Diario delle mie meditazioni

Data	Ora	Tempo	Dove?	Esperienze durante la meditazione	Esperienze fuori dalla meditazione
		min			
		min			
		min			
		min			
		min			
		min			
		min			
		min			
		min			
		min			
		min			
		min			
		min			
		min			
		min			
		min			
		min			
		min			
		min			
		min			
		min			