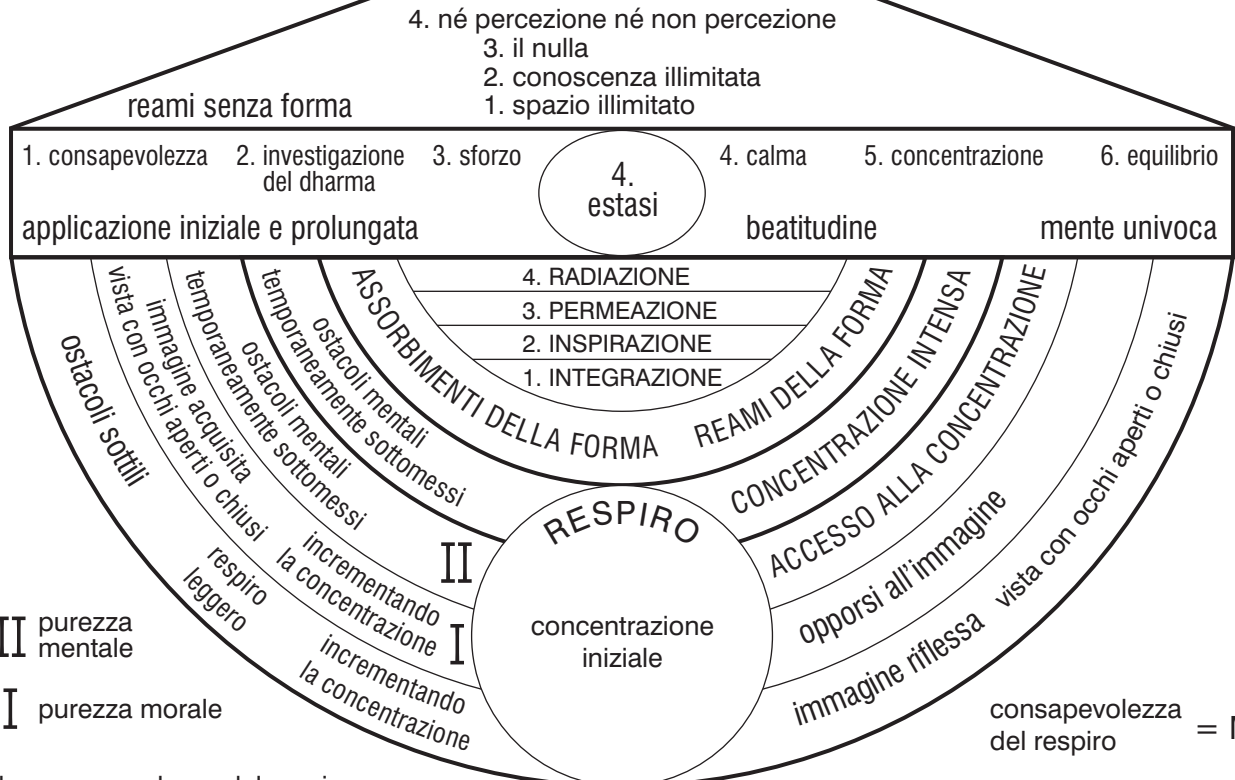


NIRVANA

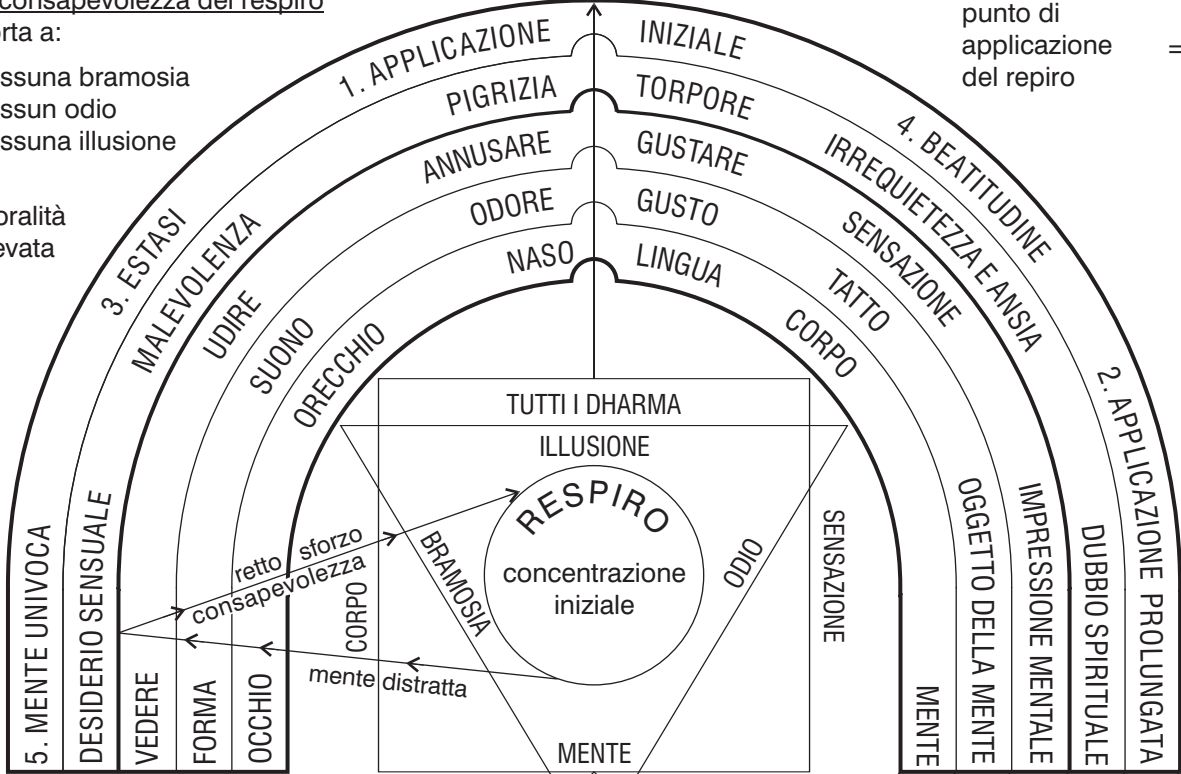


la consapevolezza del respiro

porta a:

- nessuna bramosia
- nessun odio
- nessuna illusione

moralità elevata



SCHEMA DELLA MEDITAZIONE

consapevolezza del respiro

