

# Медитация

Материалы из [Архива по медитации](#)

Есть [научный ролик от CleverMind](#), рекомендую ознакомиться также и с ним

И есть также канал специализированный на медитации, правда со слегка религиозным уклоном <https://youtu.be/PlfhCNRDgcg>

У него же есть [целый курс](#)

Также можно обратить внимание и на эту [статью](#) и про [Мураккаба](#)

Автор заметки: Леша С.

---

Revision #1

Created 22 September 2023 18:41:55 by matvey033

Updated 22 September 2023 18:43:06 by matvey033