



СТАДАГАЛЬДР



Николай Журавлев

Стадагальдр

«МАДРИ»

ББК 8.64

Журавлев Н.

Стадагальдр / Н. Журавлев — «МАДРИ»,

ISBN 978-5-905111-02-0

В книге представлены практики работы с энергиями Рун. Николай Журавлёв, после многолетней практики создал универсальную систему включения в магию Рун, адаптировав северную традицию для современного человека. Стадагальдр (Руническая йога) прочищает энергетические каналы, помогая сонастроиться с энергиями рун. В процессе занятий тело делается гибким и пластичным, убираются психофизические блоки, проявляющиеся в виде мышечных напряжений. А также восстанавливается работа нервной, гормональной и сердечнососудистой систем. Оздоровительный эффект наступает уже после первого занятия. Конечно, для стойкого лечебного эффекта рекомендуется заниматься рунической йогой регулярно, противопоказаний к ней не существует. Важной деталью является то, что при выполнении рунического комплекса лечение проходит совместно с тренировочной активностью.

ББК 8.64

ISBN 978-5-905111-02-0

© Журавлев Н.
© МАДРИ

Содержание

Введение	6
Руническая йога	9
Конец ознакомительного фрагмента.	10

Николай Журавлёв

Стадагальдр

© Международная Академия ДАО Рейки-Иггдрасиль

* * *

Введение

История рунической йоги или Стадагальдра (*STADHAGALDR*) началась в 30-х годах прошлого века. Это время, когда на волне интереса к забытым письменностям, а также ко всему таинственному и загадочному, по всей Европе было много тех, кто занимался изучением древних рунических знаков.



Среди исследователей были не только лингвисты, кто относился к рунам просто как к необычному языку прошлого, или мистики, фанатично почитавшие рунические символы как величайшее наследие древности, но и практики, старавшиеся найти применение рунам в современной жизни. Именно по практическому пути пошли видные последователи Гви-до фон Листа немецкие учёные Фридрих Бернхард Марби и Зигфрид Адольф Кюммер. Оба они полагали, что руны это инструкция по медитативной гимнастике подобно восточной хатха йоге, оставленная нам северными предками.

Философская концепция Марби и Кюммера имела под собой серьёзную научную базу, опирающуюся на реальные археологические находки. Это древнегерманские магические фигурки альраунов, которые изготовлялись в качестве оберегов, и изображения со знаменитых золотых рогов из Галлехусса. Скульптурные изображения альраунов представляют собой статуэтки из кости, изображающие их в позах, имитирующих ту или иную руну. Резьба, покрывающая золотой рог, найденный в 1639 году в Галлехусе в Южной Ютландии (в 1734 году там же был найден такой же второй рог), изображает фигуры людей в причудливых позах, повторяющих древние письмена. Именно золотые рога из Галлехуса в наибольшей степени послужили толчком для развития рунической йоги.



Марби полагал, что с помощью «рунной гимнастики» или «рунного танца» можно постигнуть сферы недоступные восприятию обычного человека, войти в контакт с высшими силами и воздействовать на космические процессы. Для этого необходимо в строгой последовательности принимать специальные позы, воспроизводящие очертания рун, и выпевать имена рун подобно австрийским йодлям.

Кюммер тоже считал, что руническая магия позволяет управлять энергетическими потоками, идущими из Космоса. Для этого необходимо принять правильную руническую позу и настроить своё восприятие с помощью особых звуков или гальдора. Также Кюммер придавал огромное значение особым руническим жестам.

Конечно, само использование определённых поз, жестов, а также обычай повторять или петь руны не были придуманы Марби или Кюммером. Но они были первыми, кто заново открыл фактически забытую традицию магии Севера.

Традиция гальдора теряется в глубине веков германо-скандинавской истории, и является активной магической техникой, с помощью которой маг изменяет внутренний или внешний мир по собственной воле. Термин «гальдор» или *GALDR* происходит от слова, обозначающего крик или песню воронов. В мифологии упоминается о двух воронах, к голосам которых прислушивался Один, чтобы узнать великие тайны Мира.

Определённые позы или как их ещё называют на Востоке – асаны и символические жесты – мудры используются в той или иной форме практически в любой религии, магической школе или эзотерическом учении во всём мире. Примеры тому, сложенные в молитве руки у христиан, позы для медитаций на Востоке и магические пассы шаманов Южной Америки.

Позже, когда к власти окончательно пришёл Гитлеровский режим, концепция Марби и Кюммера, а также все сторонники учёных были объявлены вне закона. Но через некоторое время после окончания войны руническая йога вновь возродилась как учение. И на сегодняшний день в мире сотни тысяч людей успешно практикуют Стадагальдр для оздоровления организма.

Конечно, более чем за 70 лет с момента создания философская составляющая рунической йоги претерпела большие изменения. Поменялась терминология – рунные йодли стали называть мантрами, а рунические жесты – мудрами. Практическая часть Стадагальдра тоже сильно видоизменилась – были созданы новые более эффективные комплексы упражнений. Яркий пример тому – преподающаяся в учебном центре «Асгард», авторская методика Николая Журавлёва, включающая в себя элементы классической рунической йоги. Николай Журав-

лёв, посвятивший себя изучению магии более 20 лет назад, ещё в детстве от отца получил первые знания о рунах, что говорит о том, что выбранный жизненный путь не был случаен, а был предначертан свыше. После многолетней практики он создал свою универсальную систему включения в магию Рун, адаптировав северную традицию для современного человека. Не только в России, но и по всему миру сотни его учеников успешно постигают тайны рунического искусства, занимаются рунической йогой по его методикам и несут эти знания людям.

Руническая йога

Руническая йога очищает энергетические каналы, помогая сонастроиться с энергиями рун. В процессе занятий тело делается гибким и пластичным, убираются психофизические блоки, проявляющиеся в виде мышечных напряжений. А также восстанавливается работа нервной, гормональной и сердечно-сосудистой систем. Оздоровительный эффект наступает уже после первого занятия. Конечно, для стойкого лечебного эффекта рекомендуется заниматься рунической йогой регулярно, благо противопоказаний к ней не существует. Важной деталью является то, что при выполнении рунического комплекса лечение проходит совместно с тренировочной активностью.

Перед занятиями рекомендуется провести небольшую разминку на 5-10 минут, чтобы подготовить тело и снять напряжение. Также отдельно разомните кисти рук, максимально раскрывая ладони, чтобы было легче принимать энергию. Специальной формы для занятий рунической йогой не требуется, но всё же одежда должна быть удобной и не мешать движениям.

В рунической йоге каждая руна строится из трёх компонентов – позы (стойки), мудры и мантры. Воспроизводя руну своим телом (Stadha) и/или пальцами рук, произнося руническую мантру, человек вбирает в себя силу руны, а также все её качества. Эти упражнения позволят активизировать руническую энергию, направить её в правильное русло и гармонизировать всё ваше биополе.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.