

- **Links selecionados pelas intrutoras de yoga Rafaelle Gonçalves e Raquel Goularte relacionados com a prática da meditação.**

--Mantra com frequência de amor:

<https://www.youtube.com/watch?v=EsHblh5IEhU>

--Prabhu Aap Jago: **<https://www.youtube.com/watch?v=G6UVhpltEh4>**

Um dos significados desse mantra é: “Que o amor desperte; Que o amor desperte em todos os lugares”, ou ainda “Abra o meu coração e, estando o meu coração aberto, eu peço que abra o coração do meu irmão”.

--Som de harpa: **<https://www.youtube.com/watch?v=ldkRyv9hjs>**

--Aprender a meditar - Como Meditar - Meditação Feliz Com Você!

https://www.youtube.com/watch?v=HEVqg4NWozo&feature=emb_title

--Como meditar pela primeira vez?

https://www.youtube.com/watch?v=DVnZ-PrP0F0&feature=emb_logo

--Documentário – Maris, a cura pelo Yoga:

<https://www.netflix.com/br/title/80210602>