



# Corsi on Line di Erba Sacra

## LE RUNE

*un “segreto bisbigliato” per la ricerca di sé*

**Docente: Ing. Sebastiano Arena**

### Lezione 1

#### Programma completo

Introduzione

Lezione 1 L'origine mitica delle Rune

Lezione 2 Il sistema Futhark e le Aett

Lezioni 3-8 Le Rune: corrispondenze, significati, miti e alberi associati

Lezione 9 Tabelle di sintesi, e Appendici

Lezione 10 Esercizi



*Questo corso è riconosciuto come credito didattico  
nella formazione specialistica di **OPERA**,  
Accademia Italiana di Formazione Olistica  
[www.accademiaopera.it](http://www.accademiaopera.it)*

## INTRODUZIONE

Un'ampia conoscenza dei sistemi simbolici e esoterici che l'umanità ha utilizzato nel corso dei secoli non può escludere l'Oracolo delle Rune, una pratica divinatoria diffusa tra le popolazioni del Nord Europa nei primi secoli dopo Cristo che utilizza i caratteri e i segni di un antico alfabeto germanico. Il corso, prendendo in considerazione le loro radici storiche, il significato mitologico e la connessione con gli elementi della natura, ne analizza il significato simbolico ed energetico e, il loro ruolo nel sistema cosmologico druidico e le tante connessioni con i sistemi esoterici occidentali e orientali a noi più noti (Tarocchi, Cabala, I Ching, ecc.)

Tutto ciò consente di compiere un **viaggio interiore e un percorso di conoscenza e di evoluzione della coscienza**, un viaggio sciamanico<sup>1</sup>

Con l'aiuto delle Rune infatti possiamo avere indicazioni sul più adeguato percorso da seguire per il nostro cammino evolutivo e, entrando in contatto con il nostro inconscio, acquisire le forze e le energie necessarie.

### L'Origine delle Rune

Le rune sono segni grafici, probabilmente derivanti dall'alfabeto etrusco (ma su questo gli studiosi hanno opinioni diverse) che hanno un valore alfabetico ma anche un valore "magico". Comparvero al tempo della nascita di Cristo fra le tribù germaniche per i quali l'arte grafica aveva un contenuto magico e il sistema dei segni una grande potenza perché strumento di trasmissione del pensiero attraverso lo spazio e il tempo e si diffusero poi tra tutti i popoli dell'Europa Settentrionale.

---

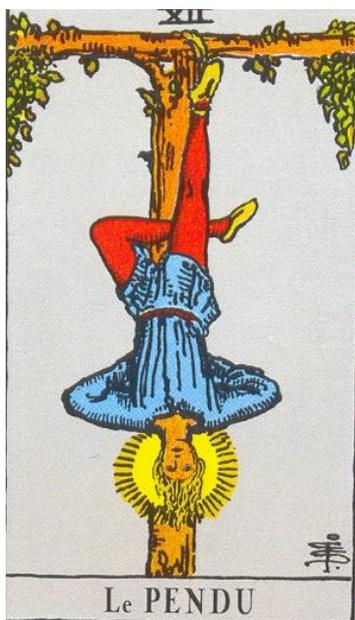
<sup>1</sup> In una ricerca spirituale e in un percorso strutturato di conoscenza esoterica è indispensabile esplorare le credenze sciamaniche delle popolazioni indigene del mondo. Tra queste, particolare rilevanza ha per noi lo sciamanesimo druidico, sia per lo studio contingente del sistema runico, sia per le connessioni che possiamo analizzare con i sistemi esoterici occidentali e orientali a noi più noti.



In quest'ottica, anche gli dei come gli uomini dovevano percorrere una via di trasformazione per giungere alla Suprema Saggezza; lo stesso Odino quindi, benché capo degli dei e dotato di grande potere, volle intraprendere questo viaggio: si ritirò nella foresta e appeso a testa in giù al ramo del **sacro frassino YGGDRASIL**, l'albero cosmico della vita, iniziò un digiuno, nell'attesa di ricevere un segnale che gli indicasse la via della conoscenza.

Trascorsi nove giorni, gettò i suoi nove bastoni <sup>2</sup> a terra, riconobbe le immagini delle ventiquattro Rune, dono del Grande Spirito, e in quell'istante seppe di trovarsi sulla soglia della sua trasformazione iniziatica.

Nelle lezioni seguenti amplieremo e approfondiremo i concetti qui accennati e analizzeremo l'evidente correlazione tra l'immagine di Odino appeso a testa in giù all'Albero della Vita e l'immagine dell'**Appeso dei Tarocchi** (Arcano XIII), così come la correlazione molto interessante tra l'Albero cosmico della Vita (Ygdrasill) con l'Albero della Vita Sephirotico, la cosmologia druidica con quella ebraica<sup>3</sup>.



<sup>2</sup> Nella tradizione nordica gli sciamani portavano nove bastoni per ricordare la legge della creazione che, passando dallo zero al nove, porta la materia a manifestarsi dall'energia invisibile e ritorna infine energia (V. concetti numerologici)

<sup>3</sup> In quasi tutte le tradizioni troviamo l'albero cosmico, asse dell'universo con le sue radici affondate negli abissi sotterranei e con i suoi rami che s'innalzavano fino al cielo. Un'immagine che troviamo anche nella croce cristiana; in una meditazione mattutina del 2013 Papa Francesco parla dell'"Albero della Croce".

In questa parte introduttiva voglio invece sottolineare l'importanza che attribuisco alle corrispondenze, cioè alla capacità dello studente di collegare gli elementi archetipali, simbolici, energetici dei vari sistemi di conoscenza, ciascuno dei quali dà uno schema di rappresentazione della realtà, del mondo naturale, delle interazioni con il mondo umano e con il mondo dello spirito, dei rapporti dell'Uomo con le forze naturali e divine.

Comprendere i collegamenti evolutivi e concettuali tra i diversi sistemi di conoscenza, talvolta apparentemente in contrasto, scoprire le connessioni profonde che ci fanno comprendere la dimensione unitaria dell'esperienza conoscitiva dell'umanità, Individuare e comprendere il nucleo centrale di conoscenza che i vari sistemi ci propongono è un compito affascinante ma necessario per un'autentica crescita intellettuale e spirituale, che richiede di penetrare oltre la superficie, oltre il velo della apparenza.

Altro elemento fondamentale nello studio delle Rune e in generale delle tradizioni sciamaniche è la Natura, in particolare gli Alberi che sono anch'essi affini agli uomini: sono radicati alla terra, si sviluppano, danno frutti, sono parte integrante della natura e esposti agli elementi naturali. A ogni runa è anche associato un albero; conoscendo le qualità dell'albero a cui è associata, si può comprendere più profondamente l'energia della runa e il suo ruolo nella nostra evoluzione.

Si noti come il mito di Odino appeso all'albero che ha la visione delle rune comprende tutti gli elementi a cui ho prima accennato:

- la **divinità** (Odino)
- L'**albero** (il sacro faggio Yggdrasil)
- Le **Rune** come strumento di evoluzione e di trasformazione

## **Oracolo e Sincronicità**

Ho prima definito le Rune un “Oracolo”; soffermiamoci un momento su questo termine per darne il giusto significato e sottolineare il grande valore che dobbiamo attribuire al **libero arbitrio**.

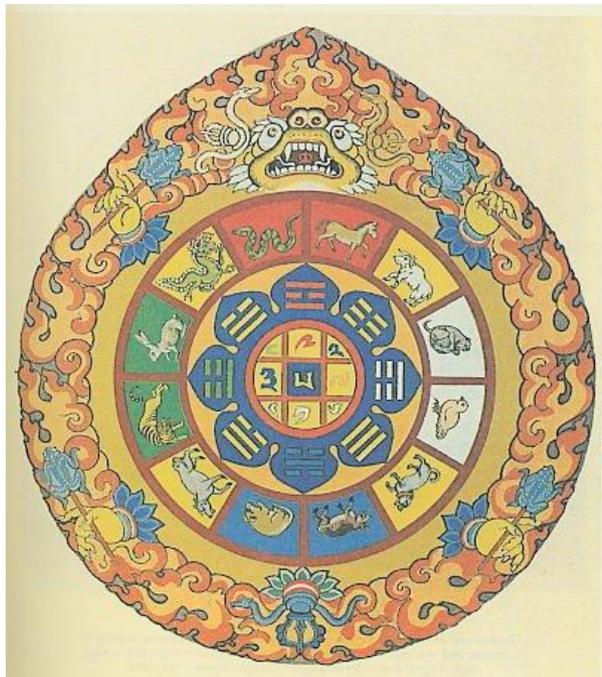
Gli oracoli non predicono il futuro ma esplorano il contesto energetico e le forze che influenzano un evento fornendo così strumenti all'individuo per intervenire con più efficacia sull'evento stesso. Il risultato non è predeterminato dal contesto energetico o da forze misteriose e incontrollabili, ma dipende esclusivamente dall'individuo che, avendo più informazioni sulle forze che influenzano l'evento, può esercitare al meglio la sua azione ed è anche maggiormente responsabilizzato..

In altri termini, gli strumenti oracolari come le Rune e I Ching sono metodi formidabili per esplorare ciò che la psicologia chiama “**inconscio**”, sono mezzi per entrare in contatto con le forze interiori che stanno modellando il futuro di un individuo in dipendenza delle scelte che quell'individuo ha fatto in passato e degli eventi che si stanno producendo nel presente. Forniscono perciò elementi sul modo in cui gli schemi energetici si stanno formando, dando così la possibilità di intervenire inducendo i cambiamenti desiderati. La sua funzione è quella di permetterci di acquisire informazioni utili per assumerci con consapevolezza la responsabilità della nostra vita, non per delegarla al “fato” o ad altri.

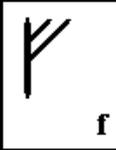
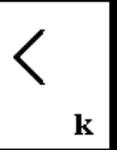
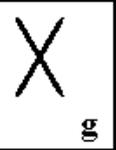
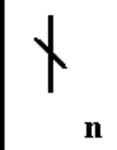
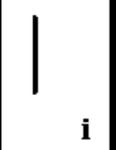
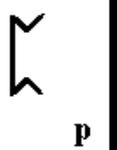
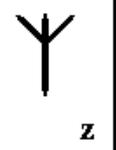
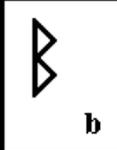
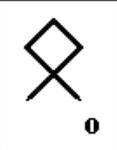
**Non dice perciò che cosa accadrà, ma indica la direzione da prendere e i risultati. Il futuro non è qualcosa di già stabilito: cambiando il modo di vedere una situazione, e la risposta ad essa, si cambia l'attuale potenzialità del futuro.**

In quanto sistemi simbolici, le Rune, così come i Tarocchi e l'I Ching sottostanno alla legge della **Sincronicità** che consente di interpretare ciò che attiene all'animo umano in un determinato momento della vita: le immagini e i simboli che sono estratti sono caricati della forza e dei contenuti interiori di chi li evoca e, proprio per questo, espressione di ciò che la psiche del consultante ha in serbo in quel preciso momento.

Non c'è niente quindi di "divinatorio", ma un profondo **legame analogico** impressionante per la sua validità e veridicità<sup>4</sup>.

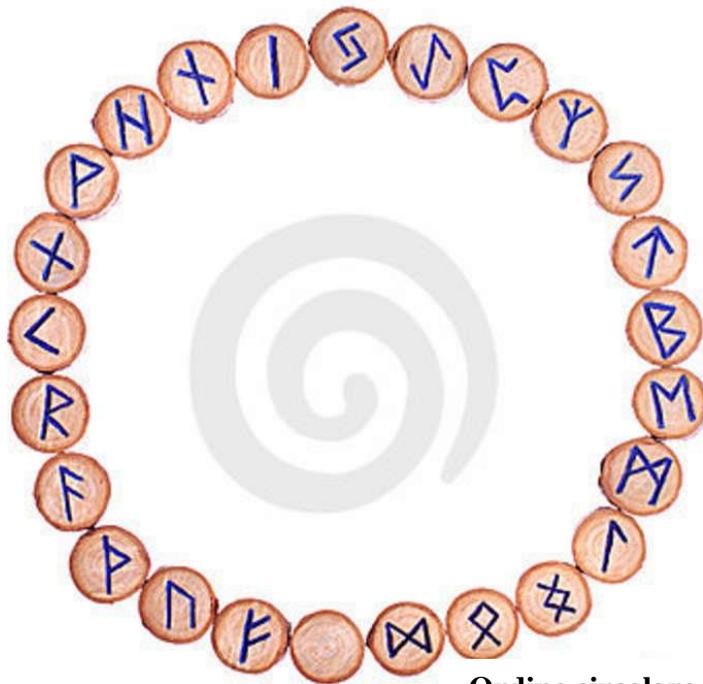


### Le ventiquattro rune

 f	 u	 th	 a	 r	 k	 g	 w
 h	 n	 i	 j	 ae	 p	 z	 s
 t	 b	 e	 m	 l	 ng	 d	 o

<sup>4</sup> I concetti ora illustrati di Oracolo e soprattutto di Sincronicità sono ampiamente approfonditi nel mio corso I Ching

La sequenza più usata dell'alfabeto runico è quella detta **FUTHARK**, dalle iniziali delle prime 6 Rune, che inizia con la runa FEH e finisce con la runa DAGAZ; ogni Runa è in relazione con tutte le altre e in particolare con quella che la precede e che la segue come è ben rappresentato nella figura seguente che mostra l'ordine "circolare" delle rune



**Ordine circolare delle Rune**

Nel sistema FUTHARK le 24 Rune sono tradizionalmente suddivise in tre serie o famiglie (Aett), di 8 rune ciascuna che prendono il nome sia dalla prima lettera che dalla divinità che la presiede: le 3 Aett rispecchiano le proprietà dei mondi materiale, naturale e divino; la sequenza delle 24 Rune rappresenta **la crescita evolutiva dell'essere umano**, dall'infanzia, all'età adulta, alla maturità-vecchiaia.

Le Rune raffigurano le forze che regolano l'Universo, sono dunque "Archetipi", espressione di leggi universali che si esprimono nella materia attraverso l'energia, che è suono e segno grafico. Sono Simboli e come tali "immagini dell'inconscio collettivo" che permettono attraverso la loro decodificazione di arrivare a una maggiore e più profonda

conoscenza di sé e conseguentemente la crescita di una maggiore consapevolezza collettiva.

Per ogni runa nelle lezioni seguenti darò una **descrizione generale, cosa rappresenta, come si può interpretare, quali opportunità può dare a chi si collega alla sua energia.** La descrizione di ogni runa sarà anche corredata con il collegamento alla divinità e all'albero ad essa associati di cui ho detto l'importanza per approfondire la conoscenza della natura delle rune.

Per ogni runa darò anche **le corrispondenze con i segni zodiacali, gli esagrammi dell'I Ching, gli Arcani Maggiori dei Tarocchi, la Cristalloterapia.**

Nel testo del corso c'è anche un breve capitolo dedicato al rapporto tra le Rune e il Nazismo.

Non si può parlare infatti di Rune senza un accenno al loro utilizzo da parte del Nazismo che ne ha fatto uso per le insegne militari e la propaganda, facendo così associare nell'immaginario collettivo le Rune a qualcosa di negativo e di sanguinario.

Alcuni dei fondatori e dei capi del nazionalsocialismo (tra cui Heinrich Himmler e Rudolf Hess) si interessarono di dottrine esoteriche, fecero parte di società segrete e furono affascinati soprattutto dalle Rune che, provenendo dalla cultura e dalla storia degli antichi popoli germanici e del Nord Europa potevano dare forza alla loro concezione della supremazia della razza ariana e dell'immortalità del Terzo Reich.

**Programma del corso: argomenti trattati**

- L'origine mitica delle Rune (Odino e l'Appeso dei Tarocchi, l'Albero cosmico della Vita Yggdrasil, I nove mondi, Il viaggio sciamanico, L'Albero cosmico della Vita e l'Albero Sephirotico)
- I nove bastoni
- La sequenza Futhark
- La suddivisione delle Rune in Aett
- Le 24 Rune
  - Corrispondenze(Aett di appartenenza, Stadio evolutivo, Cosa rappresenta, Divinità/mito associato, Corrispondenza Tarocchi, Corrispondenza I Ching, Periodo dominante, Segno zodiacale, Colore, Elemento, Cristallo, Animale, Albero, Erba)
  - Significati (Dritta, Capovolta)
  - Che aiuto può dare
  - Descrizione del mito associato
  - Proprietà dell'Albero associato
- Tabelle di Sintesi (Le Rune e le parole chiave nei consulti, Rune/Divinità-Mito/Piante, Rune/Esagrammi/Arcani, Rune/elementi/segni astrologici/colori/cristalli, Il calendario: rune associate ai periodi)
- Appendici (Le Rune e il Nazismo, Dizionario di mitologia nordica)
- Metodi di lettura delle Rune come Oracolo
- Esempi e esercizi

## L'origine mitica delle Rune

La tradizione nordica deriva dalle popolazioni che abitavano l'attuale Europa settentrionale, le isole britanniche, la penisola scandinava e l'Islanda prima dell'era cristiana.



Queste popolazioni nutrivano un profondo amore per la natura, il rispetto per l'ambiente e per le altre forme di vita. Benché vi fossero differenze di religione, di visioni filosofiche, di usi e consuetudini, condividevano alcuni principi fondamentali. Tra questi, il riconoscimento che le forze creatrici della natura e degli uomini possono venire incanalate in direzioni positive e costruttive, oppure negative e distruttive. Erano popoli che cercavano di vivere in accordo con la natura e con se stessi armonizzandosi con i ritmi della Terra. Grande importanza veniva assegnata alla libertà individuale e all'indipendenza.

C'era parità dei sessi nel senso che ai due sessi veniva riconosciuto uguale valore di opposti complementari, in un'unione in cui l'uno provvedeva ai bisogni e alle carenze dell'altro. Nell'universo stesso si vedevano in azione le polarità maschile e femminile presenti in tutte le cose.

Le divinità dell'Odinismo, la religione più diffusa tra le popolazioni nordiche, erano personificazioni di intelligenze invisibili percepite al di sotto delle forze naturali e universali. Alle divinità veniva attribuita una personalità e un certo comportamento per il semplice fatto che quelle forze invisibili sembravano comportarsi come gli esseri umani. Non erano fantasie, invenzioni religiose o rappresentazioni simboliche, ma erano vere in quanto espressione della potenza delle forze naturali, e in questo senso costituivano un mezzo "tangibile" di contatto con gli uomini, nonostante la loro invisibilità. Ogni divinità impersonava una qualità comprensibile all'uomo, e quindi una figura divina poteva essere avvicinata come un padre, un fratello, una sorella, un amante, un amico, un compagno, un consigliere, un maestro, a seconda delle necessità del momento. Nelle divinità si vedeva l'umano, era cioè come se le divinità fossero passate attraverso tutti gli aspetti dell'esperienza umana, sviluppando così una profonda empatia con l'umanità e una profonda conoscenza esperienziale di cosa significhi essere uomini.

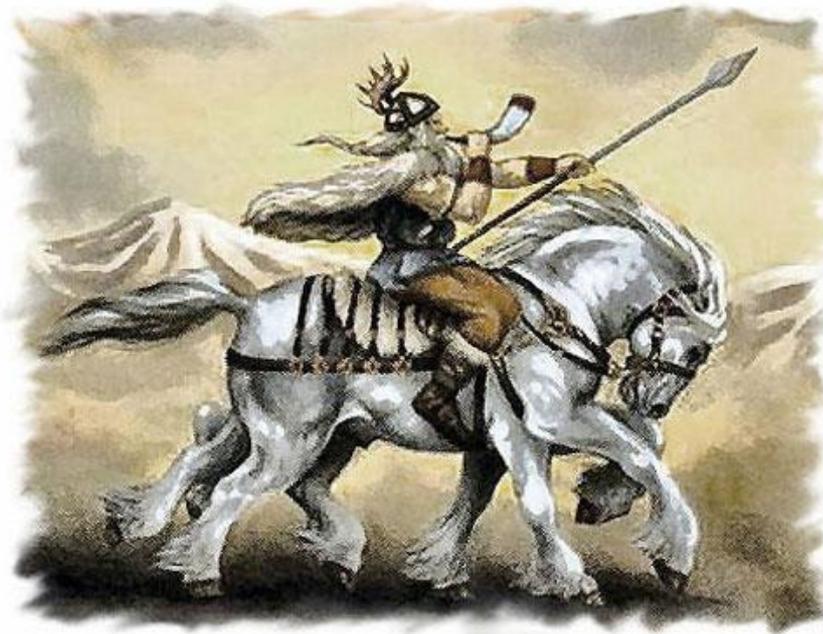
Ogni giorno della settimana era dedicata a un dio perché ogni giorno era considerato l'espressione di una qualità del tempo che veniva attribuita a una divinità attraverso i suoi tratti caratteristici.

- **Domenica** era dedicata al **Sole**, fonte di luce e di vita, la fonte primaria da cui tutto proviene e si manifesta.
- **Lunedì** era dedicato alla **Luna** (la dea **Mani**) e al suo potere che fluisce e rifluisce influenzando le emozioni e i liquidi.
- **Martedì** era dedicato al dio **Tyr**, che incarnava il bene derivante dal lavoro e da un comportamento onesto, la giusta applicazione delle leggi e l'ordine sociale che ne consegue.
- **Mercoledì** era dedicato a **Wotan**, nome germanico di Odino, padre di tutte le cose che vive nella creazione assieme a tutti noi, e per questo ricordato alla metà della settimana, cioè al centro del ciclo del tempo.
- **Giovedì** era dedicato a **Thor**, dio della fertilità, della produttività e della trasformazione che avviene attraverso lo sviluppo e la crescita.
- **Venerdì** era il giorno della dea **Freyia**, associata al potere dell'amore e della compassione, al calore dell'amicizia e alla libertà individuale.
- **Sabato** era consacrato alle **Norne**, i tre aspetti del tempo (suddiviso in passato, presente e futuro), ed era il giorno dedicato al riposo e al recupero delle energie.

Le popolazioni nordiche riconoscevano una divinità in tutte le cose, essendo tutte le cose interdipendenti. L'esistenza umana era sentita come l'espressione di una forza vitale che esige di essere portata a compimento nelle sue manifestazioni pratiche nel qui-e-ora. La morte, come evidenzia l'osservazione della natura, non era considerata la

fine della vita, ma un suo aspetto. Nascita, crescita, morte e rinascita erano un'unica dinamica di sviluppo, cambiamento e trasformazione.

La divinità principale era rappresentata come un'imponente figura patriarcale, capo di tutti gli dei e padre di tutte le cose, in quanto originatore che aveva seminato tutto ciò che esiste. Il suo nome era **Odino**. La parola deriva dall'antico norvegese "od", che significa "vento" o "spirito che tutto pervade". In esso tutte le cose vivono, esistono e agiscono, come per il Grande Spirito dei nativi americani. Un'altra radice si trova in un verbo dell'antico norvegese che significa "camminare", "andare", suggerendo così una presenza attiva nel viaggio sulla Terra. Lo Spirito è collegato all'aria, al vento, perché la sua presenza non si può vedere ma si può sentire. L'aria era considerata il mezzo attraverso il quale i pensieri soffiano nella mente. Perciò Odino era associato al potere della mente e al pensiero ispirato e creativo. Il "camminare" o l'"andare" di Odino



rimanda al "procedere" sulla Terra, ovvero al superare le difficoltà del cammino nella vita quotidiana. Il dio cioè condivide l'esperienza del percorso umano sulla Terra.

E' spesso rappresentato su un cavallo a otto zampe, simbolo del tempo, che lo trasporta dal regno dello spirito a quello della materia e viceversa.

Dall'alto del suo trono, Odino poteva osservare il mondo intero e controllare la pioggia; fu anche l'unico che riuscì a vincere il malvagio Loki, dio dell'inganno. Tuttavia, malgrado il suo potere e le sue gesta, Odino si sentiva insoddisfatto e questa inquietudine interiore lo portò a ricercare la suprema saggezza in solitudine e silenzio. Narra la leggenda che si ritirò nella foresta e, appeso a testa in giù ai rami del **sacro frassino Yggdrasil, l'Albero Cosmico della Vita**<sup>5</sup> le cui radici si perdono nell'infinito e

---

<sup>5</sup> Molte raffigurazioni di Odino appeso a testa in giù al ramo del sacro Albero sono identiche all'immagine dell'Appeso dei Tarocchi (Arcano XII) che raffigura l'iniziazione attraverso il sacrificio e simboleggia chi, con il



le cui fronde giungono fino a terra oppure le cui radici si spingono fino agli inferi e le fronde oltre il settimo cielo (un ponte cioè tra terra e cielo come spiegherò ampiamente tra poco), iniziò un rigoroso digiuno, nell'attesa di ricevere un segnale che gli indicasse la via della conoscenza. Trascorsi nove giorni, vide tracciate nel suolo le immagini delle ventiquattro Rune, dono del Grande Spirito, e in quell'istante seppe di trovarsi sulla soglia della sua trasformazione iniziatica. Odino donò a sua volta le Rune agli uomini per aiutarli a evolversi, insieme all'idromele, la bevanda che dona la poesia e la profezia e

che contiene il segreto dell'immortalità. Le Rune infatti conferiscono la conoscenza delle forze nascoste della natura e dei processi che fanno sì che la manifestazione avvenga, e sviluppano una percezione che trascende le possibilità dei sensi fisici: vedere con lo spirito attraverso l'apertura dell'occhio interiore e udire suoni inudibili attraverso l'apertura dell'orecchio interiore. Questa trasformazione è possibile perché le rune sono in se stesse potenti forze trasformative.

L'esperienza di Odino è narrata nel poema *Hamaval* ("Canto dell'Eccelso") e nell'*Edda Poetica*, una raccolta di poemi in norreno, tratti dal manoscritto medievale islandese *Codex Regius* del 1200, la più importante fonte di informazioni a nostra disposizione sulla mitologia norrena e sulle leggende degli eroi germanici.

Il seguente brano è tratto dall'Edda Poetica:

*Scrutando nelle profondità più profonde  
Sono appeso a un albero nel vento.  
Penzolando per nove lunghe notti,  
ferito dalla mia stessa lama  
insanguinata per Odino,  
me stesso in offerta di me stesso,  
legato all'albero di cui nessun uomo conosce  
dove affondino le radici.*

---

sacrificio ha redento se stesso e gli altri, come appunto, Odino, lo sciamano per eccellenza che conquista la conoscenza manifestata dalle Rune e quindi la conoscenza segreta delle lamine dei Tarocchi.

*Nessuno mi diede pane,  
nessuno mi diede acqua.  
Scrutai nelle profondità più profonde  
Fino a scoprire le rune.  
Con un grido esultante me ne impadronii,  
poi mi sentii debole e stordito.*

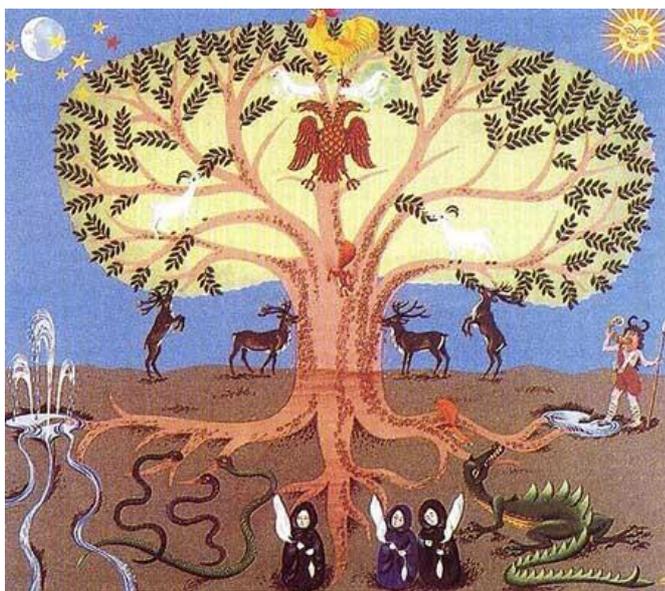
*Raggiunsi la gioia,  
raggiunsi la sapienza.  
Di parola in parola  
Venni condotto a una parola,  
da un'azione a un'azione.*



La figura di Odino appeso all'albero ricorda quella di Cristo sulla croce, e il Cristianesimo venne infatti accolto dalle popolazioni nordiche anche perché le sofferenze della crocefissione ricordavano la prova di Odino, anch'egli trafitto da una lancia. L'unica differenza era che Odino era appeso a testa in giù.

Il gesto di Odino può essere letto come quello di un martire, pronto a sacrificare la vita per diffondere la verità, pronto cioè a mettere da parte l'io per accedere a una dimensione più grande. La posizione a testa in giù, con lo sguardo rivolto alle radici, può simboleggiare lo scrutare nelle profondità dell'inconscio dove si nasconde il potenziale di tutto il manifestato, oppure un simbolo di morte, cioè il passaggio della coscienza dall'esistenza fisica, esterna, al riposo che prelude a una rinascita. Il sacrificio dell'io in vista del bene più grande del Sé superiore scatenò un lampo improvviso di ispirazione, l'intuizione o visione interiore che gli fece scoprire le rune.

L'albero a cui Odino si appese si chiama *Yggdrasil* ed è un simbolo dell'Albero della Vita. Deriva da "ygg" che nell'antico norvegese significa "io" inteso come spirito individuale e "drasil" che vuol dire "destriero", "veicolo". Il "destriero dell'io" è quindi il veicolo che trasporta lo spirito nel viaggio in una realtà multidimensionale che va percorsa, cioè sperimentata, per trascendere la realtà umana. L'albero Yggdrasil è l'albero di Ciò che Esiste nel tempo e oltre il tempo.



L'Albero è uno dei simboli sacri e esoterici più importanti e ricorrenti nelle varie tradizioni e rappresenta la vita, la crescita e la rigenerazione del cosmo, è l'"Asse dell'Universo" attraverso cui avvengono gli scambi tra i vari livelli di esistenza<sup>6</sup>.

L'antico sciamanesimo druidico esprimeva il viaggio dello Sciamano attraverso i mondi dell'esistenza a mezzo del simbolismo dell'Yggdrasil. Nel suo simbolismo, molto articolato, ci sono tutti gli ambiti e gli insegnamenti

segreti del "viaggio sciamanico".

<sup>6</sup> A tal proposito consiglio di approfondire lo studio e la conoscenza dell'Albero della Vita della tradizione ebraico-cristiana di cui è disponibile un mio corso a distanza.

Per l'antico sciamanesimo druidico l'Yggdrasil rappresentava il cammino evolutivo dell'individuo com'era contemplato dalla mistica spirituale della mitologia druidica e costituiva un importante simbolo con cui definire l'operatività e le proprietà interiori dello Sciamano.

L'Yggdrasil, nella cosmologia druidica, era inteso come un albero cosmico che si sviluppava partendo con le sue radici dal **“Mondo inferiore”**, attraversando il **“Mondo di mezzo”** per raggiungere il **“Mondo superiore”**, interpretando simbolicamente il processo evolutivo insito nella Natura.

L'albero era visto dominare su tutto l'universo. Le sue fronde e le sue radici si estendevano attraverso i mondi che costituiscono la cosmologia druidica dell'esistenza in cui vivono gli uomini e gli Dei. Le sue fronde raggiungevano il mondo superiore, i suoi rami abbracciavano tutti e nove i mondi dell'universo, dal mondo degli Asi a quello degli Elfi, da quello degli uomini a quello dei defunti e degli gnomi.



L'antico druidismo, anche se concepiva l'esistenza come un fenomeno di natura globale e totalizzante, com'era descritto nel concetto cosmologico dello Shan, riteneva che attraverso le fasi dell'esperienza evolutiva dell'individuo era possibile distinguere quattro “mondi” diversi tra di loro in relazione all'esperienza vissuta durante il cammino evolutivo.

Era contemplato l'Annwin, la dimensione dello Shan in cui esistevano solo le potenzialità della comparsa dell'individuo. Seguiva il “Mondo di Abred” che rappresentava l'universo, anzi uno degli innumerevoli universi esistenti nello Shan, sorto dal Big bang, dove l'individuo prendeva vita e poteva esercitare i primi passi del suo stato di coscienza. Poi seguiva il “mondo di Gwened” dove dopo la morte fisica, l'individuo poteva partecipare alla realtà dello Shan posto al cospetto della Causa Prima esaustiva a se stessa che rappresentava l'ultima dimensione definita come l'Oiw o il “Cerchio vuoto di Keugant”.

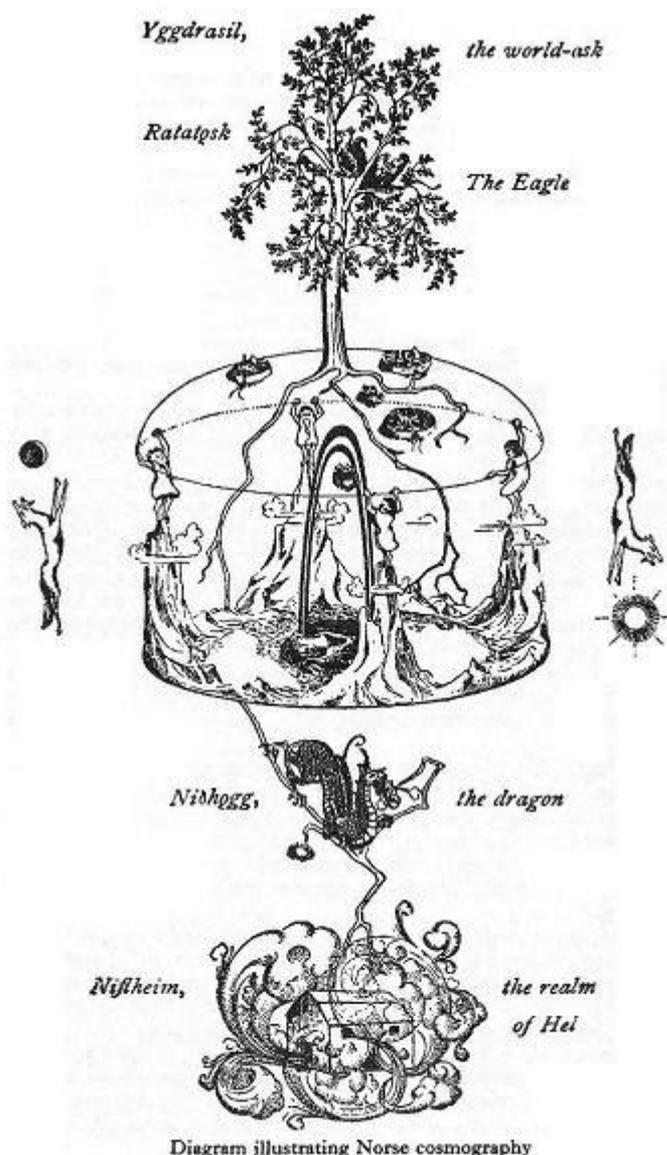
## I mondi dell'Yggdrasil

Secondo l'antico druidismo, le radici dell'Yggdrasil affondano in tutto il Mondo Inferiore inanimato dell'Annwin dove hanno dimora le forze più elementari e indomabili della natura, e dove secondo lo sciamanesimo druidico si potevano trovare i cristalli di vita.

Nelle profondità del mondo inferiore le radici dell'Yggdrasil si snodano in tre diversi misteriosi domini. Presso la prima delle radici c'è la fonte del Fato o del Destino, custodita da tre donne, le "Norne". Le tre creature, Urd, Verdanti e Skuld, sono le uniche che conoscono le vicende del passato, del presente e del futuro degli uomini e degli Dei. Esse decidono il destino di tutti gli esseri viventi, Dei compresi. Il loro compito è di preservare l'integrità dell'Yggdrasil e a questo scopo inaffiano le sue radici con l'acqua e il fango della Fonte del Fato. Le tre Norne trascorrono il tempo tessendo teli di lino oppure giocando tra di loro, mettendo in palio il destino degli uomini. Durante il giorno intagliano le Rune su tavolette di legno per dominare le forze dell'Yggdrasil e per conoscere i destini e la storia del cosmo.

La seconda radice dell'Yggdrasil ospita la fonte custodita dal gigante Mimir, che racchiude la scienza di tutte le cose, la conoscenza archetipale della Natura, a cui Odino si era rivolto per ottenere la sapienza di cui aveva bisogno per poter regnare sugli altri Dei della stirpe degli Asi.

La terza radice risiede nel Niflheim, la terra del freddo. Essa affonda nei meandri degli inferi, nelle tetre regioni dei trapassati e degli abitanti oscuri del mondo del dopo morte. È infestata dai serpenti. A capo dei serpenti c'è Niddghorr, abilissimo a roscchiare la radice procurando fremiti all'albero. Vicino a questa radice vi è un pozzo misterioso dalla profondità infinita che



comunica con altri mondi persi nell'oscurità.

Il tronco immenso dell'Yggdrasil quindi si erge dalle sue radici e si eleva sviluppandosi attraverso il "Mondo di mezzo" o "Midgard", identificabile nel Mondo di Abred, l'universo abitato dall'umanità. La "Terra di Mezzo", è concepita come il luogo in cui Odino avrebbe creato Embla e Askr, i capostipiti del genere umano. Al centro di questa terra è posto l'Yggdrasil, l'albero della conoscenza, i cui confini sono circondati e protetti da un immenso cerchio di pietre.

La cosmologia dell'antico sciamanesimo druidico prevede che il Mondo di Abred manifesti due dimensioni di esistenza: quella invisibile della "Matchka" come propaggine del Mondo inferiore e quella fisica del "Nara", il mondo materiale vissuto dagli esseri viventi.

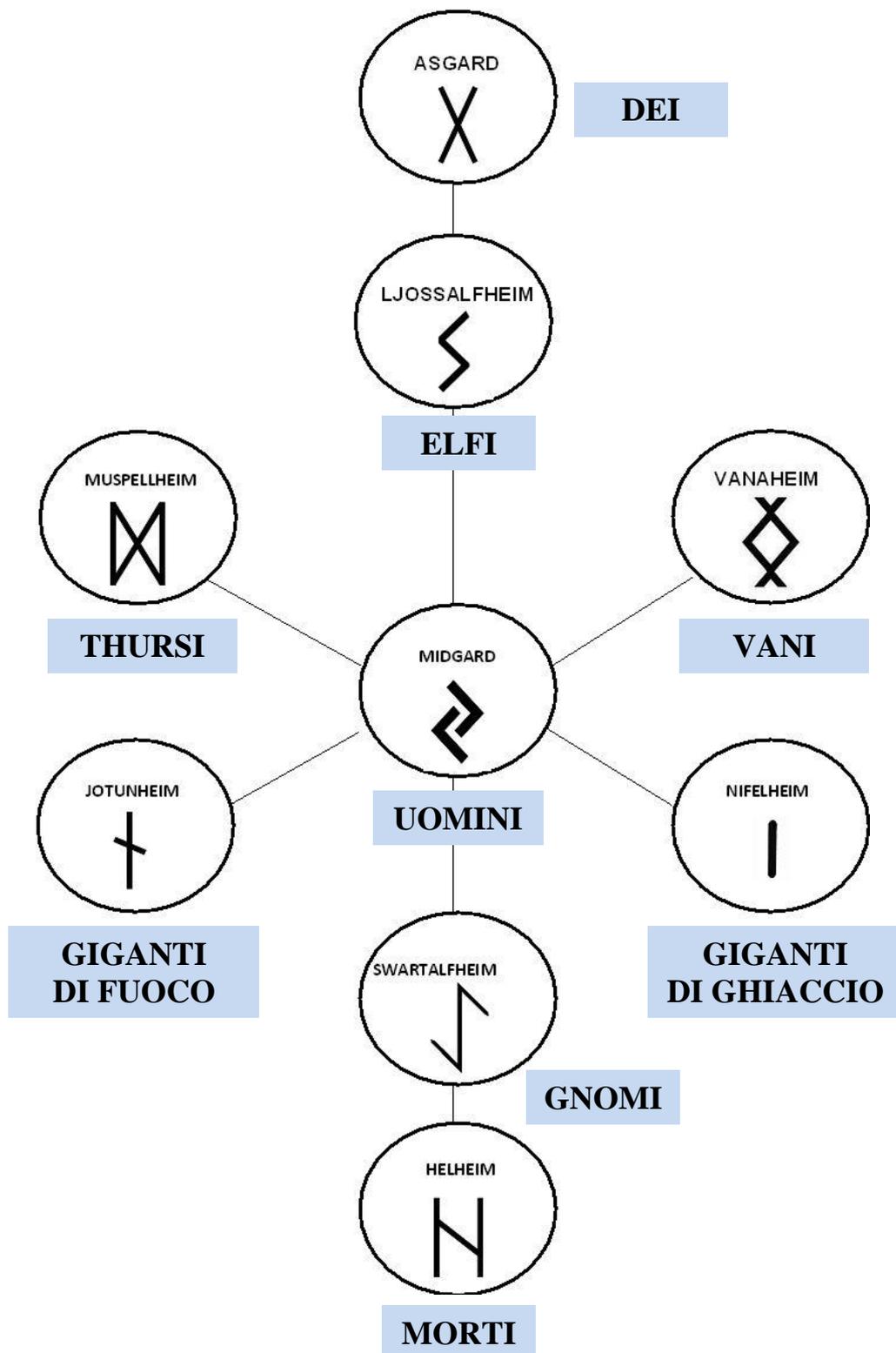
Infine le fronde dell'Yggdrasil giungono al Mondo superiore, o "Mondo di Gwened", dove si allargano illuminate dal sole, inteso come manifestazione tangibile dell'"Oiw", la Causa Prima, l'Innominabile, perché pronunciare il suo nome impedisce di vederlo.

Altri elementi complementari ultimano il simbolismo dell'Yggdrasil. In cima alle sue fronde è appollaiata un'aquila. Sul suo immenso tronco cosmico corre avanti e indietro lo scoiattolo Ratatosk, che rosicchiando il tronco si occupa anche di trasmettere le invettive che si scambiano dall'alto verso il basso, e viceversa, l'aquila e il drago Nidhhogghr.

Alla sua base è concepita la presenza di quattro cervi, un drago e varie serpi che tutti assieme rosicchiano le radici esposte che emergono dal terreno.

## L'Albero della Vita e il Viaggio sciamanico

Di seguito c'è una rappresentazione schematica dei nove "mondi" dell'albero della vita secondo la tradizione nordica e i relativi abitanti.



I nove mondi sono nove piani di realtà strettamente correlati fra loro; ogni mondo ha una propria identità e un proprio funzionamento, ma tutti contribuiscono all'armonia del Tutto<sup>7</sup>.

Come si vede, cinque di questi mondi creano un asse cosmico verticale il cui fulcro è Midgard. L'asse viene incrociato da quattro punti di forza molto dinamici. Questi quattro assi ruotano intorno all'asse centrale, irradiando il loro flusso ai restanti mondi. Benché ognuno di questi mondi possiede una propria identità, un proprio ruolo e una propria realtà, essi agiscono congiuntamente dando vita all'universo delle popolazioni nordiche. I cinque mondi, che formano l'asse verticale dello schema, si chiamano — dall'alto verso il basso — Asgard, Ljossälfheim, Midgard, Swartalfheim e Helheim.

Vanaheim, Jötunheim, Muspellheim e Nifelheim compongono invece i settori dei quattro campi di forza.

Gli dei collocarono la terra al centro dell'universo e la chiamarono **MIDGARD (mondo intermedio)**. Essa divenne il domicilio degli **uomini**. Fecero in modo che fosse circondata dal mare, proteggendola dall'alta marea e dalle invasioni dei giganti con un muro di cinta. Midgard è circondata da un oceano enorme, nel quale ruota il mastodontico serpente del mondo, Jormungandr, talmente grande che deve mangiare la propria coda; nello stesso livello di Midgard si trova Jothumheim terra dei Giganti dell'Est, e il Nidavellir, terra dei nani sito a Ovest delle terre umane, mentre il Ponte Arcobaleno collega la terra di mezzo con l'Asgard.

Qui i vari aspetti dell'essere (fisico, energetico, mentale e spirituale) sono in relazione dinamica, ognuno interagendo con gli altri e influenzandosi a vicenda- E' il piano della manifestazione fisica e della realtà pratica, della ragione e delle emozioni. Qui tutto è condizionato dal tempo, ovvero soggiace al limite della durata.. Qui le forze che chiamiamo bene e male sono presenti in quantità uguale e ogni azione è una scelta. **E' la dimensione della coscienza egoica dell'io** come intermediario tra il mondo delle pulsioni, Es, e il mondo dello spirito, il Sé, della polarità, della separazione, è il mondo dell'illusione, di ciò che sembra ma non è: per procedere verso il mondo superiore occorre superare l'attrazione per i piaceri terreni e attraversare i mondi della polarità caldo-freddo e maschile-femminile.

---

<sup>7</sup> Secondo una tradizione del Galles celtico, che viene fatta risalire ad una ininterrotta tradizione bardica locale, il Tutto, l'Inconoscibile Divino, la Divinità viene definita OIW, è ritenuta irraggiungibile dalla comprensione umana, e dunque inconoscibile. Questo OIW però si manifesta nella realtà umana, seppur del tutto inconoscibile, attraverso una forza triplice, che questa tradizione così individua:

SKIAN (Conoscenza-Saggezza),

NERZ (Forza-Volontà),

e KARANTEZ (Amore-Creatività).

Ognuna di esse rappresenta una strada verso il divino, il sacro, il soprannaturale, e può essere percorsa da ogni individuo. **Molto interessante notare la stretta correlazione di OIW con l'EIN SOF dell'albero sephirotico.**



**La runa di Midgard è JARA**, collegata all'elemento terra. Simboleggia il "volgersi" del tempo, perché il suo potere è quello che regola il ciclo annuale delle stagioni. E' la forza del cambiamento graduale e dello sviluppo ciclico, e indica lo scopo della nostra esistenza terrena: un periodo

Sopra Midgard, sull'asse verticale, è situato il **Regno degli Elfi di Luce, LJOSSALFHEIM**. Gli Elfi sono esseri delicati, molto difficili da vedere anche se influenzano fortemente le menti degli uomini. Sono forme-pensiero collettive che, benché difficili da cogliere, influenzano il modo di pensare dell'umanità. Ljossalheim è caratterizzato da altrettanti paesaggi bucolici, pieni di pace e serenità dove dimora anche Volund il mitico fabbro elfico che insieme ai fabbri nani Brokk e Sindri ha creato gli artefatti più potenti degli elfi.



Questo regno è il simbolo delle **attività mentali più sublimi**, dell'arte e della creatività, dell'intuizione e della chiaroveggenza, della meditazione e delle pratiche spirituali e quindi il dono da conquistare in questo regno è rappresentato dalla **Runa SOWELU** il potere del sole che rivela ciò che era nascosto. Associata all'anima, questa runa è collegata anche alla mente in quanto riflesso dell'anima...

Sotto Midgard, sull'asse verticale, c'è **SWARTALFHEIM**, il regno dei **Nani**, dotati di grande forza e grande abilità, i nani vivono e lavorano nelle miniere del sottosuolo, sono detentori della magia, lavorano il metallo e le pietre, trasformando alchemicamente la materia grezza in materia preziosa e raffinata. Nella mitologia nordica gli gnomi sono una sorta di controparte materiale degli elfi. I sette nani di Walt Disney sono appunto gnomi che lavorano in una miniera. I nani incarnano le intelligenze formative del mondo inferiore, che forgiavano ciò che si manifesterà sul piano di Midgard. Simbolicamente rappresenta **l'inconscio medio o subconscio**, il luogo della psiche dove attraverso il lavoro su se stessi e la meditazione emergono i contenuti dell'inconscio e vengono sublimati, trasformati e compresi.



**La runa di Swartalfheim è Eiwaz**, il cui bastone indica la colonna vertebrale, la struttura che tiene in piedi il corpo umano e il tronco delle piante. Swartalfheim è quindi il livello di coscienza appartenente alla mente subconscia, al servizio dell'io cosciente.

Alla base della colonna vertebrale c'è **HELHEIM**, l'oltretomba o Regno dei Morti, governato da Hel, regina dei morti. Questo luogo rappresenta **l'inconscio inferiore**, il

regno dell'Ombra, luogo oscuro e tenebroso, dove sul piano personale si nascondono istinti e pulsioni rimossi e per questo particolarmente pericolosi e minacciosi, è il luogo della totale inconsapevolezza del bene e del male, del qualunquismo, dell'accidia, della ottusità mentale, del dolore cieco e sordo, della mancanza di volontà, della freddezza, è anche il luogo dove dobbiamo incontrare i nostri antenati e riconnetterci alle nostre radici, operando una profonda guarigione del nostro albero genealogico.

Nella mitologia nordica Helheim è il regno dei morti perché l'inconscio era considerato il luogo di transito verso una nuova vita. Nello schema ciclico delle cose, la vita conduce alla morte e la morte alla vita, cioè alla rinascita. Helheim ha due nature, rappresentate dal duplice aspetto della dea Hela, che veniva raffigurata come un cadavere o come una donna bellissima e desiderabile. Nel primo caso rappresentava l'entrata nella tomba, nel secondo l'entrata nell'utero. Il suo duplice aspetto indica che ciò che viene considerato "morte" conduce a una nuova vita.

**N** La runa di Helheim è **HAGALAZ**, la forza trasformativa racchiusa nel seme. Hagalaz è il potere del divenire, allo stato latente. E' come un ponte che permette di attraversare.

In cima al pilastro dell'albero cosmico c'è **ASGARD**, la dimora celeste degli dèi, o meglio degli "splendenti", così chiamati perché diffondono perché diffondono luce su ciò che è nascosto. Come dimora degli dei questo è il luogo delle più alte ambizioni spirituali, del Sé, dell'ispirazione, dell'onore, del sacrificio, è un regno di puro spirito in cui dimorare per l'eternità e godere della suprema realizzazione del Sé Trascendentale.



**Le Valchirie**

La collocazione di Asgard in “alto” indica che si tratta di un livello a cui si accede solo con la determinazione e la costanza o, come si esprime la mitologia nordica, solo con l'aiuto di una **valchiria**. Le valchirie erano le figlie, cioè i prodotti, di Odino e accompagnavano le anime dei guerrieri vichinghi nella felicità eterna (la parola *valkir* significa infatti “che sceglie l'ucciso”).

Le Valchirie sono personificazioni del Sé che, avendo combattuto valorosamente durante la vita terrena, si è creato una felice vita futura.



La runa del Asgard è **GEBO**

Sul piano orizzontale si estendono quattro piani di realtà “esterne”.

**NIFELHEIM**, “regione delle nebbie” abitata dai Giganti di ghiaccio. E' una distesa di ghiaccio, neve e nebbia sferzata da venti glaciali, tempeste di grandine, nevischio e uragani, un luogo di illusioni in cui si interpretano le cose secondo la propria struttura. Ha un potere magnetico che attrae con la forza di un buco nero. Qui ha l'origine l'acqua. La nebbia è vapore acqueo, e l'acqua ha la potenzialità di solidificarsi in ghiaccio. Nifelheim è quindi un piano situato tra il tangibile e l'intangibile. La sua runa è **ISA**

**MUSPELHEIM**, l'opposto complementare di Nifelheim. E' associato all'energia in continua espansione, che si allontana sempre più dalla fonte. Vi abitano esseri chiamati **Thursi**, antichissimi e dotati del potere di trasformare e di distruggere. Qui albergano le passioni incontenibili e violente, ira, rabbia, lussuria, gelosia, possessività, odio, invidia, vendetta, unico modo per uscirne da vincitore è la **capacità di trasformazione**, il dono da conquistare è la **liberazione dalle passioni e dagli attaccamenti**.



La sua runa è **HAGAZ**, il potere trasformativo

**VANAHEIM**, il regno dei **Vani**, le forze e le intelligenze che reggono la crescita organica, il cammino verso la maturazione. **Vanheim**, luogo della natura selvaggia e incontaminata, un vero e proprio paradiso terrestre, con un vasto oceano e un immenso

continente popolato da infiniti esseri animali e piante.: questo è il Regno dove potremmo essere tentati di restare tanta è la pace e l'armonia, occorre invece trovare la forza di proseguire il viaggio, di non cedere alle lusinghe dei sensi.



La sua runa è **INGUZ**, il potere della gestazione e della crescita organica

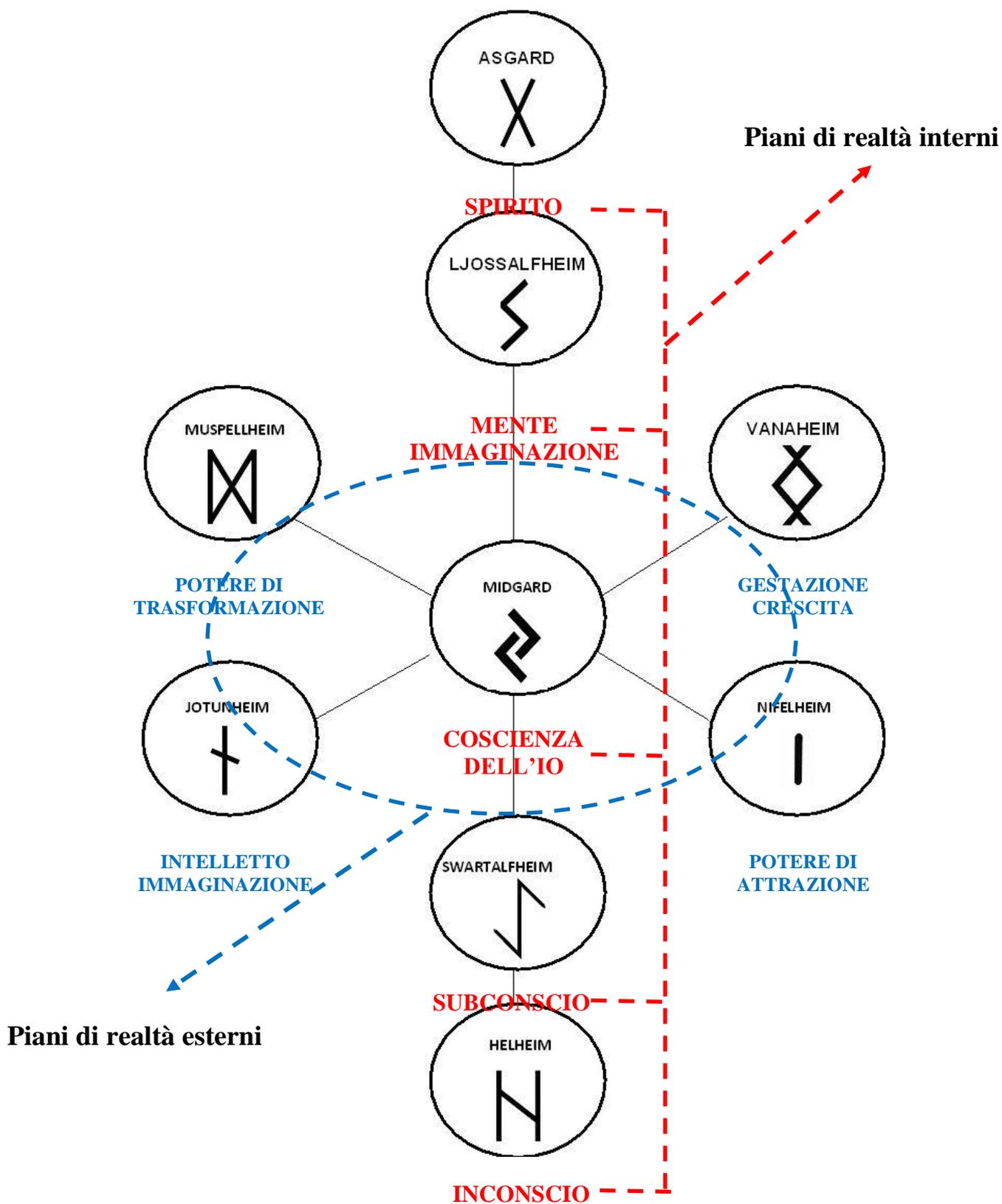
**JOTUNHEIM**, il Regno dei Giganti. La parola norrena per “gigante” significa “essere di grandi dimensioni e grandi poteri”. E’ il regno dell’intelletto e dell’immaginazione, entrambi dotati di enorme potere.



La sua runa è **NAUTHIZ**, associata alla necessità del cambiamento.

I novi mondi esistono a un tempo fuori e dentro di noi, costituiscono il nostro universo interiore. Si tratta quindi di realtà soggettive, non ordinarie e nel contempo oggettive e ordinarie. Il cosmo, la globalità dell’esistenza, include l’interno e l’esterno, il noto e l’ignoto.

I nove mondi sono collegati da ventiquattro sentieri, “ponti” che rendono il cosmo un unico ecosistema. **Ogni mondo è protetto da una runa non invertibile**, che consente l’entrata a quel mondo e la protegge.



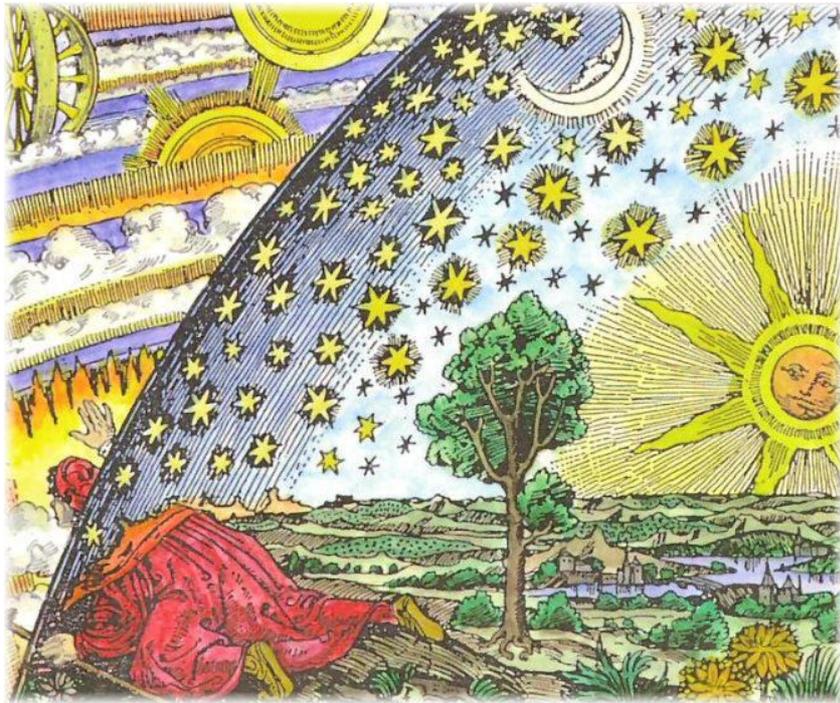
**ALBERO COSMICO E PIANI DI REALTA'**



Il percorso che porta da un mondo all'altro è molto simile concettualmente a quello cabalistico (V. mio corso "Cabala e Albero della Vita") e può essere effettuato solo con una guida interiore, cioè un'energia presente nella totalità del nostro essere che funziona a livelli superconsci.

I nove mondi sono piani di coscienza che si possono sperimentare nei viaggi sciamanici con le rune. Il viaggio sciamanico è un trasferimento dalla coscienza in una realtà non ordinaria. In genere ci si serve di un tamburo e di un sonaglio e di una runa. Il viaggio

sciamanico è un “salto” intenzionale di coscienza su un altro piano della realtà multidimensionale per entrare in contatto con le forze più profonde dell'essere.



*Una litografia ottocentesca rappresenta lo sciamano che compie il suo viaggio nel “mondo superiore”. Questa esperienza rappresenta le basi della meditazione e sancisce una divisione netta tra la pratica sciamanica legata alla superstizione e alla soggettività del mondo fisico e quella riferibile alla dimensione della realtà mistica e trascendente dello Shan*

Come già detto, il simbolismo dell'Yggdrasil costituisce un archetipo cosmologico presente in molte altre culture. Ad esempio, si può fare un parallelismo tra l'Yggdrasil e il “Djed” egizio<sup>8</sup> o l’”albero cosmico” degli sciamani siberiani.

E' da evidenziare in questa sede soprattutto il parallelismo con l'Albero Sephirotico dell'esoterismo ebraico della Cabala, che è descritto nei due testi: lo Sepher Yetzira, il libro della creazione, e lo Sepher Ha Zoar, il libro dello splendore.

---

<sup>8</sup> Nella religione degli antichi Egizi, Djed è la rappresentazione della spina dorsale del dio Osiride, re dell'Oltretomba. Per gli Egizi, la spina dorsale era sede del fluido vitale, e simboleggiava la stabilità e la vita eterna. Il geroglifico che lo rappresenta somiglia a un pilastro



La Cabala rappresenta un sistema mistico metafisico che consente agli iniziati di comprendere il messaggio occulto delle parole, e quindi di avvicinarsi alla conoscenza di Dio attraverso le emanazioni della sua Luce, denominate Sephirot. L'Albero Sephirotico aggiunge sulle sue fronde il simbolismo delle dieci Sephiroth e i 22 percorsi che uniscono tra di loro le Sephira a cui sono associate i 22 Arcani dei Tarocchi e le 22 lettere dell'alfabeto ebraico, ma ai quali possono essere associate anche le rune (Il numero che identifica la manifestazione divina attraverso gli archetipi presenti nelle lettere dell'alfabeto è il 22 che per riduzione e ampliamento può diventare 20, 21, 24 ed altro).

Anche l'Albero Sephirotico è suddiviso in Mondi (quattro) che corrispondono a livelli della nostra esistenza (dimensioni e strutture naturali al cui interno la Divinità si è "nascosta" o "velata"): "scalando" tale albero attraverso i sentieri che collegano le Sephiroth facciamo un percorso evolutivo verso l'illuminazione.

Risulta infine, in comune con il simbolismo dell'Yggdrasil, l'Ein Soph, che di fatto è l'Energia dell'Universo, posto in cima all'albero, che riveste il ruolo dell'Oiw della tradizione druidica dei Celti.

