**????????????????????**

## ????????????????????????????????????

### ??????????

????????????????????????????????????????????????

???????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????? Meditation

???????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????? ????????????????????????????????

????????????????????????????????????????????????????????????????????????????

???????? ??????????

??????????????????????????/????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????? ????????????????????

????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????

????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????? ????????????????????????????????????????????????????

????????????????????????? ????????????????????????????????????????????????????????????????????? ???????? ??????????????

???????????????????????????????? ????????????????????????? ????????????????????????????????

????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????? ????????????????????????????????????????????????????????

????????????????????????? ????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????

????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????????? ????????????????????????????????????????????????????????

????????????????????????? ????????????????...??????????????? (????????????????) ????????????????????????? ???????? ????????????????????????????????????????

????????????????????????????????????? ????????????????? ????????????????????????????????????

3. (????????????????????????????????????????? ????????????????????????????????????????????????????? ????????????????????????

????????????????????????????????????????????????????????????????????????????