehören: den Pflanzen, Tieren und natürlich auch Menschen, die aus ihm stammen und durch viele Generationen, die aus der Erde ihres Landes hervorgingen und wieder in sie zurückkehrten, mit ihrem Land und seinen Göttern verwandt sind.

Die Kette der Vorfahren, die uns mit unserem Ursprung in der Natur verbindet, ist auch unser natürliches, von Geburt an bestehendes und unzerreißbares Band zu den Göttern, die in ihr sind. So verbindet uns kein subjektiver Glaube, sondern ein objektives Sippenband: Wir sind Angehörige, Verwandte unserer Götter.

Deshalb beruht das Verhältnis zwischen Menschen und Göttern nicht auf Gnade und Unterwerfung, sondern auf Sippentreue. Sie gewähren uns ihr Heil nicht willkürlich oder als Lohn für Gehorsam, sondern weil wir ihr Stamm sind, an dessen Heil ihnen selbst liegt, und wir verehren sie nicht aus Angst vor ihrer Macht oder Hoffnung auf ihr Wohlwollen, sondern in Liebe und Freundschaft zu treuen Verwandten, auf die wir uns verlassen können. Der nordische Begriff für einen Gott, den man besonders verehrt, ist daher *fulltrúi*, d.h. „einer, dem man voll vertraut“. Für viele war und ist das vor allem Thor.

Die Sippentreue unsererseits gilt nicht nur den Göttern, sondern allen Wesen, die durch gemeinsame Herkunft aus unserem Land mit uns verwandt sind. Nach unserer Überzeugung dürfen wir unser Land und seine Pflanzen und Tiere ebensowenig ausbeuten und sinnlos schädigen wie seine Menschen – was natürlich auch für unsere gesamte Erde und alle ihre Lebewesen gilt.

Die indigene Naturreligion betrachtet alle Wesen, die aus derselben Natur stammen, als eine Familie und verpflichtet uns damit zu Respekt, Schutz und Fürsorge auch für das nichtmenschliche Leben, das uns anvertraut ist.

# Germanische Tradition

Da alle Menschen mit ihren je eigenen Göttern verwandt sind, ist diese Verwandtschaft kein Privileg. Sie begründet aber ein exklusives, nicht austauschbares Verhältnis zu den eigenen Göttern und der Natur des Landes, der sie und wir angehören. Daher stützen wir uns auf die germanische Tradition als unsere eigene Religion, die den Göttern gilt, die mit uns verwandt sind. Sie ist die Religion unseres Landes und unserer Vorfahren und als indigene Naturreligion auch besonders zuverlässig.

Als Eingeborene waren unsere Ahnen mit der Natur unserer Heimat seit vielen Generationen vertraut und fanden hier die Götter, die wirklich in ihr und als Verwandte in ihnen und auch in uns sind. Im familiären Austausch zwischen Göttern, Natur und Menschen entstand eine Wechselwirkung, in der sich die Religion stets veränderte und weiter entwickelte.

Die Götter, die in der Natur und den Menschen sind, haben sich mit ihnen gewandelt und ihrerseits die Menschen geformt und reifen lassen.

Wir halten es deshalb für am besten, der Tradition unserer eingeborenen Ahnen zu folgen, die uns einen bewährten, organisch gereiften Weg zu den Göttern zeigt, sie von fremden Einflüssen frei zu halten, authentisch fortzusetzen und aus ihrem eigenen Geist sinnetreu weiter zu entwickeln.

Wir lehnen sowohl eine Vermischung mit Traditionen, die einer anderen Natur angehören, als auch willkürliche Deutungen oder eine Reduktion auf einzelne, aus dem Zusammenhang gerissene Elemente ab und üben das germanische Heidentum unverfälscht und vollständig aus.

Nicht im Widerspruch dazu steht es, die Gottheiten und Rituale anderer Länder und Völker zu achten und von verwandten naturreligiösen Traditionen auch zu lernen. Unter der Leitidee des freien Heidentums stellt der VfGH seinen Mitgliedern frei, ob sie in ihre persönliche Religiosität auch Elemente anderer Traditionen mit einbeziehen wollen. Die gemeinsamen Rituale und religiösen Inhalte, die der VfGH als Gemeinschaft ausübt und vertritt, sind aber ausschließlich germanisch.

## Mythische Erfahrungsreligion

Die germanische Tradition ist keine festgelegte Lehre mit einer autoritären Offenbarung, Dogmen und Glaubenssätzen. Vielmehr zeigt sie uns durch Riten, Symbole und Mythen einen Erfahrungsweg, den schon viele vor uns gingen, aber jeder auch selbst gehen muss. Die Götter, die in der Natur und in uns sind, *können* nicht nur erfahren werden, sondern *müssen* es auch: Ihr konkretes, vielschichtiges Wesen und ihre komplexen Beziehungen zueinander lassen sich nicht in abstrakten Lehrsätzen erfassen, sondern können sich nur in der direkten Begegnung zeigen.

Da dieses Zeigen stets nur beispielhaft und nie absolut sein kann, weil die göttlichen Dinge jede begrenzte Definition überschreiten, gibt es keine definitiven Lehren über die Götter. Es gibt aber beispielhafte Erzählungen, die Mythen, in denen sich ihr Wesen in ihren Handlungen zeigt und darin konkret erfahrbar wird. Jeder Mythos ist dabei nur eine Erfahrung von vielen, die durch andere Mythen ergänzt wird.

Der Mythos ist keine heilige Schrift im dogmatischen Sinn, aber heiliges Wort, da er religiöse Erfahrung und damit Heil eröffnet.

Sein Ursprung ist nicht dunkle Symbolik oder der Versuch, etwas zu erklären, denn gerade das tut der Mythos nicht. Er erklärt nicht, sondern stellt ein Geschehen dar, das ungedeutet bleibt, damit der Zuhörer aus ihm seine eigene Erfahrung gewinnen kann. Er stellt es in der Regel so dar, wie es sein Schöpfer, der Dichter/die Dichterin selbst erfahren hat.

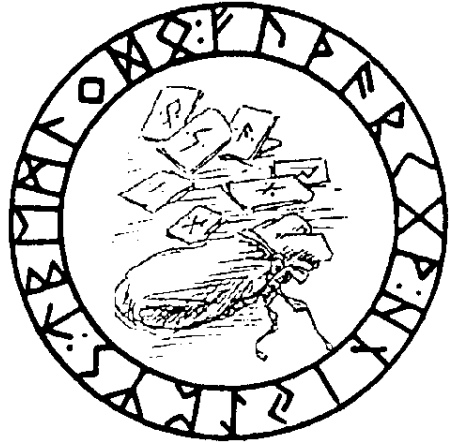
Denn die mythische Dichtung ist nicht Fiktion, sondern Vision. Die mythischen Dichter, deren Arbeit rituellen Regeln unterliegt, gelten im Heidentum als Seher, die von einer Gottheit inspiriert sind. In der germanischen Tradition ist es Odin, der sie inspiriert. Der Mythos ist daher wahr. Er lehrt aber keine Dogmen, sondern zeigt eine poetische, konkret-exemplarische Wahrheit, die jeder für sich als individuelle Offenbarung neu erlebt.

## Runen und Rituale

Auf Odin gehen auch die Runen zurück, die formal vermutlich etruskischen Schriftzeichen entlehnt sind, inhaltlich aber, in ihren Namen, Bedeutungen und Beziehungen, den Visionen germanischer Weiser entstammen, die von Odin inspiriert wurden. Sie sind untrennbar mit der germanischen Religion und Mythologie verbunden und können nicht von ihr losgelöst betrachtet und verwendet

oder mit fremden Systemen, etwa der Kabbala, vermischt werden. Wir verwenden sie zur Meditation, rituellen Kommunikation mit den Göttern, Divination und Magie sowie vereinzelt als Schriftzeichen.

Die Rituale des germanischen Heidentums orientieren sich an der sichtbaren Ordnung des Kosmos. Im Zentrum stehen die vier Jahresfeste zu den Frühlings- und Herbst-Tagundnachtgleichen und den Sonnenwenden: Ostara, Mittsommer, Herbstfest und Jul. Wir feiern sie grundsätzlich unter freiem Himmel und wenn möglich an alten Kult- und Kraftorten oder auf eigenen Kultplätzen, die wir einrichten. Darüber hinaus sind alle Arten persönlicher oder gruppeneigener Rituale möglich.



Die Gestaltung der Rituale ist frei, grundlegende Bestandteile sind Einhegung und Weihe des Kultplatzes, Anrufungen und Gebete, das Blót (Trankopfer), bevorzugt mit Met, und bei Festen ein Opfermahl, in dem die Gemeinschaft von Feiernden, Göttern und Ahnen durch ein gemeinsames Essen gestärkt wird. Blutige Opfer der Vergangenheit betrachten wir als zeitbedingt und lehnen sie heute ab. Wir können das Fleisch fürs Opfermahl beim Metzger kaufen.

## Weiterleben nach dem Tod

Im Gegensatz zu den weltabgewandten Jenseitsreligionen kommt dem Leben nach dem Tod im germanischen Heidentum nur geringe Bedeutung zu. Es beschäftigt sich primär mit dem Leben *vor* dem Tod und der Kraft, das Schicksal zu meistern. Statt den Tod mit fiktiven Verheißungen zu verdrängen, nimmt es ihn ernst und bietet in der Überzeugung, dass er sein letztes Geheimnis nicht preisgibt, mehrere Visionen an. Sie reichen, abgesehen vom natürlichen Fortleben in Nachkommen und Erinnerung, von einem schattenhaften Dasein in Helheim über ein Fortleben in Götternähe bei Odin oder Freyja bis zur Wiedergeburt. Hier muss jeder die für ihn gültige Wahrheit finden.

Allen heidnischen Jenseitsvisionen gemeinsam ist, dass sie nicht mit Lohn oder Strafe, Verheißung oder Verdammnis gekoppelt sind. Das Leben wird nicht durch künstliche Angst oder Hoffnung bestimmt, sondern kann frei und eigenverantwortlich gestaltet werden und hat seinen Wert nicht erst im Hinblick auf jenseitige Folgen, sondern in sich selbst. So lehrt uns das Heidentum, „das Leben zu lieben und den Tod nicht zu fürchten.“

## Ethik und Gesellschaft

Das germanische Heidentum besitzt keine dogmatischen Gebote und Verbote, aber eine klare Ethik, die auf den Grundsätzen der Ehre und gegenseitigen Treue beruht und ihren Ursprung in der Verwandtschaft mit den Göttern hat. Als ihr Angehöriger ist der Mensch frei und besitzt eine unverletzliche Würde, die er für sich zu bewahren und bei anderen zu respektieren hat.

Sie verpflichtet uns zu ehrenvollem Handeln nach dem Prinzip, niemandem ohne Notwendigkeit zu schaden, und ermutigt dazu, durch darüber hinaus gehende Verdienste weitere Ehre zu erwerben. Die Treue unterscheidet sich in Sippentreue, die unbedingt gilt, und frei vereinbarte Treue zwischen Nichtverwandten, die an Bedingungen geknüpft ist und nur bei beidseitiger Einhaltung gilt.

Freiheit und Würde jedes einzelnen Menschen und die Möglichkeit, das Zusammenleben nach freier Vereinbarung selbst zu gestalten, erfordern eine demokratische Gesellschaft, in der die Bürger größtmögliche Autonomie genießen und auch der Staat an Gesetze gebunden ist, die in freier Beratung beschlossen werden. Die

Demokratie ist in der heidnischen Ethik und in der germanischen Thing-Tradition fest verankert. Wir bekennen uns vorbehaltlos zu ihr, lehnen jeden Totalitarismus ab und treten Missdeutungen des germanischen Heidentums, die unfreien Tendenzen Vorschub leisten, entschieden entgegen.

## **Gemeinschaftsstruktur**

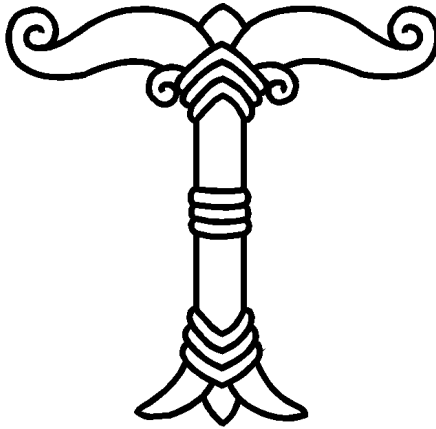
Alle Mitglieder des VfGH sind gleichberechtigt und nehmen unabhängig vom Grad ihrer Erfahrung an der Gestaltung der Rituale und den Thing-Beratungen teil. Da wir alle mit den Göttern verwandt sind und sie in gleicher Weise erfahren und mit ihnen kommunizieren können, vertritt der VfGH das Volks- und Wahlpriestertum: Jeder kann alle Rituale selbst durchführen, für gemeinschaftliche Rituale werden Personen gewählt, die Blotmänner bzw. Blotfrauen heißen und ausschließlich für die Organisation und Leitung des Kults zuständig sind. Eine priesterliche Lehrautorität oder Mittlerfunktion zu den Göttern gibt es nicht.

Die Mitglieder des VfGH sind in Landgilden (alle Mitglieder einer bestimmten Region) organisiert und können sich darüber hinaus in lokalen Kleingruppen (Herde und Gruppen) sowie überregional in Blotgilden zur Verehrung bestimmter Gottheiten und in Sachgilden für besondere Interessen, z.B. Runenarbeit, zusammenschließen. Wer es wünscht, kann unter die Schwurmannen des VfGH aufgenommen werden, die sich durch einen Eid an die Götter binden und dadurch eine besondere Verantwortung für die Gemeinschaft übernehmen.

## **Die neun edlen Tugenden**

Die „Nine Noble Virtues“, die von mehreren germanischen Heidengruppen im angelsächsischen Sprachraum vertreten werden, sind ein einfacher Wertekatalog, den auch der VfGH als Zusammenfassung germanischer Ethik übernommen hat

**Mut**  
**Wahrheit**  
**Ehre**  
**Treue**  
**Disziplin**  
**Gastfreundschaft**  
**Fleiß**  
**Selbstständigkeit**  
**Ausdauer**



## Die Irminsul – Symbol des VfGH

Der Verein für Germanisches Heidentum e.V. wurde 1995 unter dem Namen Odinic Rite Deutschland als unabhängige Gruppe des britischen Odinic Rite für die deutschsprachigen Länder gegründet, hat sich 2004 endgültig als eigenständige Gemeinschaft und 2006 auch durch den heutigen Namen vom OR gelöst. Von Anfang an hatte er ein eigenes Symbol, nämlich die Irminsul („erhabene Säule“), die im Stammesheiligtum der Sachsen stand und von den Soldaten Karls „des Großen“ zerstört wurde. Die Darstellung nach dem Felsrelief auf den Externsteinen, dem vermutlichen Standort der Irminsul, ist historisch umstritten, soll aber auch keine historische Illustration sein, sondern als heute gültiges Zeichen dafür stehen, wofür auch die Irminsul selbst stand: für den Weltbaum Yggdrasil und für die Verehrung der Götter.

## Leitidee freies Heidentum

Nach altgermanischer Tradition ist Religion eine „êwa“, d.h. eine gegenseitige Treuepflicht zwischen Göttern und Menschen nach dem Edda-Vers „Die Gabe will stets Vergeltung“: Die Götter geben uns Heil, wir ehren sie dafür mit Gebeten und Opfern. Darüber hinaus sind Heiden in der Gestaltung ihres religiösen Lebens frei. Dieser Tradition folgt der VfGH mit der „Leitidee freies Heidentum“, wonach nur die gemeinsame Verehrung der Götter verbindlich für alle, in seiner persönlichen Religiosität aber jedes Mitglied frei ist. Niemand ist verpflichtet, mehr zu tun als die Götter zu ehren, und niemandem ist es verwehrt, zusätzlich zum gemeinsamen Weg der „êwa“ auch andere spirituelle Wege zu beschreiten.

# Götter und Göttinnen

Das germanische Heidentum ist eine polytheistische Naturreligion, die in der Vielfalt und Verschiedenheit der Natur eine Vielzahl verschiedener Gottheiten erkennt. Die Götter sind in der Natur und eins mit ihr, zugleich aber persönliche Wesenheiten mit unterschiedlichen Charakteren und Wirkungsbereichen. Sie sind keine abstrakten Prinzipien oder Energien, sondern konkrete, lebendige Wesen, die wir ansprechen und die sich uns persönlich zuwenden.

Da sie eins mit der Natur sind, steht ihr Sein in keinem Widerspruch zu den Gesetzen des Lebens, wie wir sie kennen, d.h. auch die Götter werden geboren und sterben, verändern sich, haben Gefühle, Bedürfnisse, Freuden und Leiden. Sie sind nicht allmächtig und ewig, sondern unterliegen wie alle Natur dem Gesetz von Werden, Vergehen und Wiederkehr, das die germanische Tradition Schicksal (*Wyrd*, Werden, oder *Örlög*, Urgesetze) nennt. Daran erkennen wir, dass sie keine Wunschträume, sondern real und lebendig sind.

Darüber hinaus steht es – sowohl nach der historischen Tradition als auch nach der aus ihr entwickelten „Leitidee freies Heidentum“ des VfGH – jedem Heiden frei, über die Götter zu denken, was er für richtig hält. Jeder muss sie für sich selbst erfahren, jedem zeigen sie sich auf die für ihn richtige Weise. Ihr komplexes und vielschichtiges Wesen verlangt von uns Offenheit für eine Vielfalt von Erfahrungen. Die Götter zeigen sich nicht in Dogmen oder gedanklichen Spekulationen, sondern nur in der lebendigen Begegnung.

Das germanische Wort „Gott“ (gotisch *gob* (*goth*), ahd. *cot*, nord. *góð*) leitet sich von der indogermanischen Wurzel *\*ghutom* (angerufen) ab. Die Götter sind also „die Angerufenen“, d.h. ihre Wirklichkeit offenbart sich, vollständig oder überhaupt erst, durch die Rituale, mit denen wir in Beziehung zu ihnen treten und mit ihnen kommunizieren.

Deshalb wollen wir uns nicht damit aufhalten, darüber zu spekulieren, *was* die Götter sind, oder haarklein aufzuzählen, was unsere Überlieferung über sie weiß. Auch wer nur wenig theoretisches Wissen über die Götter besitzt, kann mit ihnen in Beziehung treten und ihre Wirklichkeit, ihre besonderen Eigenschaften und ihre Segnungen, ihr Heil, erfahren.

Das aber ist es, worauf es im Heidentum ankommt. Es ist kein theologisches Lehrsystem, sondern ein Weg, den Göttern in der Natur und in uns selbst zu begegnen, ihre lebendige Wirklichkeit und in ihr unseren Ursprung, uns selbst und unsere Verwandtschaft mit allem Sein zu erfahren. Es ist ein Weg, den man nicht bloß denken oder glauben, sondern *gehen* muss.

# Asen und Vanen

In ihrer Vielfalt und Verschiedenheit stehen die Götter nicht beziehungslos und einzeln nebeneinander. Wesensverwandtschaften, die sich im Mythos als Blutsverwandtschaften ausdrücken, verbinden sie zu Familien, und Wesensunterschiede sind der Grund dafür, dass es zwei verschiedene Götterfamilien gibt: die Asen (nordisch *Æsir*) und die Vanen (*Vanir*).

Es wurde behauptet, dass sie ursprünglich die jeweiligen Götter der beiden Stammgruppen der Germanen, der Megalithiker und der Streitaxtleute, waren. Das ist zum Teil sicher richtig, doch der entscheidende Unterschied liegt in den Wesensarten der beiden Götterfamilien selbst.

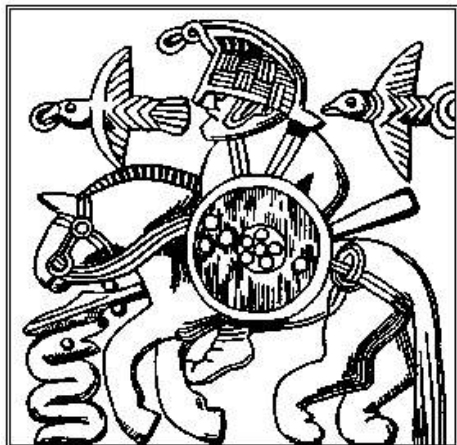
Die Asen sind „himmlische“ Gottheiten, die sich vorwiegend in atmosphärischen, seelisch-geistigen und abstrakten Phänomenen offenbaren: Licht, Wind, Gewitter, Mut, Inspiration, Recht oder soziale und kosmische Ordnung. Ihre Elemente sind Luft und Feuer. Die Vanen dagegen sind „irdische“ Gottheiten, in deren Bereich Wachstum, Fruchtbarkeit, Sexualität und die damit verbundenen Handlungen dominieren und deren Elemente Erde und Wasser sind.

Dieser Unterschied wird in vielen Religionen als unvereinbarer Gegensatz empfunden, der einseitig gelöst wird. Im Orient wurde daraus ein strikter Dualismus, der nur „himmlischen“, abstrakten und in ein weltfernes Jenseits verlegten Bereichen Göttlichkeit zuerkennt und alles Irdische und Natürliche als widergöttlich und „böse“ verdammt.

In der germanischen Tradition ist es anders. Auch zwischen Asen und Vanen gibt es einen Gegensatz, der sich im Mythos durch einen erbitterten Krieg zeigt, den sie einst führten. An seinem Ende stehen aber nicht Sieg und Niederlage, keine Vorherrschaft der einen und Unterdrückung der anderen Wesensart, sondern die Versöhnung und Verbindung der Göttersippen zu einem neuen, größeren Ganzen, das die früheren Gegensätze vereinigt.

## Odin

Odin, altdeutsch *Woðan*, ist nach der Edda der höchste Gott, Vater der Asen und überhaupt „Allvater“ – nämlich auch Stammvater von Heldensippen und eigentlich aller Germanen. Wir sind Kinder von seinem Geist. Aber „du gleichst dem Geist, den du begreifst“: Ihn falsch zu verstehen, kann fatale Folgen haben.



Der Schlüssel zu Odins Wesen ist sein ursprünglicher Name: Woðan kommt von *woð*, womit unsere Ahnen keineswegs nur die Wut des Kriegers meinten, sondern jede gesteigerte geistig-seelische Kraft – besonders den Ausnahmezustand, in dem sich Magier, Schamanen, Seher und nicht zuletzt Dichter befinden, die ihre Kunst ebenfalls Odin verdanken. So ist Odin zwar auch der Herr der Krieger, vor allem aber der „Zauberherr“ und „Herr der Runen“, der Seher, Weise und Dichter, der Forscher und Denker, der seine Stellung als Erster der Götter nicht kriegerischer, sondern geistiger Überlegenheit verdankt.

Davon berichten auch seine wichtigsten Mythen, die ihn auf einem dreifachen Weg zu Wissen und Weisheit führen: Zuerst erlangt er durch einen Trunk aus der Quelle Mimirs Seherkraft, wofür er ein Auge opfern muss. Dann erlangt er durch die Gewinnung des Dichtermets Odrörir die Kraft zu dichten und die Dichter zu visinären Werken zu inspirieren. Schließlich bringt er am Weltbaum sich selbst als Opfer dar und findet im Durchgang durch Tod und Wiedergeburt die Runen, in denen alle seine Weisheit gipfelt.

Durch die Vielschichtigkeit seines Geistes ist Odin ein schwieriger Gott, der viele Rätsel aufgibt und oft düster wirkt, denn er ist auch der Gott des Schicksals, der es kennt und vollziehen muss. Im Krieg teilt er Sieg und Niederlage zu und nimmt die Hälfte der Gefallenen zu sich nach Valhall. Er ist aber auch ganz allgemein der Führer der Toten und Gott der Ahnen.

Odins Zeichen sind die Runen, vor allem Ansuz, der Valknoten und der Speer, seine Tiere vor allem Rabe, Wolf und sein achtbeiniger Hengst Sleipnir oder allgemein das Pferd. In vielen Heldenmythen wandert Odin mit langem Mantel und Schlapphut, der seine Einäugigkeit verbirgt, durch die Welt und greift ins Geschehen ein. Dabei agiert er ebenso wie mit Magie auch mit List und kühlem Verstand, sodass wir ihn als Gott nicht nur der ekstatischen, intuitiven und künstlerischen, sondern auch der planerischen und leitenden Geisteskräfte verehren können.

## Frigg

Odins Gattin ist Frigg, die ahd. Frija hieß und im Merseburger Zauberspruch mit ihren Schwestern Volla (Fülle), Sunna (Sonne) und Sintgunt („Nachtwandlerin“ = Mond oder „zum Kampf Ausziehende“ = Walküre) genannt wird. Nach ihr ist der Freitag benannt, der deshalb ein idealer Tag für Hochzeiten ist. Frigg ist die Mutter der Asen und die Göttin der Ehe, der Treue und der Eide, die Schützerin der Familie, der Mütter und der Kinder, auch der Hausfrauen, die in germanischem Sinn Herrinnen des Haushalts sind, d.h. eigene wirtschaftliche Macht haben.

Wie Odin kennt Frigg das Schicksal, aber sie schweigt darüber. Während Odin um Weisheit und Wissen ringen muss, besitzt Frigg sie seit jeher und kann ihn deshalb auch überlisten, wie z.B. im Ursprungsmythos der Langobarden: Vor einem Krieg gegen die Wandalen, denen Odin den Sieg geben wollte, wandten sich die Frauen

an Frigg, die ihnen riet, ihre Haare wie Bärte vors Gesicht zu flechten und mit aufs Feld zu ziehen. Odin fragte, wer diese Langbärte seien, und Frigg antwortete: „Wenn du ihnen einen Namen gegeben hast, musst du ihnen auch den Sieg geben.“ So ist Frigg auch eine Göttin der politisch aktiven Frauen, die im Sinn der ganzen Gemeinschaft handeln. Sie nimmt auch selbst in führender Rolle an den Beratungen der Götter teil, wie es die Edda am deutlichsten darstellt, wenn sie zur Befreiung Baldurs aus dem Totenreich aufruft.

In diesem Mythos zeigt sich überhaupt am besten das Wesen Friggs: Sie weiß um den bevorstehenden Tod ihres Sohnes und setzt, obwohl sie das Schicksal kennt, alles daran, ihn zu retten. Das ist nicht nur Mutterinstinkt, sondern auch eine Forderung der germanischen Ethik: die bedingungslose Sippentreue, die genauso auch Männer in die Pflicht für ihre Angehörigen nimmt, sodass Friggs Vorbild nicht nur für Frauen Geltung hat.

Friggs Tiere sind Falke und Spinne, ihre Zeichen die Spindel, der Stab, der sie als Schicksalskundige ausweist (Seherinnen trugen bronzebeschlagene Stäbe), und die Rune Perthro, zu deren Bedeutungen die Geburt gehört und deren Name mit Friggs süddeutschem Namen Perchta oder Berchta zusammenhängt.

## Tyr

Obwohl schon Tacitus über die Germanen der Römerzeit schreibt, dass sie „den Merkur (Woðan/Odin) am meisten verehren“, wurde er nicht von allen Stämmen als höchster Gott betrachtet. Einige, wie die Sueben, verehrten als ihren Hauptgott Tyr, ahd. Tiu oder Ziu und altgermanisch Teiwaz. Sein Name bedeutet auch einfach „Gott“ und ist mit griechisch Zeus, lateinisch Jupiter (Diu-piter) und indisch Dyaus verwandt, dem altindogermanischen Himmels Gott, der bei vielen Völkern als höchster verehrt wurde.

In der Edda kommt Tyr nur noch wenig vor, sein Wesen und Wirkungsbereich sind aber von zentraler Bedeutung für die Gesellschaft, denn er ist der „Mars Thingsus“, dem ein germanischer Legionär in England einen lateinischen Weihstein setzte: der Gott des Things (der germanischen Rats- und Gerichtsversammlung), des Rechts und der Gerechtigkeit, und er hat alle Eigenschaften, um sie durchzusetzen: ein scharfes Urteilsvermögen, Mut und die Entschlossenheit, auch unter eigenen Opfern das Notwendige zu tun. Das heißt mitunter auch, eigene Prinzipien zu brechen – und die Folgen dafür zu tragen.

Darüber berichtet der Mythos von der Fesselung des Wolfs Fenrir, der die Asen bedrohte und nur mit einer List unschädlich gemacht werden konnte. Sie boten ihm ein Kräftemessen an, bei dem er immer stärkere Fesseln zerreißen sollte. Am Schluss brachten sie eine magische Fessel, die so harmlos aussah, dass der Wolf misstrauisch wurde und verlangte, dass einer der Asen als Beweis, dass sie ihn nicht betrügen wollten, eine Hand in sein Maul legen sollte. Nur Tyr war bereit

dazu – und verlor seine Hand. Obwohl er Betrug ablehnt, musste er, um die Götter vor dem Wolf zu schützen, daran teilnehmen und das Opfer bringen.

Mut, Entschlossenheit und Opferbereitschaft Tyr – und die germanische Auffassung, dass Kriege bewaffnete Rechtskonflikte sind (und entsprechend fair geführt werden müssen) – machen ihn auch zu einem Gott des Krieges, den die Römer mit Mars verglichen. Daher wurde ihr Mars-Tag zum Tyrstag (nordisch), Ziestag (alemannisch) und Dienstag, dessen Name sich vom Thing ableitet.

Tyr's Zeichen sind die Rune Teiwaz und das Schwert, seine Tiere sind Wolf und Hund. Soldaten verehren ihn auch als Gott der kriegerischen Tugenden, Zivilisten als Schützer des Rechts und der auf das Recht gründenden Gesellschaftsform, der Demokratie. Er gibt auch die geistigen Kräfte, die zu Rechtsfindung und gerechter Politik nötig sind: nüchterne Urteilskraft und die Stärke, danach zu handeln.

## Thor

Der bei vielen Heiden beliebteste Gott, von dem es auch die meisten Mythen gibt, ist Thor, ahd. Donar, der sich in Blitz und Donner offenbart – Zeichen sowohl seiner Stärke als auch der Befruchtung durch den Regen. Thor ist ein Sohn Odins und der Erdmutter, die nordisch die beiden Namen Fjörgyn und Hlodyn (ahd. Hludana oder Huldana) trägt. Als Sohn der Erde ist er gleichsam ein Bruder der Menschen und steht uns damit näher als andere Götter.

Thors Wesen wird als sehr einfach und geradlinig beschrieben. Er ist der Schützer von Asgard und Midgard, der unermüdlich gegen die zerstörerischen Kräfte der Thursen zu Felde zieht und jedem Feind, der die Ordnung des Kosmos bedroht, mit seinem Hammer Mjöllnir den Garaus macht. Seine Kraft wird dabei oft durch die List Lokis unterstützt. Das beschreiben seine volkstümlichen Mythen ebenso plastisch und oft humorvoll, wie sie Thor selbst als großen, kräftigen Rotbart mit viel Appetit und rauem Charakter darstellen.

Sieht man die Mythen aber genauer an, zeigt sich eine sehr komplexe Persönlichkeit. Auch Thor geht wie Odin einen Schicksalsweg, der ihn mit den Grenzen seines Wesens konfrontiert, am deutlichsten in seinen unentschiedenen Kämpfen mit der Midgardschlange, der er in der Götterdämmerung ein letztes Mal begegnen wird: Da erst kann er das alle Welt umspannende Übel besiegen, findet dabei aber auch selbst den Tod. Im Mythos vom Riesenbaumeister finden wir ihn in der glei-



chen tragischen Rolle wie Tyr: Um sein Amt als Schützer der Götter zu erfüllen, muss er ihren Vertrag mit dem Baumeister brechen und die Schuld dafür auf sich nehmen. Wie Odin und Tyr hat auch Thor – als Zeichen, dass diese drei Götter ihre Größe schicksalhaft erkämpft und erlitten haben – eine bleibende Verletzung: Im Kampf gegen den steinernen Götter-Herausforderer Hrungrnir blieb ein Steinsplitter von dessen Waffe in Thors Kopf stecken.

Wichtig im Wesen Thors ist auch sein mütterliches Erbe. Als Sohn der Erde ist er ein Gott der Fruchtbarkeit, der den lebensspendenden Regen sendet, und wurde daher früher am meisten von den Bauern verehrt, während Adelige und Krieger Anhänger Odins waren. Die Bauern hielten Thor aber die Treue, nachdem die Krieger mit ihren Königen längst zum Christengott übergelaufen waren. So wurde der Thorshammer, das traditionelle Schutzamulett der Bauern, auch zum allgemeinen Symbol für Ásatrú, die Göttertreue.

Thors Tiere sind die beiden Ziegenböcke, die seinen Wagen ziehen, seine Zeichen der Hammer, Blitz und Donner, die Rune Thurisaz und das „Herz Hrungrnirs“. Thor ist auch ein weihender Gott (Vingthor), der mit seinem Hammer Lebewesen, Gegenstände und Opfertgaben weiht.

## Baldur

Der schönste und reinste Gott der Asen ist Baldur, ein Sohn Odins und Friggs, über den die Edda aber wenig mehr als seinen Tod erzählt. Das ist eine Lücke der Überlieferung, denn Baldur (altdeutsch Baldere, Bald-here, „kühner Herr“) wurde bereits in der Bronzezeit so hoch verehrt, dass sein Kult bis Griechenland gelangte. Der dortige Apollon



stammt aus dem „Land der Hyperboräer“, d.h. der Leute „jenseits des Nordwinds“, und kehrt alljährlich, begleitet von seinen beiden Schwänen, dorthin zurück.

Baldur ist der Gott des Lichts, aber kein Sonnengott, denn im Germanischen ist die Sonne (Sunna) weiblich. Er ist aber ein Gott von sonnenhaftem Wesen, der mit seiner Helle, Reinheit und Freundlichkeit alle Welt erfreut und mit Heil erfüllt. Eine mächtige Heilpflanze, die Mistel, ist ihm geweiht, ebenso die Kamille, die auf Nordisch „Baldrs brá“ (Baldurs Braue) heißt.

Die Mistel wird aber auch sein Tod, als Frigg ihre Dienerinnen ausschickt, um alle Wesen schwören zu lassen, Baldur nicht zu schaden, und nur die Mistel vergessen wird. Loki erfährt davon und überredet Baldurs blinden Bruder Hödur, mit einer Mistel auf ihn zu schießen. Baldur muss zur Hel hinabsteigen und wird erst nach Ragnarök wiedergeboren. Dann versöhnt er sich mit Hödur und regiert mit ihm die

neue Welt. Tod und Wiedergeburt Baldurs sind aber nicht nur der Kreislauf der Weltzyklen, sondern spiegeln sich auch im Jahreslauf: Zur Sommersonnenwende, wenn sich das Jahr am Höhepunkt zum Abstieg neigt, gedenken wir seines Todes und feiern in der Julzeit, wenn das Jahr neu beginnt, seine Wiederkehr.

Nur dieser Aspekt im Wesen Baldurs ist uns überliefert, wir können unser Wissen aber leicht ergänzen. Licht, Reinheit und Heilkraft sind als zentrale Wesenszüge sowohl Baldurs als auch Apollons klar bezeugt. Apollon ist aber auch Seher und Dichter – Eigenschaften, die er mit Odin teilt und die Baldur als Sohn Odins wohl ebenfalls zukommen, zumal wenn man bedenkt, dass er durch seine Träume seinen Tod selbst als erster voraussieht. Im Allgemeinen ist er als Lichtgott aber der Geber positiver Orakel, der Wegweiser und Lehrmeister wie Apollon, und er ist auch kein dunkler, tragischer Dichter, der „in Runen redet“, sondern einer mit klarer Sprache und hoffnungsvollen Themen. Beides mag ein Grund sein, warum diese Aspekte seines Wesens in der vorwiegend tragisch bestimmten Dichtertradition des späten Nordens eher untergegangen sind.

Baldurs Zeichen sind Sonnenräder, Lichter (z.B. im Julbrauchtum), Mistel und Kamille, seine Tiere sind zwei Schwäne, die schon in der Bronzezeit-Symbolik das Sonnenrad flankieren. In der Edda wohnen zwei Schwäne im Urdbrunnen.

## Ostara

Eine Asin, die in der nordischen Überlieferung nicht genannt wird, ist Ostara, von deren Namen die germanische Bezeichnung des Osterfestes kommt. Sie wird oft als Frühlingsgöttin bezeichnet, was ihr Wesen plakativ, aber durchaus treffend charakterisiert, denn sie ist die Göttin des jungen Lebens, die sich am deutlichsten im Wiederaufkeimen der Natur im Frühling offenbart – die Lebensspenderin und Beschützerin der neugeborenen Pflanzen, Tiere und Menschen, die sie erweckt und ihnen die ungeheure Kraft gibt, aus dem kleinen Funken Leben, der in einem Samen ruht, in kurzer Zeit zu ihrer komplexen Gestalt zu wachsen.

Diese göttliche Kraft zeigt sich auch im neuen Licht des Morgens, das schon den frühen Indogermanen als ihre Offenbarung galt, sodass es „Göttinnen der Morgenröte“ von der indischen Usas bis zur griechischen Eos und römischen Aurora gibt. Es ist daher Unsinn, wenn manche Autoren behaupten, die Verehrung Ostaras wäre „zu wenig bezeugt“, nämlich direkt nur in England, wo der Mönch Beda berichtet, dass die Angelsachsen das Osterfest nach ihrer Göttin Eostre benannt haben. In Deutschland ist das genauso geschehen. Dokumentiert ist der altfränkische Name „ostarmanoth“ für den April, d.h. den Monat nach Frühlingsbeginn, in dem das Fest der Ostara abgehalten wurde.

Warum Ostara von den altnordischen Völkern anscheinend nicht mehr verehrt wurde, obwohl es die mit ihnen eng verwandten Angelsachsen taten, ist nicht bekannt, es kann aber auch sein, dass es nur nicht überliefert wurde. Wir können

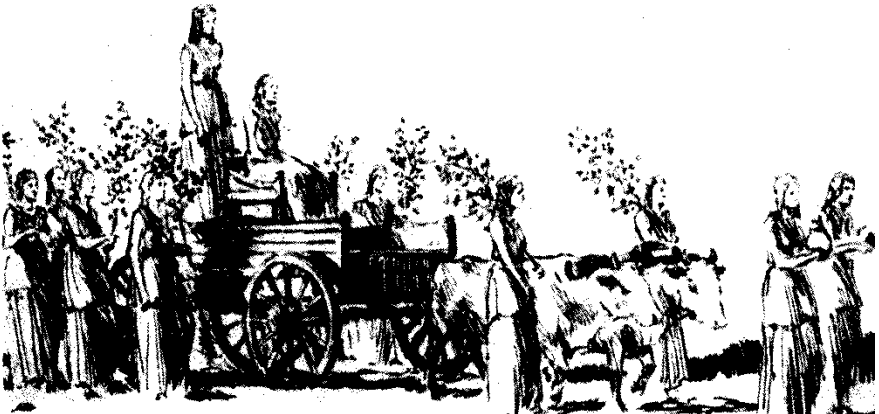
Ostara dennoch aufgrund ihres Wesens der Asenfamilie zuordnen, denn wenn sie sich im Morgenlicht offenbart, gehört sie eindeutig nicht zu den „irdischen“ Vanen, sondern zu den „himmlischen“ Asen. Ihre Kraft ist die große kosmische Veränderung, die mit dem Frühling eintritt und „von oben“ alle Wesen erfasst – keine vanische Kraft, die „von innen“ wirkt.

Ostaras Zeichen sind das Morgenlicht, die Birke und die Rune Berkano (Birke). Als Göttin der Donau, die früher auch Ister hieß, wird Ostara mit der keltischen Göttin Dana oder Nana identifiziert. Im Norden könnte sie daher Nanna geheißen haben, von der die Edda nur berichtet, dass sie Baldurs Frau ist.

## Nerthus

Mit der Göttin Nerthus, über deren Verehrung bei den Nordseegermanen Tacitus berichtet, kommen wir zu den Vanen, die wir bereits einleitend kurz als „irdische“ Gottheiten charakterisiert haben, in deren Bereich Wachstum, Fruchtbarkeit und Sexualität dominieren und deren Elemente Erde und Wasser sind. Mit beiden ist Nerthus besonders eng verbunden.

Tacitus kann ihr Wesen mit nur zwei Worten charakterisieren: „Terra Mater“, Mutter Erde. Damit war für seine Leser alles klar, denn die Mutter Erde kennen und verehren alle Völker. Ihr Fest, das er beschreibt, fand im Frühling statt, wenn die Priester an natürlichen Zeichen erkannten, dass die Göttin in ihrem Heiligtum auf einer Insel mit einem See erschienen war. Ihr verhülltes Kultbild wurde dann auf einem von Rindern gezogenen Wagen übers Land gefahren. Überall, wohin sie kam, wurden Feste gefeiert, und während der ganzen Reise herrschte, auch wenn sonst Krieg war, heiliger Friede. Am Ende wurden der Wagen und das Kultbild im See auf der heiligen Insel gewaschen und die Knechte, die das taten, anschließend



ertränkt, weil jeder, der die verhüllte Göttin sah, dem Tod geweiht war – ein dramatisches Erzählmotiv, dessen Wahrheitsgehalt zu bezweifeln ist, weil es in völligem Gegensatz zum Charakter des Nerthus-Umzugs steht.

Der See, die Rinder als Verkörperung von Fruchtbarkeit und die Bezeichnung „Tera Mater“ weisen Nerthus als vanische Göttin aus, die im Frühling „von innen“ bewirkt, was Ostara „von oben“ tut – als Ergänzung, Partnerin oder komplementäre Kraft. Sie gibt die inneren, erdigen Kräfte des Wachstums und der Fruchtbarkeit. Der Schlüssel dazu ist das lebensspendende Element, das Wasser, das aus der Erde kommt und nach eisiger Erstarrung nun wieder das Land und alle Wesen mit göttlicher Kraft erfüllt. Im Osterwasser, dem vanischen Element, das, von den ersten Strahlen der Frühlingssonne beschiene, am Ostermorgen geschöpft wird, vereinigen sich die Kräfte von Nerthus und Ostara.

Die Zeichen der Nerthus sind das verhüllte Bild, der Wagen, das Rind und seine Rune, Fehu. Ihr Name ist nur in der latinisierten Form überliefert, kommt aber in der nordischen Tradition erneut vor: in der männlichen Form Njörd.

## Njörd

Dass aus altgermanischer Zeit die Göttin Nerthus, aus nordischer aber der Gott Njörd überliefert ist, hat einen besonderen Grund: Die Vanen zeigen sich nicht auf jeweils ein Geschlecht begrenzt, sondern stets als Zwillingsgottheiten, die in männlicher *und* weiblicher Gestalt erscheinen – wobei ihre Wesensarten gleich, aber dennoch so verschieden wie Mann und Frau sind.

Im Mythos erscheint dies als Verwandtschaft oder sexuelle Bindung, sie sind Geschwister oder Ehepaare oder beides. Die „bei den Vanen übliche Geschwisterehe“, die Snorri Sturluson in der Prosa-Edda beschreibt, ist der mythische Ausdruck ihrer Zwillingsnatur, der beide Sinnbilder ihrer Wesensgleichheit vereint. Das ist so bei Freyr und Freyja und gilt auch für Nerthus und Njörd, obwohl ihre Namen aus verschiedenen Epochen überliefert sind.

Njörd ist wie Nerthus ein Gott der Fruchtbarkeit und des Wachstums und daher in der Edda der reichste der Götter. Er ist auch einer der schönsten, zumindest hat er die schönsten Füße, was bedeutet: Wo er hintritt, wächst und blüht alles. So ist er der zeugende Partner seiner Zwillingsgöttin Nerthus, und wie das ihre ist auch sein Element das Wasser.

Es ist aber – und das mag ein Grund sein, warum in der nordischen Tradition nur noch er vorkommt – nicht das Süßwasser ihres Sees, sondern das Meer, das durch seine Kraft mit all den Fischen, Walen, Robben und Seevögeln bevölkert wird, von denen die nordischen Küstenbewohner lebten, die ihn deshalb vor allem als Herrn des Meeres verehrten. Als Lebensspender des Meeres ist er der Gegenspieler des gefährlichen Ägir, der auf der offenen See und in der Tiefe haust und die Seeleute zu sich ziehen will, des schrecklichen Meer-Jöten, mit dem Islands größter Skalde

Egill Skallagrímsson kämpfen wollte, könnte er dadurch seinen ertrunkenen Sohn wieder ins Leben holen.

Gegen Njörd hat niemand eine Anklage vorzubringen. Er ist der weise, gerechte König der Vanen, bei dem man Eide schwört: „So helfe mir Njörd und Freyr und der allmächtige Ase“ (Odin). Seine Herrschaft über das Meer entfremdet ihn aber vom Land. Mit der Jötentochter Skadi, die ihn wegen seiner schönen Füße (seiner Zeugungskraft) zum Gatten wählt, lebt er abwechselnd am Meer und in ihrem Reich, den Bergen, doch wenn er dort ist, hat er Sehnsucht nach dem Meer, und wenn sie am Meer ist, hat sie Sehnsucht nach den Bergen. Das geht nicht lange gut. Skadi trennt sich von Njörd wieder und heiratet Ullr, den Ziehsohn Thors, der wie sie Jäger und Bogenschütze ist und auf Skiern die Berge durchstreift. Mit ihm bildet sie ein ebenso wesensverwandtes Paar, wie es die Vanen sind.

## Freyja

Die wichtigste Vanengöttin, die auch einfach Vanadis genannt wird, und meistverehrte Göttin überhaupt ist Freyja, deren Name „Frau“ im ursprünglichen Sinn von „Herrin, Edelfrau“ (ahd. *Frowe*) bedeutet. Sie und ihr Bruder Freyr („Herr“, ahd. *Fro*) sind die Kinder von Njörd und Nerthus.

Freyja wird vor allem als Göttin der Liebe und weiblichen Sexualität und Schöpferkraft verehrt, ist aber eine Göttin von umfassendem Wesen, die über Leben *und* Tod gebietet. So ist sie auch eine Göttin des Krieges. Sie reitet auf ihrem Schwein Hildisvin („Kampfschwein“) in die Schlacht und erhält, wie Odin, die Hälfte der gefallenen Krieger, die sie in ihren Palast Folkvang aufnimmt. Im Frieden fährt sie auf einem Wagen, der von zwei Katzen gezogen wird, die als sehr fruchtbare



und sexuell aktive Tiere ihr vanisches Wesen verkörpern. Das gleiche sagt auch ihr Beinamen Syr, die Sau. Ihr Halsschmuck Brisingamen, der wie die Sonne und die Sterne leuchtet, weist auf ihre Macht als Himmelsgöttin hin, ebenso ihr Falkenhemd, mit dem sie fliegen kann.

Freyja ist daher keine bloße „Fruchtbarkeitsgöttin“, wie sie frühere Gelehrte deuteten, die Göttinnen auf die christliche Frauenrolle als Gebälerin reduzierten und der Sexualität, noch dazu der weiblichen, nur als Mittel zur Fortpflanzung religiöse Bedeutung beimaßen. Im Heidentum ist die Sexualität, wie alle göttlichen Urkräfte, die das Leben bestimmen, *an sich* heilig, egal ob sie der Fortpflanzung, der Liebe und Partnerschaft oder der puren Lust dient. Freyja begünstigt alle erotischen Beziehungen, hat keine Vorurteile, z.B. auch nicht gegen Homosexualität, und nimmt keine Rücksicht auf Bindungen.

Zum umfassenden Wesen Freyjas gehört auch die Magie, und zwar in der besonderen vanischen Form des *seiðr* (von „sieden“), die mit Zaubertänzen (Arzneien, Giften und Drogen) und bewusstseinsverändernden Techniken arbeitet. Freyja hat sie auch Odin gelehrt, der damit seine Kunst des *galdr* (Spruchzauber) ergänzt. Im Nordischen ist *seiðr* aber auch ein allgemeiner Begriff für Magie.

Nach der Edda ist Freyja mit einem Asen namens Oðr oder Od verheiratet, von dem nur gesagt wird, dass er ständig auf Reisen ist. Sein Name bedeutet „Geist“ und ist die nordische Form von *woð*, das bedeutet, dass er eine jüngere Gestalt von Odin selbst ist. Freyja weinte in seiner Abwesenheit goldene Tränen, aus denen der Bernstein entstanden ist.

Freyjas Tiere sind Katze, Schwein und Falke, ihre Zeichen der Halsschmuck (aus Bernstein), das Vulvasymbol, meist in der Abwandlung als „Herz“, und die Rune Ingwaz, die auch das Zeichen Freyrs ist.

## Freyr

Das Wesen von Freyjas Bruder Freyr ist wie das ihre durch die Sexualität bestimmt, aber es ist natürlich die männliche. Sein berühmtes Kultbild im Tempel von Uppsala stellte ihn, ebenso wie eine erhaltene kleine Bronzefigur, mit einem überdimensionalen erigierten Penis dar, der aber nicht als Zeichen einer Rolle als bloßer „Fruchtbarkeitsgott“ zu verstehen ist. Wie Freyja für die weibliche steht auch Freyr für die männliche Sexualität als Ganzes und nicht bloß für die Zeugung. Der Phallus zeigt in jedem Sinn die Männlichkeit, die Freyr verleiht.

Denn obwohl die Vanen eine von gemeinhin als weiblich betrachteten Eigenschaften dominierte Götterfamilie sind, ist Freyr alles andere als ein (wie man in alten Mythologiebüchern manchmal liest) „weibischer“ Gott. Die Edda rühmt nicht nur seine Schönheit und edle Gesinnung, sondern auch den Mut, mit dem er am Ende in der Götterdämmerung nur mit einem Hirschgeweih bewaffnet dem Feuerriesen

Surtr entgegentritt. Das kommt wohl daher, dass er auch ein Gott der Waldtiere wie der keltische Cernunnos ist. Die mythische Erklärung ist, dass er keine andere Waffe hat, weil er sein Schwert seinem Diener Skirnir als Lohn dafür gab, dass er für ihn als Brautwerber zur Riesentochter Gerd ritt.

Gerd ist, neben der Erdgöttin Jörd, eine weitere Verkörperung der Erde, mit deren Fruchtbarkeit Freyr eng verbunden ist – zum Unterschied von Freyja, die immer nur um sexuelle Fruchtbarkeit, aber nie um Erntesegen gebeten wurde. Freyr aber ist der Gott, der in einer überlieferten Formel um „gute Ernte und Frieden“ (ár ok friðr) angerufen wird. Er ist auch der Gott der Ernte, der bäuerlichen Arbeit und der Voraussetzung ihres Erfolgs, des Friedens. So gibt er Wohlstand, den sein Eber Gullinbursti („Goldborste“) symbolisiert. Er reitet auf ihm oder benutzt sein klein zusammenlegbares fliegendes Schiff Skidbladnir.

Freyrs Zeichen sind der Phallus und die Rune Ingwaz, die altgermanische Form eines Namens, den er auch selbst trug: Ingwaz, Inguz oder Ing bzw. Fro Ing. In Schweden wurde er Yngvi-Freyr genannt und als Stammvater der Königssippe der Ynglinge verehrt. Schweden war ein Zentrum seiner Verehrung. Im Hauptheiligtum in Uppsala standen die Statuen Freyrs, Odins und Thors.

## Andere Gottheiten und Geistwesen

Neben diesen meistverehrten gibt es noch zahlreiche andere Gottheiten, von denen hier aber nur die wichtigsten genannt werden können:

**Heimdall** ist der Wächter der Regenbogenbrücke Bifröst, die Asgard und Midgard verbindet. Sein wacher Geist macht ihn zu einem Gott, den man um intellektuelle Kraft anrufen kann. Unter dem Namen Rig zeugte er die Vorfahren der drei Stände der germanischen Gesellschaft.

**Loki** ist eigentlich ein Jötensohn, wurde aber Odins Blutsbruder und zählt daher zu den Asen. Wie das Feuer, sein Element, ist er den Göttern nützlich, solange sie ihn kontrollieren, und stiftet Schaden, wenn er außer Kontrolle gerät. Er stiftet Hödur an, Baldur mit der Mistel zu erschießen, und wird zur Strafe an einen Felsen gekettet. In der Götterdämmerung rächt er sich und führt die Feinde der Götter an.

**Hel** ist die Göttin des Totenreichs, das wie sie heißt. Dieser Name hat nichts mit seiner christlichen Umdeutung zur „Hölle“ zu tun, sondern kommt von „verhehlen“, verbergen, d.h. der Tod und das Weiterleben der Toten sind ein Geheimnis.

**Sif** ist die Frau Thors und Mutter seiner Tochter Thrud („Kraft“) und seiner Söhne Magni („Macht“) und Modi („Mut“). Wie ihr Name sagt, schützt sie die Sippe und ihren Zusammenhalt, der die Dinge, nach denen ihre Kinder heißen, und auch Wohlstand verleiht: Sifs Haar besteht aus Gold.

**Forseti** ist der Sohn Baldurs und seiner Frau Nanna, von der die Edda nur erzählt, dass sie aus Kummer um seinen Tod starb. Wie sein Name („Vorsitzender“) sagt, ist Forseti ein Gott des Rechts und der freien Beratung. Er ist derselbe wie Fosite, den die Friesen als ihren Stammesgott verehrten.

**Idun** ist eine jugendliche Göttin, die in der Edda die heiligen Äpfel hütet, die den Göttern ihre Jugend erhalten. Sie wird als Schützerin der jungen Mädchen verehrt.

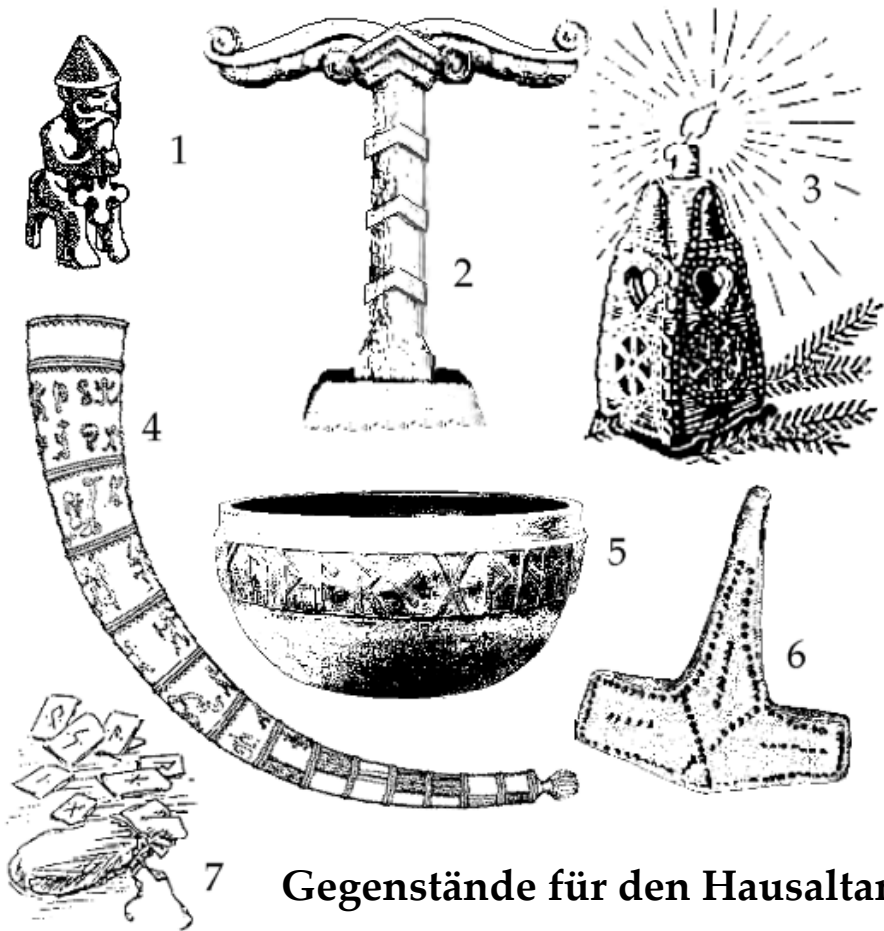
**Die Nornen** mit den Namen Urd („was wurde“), Verdandi („was im Werden ist“) und Skuld („was werden soll“) sind die Schicksalsfrauen, die am Urdbrunnen an den Wurzeln des Weltbaums Yggdrasil wohnen und das Schicksal aller Wesen verwalten. Sie bestimmen es nicht, denn das Schicksal ist keine von außen kommende, willkürlich zugeteilte „Bestimmung“, sondern das unpersönliche Gesetz des Werdens, das sich „von innen“, aus sich selbst, vollzieht.

**Die heiligen Mütter** sind drei Göttinnen mit zahlreichen Namen, die in der Edda nicht vorkommen, aber in altgermanischer Zeit viel verehrt wurden. Bezeugt sind sie vor allem im Rheinland, wo sie in römischer Zeit unter dem lateinischen Namen Matres oder Matronae mit verschiedenen germanischen Beinamen verehrt wurden. Aus späterer Zeit sind die Namen Ambet, Borbet und Wilbet („Die drei Beten“) überliefert. Sie sind Schutzgöttinnen der Sippen und Stämme und ihres jeweiligen Landes sowie Spenderinnen von Segen und Fruchtbarkeit. Je nachdem, wie sie sich den Menschen zeigen – ob an Sippe und Ort gebunden oder über sie hinaus wirkend – werden sie von den einen als Göttinnen, z.B. als Frigg mit Begleiterinnen, von den anderen als Disen betrachtet.

**Die Disen** (altdeutsch Idise) sind halbgöttliche weibliche Wesen verschiedener Art. Manche sind Naturgeister, wie die Baum- und Quelldisen, manche sind Ahnengeister, doch nicht Seelen einzelner Ahninnen, sondern der gemeinsame, durch die Zeit vererbte und wachsende Geist einer ganzen Sippe. Solche Disen werden auch Fylgjen (Einzahl Fylgja) genannt, d.h. Geister, die den Generationen folgen. Sie schützen die Mitglieder ihrer Sippe und helfen ihnen, ihr Schicksal zu vollenden. Die Disen der Krieger sind die Walküren (nord. Valkyrjar). Im Nordischen bedeutet „dis“ auch allgemein „Göttin“ oder „Frau“.

**Die Alben** (nord. Álfar, Einzahl Álf) sind Naturgeister, von denen es freundliche, in den oberirdischen Bereichen von Wachstum und Ordnung der Natur wirkende Lichtalben und tückische, den unterirdischen Kräften zugehörige Schwarzalben gibt. Die Schwarzalben heißen auch Zwerge (nord. Dvergar), die Lichtalben werden nur Alben genannt. Ihnen gibt man das Álfablót, ein kleines Milch- oder Bieropfer, das man in den Garten oder Wald stellt.

**Die Jöten** werde nicht verehrt. Sie sind Urwesen, die mit den rohen Kräften und „grobden Strukturen“ der Natur verbunden sind, wie Fels, Eis, Sturm oder Frost. Die schädlichen Jöten werde Thursen genannt. Als Urwesen besitzen manche Jöten in den Mythen aber auch viel uraltes Wissen, mit dem sie den Göttern helfen können.



## Gegenstände für den Hausaltar

- 1 – Götterdarstellungen (hier eine Thorstatue aus Island)
- 2 – Geschnitzte Irminsul
- 3 – Leuchter (hier ein Julleuchter fürs Julfest)
- 4 – Methorn (hier eines der Goldhörner von Gallehus)
- 5 – Opferschale, gefüllt mit Erde
- 6 – Thorshammer
- 7 – Beutel mit einem Satz Runen

Gestalte deinen Altar frei nach deinen Bedürfnissen und wähle nur diejenigen Gegenstände aus, die du auch wirklich brauchst. Ein Thorshammer-Amulett sollte aber jeder Heide haben.

# Rituale für jeden Tag

Rituale sind das traditionelle Herzstück des Heidentums. Es ist keine dogmatische Religion, in welcher der Glaube an Lehren im Mittelpunkt stünde, sondern eine lebendige Beziehung zum Heiligen, die sich tätig verwirklicht – anders gesagt: nicht Theorie, sondern Praxis. Heide zu sein heißt das Heidentum auszuüben.

Für unsere Vorfahren bedeutete das einfach, an den Riten teilzunehmen, die ihre Gemeinschaft – die Sippe, das Dorf, der Stamm und manchmal das ganze Volk – zu den traditionellen Anlässen abhielt. Das genügte, um den Göttern die gebührende Ehre zu erweisen, das Band der Treue zwischen Göttern und Menschen aufrecht zu erhalten und alles Heil zu erwirken, dessen man bedurfte. Denn das Heil – die Kraft und der Segen der Götter – ruht nach germanischer Tradition in der Sippe und wird dem Einzelnen durch sie zuteil, indem er am gemeinsamen Heil mitwirkt. Deshalb sind vor allem gemeinschaftliche Riten überliefert. Die Religion war eine Sache der Gemeinschaft und kein individueller Glaube.

Heute wenden sich einzelne Menschen aus persönlicher Überzeugung, die von ihren Verwandten nicht unbedingt geteilt wird, den Göttern zu und finden oft auch keine Gleichgesinnten in ihrer Nähe. Viele haben nur selten Gelegenheit, andere Heiden zu treffen, und sind die meiste Zeit über gezwungen, ihre Religion allein auszuüben. Das entspricht zwar nicht der Tradition, aber letztlich kommt es nicht auf die Form, sondern den Geist an, in dem wir das Heidentum praktizieren. Wir können es auch allein tun, solange das nicht individualistisch im Hinblick auf pure Selbstverwirklichung geschieht, sondern zum gemeinsamen Heil derer, denen wir angehören – von der Sippe bis hin zu Natur und Mutter Erde.

In diesem Geist sind auch Rituale zu verstehen, die oberflächlich gesehen nur dem Interesse des Einzelnen dienen. Wer z.B. im Morgengebet die Götter um ein ehrenhaftes Leben anruft, will es nicht nur für sich. Es mehrt auch Ehre und Heil der Sippe, der heidnischen Gemeinschaft usw.

Im folgenden stellen wir einige Rituale vor, die man (auch) allein durchführen kann. Zum Teil ersetzen sie Gemeinschaftsriten, wenn man z.B. ein Fest nicht gemeinsam mit anderen Heiden feiern kann, zum Teil können sie die Riten einer Gemeinschaft ergänzen, das religiöse Leben zwischen den Festen und Treffen vertiefen und die Verbindung zu den Göttern stärken.

Einige lassen sich täglich durchführen, aber wie häufig du sie tatsächlich ausübst, hängt von dir selbst ab, von deinen Bedürfnissen und davon, was dir angemessen scheint. Ehre die Götter angemessen für ihre Gaben, aber übertreibe nicht. Denke an den Edda-Vers: „Die Gabe will stets Vergeltung.“

# Einfache Anrufungen

In allen Lebenssituationen passen einige einfache Anrufungen, die man verbunden mit entsprechenden Gesten, z.B. erhobenen Händen, einer Hand oder Faust auf der Brust bzw. dem Thorshammer-Amulett, oder auch ohne sie sprechen kann.

Aus der Edda (Lokasenna):

**Heilir Æsir, heilar Ásynjur, ok öll ginnheilög goð!  
(Heil Asen, heil Asinnen, und allen hochheiligen Göttern!)**

Wenn man die Vanen, die hier mitgemeint sind, eigens nennen will, sagt man:

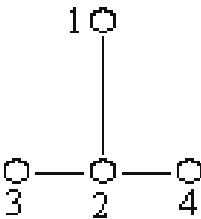
**Heilir Æsir, heilir Vanir, ok öll ginnheilög goð!**

Der Autor benutzt manchmal die Worte:

**Heil den Göttern. Heil der Erde.  
Heil allem Göttlichen um uns und in uns!**

# Thorshammer und Hammerzeichen

Thor, dessen Beinamen u.a. Véorr und Vingthor (Weiher, Weihe-Thor) sind, ist der weihende Gott. In seinem Namen und mit seinem Zeichen, dem Hammer, weihen wir Gegenstände und Wesen, entweder mit dem Hammeramulett oder durch das Hammerzeichen mit der Hand. Es hat die Form eines umgekehrten T (das Eisen nach unten als Zeichen des Friedens) und wird wie folgt gezeichnet:



Man spricht dazu bei Weihungen entweder die überlieferte einfache Formel, z.B. über einem Trinkhorn: **„Thor weihe dieses Horn“** (diesen Met usw. \*)

oder die Formel:

**„Im Namen von Odin, Baldur, Freyr und Thor“**

Das Hammerzeichen kann auch jederzeit über den eigenen Körper gemacht werden, um sich mit der Kraft der Götter zu füllen, sie zu ehren oder ein Ritual zu beginnen. Dazu führt man die geballte Faust zuerst mit der Rückseite an die Stirn (1 – Odin), dann zum Herzen (2 – Baldur) und zur rechten und linken Schulter (3 und 4 – Freyr und Thor).

\*) nordische Formeln: **Þórr helgi ... horn þetta** (dieses Horn)... **mjóð þennan** (diesen Met)... **öl þetta** (dieses Bier) ... **gjöf þessa** (diese Gabe – für jedes Opfer).



# Feierliches Hammerritual

nach Edred Thorsson

Das ist nicht direkt ein Ritual für jeden Tag, aber es kann immer angewandt werden, um einen Platz zu weihen, an dem man opfert, mit Runen übt, meditiert usw. Man braucht dazu einen Thorshammer, zumindest als kleines Amulett. Notfalls kann die Faust als „natürlicher Hammer“? als Ersatz dienen.

1. Wende dich nach Norden, erhebe den Hammer und sprich:

**Hamar í Norðri, helga vé þetta ok hald vörð ok hindr alla illska!**  
**(Hammer im Norden, weihe dieses Heiligtum und halte Wacht und wehre allem Übel!)**

2. Mache es in gleicher Weise in die anderen drei Richtungen, in der Reihenfolge

Ost: **Hamar í Austri, helga vé þetta ok hald vörð ok hindr alla illska!**

Süd: **Hamar í Suðri, helga vé þetta ok hald vörð ok hindr alla illska!**

West: **Hamar í Vestri, helga vé þetta ok hald vörð ok hindr alla illska!**

3. Halte den Hammer über deinen Kopf und sprich:

**Hamar yfir mér, helga vé þetta ok hald vörð ok hindr alla illska!**  
**(Hammer über mir...)**

4. Zeige mit dem Hammer zur Erde und sprich:

**Hamar undir mér, helga vé þetta ok hald vörð ok hindr alla illska!**  
**(Hammer unter mir...)**

5. Drehe dich mit dem hoch erhobenen Hammer, sodass er einen vollen Kreis um den Ort beschreibt, und sprich:

**Hamar (þórr), helga vé þetta ok hald vörð ok hindr alla illska!**  
**(Hammer (Thor), weihe dieses Heiligtum und halte Wacht...)**

oder breite beide Arme nach den Seiten aus und sprich:

**Um mik ok í mér Ásgarðr ok Miðgarðr!**  
**(Um mich und in mir Asgard und Midgard)**

Welche der beiden Möglichkeiten du wählst, hängt vom Zweck ab, zu dem du das Hammerritual ausführst. Wenn du einen Platz für ein Opfer weihst, eignet sich die erste Möglichkeit besser (mit der Anrufung Thors), die zweite passt für „innerliche“ Gelegenheiten wie Runenübungen oder Meditationen.

Das gleiche Ritual kann auch mit der Algiz-Rune anstelle des Hammers ausgeführt werden. Ersetze dazu das Wort „Hamar“ einfach durch „Algiz“ und bilde mit Daumen, Zeigefinger und Mittelfinger die Algiz-Rune.

# Große Anrufung

geeignet für ein Festritual:

**Heil den Asen und Vanen. Heil den Nornen. Heil allem Leben.  
Heil unseren Ahnen, unseren Gesippen und Gefährten  
und denen, die kommen werden.  
Heil den Geistern in Baum und Gebirge,  
in Erde, Wasser, Feuer und Luft.  
Heil den Geistern unseres Landes und Heil unserer Mutter Erde.  
Heil allem, was heilig ist.**

# Einfacher Dankesspruch

geeignet als Tischgebet

**Für Freunde, Speis' und Trank  
sagen wir den Göttern Dank**

Anm.: „Freunde“ sind in der germanischen Tradition in erster Linie die Sippenverwandten (s. Wilhelm Grönbech, „Kultur und Religion der Germanen“)

# Gebet zum Tag

am besten am Morgen als Anrufung an die Götter, deinen Tag zu leiten

**Mögen meine Tagen an diesem Tag richtig sein.  
Heil Tag!  
Gebt mir Stärke, den Schwierigkeiten,  
die dieser Tag bringen mag, ins Auge zu sehen  
und sie mit der Kraft der Götter zu meistern.  
Lasst mich heute und jeden Tag  
ein ehrenhaftes Leben führen.  
In Namen der hohen Götter...  
(dann das Hammerzeichen)**

# Opferspruch

immer geeignet, wenn man etwas opfert

**Wir geben euch dies als Zeichen unserer Ehrfurcht.  
Habt Dank für eure Gaben, gebt uns Kraft und Heil  
Und haltet uns die Treue, wie wir sie euch halten!**

# Gebete aus der Edda

aus Sigdrífumál, in der Nachdichtung von Wilhelm Jordan:

**Gesegnet sei mir, seliger Tag,  
Seid mir gesegnet, Söhne des Tages,  
zusammen auch ihr gesegnet, ihr Schwestern  
Erde und Nacht! Mit geneigten Augen  
Seht uns hier sitzen und sendet uns Heil!**

**Götter und Göttinnen, gütig seid uns,  
Gründet uns Glück auf der grünenden Erde,  
Verleiht uns beiden Erleuchtgeborenen  
So lange wir leben geläufige Rede,  
Hellen Witz und heilende Hände!**

Gebet an Odin aus dem Hyndlalied, übersetzt von Karl Simrock. Es ist vermutlich der erste Teil (ahd. *spill*) eines zweiteiligen Gebets, dem in Prosa je nach Anlass die konkreten Anliegen der Betenden folgten.

**Lasst Heervater um Huld uns bitten!  
Er vergilt und gibt Gold den Seinen:  
Hermodur gab er Helm und Brünne,  
schenkte Sigmund ein Schwert zu eigen.**

**Gibt Sieg den Söhnen, Besitz den Schnellen.  
Rat und Rede Recken vielen,  
Fahrwind den Degen, Dichtkunst Skalden,  
gibt Mannesmut manchem Helden.**

## „Druidisches“ Gebet

von keltischen Heiden, vom Autor mit Bezug zu Yggdrasil abgewandelt:

**Ihr Götter und Göttinnen, gebt uns euren Schutz  
und in eurem Schutz Stärke  
und in der Stärke Verstehen  
und im Verstehen Gerechtigkeit,  
Weisheit und Liebe zu allem, was existiert.  
Denn alles ist mit allem verwandt  
und Blatt und Blüte, Zweig und Frucht  
am einen Baum der Welten.**

# Wessobrunner Gebet

In einer Handschrift des Klosters Wessobrunn in Bayern fand sich ein zweiteiliges Gebet aus der Zeit um 820, dessen erster Teil (*spill*) die nur leicht verchristlichte Form eines deutschen Gegenstücks zur Völuspá ist. Der Autor hat die mögliche heidnische Urform rekonstruiert und den in der Handschrift rein christlichen Prosa-Gebetsteil bei gleichbleibender Struktur durch Bitten im heidnischen Geist ersetzt:

**Das erfuhr ich unter den Menschen als der Wunder größtes,  
dass die Erde nicht war noch der Überhimmel,  
noch irgendein Baum noch ein Berg war,  
noch von Süden die Sonne her schien,  
noch der Mond leuchtete, noch das mächtige Meer.  
Als da niemand noch war an Enden und Wenden,  
da waren Wodan, Wili und We,  
die freigiebigsten Männer, und manche mit ihnen,  
herrliche Geister. Und die heiligen Götter  
erhoben Midgard und den Himmel hoch  
und haben den Menschen so manches Gut.**

**Mächtige Götter, die ihr Himmel und Erde gewirkt habt und den Menschen  
manches Gut gabt, gebt uns Heil und Ehre, Weisheit und Klugheit und Kraft,  
Feinden zu widerstehen, Übles zu bekämpfen und ehrenhafte Taten zu tun.**

## Gebet an Thor

**Mächtiger Thor, der Thursen Töter,  
Midgards Schirmer, Beschützer der Welt!  
Der du schlägst die Jöten, Jörmungand trotztest,  
die Asen und Alben vor Argem bewahrst!**

**Du weihst die Würdigen, wehrst der Not,  
mit nährendem Nass benetzt du die Erde,  
gibst Kraft der Krume,  
gibst Stärke den Stämmen,  
gibst Segen den Sippen,  
gibst Mut jedem Menschen.**

**Gewähre uns, Wingthor, weiterhin Huld,  
dass Gunst und Gaben mit Treu wir vergelten.  
Mit starker Hand behüte uns allzeit!  
Frucht den Feldern und Heil allem Volk!**

# Einfaches Opfer-Ritual

Die wichtigsten Rituale sind die Opfer, denn mit ihnen vergelten wir den Göttern ihre Gaben und stärken so unsere Beziehung zu ihnen. Das Opfer ist ein Geschenk, mit dem wir die Götter ehren, und sollte, unabhängig von seinem materiellen Wert, entsprechend würdig sein, am besten eine traditionelle Opfergabe.

Das häufigste germanische Opfer ist das Trankopfer, am besten mit Met, der in alter Zeit Gästen als Ehrengabe gereicht und in diesem Sinn auch geopfert wurde. Eine eindeutige religiöse Ehrengeste ist auch das Opfern von Räucherwerk, z.B. Kräuter in der Räucherpfanne oder Räucherkegel.

Nach dem Edda-Vers „Die Gabe will stets Vergeltung“ soll man nicht zu oft opfern: Regelmäßig nur an Festtagen, sonst nur bei Ereignissen, die eine Gegengabe verlangen, z.B. Heilungen oder besonderen Erfahrungen.

**Zur Vorbereitung** des Opfers wähle einen geeigneten Platz in der Natur oder stelle dich, wenn du einen angelegt hast, vor deinen Altar im Garten oder Haus und weihe ihn mit dem Hammerritual. Entzünde ein Feuer bzw. eine Fackel oder Kerze und sprich eine kurze Anrufung als Gruß.

**Erläutere** dann mit eigenen Worten den Zweck des Opfers und sprich ein *spill* (am besten in Gedichtform, aber auch in Prosa möglich) zu Ehren der Götter des Festes oder der Gottheit, der du aus gegebenem Anlass opfern willst. Das *spill* enthält traditionell rühmende Worte über die Taten der Götter, erst danach äußert man in einem zweiten Gebetsteil konkrete Bitten oder Danksagungen.

**Opfere** dann deine Gaben und schicke einen kurzen Spruch voraus, etwa:

**„Ich gebe euch dies als Zeichen meiner Ehrfurcht. Habt Dank für eure Gaben, gebt mir Kraft und Heil und haltet mir die Treue, wie ich sie euch halte!“**

Für ein **Trankopfer** nimm am besten ein Horn, mache darüber das Hammerzeichen und gieße einen Teil des Tranks auf die Erde oder über den Altar bzw. im Haus in eine Schüssel, die du vorher mit Erde gefüllt hast. Trink dann selbst einen Schluck als Zeichen der Gemeinschaft mit den Göttern: Du trinkst mit ihnen. Was übrig ist, opfere den Alben des Ortes bzw. den Schutzgeistern deines Hauses (deiner Sippe).

Bei einem **Räucheropfer** entzünde einfach das Räucherwerk.

**Am Ende** des Opfers bedanke dich bei den Göttern und/oder Geistern für ihre Aufmerksamkeit und verabschiede dich von ihnen. Lösche das Feuer bzw. die Fackel oder Kerze und trete zurück in den Alltag. Wenn du im Haus geopfert hast, trage die Schüssel mit der getränkten Erde ins Freie und verteile die Erde dort.

Dieses Grundmuster kannst du mit Gebeten, Liedern, Runengesängen, Edda-Zitaten usw. beliebig ausbauen. Du kannst dann damit auch alle Feste allein feiern.

# Útiseta – germanische Meditation

Als „útiseta“, d.h. „Draußensitzen“, wurden in alter Zeit verschiedene Riten bezeichnet, die Unterweisung und Erfahrung brauchen. In einfachster Form ist das Útiseta die germanische Art der Meditation.

Sie wird in der freien Natur durchgeführt, wobei man nicht die Einsamkeit, sondern das Alleinsein *mit* der Natur und ihren Pflanzen, Tieren und Geistern sucht. Útiseta ist kein passives Sich-Versenken, sondern ein aktiver Prozess, der willentlich auf ein Ziel gelenkt wird.

Setz dich unter einen Baum, auf einen Felsen oder an einen anderen geeigneten Ort, den du vorher mit dem Hammerritual geweiht hast. Verbringe einige Zeit damit, Ruhe zu finden und einfach zu schauen, zu horchen und zu schnuppern, bis du dir die Natur, die dich umgibt, gut eingepägt hast. Schließe dann die Augen, horch weiter in die Natur hinaus und versuche dir den Ort, an dem du sitzt, genau vorzustellen. Stell dir auch dich selbst als Teil dieses Ortes vor, achte aber darauf, dass sich dein Bewusstsein nicht von deinem Körper „lösen“ soll. Es geht hier nicht um Geistreisen, sondern darum, dass du dich als Einheit von Geist und Körper eingebunden in die Natur erfährst.

Mit diesem Gefühl wende nun deine Aufmerksamkeit einem religiösen Thema zu: einer Gottheit, einem Mythos, einem Ritual oder Dingen wie Sippe, Ehre, Heil usw. Versuche nicht darüber nachzudenken oder zu spekulieren, sondern lass das, was du darüber weißt, einfach auf dich wirken. Es werden sich keine großen Geistesblitze einstellen, aber ein Gefühl größerer Vertrautheit mit deinem Thema. Wenn es soweit ist (oder wenn du merkst, dass es diesmal nicht klappt – nobody is perfect), öffne die Augen wieder, sieh dich noch etwas um und steh dann auf. Segne dich mit dem Hammerzeichen und verlasse den Ort.

Diese Übung kannst du durchführen, wann immer du dazu Gelegenheit hast. Sie ist kein religiöses Ritual im eigentlichen Sinn, aber eine gute Methode, den Geist unserer Religion in dir wachsen zu lassen.

## Arbeit mit Runen

Statt über Götter oder Mythen zu meditieren, kannst du beim Útiseta auch Runen singen oder dich auch zu Hause regelmäßig, eventuell täglich, mit Runen befassen. Vermeide dabei falsche Vorbilder, die sie losgelöst von der germanischen Religion rein magisch verwenden oder mit fremden Vorstellungen mischen. Die Runen sind die Kunst Odins und nicht von unseren Göttern und ihrer Religion zu trennen. Als Teil von ihr können sie viel Einsicht, Erfahrung und Weisheit vermitteln – aber das ist ein anderes Thema, das in einer eigenen Schrift behandelt wird.

# Feste im Jahreskreis

Diese Rituale sollen nach Möglichkeit in der heidnischen Gemeinschaft und/oder in der Familie und Sippe gefeiert werden, wo sie auch ihre konkrete Gestaltung finden. Hier daher nur ein kurzer Überblick:

## Jul – Wintersonnenwende

Der Festname Jul (engl. *yule*, isl. *jól*) ist ein Mehrzahlwort, denn er bezeichnet sowohl das eigentliche Mittwinterfest als auch die Tage, die mit ihm verbunden sind, d.h. die Zeit bis zum Jahresbeginn. In der alten Zählung nach Nächten spricht man auch von den „geweihten Nächten“, daher auch „Weihnachten“. In diesen Nächten beginnen die Sonne und das Leben zurückzukehren. Festzeichen sind Lichter aller Art und die Mistel, denn wir feiern auch Baldurs Wiederkehr nach Ragnarök. Ein weiterer Regent des Festes ist Odin, der in den Rauh Nächten mit der Wilden Jagd über die Welt reitet. Sein Gefolge sind die toten Ahnen. Jul ist daher auch ein Ahnenfest und deshalb *das* Familienfest schlechthin. Wir verehren dabei auch die heiligen Mütter von Sippe, Stamm und Volk, die Matronen. Die Angelsachsen nannten Jul „Modraniht“, Mütternacht. Als Wende des Jahres ist es das wichtigste Fest, an dem alles endet und neu beginnt. Daher werden bei der Julfeier alle Feuer und Lichter gelöscht und neu entzündet. Haus und Hof werden mit Räucherwerk gereinigt.



## Ostara - Frühlingsbeginn

Das Frühlingsfest ist der Göttin des jungen Lichts und Lebens, Ostara, geweiht und hieß deshalb schon heidnisch „ostaran“, Ostern (der christliche Name ist eigentlich „Passah“ nach dem jüdischen Frühlingsfest). Zu Ostern feiern wir die Wiedergeburt der Natur aus dem Todesschlaf des Winters, das Erwachen der lebensspendenden Kräfte und die neue Kraft, die uns die Natur und die Götter jetzt schenken. Frisch erblühte Zweige, Eier und Hase sind heidnische Festsymbole. Zum Osterfest von Frauen geschöpftes Wasser (Osterwasser) hat reinigende, heilende und weihende Wirkung. Die Gottheiten, die außer Ostara dieses Fest bestimmen, sind Freyr und Freyja, die fruchtspendenden Vanen, und Thor, der Sohn der Erde.

# Mittsommer – Sommersonnenwende

Der astronomische Sommerbeginn ist traditionell die Mitte des Sommers: der längste Tag, an dem die Sonne den Höhepunkt ihrer Entfaltung erreicht, von dem an sie schwindet. Er ist mythisch mit dem Schicksal Baldurs, des sonnenhaften Gottes, verbunden, der wie die Sonne in der höchsten Blüte seines Lebens stirbt. Wie die Sonne im Winter wird auch Baldur nach Ragnarök wiedergeboren werden, sodass der Mittsommer ein freudiges Fest ist. Wir feiern im Bewusstsein, dass ihm im Kreislauf des Seins unweigerlich der Abstieg folgen muss, den Höchststand der Sonne mit einem großen Feuer und rufen die Sonne, Baldur und seine Frau Nanna an. Auch Baldurs Mutter Frigg und sein Bruder Hermod können angerufen werden.

# Herbstopfer – Herbstbeginn

Das deutsche Wort *Herbst* und das nordische *haust* (gesprochen: *höist*) bedeuten wie das englische *harvest* eigentlich „Ernte“, sodass das Herbstopfer (nordisch *Hautblót*) in erster Linie ein Erntefest ist, bei dem wir der Mutter Erde für ihre Gaben danken. Als Sender des fruchtbringenden Regens wird dabei Thor besonders verehrt. Einen wichtigen Platz nehmen auch die Ahnen ein, die das Land kultiviert und gesund erhalten haben. Mit dem Herbstfest, nach dem Hauptteil der Ernte, beginnt die dunkle und stille Zeit des Jahres, in der die Nächte länger als die Tage sind. Sie ist eine Zeit der Sammlung und Verinnerlichung, in der wir die Keime für Dinge legen können, die im Frühling wachsen sollen, auch im übertragenen Sinn.



**Weißt du zu ritzen? Weißt du zu raten?  
Weißt du zu färben? Weißt du zu forschen?  
Weißt du zu beten? Weißt du zu opfern?  
Weißt du zu senden? Weißt du zu schenken?**

**Besser nicht gebetet als zuviel geboten:  
Die Gabe will stets Vergeltung.  
So ritzte es Thundr zur Richtschnur den Völkern.  
Dortin wandte er sich, als er wiederkam.**

Edda, Hávamál





**VfGH – Verein für  
Germanisches Heidentum e.V.**

c/o Haimo Grebenstein, Oberer Markt 15,  
D-92281 Königstein

[www.vfgh.de](http://www.vfgh.de) – [info@vfgh.de](mailto:info@vfgh.de)

V.i.S.d.P.: Fritz Steinbock, Stockhofstraße 37, A-4020 Linz  
Nachdruck nur mit ausdrücklicher Genehmigung des  
Vorstands des VfGH e.V.