

Michele Bovo, nato a Padova nel 1977, incontra la pratica della meditazione nel 1984. Da allora si dedica all'approfondimento della pratica e allo studio delle tradizioni contemplative, prevalentemente buddhiste, che ne descrivono gli effetti e i vari aspetti. Dal 2006 partecipa a ritiri residenziali e corsi di Meditazione Vipassana organizzati da vari centri legati sia alla tradizione Mahayana che Theravada, tra cui il centro Vipassana Dhamma Atala basata sugli insegnamenti di S. N. Goenka nella tradizione di Sayagyi U Ba Khin, il centro Taracittamani e l'Istituto Lama Tzong Khapa di Pomaia sotto la guida di maestri come Ghesce Tenzin Tempel, [Ghesce Ciampa Ghiatzo](#) e insegnanti tra cui Oliviero Rossi, Mario Tannavaro, Andrea Cappellari.

Nel 2010 partecipa al corso di formazione (Alice's Project) per insegnanti ed operatori del contesto socio-educativo secondo un paradigma educativo che si ispira alla filosofia Buddhista, integrando la didattica convenzionale ad argomenti filosofici che invitano gli studenti ad esplorare i processi mentali, mediante l'introspezione. Nell'autunno 2010 partirà per l'India come volontario all'interno del suddetto progetto per un periodo di due mesi. Nel 2012 ottiene l'abilitazione come Istruttore Mindfulness per applicare i protocolli MBSR.

Si dedica con impegno alla diffusione di questa preziosa pratica introspettiva svolgendo attività formative e di collaborazione presso associazioni, enti di formazione di ricerca, ed attraverso lo strumento radiofonico, come conduttore volontario di una trasmissione presso una radio locale e diffusa in tutto il Veneto e via web (Trasmissione Livingston - Radio Cooperativa-PD).

Dal 2001 conduce corsi e ritiri intensivi di meditazione Vipassana. Attualmente insegna presso il centro "Le Vie" di Bologna, il centro Posturalia di Rastignano (Bo), il centro Zoo di Padova e conduce i ritiri residenziali presso il Borgo di Pomaia - Istituto Lama Tzong Khapa di Pomaia.