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

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

??????????

??

?? Meditation

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

??

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

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

??

??? ??

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

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

??? ??

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

??? ??

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

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

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

??