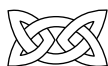


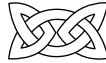
После каждого атта твое состояние несравнимо ни с чем. Адаптация по телу, перестройки в сознании... Усиление потоков и более осознанная работа. Руническое посвящение собрало все в единую структуру. Руны — это мощный инструмент, а когда еще понимаешь, как этим пользоваться, то остается только применять во благо себе и другим. Большая благодарность Мастеру.

Марина,  
Санкт-Петербург



Я искренне восхищаюсь нашим учителем, его мудростью и желанием в полном объеме доходчиво передать знания своим ученикам. Руны творят чудеса. Столько в моей жизни произошло хороших событий и значимых перемен, которые годами сдвинуть не могла. Я прикасаюсь к мощной энергии, которая помогает нам и другим людям, если к ней относиться с любовью и пониманием. Хочу, хочу, хочу учиться!

Татьяна,  
Краснодар



**К**аждый, кто погружается в удивительный мир рунической йоги, должен понимать: сила, которая оказывается в его руках, настолько велика, что изменится не только его жизнь, но и жизнь родных, друзей — всех, находится рядом. Удивительным образом выстраивается новый мир, в котором ты всем телом ощущаешь приток мощнейшей энергии, творящей поистине чудеса.

**Анна, Москва**

---

Алхимия духа



НИКОЛАЙ ЖУРАВЛЕВ

# РУНЫ МАГИЯ ВЛИЯНИЯ НА СУДЬБУ

*Заклинания, талисманы,  
мудры и гальдор,  
которые могут все*



Издательство  
АСТ  
Москва

УДК 133.3  
ББК 86.42  
Ж91

*Все права защищены. Никакая часть  
данной книги не может быть воспроизведена  
в какой бы то ни было форме без письменного  
разрешения владельцев авторских прав.*

**Журавлев, Николай.**

Ж91 Руны. Магия влияния на судьбу. Заклинания, талисманы, мудры и гальдор, которые могут все / Николай Журавлев. — Москва : Издательство АСТ, 2019. — 304 с. : ил. — (Алхимия духа).

ISBN 978-5-17-112093-1

Эта книга Николая Журавлева — максимальное погружение в магию рун, с сильнейшими заклинаниями, созданием мощнейших талисманов и уникальной рунической йогой, мудры которой имеют огромную силу.

Вы сможете:

- влиять на тело и сознание;
- защищать себя и своих близких в пиковых жизненных ситуациях с помощью рунных талисманов;
- притянуть достаток и привлечь удачу благодаря заклинаниям;
- восстановить и укрепить здоровье упражнениями рунической йоги, у которой нет ограничений и противопоказаний, а значит, абсолютно каждый может изменить свою жизнь к лучшему.

*Книга ранее выходила под названием*

*«Магия рун. Заклинания, талисманы, мудры и гальдор, которые могут все»*

Макет подготовлен редакцией



ISBN 978-5-17-112093-1

© Журавлев Н., 2017  
© ООО «Издательство АСТ», 2019

# СОДЕРЖАНИЕ



Предисловие ..... 9



## ДРЕВНИЕ ЗНАКИ И ПЕСНЯ ВОРОНОВ

11



## МИР РУН. ТАЙНЫ И ЗАКЛИНАНИЯ

17

Сотворение Мира ..... 18  
    Как работают с рунами ..... 22

Притягиваем достаток ..... 23  
    Возможности руны Феху ..... 26  
    Упражнения с вербальным  
        описанием ..... 32  
    Заклинания руны Феху ..... 36

Воздействие на объект .....	37
Заклинания руны Уруз .....	42
Убираем психологические блоки .....	44
Заклинания руны Турисаз .....	51
Поднимаемся над ситуацией .....	52
Заклинания руны Анзус .....	57
Наработка лидерских качеств .....	59
Заклинания руны Райдо .....	62
Сила Рода .....	63
Заклинания руны Кено .....	65
Настройка на эмоции .....	66
Заклинания руны Гебо .....	68
Продолжение жизни .....	69
Заклинания руны Винью .....	73
Получение информации .....	74
Заклинания руны Хагалаз .....	76
Избавление от зависимостей .....	78
Заклинания руны Наутиз .....	83
Опасная энергия льда .....	84
Заклинания руны Иса .....	88
Цикличность процессов .....	89
Заклинания руны Джера .....	92
Изменение прошлого .....	93
«Негативные» характеристики руны .....	96
Заклинания руны Эйваз .....	97

Изменение пространства .....	98
Заклинания руны Перта .....	102
Руна Шлема Ужаса .....	103
Заклинания руны Альгиз .....	106
Управление людьми .....	107
Заклинания руны Соулу .....	109
Продвижение к цели .....	110
Заклинания руны Тейваз .....	114
Материализация желаний .....	115
Заклинания руны Беркана .....	120
Выбор вероятности .....	121
Заклинания руны Эваз .....	126
Активизация опыта прошлого .....	127
Заклинания руны Маназ .....	132
Защитное искажение информации .....	133
Заклинания руны Лагуз .....	136
Увеличение потенциальной энергии .....	137
Заклинания руны Ингуз .....	140
Ускорение реакции .....	141
Заклинания руны Дагаз .....	144
Обретение прошлого навыка .....	145
Заклинания руны Отила .....	147



## **РУНЕСКРИПТЫ И ЗАКЛИНАНИЯ**

149

Варианты написания рунескриптов.....	152
Логическая последовательность.....	152
Сбор рун.....	155
Некоторые формы Шлемов Ужаса.....	166
Техники фиксации определенного состояния.....	169



## **РУНИЧЕСКАЯ ЙОГА**

173

Порядок выполнения упражнений.....	175
Суставная гимнастика.....	176
Комплекс рунических стоек.....	178
Руны первого атта.....	178
Руны второго атта.....	200
Руны третьего атта.....	225
Комплекс рунических мудр.....	246
Руны первого атта.....	249
Руны второго атта.....	268
Руны третьего атта.....	284



## ПРЕДИСЛОВИЕ

**Руническая йога**, или **Стадагальдр**, — это упражнения по набору и управлению своей внутренней энергией. Каждая руна представляет собой определенную матрицу в руническом эгрегоре. Эриль, работая с надписью, звуком и мудрой, выполняя упражнения, проводит энергию и вибрацию данной руны, тем самым изменяя себя или ситуацию.

**Николай Журавлев**, посвятивший более 20 лет изучению рунической магии, от своего отца получил первые знания о рунах, поэтому выбранный с детства жизненный путь его не случаен, а предначертан свыше.

После многолетней практики учитель Журавлев 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.

В своей первой книге «Руны. Техники магического влияния» Николай Журавлев дал первичное, неискаженное знание о рунах и практики: как использовать их силу для воздействия на других, влиять на события, как исцелиться с их помощью и как узнать будущее.

Вторая книга о рунах — это более глубокое погружение в магию рун, с сильнейшими заклинаниями, созданием мощнейших талисманов и уникальной рунической йогой, мудры которой имеют огромную силу.

**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.

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.

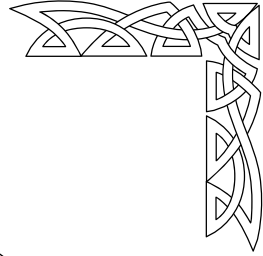
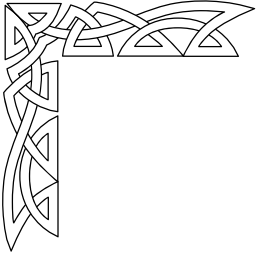
Однако, прежде чем перейти к изучению рунической йоги, надо получить базовые знания о ее основополагающих элементах — рунических знаках древнегерманской письменности.

Первая глава книги посвящена мистическому Миру рун; вы узнаете о силе и значении каждой руны в нашей жизни, о заклинаниях рун, влияющих на наше тело и сознание (хотим мы того или нет).

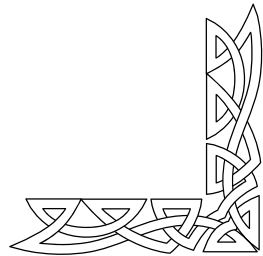
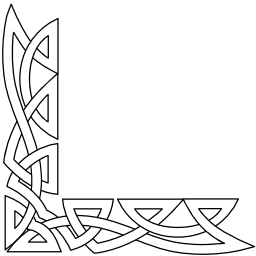
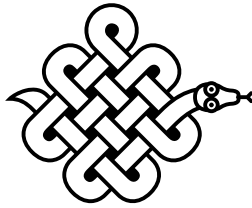
Во второй главе мы коротко познакомимся с рунескриптами, надписями-талисманами и способами их создания.

Это самый простой и «пассивный» вид защиты, который вы сможете использовать в повседневности и в пиковых жизненных ситуациях.

Третья глава отведена авторской рунической йоге Николая Журавлева. И самые нетерпеливые читатели, конечно, могут начать с третьей главы! Но потом обязательно захотят вернуться к истокам — к истории рунической йоги и Сотворению Мира Нифельхейм!



**ДРЕВНИЕ ЗНАКИ  
И ПЕСНЯ ВОРОНОВ**





История рунической йоги, или *Стадагальдра* (STAD-HAGALDR), началась в 30-х годах прошлого века. На волне интереса к забытым письменностям, а также ко всему таинственному и загадочному, по всей Европе исследователи занялись изучением древних рунических знаков.

Это были не только лингвисты, относящиеся к рунам как к мистическому языку и почитавшие рунические символы как памятник истории, но и практики, старавшиеся найти применение рунам в современной жизни. Именно по практическому пути пошли немецкие ученые Фридрих Бернхард Марби и Зигфрид Адольф Кюммер. Оба они полагали, что **руны — это инструкция по медитативной гимнастике, оставленная нам северными предками**, подобно восточной хатха-йоге.

Философская концепция Марби и Кюммера имела под собой серьезную научную базу, опирающуюся на реальные археологические находки. Это древнегерманские магические **фигурки альраунов**, которые изготавливались в качестве оберегов, и изображения со знаменитых золотых рогов из Галлехуса. Фигурки альраунов представляют собой статуэтки из кости, воссоздающие ту или иную руну. Резьба, покрывающая золотой рог, найденный в 1639 году в Галлехусе (Южная Ютландия), — это фигуры людей в причудливых позах, повторяющих древние письмена.



Именно золотой рог из Галлехуса в наибольшей степени послужил толчком для развития рунической йоги.

Марби полагал, что с помощью «рунной гимнастики» или «рунного танца» можно постичь 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 также считал, что руническая магия позволяет управлять энергетическими потоками, идущими

из Космоса. Для приема потока необходимо принять правильную руническую позу и настроить свое восприятие *с помощью особых звуков*, называемых *гальдор*. Также Кюммер придавал огромное значение *руническим жестам*.

Конечно, само использование определенных поз, жестов, а также обычай повторять или петь руны не были придуманы Марби или Кюммером. Но они оказались первыми, кто вновь 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.

Определенные позы (или, как их называют на Востоке, — асаны) и символические жесты (*мудры*) используются в той или иной форме практически в любой религии, магической школе или эзотерическом учении во всем мире. Примеры тому — сложенные в молитве руки у христиан, позы для медитаций на Востоке и магические пассы шаманов Русского Севера и Южной Америки.

В послевоенное время концепцию Марби и Кюмера строго связывали с нацизмом, поскольку немецкий эзотерический клуб «Общество Туле» (Туле в переводе означает «далекая северная земля»), опираясь на силу рунического письма, сформировал нацистское мировоззрение у своих приверженцев. Эзотерическое

учение, сами ученые, а также все их сторонники были объявлены вне закона.

Но через некоторое время после окончания войны ни в чем не повинная древняя 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: **рунные йодли** стали называть **мантрами**, а **рунические жесты** — **мудрами**. И практическая часть Стадагальдра тоже сильно видоизменилась — были созданы новые, более эффективные комплексы упражнений, активно используемые сейчас мастерами и учениками рунической йоги.

