Estudos de Runas



Poemas Rúnicos

WWW.XAOZ.COM.BR



Prefácio

O estudo de runas a seguir foi dirigido a partir dos poemas rúnicos e baseado em textos traduzidos academicamente para o inglês e para o português. Para além disso nos valemos da nossa experiência e da nossa forma de trabalhar com as runas.

É importante ressaltar que nem todos os nossos pontos de vista estão de acordo com a totalidade das fontes, e mesmo estas se contradizem entre si. Entre as fontes existem alguns estudos científicos e outros tradicionais e reconstrucionistas. A partir disso decidimos compartilhar um pouco de nossa visão prática de forma simplificada e acessível. Nosso trabalho elenca os aspectos principais que percebemos nesse paradigma, sugere trabalhos internos e práticos que seriam possíveis com esta ferramenta, e permite que magistas trilhem seus caminhos em diversos paradigmas se aprofundem no tema conforme se sentirem aptas ou aptos.

Há ainda alguns pontos importantes em relação à carência de fontes arqueológicas que elucidem como era a prática mágica das runas. Ademais, há uma diversidade de formas de grafar os nomes das runas e até mesmo seus símbolos. Essas variações se dão histórica e gerograficamente. Optamos por grafá-las arbitrariamente, assim como a ordem das runas, que pode diferir, em especial ao final do terceiro aett (invertendo Othala com Dagaz).

Acreditamos que pela natureza experiencial da espiritualidade, do esoterismo e da prática mágica, é essencial que magistas conduzam seus próprios experimentos e anotem suas próprias descobertas e sejam responsáveis por suas ações e suas consequências. Para isso adicionamos um espaço para que vocês concluam os estudos por si, discordando ou trabalhando de forma diferente de nós e formando uma comunidade com práticas diversas.

Desejamos a todas e todos bons estudos e que suas jornadas sejam sempre frutíferas.

Fehu



ESTUDOS DE RUNAS

Fehu

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

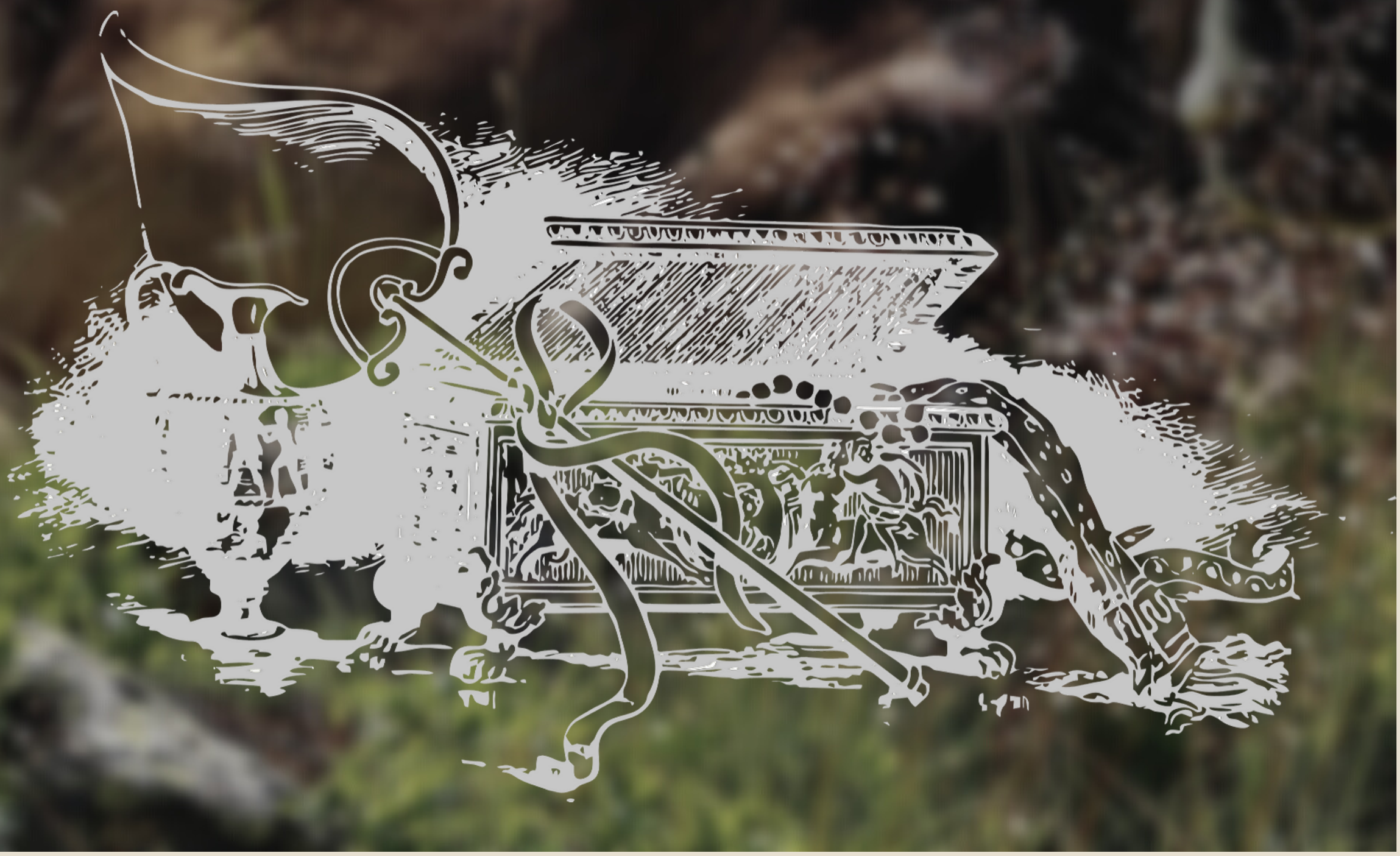
Riqueza é um conforto para todos os homens;
contudo cada homem deve partilhá-la largamente,
se ele deseja receber a aprovação do Senhor.

Poema Rúnico Islandês:

Riqueza é desavença entre parentes
e o sinal de maré
e o caminho da serpente.

Poema Rúnico Norueguês:

Riqueza causa desavença de parentes;
o lobo se alimenta na floresta.





Fehu



PALAVRAS CHAVE

- Riqueza
- Prosperidade
- Comunidade
- Gerenciar
- Rebanho
- Propriedade

AUTOCONHECIMENTO

Descoberta de seu lugar de máxima realização do potencial pessoal.

USO MÁGICO

- **Abundância:** Para aumentar a sua produtividade, a sua capacidade de gerar recursos.
- **Resolução de Conflitos:** Em momentos de conflito por escassez de recursos, essa runa pode lhe ajudar a gerenciar as relações.
- **Abertura de Caminhos:** Para que possa trazer mais oportunidades de se realizar em seus recursos materiais.

POSIÇÃO INVERTIDA

- Escassez
- Conflito
- Perdas materiais
- Instabilidade
- Imobilidade
- Acumulação excessiva

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Uruz, Gifu, Manaz, Wunjo, Jera.
Dissonantes:
Hagalaz, Isa, Naudiz, Thurisaz.



Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Uruz



ESTUDOS DE RUNAS

ᚢ Uruz ᚢ

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

O Auroque é feroz e de grandes chifres,
uma fera selvagem que luta com os seus chifres,
grandioso habitante dos charcos;
este é um animal valente!

Poema Rúnico Islandês:

Chuva é o pranto do céu
e a colheita não feita
e o ódio do pastor.

Poema Rúnico Norueguês:

Escória é do ferro ruim;
às vezes a rena corre sobre a neve congelada.





Uruz



PALAVRAS CHAVE

- Vigor
- Resistência
- Ímpeto
- Estabilidade
- Obstinação
- Desafio
- Orgulho
- Saúde

AUTOCONHECIMENTO

Aprender a explorar suas qualidades mais fortes, potencializar o que se faz de melhor. Concluir ritos de passagem, conhecimento do próprio corpo e funcionamento da própria saúde.

USO MÁGICO

- **Saúde:** Em momentos em que é preciso melhorar a resistência física, sistema imune e digestório.
- **Resiliência:** Em momentos de stress e momentos que requerem estabilidade e esforço mental prolongado.
- **Iniciativa:** Em momentos onde se faz necessário um pontapé inicial.
- **Aterramento:** Para se trazer estabilidade e firmeza, seja material, emocional, mental, etc.
- **Proteção Física:** Segurança e proteção contra acidentes e ameaças.

POSIÇÃO INVERTIDA

- Doença
- Debilidade
- Preguiça
- Fraqueza
- Medo
- Submissão
- Vergonha
- Corrosão
- Narcisismo

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:

Fehu, Sowilo, Teihwaz, Thurisaz, Ing.

Dissonantes:

Laguz, Algiz, Ansuz, Kenaz, Eihwaz.



Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Thurisaz



ESTUDOS DE RUNAS

ᚦ Thurisaz ᚦ

Poema Rúnico Anglo-Saxão:
O Espinho é amargamente afiado;
terrível para todo guerreiro ao agarrá-lo,
imensamente feroz a todos os homens
que descansam em meio a ele.
Poema Rúnico Islandês:
Gigante é o tormento da mulher
e o habitante no penhasco
e o marido de Vardrun.
Poema Rúnico Norueguês:
Gigante causa tormento à mulher;
poucos são felizes com o infortúnio.



Thurisaz

PALAVRAS CHAVE

- Conflito
- Infortúnio
- Pontos Fracos
- Traição
- Agressividade
- Reatividade
- Prazer Sexual

AUTOCONHECIMENTO

Compreensão de seus próprios mecanismos de reação, e defesa. Descoberta dos próprios pontos fracos e empoderamento pessoal para defender-se de abusos.

USO MÁGICO

- **Defesa:** Em momentos em que é preciso retribuir uma ofensiva feita contra si.
- **Ataque:** Para direcionar energias agressivas a um alvo partcular.
- **Abertura de caminhos:**
  Em momentos em que se necessita romper obstáculos.
- **Desempenho sexual:**
  Para magias que envolvam associações entre dor e prazer.
- **Proteção contra abusadores:**
  Em situações onde o uso da força te coloca em uma posição indesejada, pode-se usar essa runa para executar proteção e contra-ataques.

POSIÇÃO INVERTIDA

- Vulnerabilidade
- Perigo, risco, ameaça
- Constrangimento
- Destruição, danos
- Desarmonia
- Adversário, oponente, inimigo
- Pânico

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Kenaz, Hagalaz, Naudiz, Algiz, Teihwaz.
Dissonantes:
Fehu, Perthro, Mannaz.
Ambiguidade:
Gifu, Wunjo, Eihwaz.



Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Ansuz



ESTUDOS DE RUNAS

ᚨ Ansuz ᚨ

Poema Rúnico Anglo-Saxão:
Deus é fonte de toda palavra falada,
a base da sabedoria e conforto do sábio
e a benção e o regozijo de todo nobre.
Poema Rúnico Islandês:
Deus é o velho criador
e o senhor de Asgard
e o sábio do Valhalla.
Poema Rúnico Norueguês:
Estuário é o caminho de várias jornadas;
mas para espadas é a bainha.





Ansuz



PALAVRAS CHAVE

- Palavra
- Poder de fala
- Expressão, comunicação
- Política
- Arte
- Magia
- Júbilo
- Divino

AUTOCONHECIMENTO

Desenvolvimento da sinceridade consigo mesmo, compreensão de suas próprias formas de usar a palavra, suas dificuldades e vícios de linguagem e padrões de pensamento.

USO MÁGICO

- **Carisma:**
  Desenvolver a capacidade de gerar rapport, persuasão e de se articular em público.

- **Inspiração:**
  Desenvolver mediunidade, receber mensagens sutis; trabalhar com inspirações transcendentais e criatividade artística.

- **Estudos e eloquência:**
  Para ser mais capaz de apreender conhecimento, mas também de ensinar, passar o conhecimento.
- **Detecção de mentira:**
  Para melhor compreensão das palavras e das verdadeiras mensagens por trás delas.

POSIÇÃO INVERTIDA

- Mentira, calúnia, falsidade
- Ilusões, enganações
- Manipulação, dissimulação
- Incompreensão
- Vergonha pública
- Fantasia, mistificação
- Opressão, radicalismo
- Mitomania

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Kenaz, Perthro, Eihwaz, Algiz, Laguz.
Dissonantes:
Thurisaz, Isa, Dagaz.
Ambiguidade:
Sowilo.



Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Raido



ESTUDOS DE RUNAS

Raido

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

Cavalgar, em casa, para todo guerreiro é tranquilo, e grandioso
para aquele sentado em um poderoso cavalo por sobre as estradas.

Poema Rúnico Islandês:

Cavalgar é o prazer do que está sentado
e a jornada tranquila
e o trabalho do cavalo.

Poema Rúnico Norueguês:

Cavalgar diz ser o pior para os cavalos;
Regin forjou as melhores espadas.



Raido

PALAVRAS CHAVE

- Movimento
- Jornada, viagens
- Colaboração
- Rapidez
- Desenvolvimento
- Transformação
- Inovação e novidade

AUTOCONHECIMENTO

Para se permitir experienciar novas perspectivas, culturas, horizontes. Se dispor a explorar paradigmas diversos, em especial para desconstrução e mudança. Buscar novos espaços.

USO MÁGICO

- **Acelerar processos:** Em momentos em que se deseja acelerar um processo, mesmo que isso signifique trabalhar dobrado.
- **Expansão de horizontes:** Para se dispor a jornadas transformadoras.
- **Proteção em viagens:** Para seguir jornada em segurança.
- **Construção de parcerias:** Para encontrar parcerias que te permita seguir seu caminho de forma mais tranquila e prazerosa.
- **Mudanças de ambiente:** Para se mudar de um lugar ao outro, seja no trabalho, moradia, trânsito, etc.

POSIÇÃO INVERTIDA

- Estagnação
- Imobilidade
- Lentidão
- Dogmatismo
- Isolamento
- Percalços
- Rotina
- Déficit de atenção

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Fehu, Uruz, Kenaz, Gifu, Laguz, Eh, Mannaz.

Dissonantes:
Isa, Othala.

Ambiguidade:
Wunjo, Hagalaz, Jera.

Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



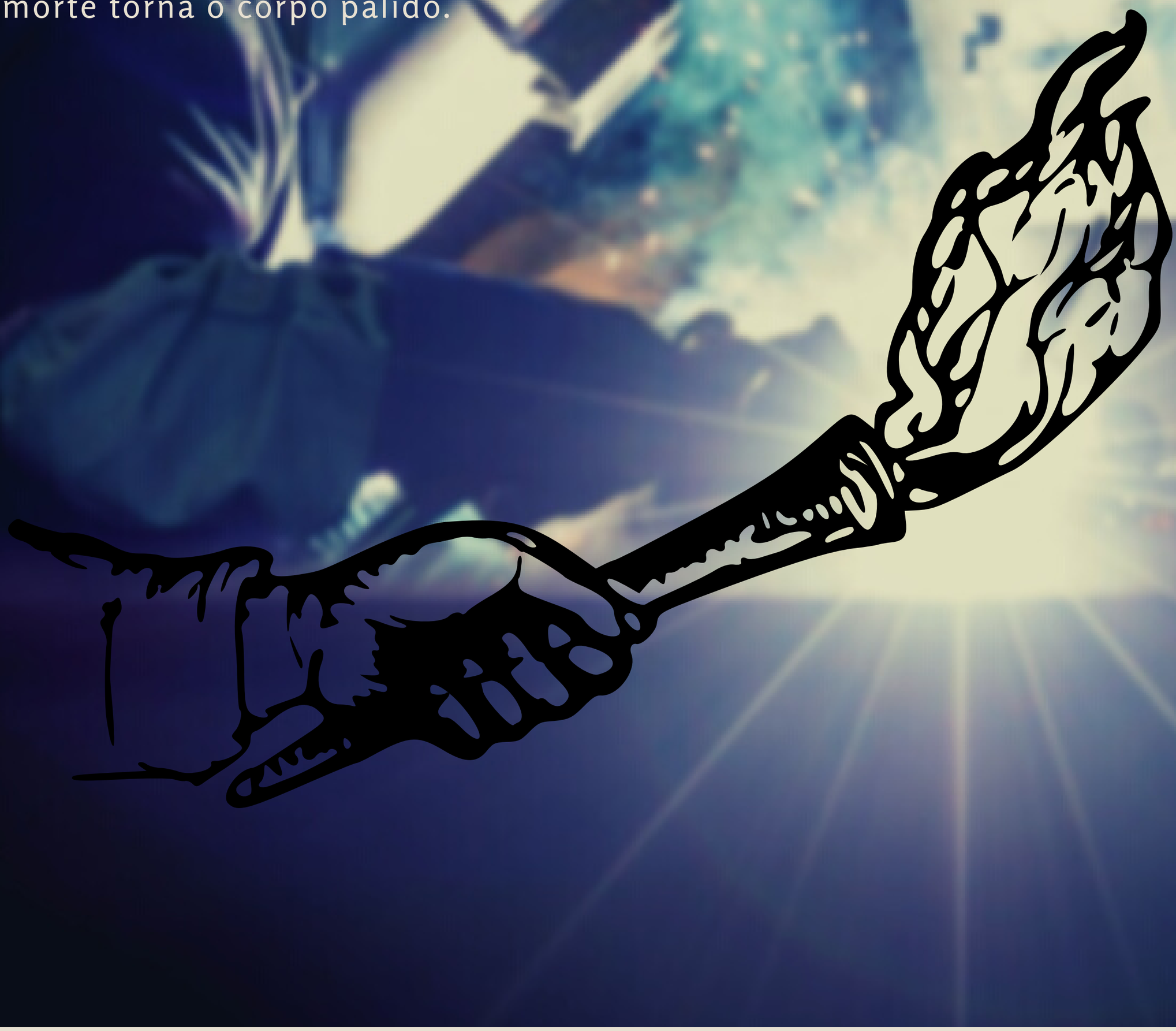
Kenaz



ESTUDOS DE RUNAS

Kenaz

Poema Rúnico Anglo-Saxão:
A Tocha é conhecida por todos os seres viventes
por sua chama pálida e brilhante;
sempre arde onde os príncipes descansam.
Poema Rúnico Islandês:
Ferida é o tormento da criança
e fruto de embate
e lar da putrefação.
Poema Rúnico Norueguês:
Ferida é o tormento da criança;
a morte torna o corpo pálido.



Kenaz

PALAVRAS CHAVE

- Clareza
- Esperteza, astúcia
- Calor, fogo
- Ferida
- Sofrimento
- Tecnicidade

AUTOCONHECIMENTO

Trabalhos com as sombras e negações sobre si mesmo. Compreensão das nossas mentiras e construções que não nos servem mais. Renovação e transmutação pelo fogo.

USO MÁGICO

- **Criatividade:** Para achar soluções inusitadas para problemas recorrentes.
- **Transmutação:** Para realizar trabalhos técnicos e industriais que transformem recursos em resultados.
- **Insight:**
  Descoberta de coisas que têm passado desapercebidas.
- **Fertilidade:** Trabalhos para fertilidade da família e procriação.
- **Memória prática:** Trabalhos com memória muscular, memória a curto prazo e para resolução de problemas a curto prazo.

POSIÇÃO INVERTIDA

- Ilusão, omissão, falsificação
- Incapacidade intelectual
- Ignorância
- Percepções e conceitos errôneos
- Viés
- Arrogância
- Malandragem
- Ansiedade

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Thurisaz, Ansuz, Gifu, Eihwaz, Jera, Sowilo, Ingwaz, Dagaz.

Ambiguidade:
Wunjo, Hagalaz, Naudiz, Isa.



Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Gifu

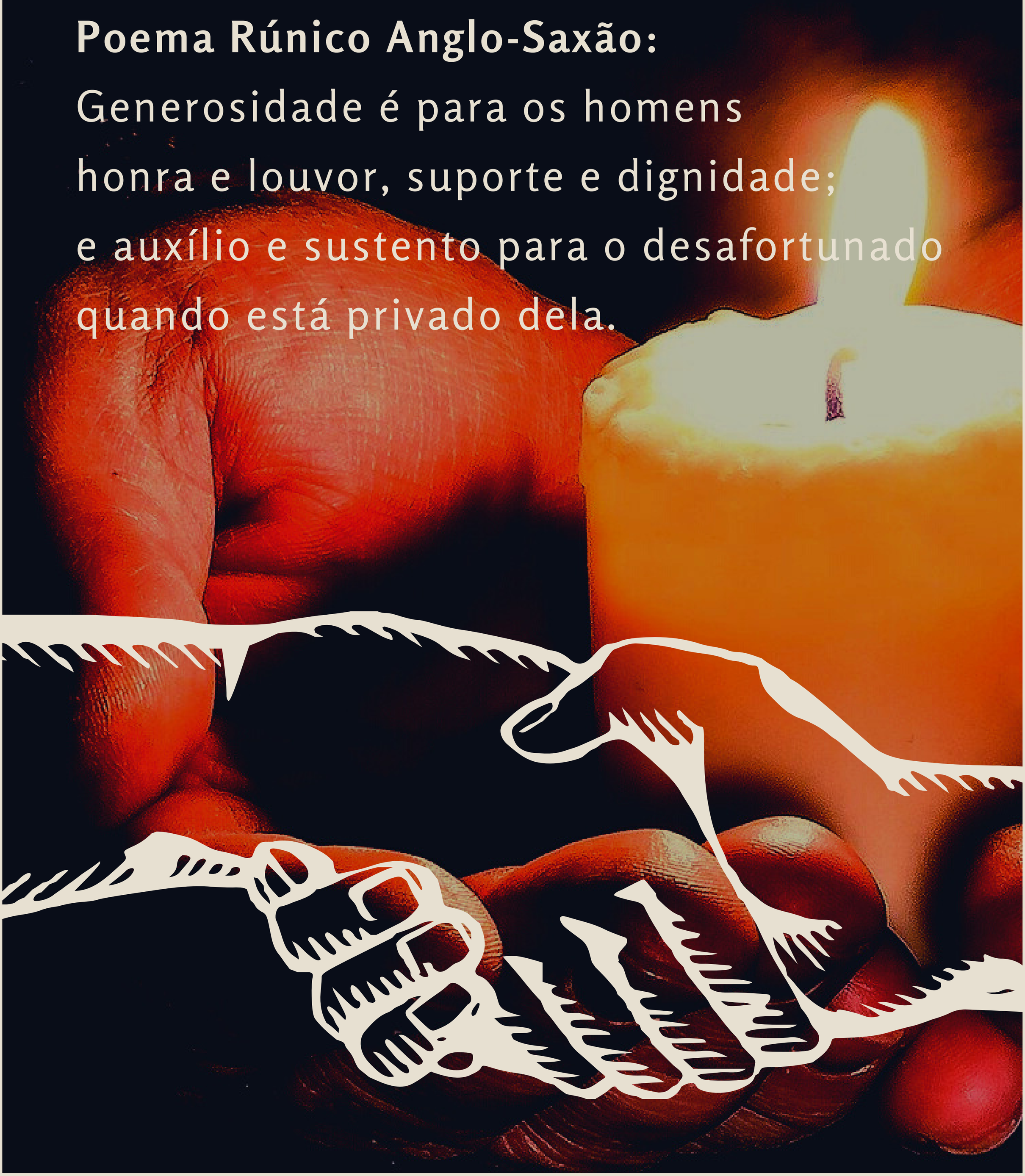


ESTUDOS DE RUNAS

ᚷ Gifu ᚷ

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

Generosidade é para os homens
honra e louvor, suporte e dignidade;
e auxílio e sustento para o desafortunado
quando está privado dela.



Gifu

PALAVRAS CHAVE

- Generosidade
- Trocas
- Dar e receber
- Sacrifícios
- Fluxo
- Dádiva e dom
- Compromissos e Contratos
- Empatia

AUTOCONHECIMENTO

Aprender a dar e receber. Compreender os limites das trocas e a necessidade e importância do sacrifício, retribuição e amor própio.

USO MÁGICO

- **Oferenda:** Para trabalhos de pedir favores ou em rituais de adoração a entidades.
- **Bênçãos e Maldições**
- **Cobrança de dívida:** Para demandar e reforçar a necessidade de receber por algo que fez, contanto que esteja em dia com sua parte.
- **Retribuição:** Para devolver e retribuir algo que tenham feito a si que não seja possível retribuir no momento, pode-se usar essa runa para que a pessoa seja retribuída de outra forma, realizada uma permuta ou troca justa para todos.

POSIÇÃO INVERTIDA

Esta runa não pode ser invertida ou espelhada. Isso pode ser uma indicação da necessidade de que as trocas sejam equivalentes e equilibradas.É parte do significado dessa runa a honra envolvida na troca de forma justa, sem que uma parte tenha vantagem desproporcional em relação à outra e sem abuso da boa vontade.

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:

Fehu, Ansuz, Wunjo, Jera, Eihwaz, Teihwaz, Mannaz, Othala.

Dissonantes:

Thurisaz, Naudiz, Laguz.



Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Wunjo



ESTUDOS DE RUNAS

Wunjo

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

Alegria não partilha aquele que conhece
um pouco de tristeza e sofrimento;
mas aquele que possui prosperidade e felicidade
e também uma fortaleza abastada.



Wunjo

PALAVRAS CHAVE

- Alegria
- Partilha
- Conforto
- Esbórnia
- Atração
- Philia
- Harmonia

AUTOCONHECIMENTO

Conhecer os próprios prazeres e entender as dinâmicas de autoafirmação. Encontrar o equilíbrio entre a sociabilidade e na dedicação ao trabalho, humor e seriedade.

USO MÁGICO

- **Motivação:** Encontrar alegrias em situações não prazerosas.
- **Complemento ao tratamentos de depressão:** Não substitui tratamentos médicos convencionais.
- **Sociabilidade:** Para se permitir ser uma pessoa mais agradável e também conhecer pessoas afins.
- **Harmonização de relacionamentos:** Seja amizade, família, trabalho ou relações amorosas, essa runa pode ser usada para aprofundar e fortalecer os lanços.
- **Celebração:** Em momentos em que é necessário desfrutar do conforto, abundância e alegria, essa runa pode ser usada.

POSIÇÃO INVERTIDA

- Excessos
- Vício
- Carência
- Entorpecimento
- Alienação
- Más companhias
- Depressão

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Fehu, Ansuz, Gifu, Sowilo, Eh, Mannaz, Dagaz.

Dissonantes:
Thurisaz, Hagalaz, Naudiz, Isa, Eihwaz, Laguz.

Ambiguidade:
Kenaz.



Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Hagalaz

ESTUDOS DE RUNAS

ᚺ Hagalaz ᚺ

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

O Granizo é o mais branco dos grãos;
ele cai das alturas do céu, atirado em rajadas pelo vento;
e então ele se transforma em água.

Poema Rúnico Islandês:

Granizo é o grão gelado
e o caminho imundo
e a enfermidade da cobra.

Poema Rúnico Norueguês:

Granizo é o mais gelado dos grãos;
Cristo moldou o mundo no passado.



Hagalaz

PALAVRAS CHAVE

- Granizo; tempestade; cataclisma
- Transformação; Mudança repentina
- Imprevisto
- Resiliência; Recomeço
- Pequenos desafios

AUTOCONHECIMENTO

Processos internos de morte e renascimento. Revisão de hábitos e aspectos que hoje são indesejáveis. Encontrar em si a capacidade de renascer e de resistir a pequenos desafios.

USO MÁGICO

- **Prevenção a intempéries:** Banir esta runa para evitar imprevistos e pequenos percalços. Inclusive os que resultariam bem.
- **Acelerar processos de mudança:** Invocando Hagalaz é possível invocar a tempestade que trará a destruição de coisas mais fracas.
- **Defesa e Ataque:** trabalhos mágicos relacionados a superar imprevistos, a resistir eventuais ataques, provocar distrações ou transtornos ao inimigo, etc.
- **Reconhecimento de oportunidades:** Para perceber oportunidades inesperadas.

POSIÇÃO INVERTIDA

O fato de esta runa não ter uma posição invertida pode ser um indicador de que a própria runa tem um sentido duplo, de intempéries que vem amoralmente.

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Uruz, Thurisaz, Raido Gifu, Naudiz, Laguz.

Dissonantes:
Fehu, Wunjo, Jera, Algiz, Berkana, Ing.

Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Naudiz



ESTUDOS DE RUNAS

ᚾ Naudiz ᚾ

Poema Rúnico Anglo-Saxão:
A Necessidade é opressiva para o peito;
ainda assim, às vezes ela se torna auxílio e salvação
aos filhos dos homens se ela for atendida com antecedência.
Poema Rúnico Islandês:
Necessidade é a aflição do servo
e a situação difícil
e o trabalho árduo.
Poema Rúnico Norueguês:
Necessidade oferecesse poucas oportunidades;
aquele que está nu congela no frio.



Naudiz

PALAVRAS CHAVE

- Carência; Necessidade
- Ausência
- Perrengue; Crise; Escassez
- Condição subalterna
- Dependência
- Limitação
- Trabalho árduo
- Cautela

AUTOCONHECIMENTO

Aprender a reconhecer as próprias necessidades, os momentos de não se exaurir, saber reivindicar ajuda.

USO MÁGICO

- **Escassez:** Para evocar (maldição) ou banir escassez da vida do alvo.
- **Atração:** Provocar carência afetiva no alvo. Pode ser possível direcionar essa carência para alguém.
- **Suprimentos:** Após identificar, é possível descobrir como suprir as necessidades e buscar remediá-las.
- **Ascetismo:** Para trazer para si a oportunidade de aprender a viver em privação e humildade.

POSIÇÃO INVERTIDA

O fato de esta runa não ter uma posição invertida pode ser um indicador de que a necessidade precisa ser manejada eventualmente, também de forma amoral.

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Uruz, Kenaz, Gifu.
Dissonantes:
Fehu, Algiz, Perthro, Wunjo, Othala.



Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Isa



ESTUDOS DE RUNAS

Isa

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

O Gelo é extremamente frio, muito escorregadio,
brilhante, claro como vidro, como uma joia;
um solo coberto pela geada, agradável de ver.

Poema Rúnico Islandês:

Gelo é a casca do rio
e teto das ondas
e o infortúnio do homem condenado.

Poema Rúnico Norueguês:

Gelo se chama uma ponte larga;
o cego precisa ser guiado.



Isa

PALAVRAS CHAVE

- Imobilidade
- Ilusão
- Cegueira
- Inércia
- Calma; Paciência; Espera
- Isolamento
- Morte

AUTOCONHECIMENTO

Identificação de ilusões e perigos. Aprender a agir pela não ação.

USO MÁGICO

- **Ilusão e armadilha:** Para fazer parecer bela uma oportunidade traiçoeira.
- **Paralisia:** Para interromper o movimento e parar o momento de processos, pessoas, etc.
- **Remoção de obstáculos e impedimentos:** Banir Isa pode ser útil nesse sentido.
- **Lidar com vícios, doenças, excessos:** Em casos onde a velocidade, intensidade ou até atividade de um objeto é nocivo, Isa pode ser valiosa.

POSIÇÃO INVERTIDA

O fato de esta runa não ter uma posição invertida pode ser um indicador de que a própria runa tem um sentido duplo, de que a imobilidade é amoral.

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Naudiz, Laguz, Sowilo.
Dissonantes:
Fehu, Raido, Kenaz, Perthro, Teihwaz, Berkana, Ing.
Ambiguidade:
Algiz.

ᚠᚢᚦᚨᚱᚲᚷᚹᚺᛁᛃᛇᛈᛉᛊᛏᛒᛖᛗᛚᛜᛞᛟ

Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Jera

ESTUDOS DE RUNAS

Jera

Poema Rúnico Anglo-Saxão:
O Ano é alegria dos homens,
quando Deus, o sagrado Rei celeste,
permite que o solo conceda excelentes frutos
aos nobres e aos necessitados.

Poema Rúnico Islandês:
Ano é a benesse dos homens
e um bom verão,
o campo bem cultivado.

Poema Rúnico Norueguês:
Ano é a benesse dos homens;
eu soube que Frodi era generoso.



Jera

PALAVRAS CHAVE

- Tempo cíclico
- Bons frutos; Colheita farta
- Andar natural das coisas
- Repetição; Rotina
- Tempo prolongado; Demora

AUTOCONHECIMENTO

Não ter medo do tempo e saber usá-lo a seu favor. Reflexões sobre o desenvolvimento pessoal e de seus projetos, levando em conta erros e acertos.

USO MÁGICO

- **Fortificação de ganhos:**
  Para trabalhos realizados sobre projetos a longo prazo.
- **Abundância:**
  Trazer fartura para momentos de muito trabalho árduo.
- **Gerenciamento rotina:**
  Para conseguir que o tempo se dobre às demandas pessoais.
- **Prospecção de potenciais:**
  Para entender os possíveis desdobramentos de processos e administrar expectativas.

POSIÇÃO INVERTIDA

O fato de esta runa não ter uma posição invertida tem a ver com a natureza cíclica da runa.

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Fehu, Uruz, Gifu, Wunjo, Hagalaz, Berkana, Ing, Dagaz.

**como as runas são cíclicas entre si, não podem ser antagônica a essa runa. Similar à inefabilidade do tempo.*

Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Eihwaz



ESTUDOS DE RUNAS

ᛇ Eihwaz ᛇ

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

O Teixo é uma árvore de casca áspera,
fortemente presa ao solo, apoiada por suas raízes,
guardiã do fogo, alegria no lar.



Eihwaz

PALAVRAS CHAVE

- Recursos
- Versatilidade
- Adaptabilidade
- Gambiarra
- Sacrifício; Teixo
- Firmeza; Estabilidade

AUTOCONHECIMENTO

Desenvolver e se valer dos recursos e potenciais que você tem em si, de maneira a expandir os seus horizontes e possibilidades.

USO MÁGICO

- **Reutilizar recursos:** Para ser capaz de produzir substituições de recursos de forma hábil.
- **Ataque e Defesa:** Como o Teixo é uma madeira versátil para fazer armas e escudos, Eihwaz pode ser usada para trazer um impasse a uma balatlha, de forma que promova a paz.
- **Trabalhos com provimento:** Para desenvolver melhor o papel de prover proteção e alegria no lar.
- **Consagração de instrumentos e ferramentas.**

POSIÇÃO INVERTIDA

O fato de esta runa não ter uma posição invertida pode ser um indicador da versatilidade desta runa.

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Fehu, Uruz, Kenaz, Gifu, Perthro, Wunjo, Ing, Othala.

Dissonantes:
Naudiz, Isa, Ansuz.

Ambiguidade:
Teihwaz, Berkana, Jera.



Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



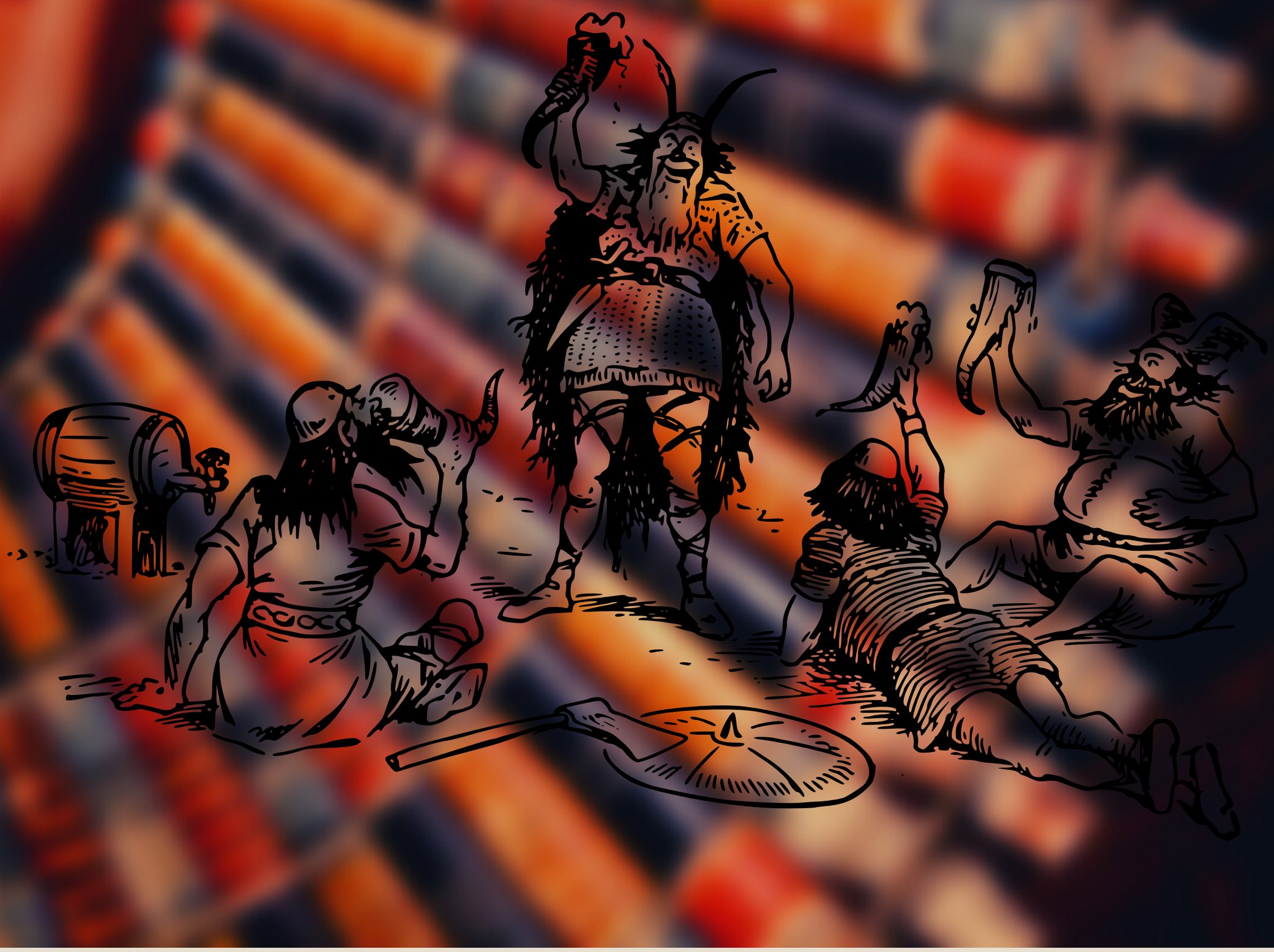
Perthro

ESTUDOS DE RUNAS

Perthro

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

Peorth é a comemoração contínua
e o riso do valoroso;
onde os guerreiros se sentam
no salão de cerveja,
alegremente reunidos.



Perthro

PALAVRAS CHAVE

- Ørlög
- Origem; Trajetória; Destino; Essência
- Primal; Atavismo
- Sorte; Sincronicidade

AUTOCONHECIMENTO

Trabalhar o reconhecimento da formação de sua própria jornada, seus grandes objetivos e a descoberta do seu caminho a trilhar.

USO MÁGICO

- **Sincronicidade:** Para entender a forma como as manifestações a seu redor podem ser indícios de algo maior.
- **Passado:** Descoberta e manejo de traumas e questões do passado.
- **Viagem no tempo:** Trabalhos com futuro e passado.

POSIÇÃO INVERTIDA

- Desvios
- Confusão
- Azar
- Dependência do passado
- Má relação com o tempo
- Depressão pós-parto
- Stress pós traumático

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Ansuz, Kenaz, Wunjo, Sowilo, Jera, Laguz, Ing, Othala.

Dissonantes:
Thurisaz, Hagalaz, Isa, Naudiz.

Ambiguidade:
Berkana, Eihwaz.

Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Algiz



ESTUDOS DE RUNAS

Algiz

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

O Junco é muitas vezes encontrado no brejo;
cresce na água; provoca graves ferimentos,
manchando de sangue todo guerreiro que tenta pegá-lo.



Algiz

PALAVRAS CHAVE

- Proteção
- Resultados de sacrifícios
- Desafios
- Espiritualidade; Santuário
- Transcendência; Transe; Gnose

AUTOCONHECIMENTO

Aprender a lidar com a dor da própria transformação, morte e renascimento, sabendo reconhecer os benefícios desse processo doloroso.

USO MÁGICO

- **Proteção:** Para banimentos e proteção de ambientes.
- **Jornadas astrais:** Para projetar a outros planos nas sua jornada espiritual.
- **Consagração**. Em especial de plantas professoras e ferramentas de trabalho espiritual.

POSIÇÃO INVERTIDA

- Vulnerabilidade
- Alienação
- Confusão mental
- Delírio
- Autoflagelação
- Mistificação
- Esquizofrenia

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Uruz, Ansuz, Thurisaz, Kenaz, Eihwaz, Teihwaz.
Dissonantes:
Fehu, Perhtro, Gifu, Mannaz.
Ambiguidade:
Wunjo.



Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Sowilo



ESTUDOS DE RUNAS

Sowilo

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

O Sol é constante alegria para os marinheiros,
quando eles viajam por sobre o banho dos peixes,
quando eles trazem o cavalo das ondas para a terra.

Poema Rúnico Islandês:

Sol é o escudo das nuvens
e um halo brilhante
e o destruidor do gelo.

Poema Rúnico Norueguês:

Sol é a luz das terras;
eu me curvo para o sagrado julgamento.



Sowilo

PALAVRAS CHAVE

- Expansão; Vaidade
- Sol; Luminosidade; Ofuscamento
- Espírito de grupo ou manada
- Navegação; Guia; Orientação
- Sucesso; arrogância

AUTOCONHECIMENTO

Trabalhar na expansão pessoal, carisma e execução de projetos mais arriscados e em grupo. Imagem pessoal e realização das próprias ousadias, aceitando suas consequências.

USO MÁGICO

- **Coragem:** Para estímulo antes de uma jornada que pode ser penosa.
- **Conexão de grupo:** Para fortalecer o orgulho e espírito de grupo em uma equipe.
- **Direcionamento:** Para encontrar sinais que o guiem em direção ao caminho desejado.
- **Glamour e saúde:** Para trabalhos com saúde e beleza, virilidade, carisma e admiração.

POSIÇÃO INVERTIDA

O fato de esta runa não ter uma posição invertida pode ser em função do seu aspecto intrínsecamente ambíguo. A mesma claridade que provoca aspectos positivos também amplifica as sombras.

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Kenaz, Dagaz, Wunjo, Mannaz, Ing.

Dissonantes:
Ansuz, Hagalaz, Nudiz, Eihwaz, Algiz.

Ambiguidade:
Fehu, Berkana, Jera, Isa.



Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Tihwaz

ESTUDOS DE RUNAS

Tihwaz

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

Tir é um sinal guia, mantém a boa fé com os príncipes,
está sempre em seu caminho sobre as nuvens da noite,
nunca falhando.

Poema Rúnico Islandês:

Tyr é o deus de uma mão
e a sobra do lobo
e o guardião dos templos.

Poema Rúnico Norueguês:

Tyr é o deus de uma mão;
às vezes o ferreiro está malhando (o ferro).



Tihwaz

PALAVRAS CHAVE

- Tyr (o deus)
- Justiça
- Confiança
- Lealdade
- Vitória em combate
- Autossacrifício

AUTOCONHECIMENTO

Avaliar se está realmente disposto a se comprometer e fazer o que for necessário para cumprir sua palavra uma vez dada.

USO MÁGICO

- **Encantamento:** Para trazer a vitória em batalha para sua ferramenta de trabalho, como a caneta de um advogado, ou o bisturi de um médico, por exemplo.
- **Proteção:** Invocando Tihwaz é possível vibrar a garantia do cumprimento de contratos mágicos e mundanos.
- **Combate mágico:** Para garantir a vitória em um combate onde se tem razão, e para manter a coesão e confiança entre o seu grupo.
- **Guia:** Para momentos em que precisamos de direcionamento, seja de forma mais geral ou mais objetiva, como em uma jornada astral, por exemplo.

POSIÇÃO INVERTIDA

Apesar de a runa ter uma posição invertida que seria descritível como interpretações negativas das palavras-chave, nós frequentemente trabalhamos esta runa enquanto um processo que aponta para outro. Como uma runa acusativa de relação entre temas.

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:

Uruz, Thurisaz, Gifu, Eihwas, Naudiz, Algiz, Sowilo, Eh, Dagaz.

Dissonantes:

Isa e Othala.

Ambiguidade:

Laguz.



Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Berkana



ESTUDOS DE RUNAS

ᛒ Berkana ᛒ

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

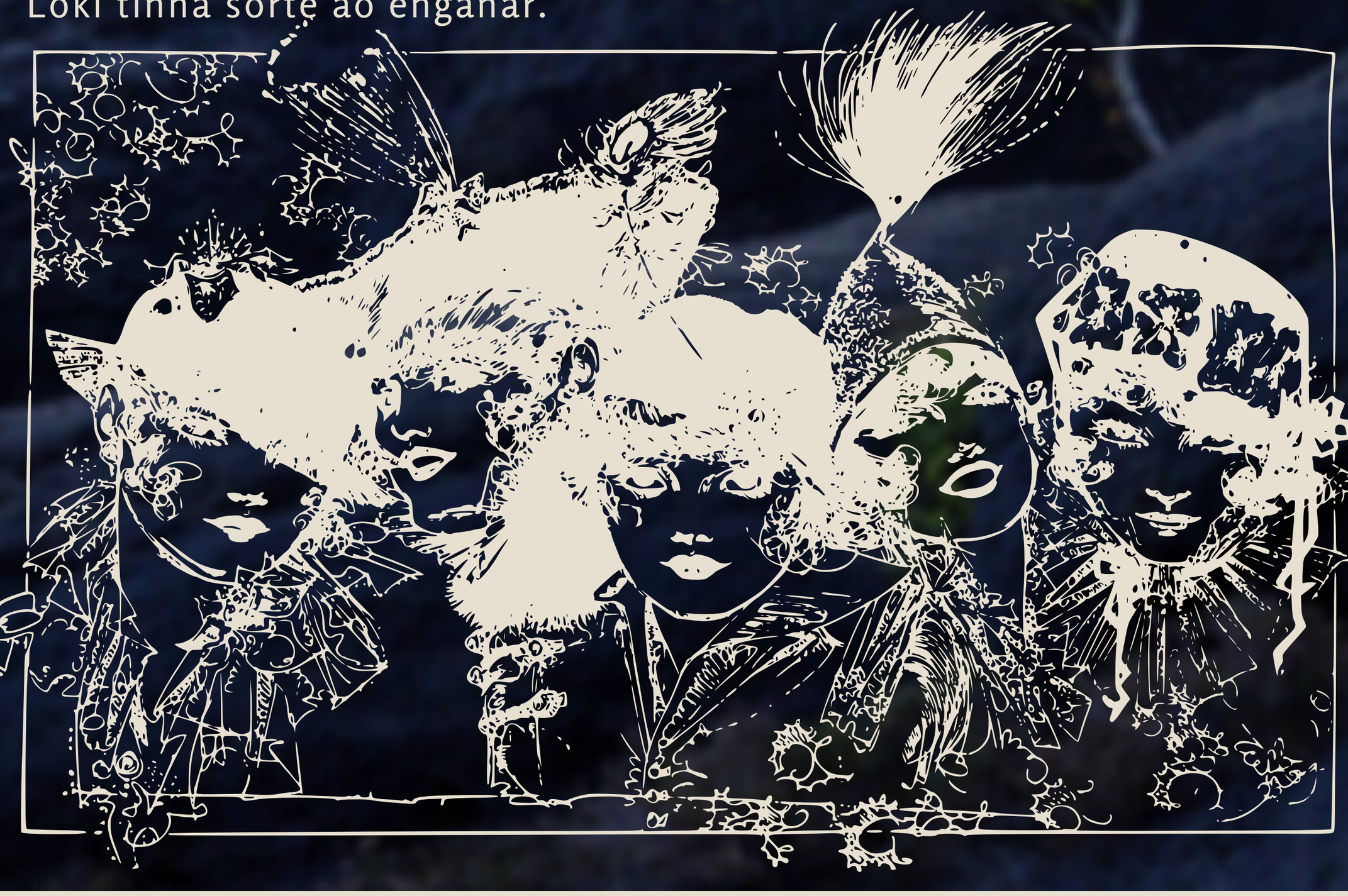
A Bétula é desprovida de frutos,
entretanto produz galhos apesar da (ausência) de sementes;
mesmo assim, esplêndidos são seus ramos,
belamente decorando através de sua copa,
adoravelmente crescendo junto às alturas.

Poema Rúnico Islandês:

Bétula é o ramo com folhagem
e a pequena árvore
e a madeira jovial.

Poema Rúnico Norueguês:

Bétula é o ramo
com a folhagem mais verde;
Loki tinha sorte ao enganar.





Berkana



PALAVRAS CHAVE

- Bétula
- Fertilidade; Vitalidade
- Criatividade; Estética
- Renovação
- Cura
- Proteção; Abrigo
- Gestação; Maternidade
- Feminilidade

AUTOCONHECIMENTO

Atenção à forma mais confortável para sua expressão de maneira que consiga ocupar seu espaço com dignidade e integridade.

USO MÁGICO

- **Glamour:** Para trabalhar a atração, sedução e carisma em si.
- **Saúde:** Propiciar maior disposição para cura e processos de recuperação. Inclusive, a bétula é uma planta medicinal.
- **Sagrado Feminino:** Para promover o empoderamento feminino e sororidade.
- **Transformação:** Para ter fertilidade e resistência em processos de mudança, quando é necessário deixar o velho ir e criar o novo.
- **Criatividade:** Para promover fertilidade e vitalidade de ideias e projetos, preparando-se para eventuais armadilhas.

POSIÇÃO INVERTIDA

- Infertilidade
- Auto-sabotagem
- Inseguranças estéticas
- Padrões de beleza irreais
- Bloqueios criativos
- Doenças hormonais
- Inflamação
- Distorção da autoimagem

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:

Uruz, Wunjo, Jera, Perthro, Othala, Ing, Sowilo.

Dissonantes:

Thurisaz, Isa, Naudiz.

Ambiguidade:

Eihwaz, Kenaz.



Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE




Eh

ESTUDOS DE RUNAS

ᛗ Eh ᛗ

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

O Cavalo é felicidade para nobres
frente aos príncipes;
valoroso em seus cascos,
quando sobre ele os heróis a cavalo trocam palavras;
e é sempre um conforto ao fatigado.





Eh



PALAVRAS CHAVE

- Cavalo
- Amizade
- Diplomacia; Empatia
- Recursos valiosos
- Conforto e comodidade
- Relações entre pessoas
- Jornadas
- Equilíbrio
- Autoconfiança

AUTOCONHECIMENTO

Desenvolver a autoconfiança para realização de trabalhos que envolvam se posicionar frente a hierarquias assimétricas, realizar jornadas internas e externas que sejam difíceis, e conectar-se com pessoas que promovam condições para a melhor expressão de si.

USO MÁGICO

- **Poder pessoal:** Para conseguir encontrar em si o equilíbrio e a confiança de realizar tarefas.
- **Conflitos:** Para conseguir prover alianças, recursos e posturas favoráveis a evitar conflitos.
- **Sociabilidade:** Em momentos em que é preciso conhecer pessoas ou quando se deseja aprofundar amizades, essa runa pode ser útil.

POSIÇÃO INVERTIDA

- Amizade falsa
- Falta de empatia
- Conflitos desnecessários
- Fraqueza
- Ingratidão; Falta de reconhecimento
- Jornadas exaustivas
- Isolamento social
- Síndrome do impostor

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Fehu, Uruz, Raido, Gifu, Eihwaz, Sowilo, Tihwaz, Mannaz, Othala.

Dissonantes:
Thurisaz, Naudiz, Isa, Laguz.



Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Mannaz



ESTUDOS DE RUNAS

Mannaz

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

O Homem é a alegria de seus entes queridos;
contudo, cada um deve faltar ao outro, pois a vontade do Senhor decretou que a terra tome a carne efêmera.

Poema Rúnico Islandês:

Homem é a alegria do homem
e o produto da terra
e o adorno do barco.

Poema Rúnico Norueguês:

Homem é produto da terra;
poderosa é a garra do falcão.



Mannaz

PALAVRAS CHAVE

- Humanidade
- Relacionamento; Parceria
- Sociedade; Alianças
- Afeto; cumplicidade
- Reconhecimento do outro
- Heimdal (Disfarce de Odin)

AUTOCONHECIMENTO

Formação de laços profundos e sinceros onde há troca de afetos; reconhecer e demonstrar isso em vida.

USO MÁGICO

- **Feitiços de amor:** Para trabalhos de conquista e consolidação amorosa.
- **Ritos de passagem:** Para estabelecer um evento enquanto uma marca de um processo de mudança para uma nova fase.
- **Negócios:** Trazer parcerias confiáveis e que irão te complementar e trabalhar em harmonia.
- **Necromancia:** Para conversar com entes queridos que já partiram, e que podem lhe ajudar.

POSIÇÃO INVERTIDA

- Traição
- Alienação familiar
- Desonra
- Indiferença amorosa
- Parcerias inférteis
- Desafeto
- Sociopatia

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Eh, Fehu, Gifu, Raido, Wunjo, Sowilo,Tihwaz, Berkana, Ing, Othala.

Dissonantes:
Uruz, Thurizas, Kenaz.

Ambiguidade:
Eihwaz, Naudiz, Isa, Laguz.

Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Laguz



ESTUDOS DE RUNAS

Laguz

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

O Oceano parece sem fim para as pessoas,
se elas devem se aventurar em um barco que chacoalha
e as ondas do mar as amedrontam
e não controlam os arreios do cavalo das ondas.

Poema Rúnico Islandês:

Água é a água ondulante
e a grande caldeira
e o campo dos peixes.

Poema Rúnico Norueguês:

Água é a fonte que cai da montanha;
mas ornamentos são do ouro.



Laguz

PALAVRAS CHAVE

- Subjetividade
- Intangível
- Dúvida, incerteza, mistério
- Desconhecido
- Verão
- Preparos mágicos

AUTOCONHECIMENTO

É possível ter grandes ganhos ao explorar as profundezas de suas subjetividades, mundos e realidades. Isso vem com a compreensão de traumas, talentos, heranças, memórias, trabalhos com o inconsciente, etc.

USO MÁGICO

- **Complemento para terapias:** para amplificar a absorção de efeitos de tratamentos e para lidar melhor com os efeitos colaterais de mediações.
- **Contatos com outros planos:** para viagens que levem a outros mundos, especialmente por vias alternativa à Yggdrasil
- **Para facilitar trabalhos de invocação:** essa runa pode facilitar o trânsito de conceitos, entidades ou mesmo ingredientes às profundezas da nossa mente.
- **Magia mental e astral.**
- **Consagração de ingredientes e poções.**

POSIÇÃO INVERTIDA

- Efeitos colaterais indesejados
- Inseguranças
- Medo do desconhecido, xenofobia, etc.
- Gatilhos emocionais
- Distúrbios do sono

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Ansuz, Raido, Kenaz, Wunjo, Hagalz, Eihwaz, Algiz, Eh.

Ambiguidade:
Isa, Perthro.



Notas pessoais:

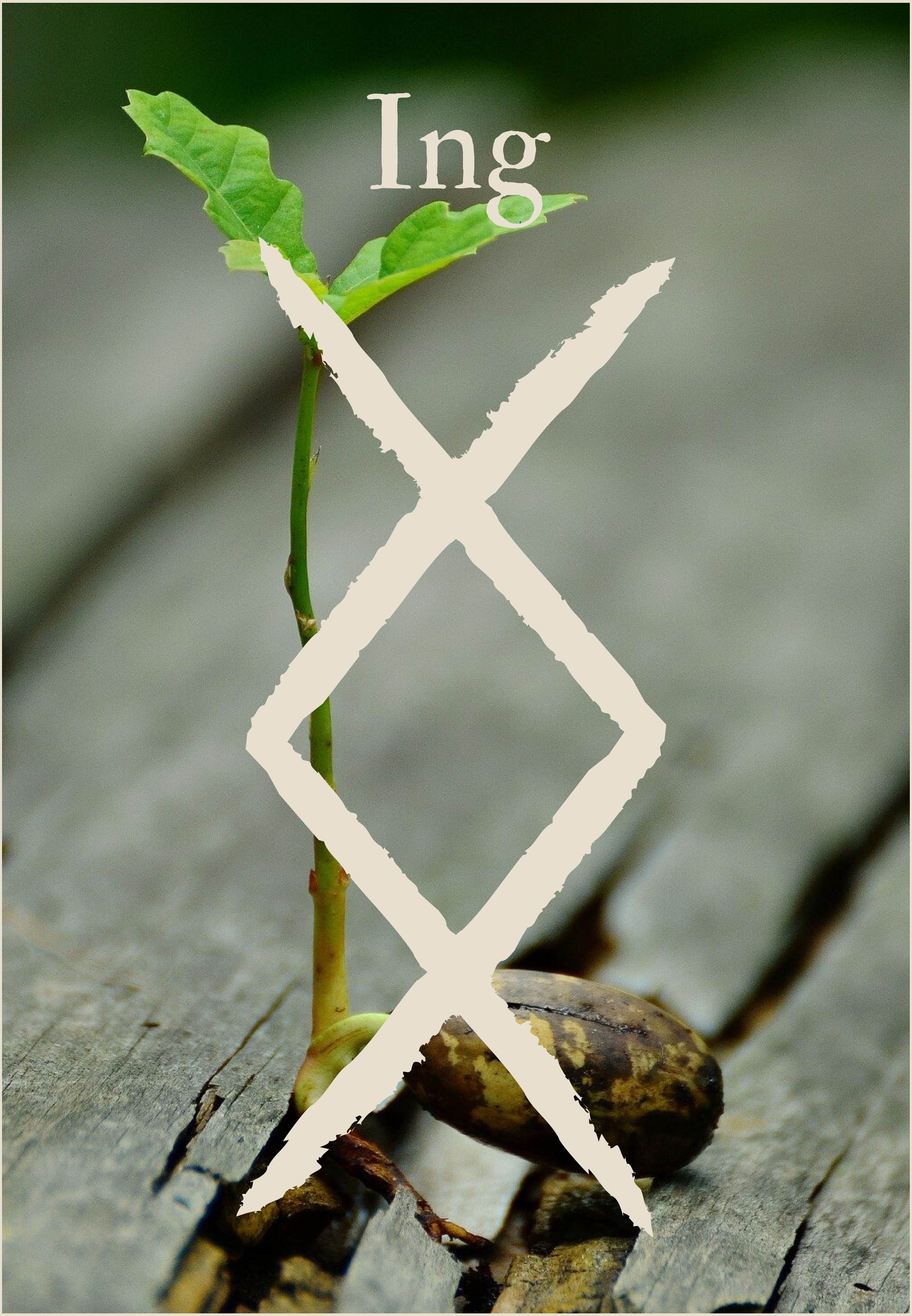
ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE




Ing

ESTUDOS DE RUNAS

Ing

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

Ing foi visto primeiramente pelos homens
entre os Dinamarqueses do leste,
até que ele então para o oriente, sobre as ondas, rumou;
seguido de sua carruagem.
Assim, os Heardingas o chamaram de herói.



Ing

PALAVRAS CHAVE

- Estrangeiro, migrante, viajante, peregrino, conquistador
- Fronteiras, terreno, território
- Processo de expansão
- Planos e projetos

AUTOCONHECIMENTO

Testar os seus projetos, estruturas e visões de mundo em um espaço diferente. Buscar compreender como criar raízes e estabelecer-se em um campo de uma cultura diversa à sua.

USO MÁGICO

- **Crescimento:** essa runa pode ser útil para auxiliar o crescimento de projetos, plantas e relacionamentos.
- **Planejamento de projetos:** Meditar nessa runa pode te dar mais insights sobre como fazer seus projetos vingarem e serem duradouros.
- **Burocracias de migração:** Trabalhos orientados para o se estabelecer em outro país, no qual se deseja criar novas raízes sem abandonar sua origem.
- **Proteção:** contra xenofobia e opressão de minorias.

POSIÇÃO INVERTIDA

O fato de essa runa não ter posição invertida faz total sentido, considerando que o inverso de um imigrante é um emigrante. Ambos migrantes.

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Raido, Hagalaz, Jera, Eihwaz, Eh, Laguz.

Dissonantes:
Uruz, Wunjo.

Ambiguidade:
Perthro, Berkana, Othala.



Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Othala



ESTUDOS DE RUNAS

Othala

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

A Terra Natal é preciosa para cada um dos homens,
se lá ele puder aproveitar
do que é correto e apropriado à prosperidade
frequentemente atrelada ao sangue.



Othala

PALAVRAS CHAVE

- Propriedade
- Ancestralidade
- Hereditariedade
- Herança
- Tradição
- Família, grupos familiares
- Totem

AUTOCONHECIMENTO

Aprender com suas raízes, reconhecer a ancestralidade e compreender o seu papel enquanto alguém que vai um dia deixar um legado.

USO MÁGICO

- **Complementação à terapia de constelação familiar.**
- **Necromancia:** para se comunicar e contatar ancestrais que tenham alguma conexão consigo.
- **Problemas com herança.**
- **Consagrações de relíquias familiares.**
- **Atavismos:** essa runa pode ser útil para encontrar e ativar atavismos.

POSIÇÃO INVERTIDA

- Deserção
- Deserdação
- Rompimento de vínculos
- Alienação parental
- Herança maldita
- Doença hereditária
- Ultraconservadorismo
- Traumas familiares

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Fehu, Gifu, Wunjo, Jera, Perthro, Berkana, Mannaz.
Dissonantes:
Thurisaz, Raido, Hagalaz.
Ambiguidade:
Naudiz, Ing.



Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Dagaz

ESTUDOS DE RUNAS

Dagaz

Poema Rúnico Anglo-Saxão:

O Dia é enviado pelo Senhor,
querido pelos homens,
gloriosa luz do Criador,
alegria e esperança
ao próspero e ao desafortunado,
útil a todos.



Dagaz

PALAVRAS CHAVE

- Dia, luz, alvorada, crepúsculo
- Clímax
- Ritmo, tempo em períodos curtos
- Despertar
- Proteção
- Esperança, alento

AUTOCONHECIMENTO

Entender as oportunidades que se pode exercer sua melhor função e compreender que a espera pelo momento certo pode ser frutífera, mesmo em tempos sombrios.

USO MÁGICO

- **Proteção:** para iluminar as sombras e afastar o mal.
- **Eficiência:** para que as performance no tempo oportuno seja profíqua.
- **Calendário e memória:** para manifestar sincronias favoráveis a eventos importantes específicos.
- **Celebrações de festivais solares:** os dois solstícios e os dois equinócios.

POSIÇÃO INVERTIDA

O fato dessa runa não possuir posição invertida é indicativo da sua natureza cíclica. Tudo tem sua hora e tudo passa.

RUNAS RELACIONADAS

Complementares:
Fehu, Kenaz, Wunjo, Jera, Sowilo.

Dissonantes:
Naudiz, Laguz.

Ambiguidade:
Isa.

Notas pessoais:

ASSOCIAÇÕES

NOTAS DE MEDITAÇÃO

EXPERIMENTOS MÁGICOS

PONTOS QUE TRABALHO DE FORMA DIFERENTE



Referências bibliográficas

• Elton O. S. Medeiros. Tradução comentada dos poemas rúnicos Anglo-Saxão, Islandês, Norueguês e do Abecedarium Nordmannicum.
• Rudolf Simek. Dictonary of Northern Mythology.
• Kathleen N. Daly. Norse Mythology A to Z.
• Edred Thorsson. The Nine Doors of Midgard: a curriculum of rune-work
• _____. Runelore: The Magic, History, and Hidden Codes of the Runes.
• _____. Runelore: The Magic, History, and Hidden Codes of the Runes .
• _____. Northern Magic: Rune Mysteries and Shamanism
• _____. O oráculo sagrado das runas, Futhark: Hanbook of Rune Magic
• _____. Runelore: a handbook of esoteric runology
• _____. Runcaster's Handbook: The Well of Wyrd
• _____. The Nine Doors of Midgard: a curriculum of rune-work
• _____. Runelore: The Magic, History, and Hidden Codes of the Runes.
• _____. The Big Book of Runes and Rune Magic: A Complete Guide to Interpreting Runes, Rune Lore, and the Art of Runecasting
• Johnni Langer. Deuses, Monstros e Heróis. Ensaios sobre a mitologia e religião viking, Dicionário de história e cultura da era viking, Dicionário de mitologia nórdica. Símbolos, mitos e ritos -
• Mirella Faur. Mistérios Nórdicos.
• _____. Ragnarök, O Crepúsculo dos Deuses .
• Carmen Romanini. As runas: um presente para o autoconhecimento.
• Diana Paxson. Asatrú: um guia essencial para o paganismo nórdico.
• _____. Taking Up The Runes: A Complete Guide To Using Runes In Spells, Rituals, Divination, And Magic.
_____. Odin: Ecstasy, Runes, & Norse Magic.
• Patricia Lafayllve. A practical heathen's guide to Asatrú.
• Thomas Karlsson. Uthark: O lado Sombrio da Runas.
• Hilda Ellis Davidson.God and Myths of Northern Europe, The Lost Beliefs of Northern Europe.
• John Lindow. Norse Mythology - A Guide to the Gods, Heroes, Rituals and Beliefs.
• Stephen Edred Flowers. Red Rûna.
• Irv Slauson. The religion of Odin.
• Jackson Crawford. The Saga of the Volsungs.
• _____. The Wanderer’s Hávamál.
• _____. The Poetic Edda.
• _____. Vídeos em seu canal no youtube.
• ed. Morris Jastrow Jr. Handbook of the History of Religions V.3.
• Snorri Sturluson. Edda.
• _____. The Poetic Edda: Tales from Norse Mythology.
• Neil Gaiman. Mitologia Nórdica.
• J. R. R. Tolkien. A Lenda de Sigurd e Gudrún.
• _____. Beowulf.
• Carmen Seganfredo A. S. Franchini. O Anel Dos Nibelungos.
• _____. As Melhores Histórias da Mitologia Nórdica.
• _____. Beowulf. Recriação em Prosa do Poema Medieval Inglês.
• Patricia M. Lafayllve. A Practical Heathen's Guide to Asatru.

**Aconselhamos fortemente que acompanhem os comentários dos nossos posts na página da XAOZ no facebook para discussões, complementos e mais indicações.*

Projeto Xaoz



Estudos de Runas

WWW.XAOZ.COM.BR