

# Inhaltsverzeichnis

- 9 Teil I: Das Totenepos**
- 10 DER KOSMOS:**
  - Drei Welten: Geist, Seele, Natur*
- 10 Einleitung
- 11 Der Schlüssel zum Totenbuch
- 19 Hel, Plasma
- 19 Wasser, Seele, Totenflüsse
- 21 Drei Daseinszustände
- 22 Dimensionsgrenzen zwischen den drei Welten
- 23 Die Wächter
- 23 Brücken und Helwege
- 26 Dualität der germanischen Unterwelt
- 26 Ymir
- 27 Sechs Modelle zur Darstellung von Hel
- 39 Baum der Tiere
- 41 Die drei Nornen
  
- 43 **DIE DEUTUNG:**
  - Liebe, Krieg und Philosophie*
- 43 Einleitung
- 47 Was wissen wir über die germanische Weltlehre?
- 48 Vermischung verschiedener Überlieferungen
- 49 Die Aufdeckung von Synonymen
- 50 Was ist eine Emanation?
- 51 Stammbäume und Ehen
- 51 Das Prinzip der Verdoppelung und Verehelichung
- 52 Tod und Krieg als spiritueller Akt
- 53 Liebe und Krieg
- 53 Skaldenpoetik
- 55 Das Kenning
- 57 Freude an dunklen Worten
- 59 Meine Deutungsmethode
- 60 Mein Vorgehen
- 61 Die Puzzlemethode der Edda

- 63 Teil II: Die Liederreda –  
Das germanische Totenreich**
- 64 1. DER SEHERIN GESICHT:  
*Weltende und letzte Dinge*
- 65 Heimdall als Menschenschöpfer
- 65 Neun Welten
- 66 Urzeit
- 67 Erschaffung der Materie-  
dimension Midgard
- 68 Der Bau Asgards auf dem  
Idafeld
- 69 Drei Schicksalsweiber
- 70 Geburt der Zwerge
- 72 Schöpfung des Urmenschen-  
paares
- 74 Yggdrasil, der Weltenbaum
- 76 Die Zeit: Urd, Werdandi, Skuld
- 77 Dimensionskrieg um Gold
- 79 Die Seele als Zauberstätte
- 80 Odins Vertrag mit den Wanen
- 81 Menschen müssen Riesen opfern
- 83 Der wahre Anlass des Krieges  
und die Seelenkunde der  
Meineide
- 84 Heimdall, Hüter der Schwelle
- 86 Odins allsehendes Seelenaugenauge
- 87 Dasein als göttliches Spiel
- 88 Odins Auge ist Mimirs Quelle
- 89 Balders Tod durch Lokis List
- 91 Die Gefühle Hels
- 93 Fenrirwolf verschlingt die  
Sonne beim Weltende
- 95 Eggdir, der Wächter Hels
- 95 Hähne als Wächter
- 97 Der Wachhund Garm, Lokis  
und Fenrirs Entfesselung
- 99 Die Auflösung Midgards
- 99 Untergangsstimmung bei  
Asen und Alben – Heimdall  
und Mimir

- 100 Der Weltenbaum erzittert –  
Surts Feuer bricht aus
- 101 Asen, Alben und Zwerge harren  
auf ihr Verderben
- 102 Das Totenschiff Nagelfar
- 104 Schlachtgetümmel und  
Zweikämpfe
- 105 Fenrir verschlingt Odin
- 105 Widar tötet Fenrir
- 106 Thor gegen die Midgard-  
schlange
- 108 Untergang der Erde
- 108 Hund und Wolf entfesseln sich
- 110 Der Pulsschlag der Welten
- 111 Neugeburt der drei Welten
- 112 Überleben auf dem Idafeld
- 113 Die goldenen Tafeln
- 113 Hödur und Balder
- 116 Gimle, der Samen aller Welten
- 116 Nidhögg, der Neiddrache
- 118 2. DAS WAFTHRUDNIRLIED:  
*Weltesche, Weltwinter und das  
neue Menschengeschlecht*
- 118 Odin prüft das Riesenland
- 120 Licht und Dunkelheit
- 121 Der Totenfluss
- 122 Wigrid, das Feld der Fehde
- 123 Der Urriese
- 123 Sonne und Mond
- 126 Tag und Nacht
- 128 Winter und Sommer
- 129 Drei Geschlechter von Riesen
- 136 Wo liegt Jötunheim?
- 137 Der Wind
- 139 Njörd aus Noatun
- 142 Walhall und die Walküren
- 144 Die Dreizahl
- 145 Die Verwandlungsfähigkeit Odins
- 146 Runenkunde
- 147 Weltende
- 148 Tages- und Nachtgestirn
- 149 Die Schicksalsgöttinnen
- 152 Die neuen Weltenherrscher
- 152 Gimle, die letzte Oase
- 154 Das Totenreich löst sich im  
Geist auf
- 155 Odins letzte Worte

- 156 3. DAS GRIMNIRLIED:  
*Das Gefüge der seelischen Hölle*
- 158 Odins Pein
- 158 Die Wohnheime der Götter
- 174 Totentiere
- 178 Die Dimensionsgrenze
- 178 Das Totenheer
- 183 Thor wadet durchs Plasma: Eine  
Brücke vom Geist zur Seele
- 188 Der Urdbrunnen
- 189 Das Leiden des Weltenbaumes  
durch Geburt und Verfall
- 194 Das Verhältnis zwischen Asen  
und Riesen
- 195 Die Kampfjungfrauen
- 196 Sonne und Wölfe
- 199 Die Geburt der Erde
- 200 Die große Gottheit Ull
- 201 Die trügerische Technik der  
Zwerge
- 202 Odin in tausend Gestalten
- 203 Totengott Ägir
- 204 Odin entlarvt sich
- 205 Odins Geistphilosophie
- 207 Odin: Alles ist in allem
- 209 4. BALDERS TRÄUME:  
*Ein Lichtgott in der Hölle*
- 209 Wer ist Balder?
- 210 Das achtbeinige Ross Sleipnir
- 211 Der Höllenhund Garm
- 213 Das Tor
- 215 Die Seherin
- 217 Das Goldland
- 219 Das Totenschiff
- 222 Des Lichtgotts Tod
- 228 5. DIE KÜRZERE  
SEHERINNENREDE:  
*Weltuntergang und die Listen  
des Teufels*
- 228 Balders Rächer Wali
- 229 Iduns Äpfel der Unsterblichkeit
- 231 Seidkunde in Hel
- 232 Heimdall, der Asgardwächter
- 234 Loki: Das Gesetz des Teufels
- 236 Loki und der Überfall auf die Erde
- 239 Odin und der Weltuntergang

- 242 6. DAS THRYMLIED:  
*Die Seelenkraft von Thors Hammer*
- 242 Wer ist Thor?
- 246 Loki als Trickster
- 247 Thors Verwandlung in eine Braut
- 250 Die Dimensionsreise
- 251 Thor holt den Hammer zurück
- 254 7. DAS HYMIRLIED:  
*Der Kessel als Symbol der Seele*
- 255 Die Runen
- 257 Plasma als Flüssigkeit
- 258 Bier als Symbol des Plasmas
- 259 Tyr
- 261 Streit im Totenland
- 264 Die Midgardschlange
- 267 Wettstreit Thor gegen Hymir
- 270 Thors Böcke
- 272 8. DAS SKIRNIRLIED:  
*Sehnsucht nach Hel*
- 272 Hel als das Weibliche
- 274 Höllenfahrt
- 277 Brautwerbung mit Unsterblichkeitsäpfeln und Ewigkeitsring
- 279 Schimpf- und Schmachrede:  
 Der Hass Hels
- 281 Die Bezwingung der Riesin Gerd
- 284 9. LOKIS ZANKREDEN:  
*Die Prinzipien der Seele*
- 284 Trinkgelage in Hel
- 285 Verwirrung der Asen in Hel
- 286 Dichtergott Bragi
- 287 Idun, Bewahrerin der Unsterblichkeitsäpfel
- 288 Gefjon, Schutzgöttin aller Jungfrauen
- 288 Odin, der Zauberer
- 290 Liebesgöttin Frigg
- 291 Liebesgöttin Freyja
- 292 Meergott Njörd
- 293 Rechtsgott Tyr
- 294 Liebesgott Freyr
- 296 Byggvir
- 296 Götterwächter Heimdall
- 297 Skadi, die Folter Lokis

- 298 Loki als Seele
- 300 Sif, die Frau mit dem goldenen Haar
- 300 Beyla
- 301 Thors Abstammung von Jörd
- 301 Thor, Retter der Asen
- 304 10. DAS HARBARDLIED:  
*Liebe und Krieg in Hel*
- 304 Das wässrige Niflheim im Osten
- 307 Odins und Thors Tatenvergleich
- 315 11. DAS ALWISLIED:  
*Die Herkunft der Zwerge*
- 315 Das Rätsel der Zwerge
- 319 Der Zwerg Alwis
- 321 Die Erde
- 321 Die Welten
- 324 Die Flüssigkeiten der drei Welten
- 324 Der Albenstrahl
- 326 12. BRUCHSTÜCKE UND EINZELSTROPHEN:  
*Totenflüsse und Riesenweiber*
- 326 Die Flüsse des Totenreichs
- 329 Thors Kampf gegen die Riesentöchter
- 330 Frigg als Botschafterprinzip
- 331 Widerstreit im Plasma
- 332 Nornen
- 333 Wigrid, Schlachtfeld fürs Weltende
- 334 13. ZAUBERGESANG DER GROA: *Das mentale Rüstzeug des Helden*
- 335 Gang zum Grab
- 336 Zaubergesang zur Stärkung des Selbstvertrauens
- 337 Zaubergesang, um sich dem Schicksal hinzugeben
- 337 Zaubergesang gegen die mentale Flut
- 338 Zaubergesang gegen Aggression
- 338 Zaubergesang gegen mentale Fesselung

- 339 Zaubergesang zur Umwandlung  
der Seelenunruhe
- 339 Zaubergesang gegen die Kälte  
des Plasmas
- 339 Zaubergesang gegen die  
Dämmerung
- 340 Zaubergesang für die Über-  
redungskunst
- 340 Abschied
- 343 14. DAS FJÖLSWINNLIED:  
*Auf der Suche nach Heilung in der  
Unterwelt*
- 343 Ein Orpheusmythos
- 344 Vorgeschichte zum Fjölswinn-  
lied
- 345 Riesenland
- 346 Muspellheim und Niflheim
- 348 Windheim der Seelen
- 349 Menglöd als Verkörperung Hels
- 350 Das Höllengatter
- 351 Der Midgardwall
- 352 Der Weltenbaum Mimameid
- 353 Der Hahn Widofnir
- 354 Höllenhunde
- 355 Das Rätsel der Liebe
- 361 Die Waberlohe
- 362 Doppelbezeichnungen für Hel
- 362 Der Weltenberg als Heilberg
- 364 Wallfahrt nach Hel als  
Universalmedizin
- 367 Hel als Liebesreich
- 369 Kleines Lexikon der Wirk-  
mechanismen Hels
- 374 15. DAS WALKÜRENLIED:  
*Das gewebte Netzwerk des  
Schicksals*
- 374 Die Walküren
- 375 Die Vorherbestimmung  
des Todes
- 379 Schicksalsbefragung durch Lose:  
Ein universales Analogiesystem
- 380 Die Walstatt
- 380 Der Gesang des Todes
- 382 In der Sturmflut der Geschichte
- 385 Die Edda als Kosmologie

- 388 Götter als Archetypen
- 388 Moderne Todesforschung
- 390 Identität von Plasma, Seele  
und Energie
  
- 392 Literatur