

## Biografia di Michaela Zadra-Gössnitzer

Nata a Wolfsberg (Austria) nel 1967

### **Studi e formazioni**

Diplomata in pedagogia (maturità)		Magistrali Klagenfurt (A)	1985
Counselor (Lebens- und Sozialberater)		MA 63 Vienna (A)	2005
Accademia delle belle arti (pittura con Markus Lüpertz)		Reichenhall (D)	2011
Masterclass, Kunstakademie Bad Reichenhall con Markus Lüpertz			2013
Formazione in Ipnosi post-ericksoniana e PNL,	Gianni Fortunato, IIPNL	Bologna	2014-15
Formazione per supervisori	IBP-Institut	Zurigo (CH)	2015-16
Formazione in costellazioni familiari	ABHI - Associazione Bert Hellinger Italia		2002
Laurea in filosofia e scienze psicologiche		Università di Perugia	2021
Scienze della religione		Università di Padova e Venezia	2021-2023

### **Formazioni, trainings e workshops:**

Percorso in psicoterapia Gestalt	Annette Seubert	Vienna	1988
Training di Tantra	Aruna Institut	Mulfingen (D)	1994
Quodoushka 1 + 2, sessuologia sciamanica	B. Gold e R. Fink (USA)		1995
Tantra: svegliare la guida interiore	Margo Naslednikov (USA)		1995
Terapia di coppia IBP, Marjorie Rand e Andre Duchesne			1995
Formazione in Rebalancing e assistenza	Unmila Malfatti	Roma	1995
Tantra- training avanzato e assistenza	Aruna Institut	Mulfingen (D)	1996
Couples Workshop, Jack Rosenberg e Beverly Kitaen Morse		Winterthur (CH)	1997
Supervisione delle dinamiche di coppia	Neel Fasting	Nørre Snede (DK)	2001
Formazione di primo soccorso	Croce Rossa Italiana	Sansepolcro	2003
Body awareness, orgasmic-charge-release-cycle	IBP – Andrea Juhan (USA)		2003
Meditazione: ritiro nell'oscurità assoluta	Volker Bechert (D)		2004

Imprinting prenatale: Tao embodiment training	Karlton Terry		2005-2007
Perspectives 5Rhythms on going programme	Alain Allard	Orvall (B)	2009-10
Lezioni di teoria e tecnica nella proiezione del suono, canto lirico		Chiara Chialli	2014-19
Masterclass di canto lirico con Chiara Chialli	Academia Tarquinia		2017

Dal 1999 ho seguito il Lama Chhimed Rigdzin della tradizione Nyingmapa (monasteri Khordong) fin alla sua morte nel 2002. E' stato un incontro iniziatico che mi ha aperto le porte al lignaggio del buddhismo tibetano che risale a Padmasambhava nel 900 d.C. Molte meditazioni che insegno sono ispirate da questo breve ma intenso percorso con lui.

## **ATTIVITA' PROFESSIONALE**

1987 Product designer presso la SAF sas (produzione di animali in peluche), Austria

1988 Viaggio di studio in India e Thailandia per imparare gli approcci orientali dello sviluppo personale e spirituale, come: meditazioni di tradizione tantrica-tibetana, ristrutturazione dei processi mentali con metodi buddhisti, Hatha-Yoga, Vipassana.

1989 Vienna, Austria Assistenza durante i corsi di comunicazione e di organisational development con supervisione professionale in un training on-the-job presso la Iros-Unternehmensberatungs-GmbH

1990 – 1991 Maternità

1992 Anghiari AR Ricostruzione di un vecchio borgo abbandonato, co-fondatrice del primo ecovillaggio in Italia (Upacchi), un borgo ormai abitato in terza generazione, dove risiedo fin adesso.

1994 Anghiari Consulenze in comunicazione per gruppi e cooperative, sessioni individuali e di coppia.

1995 – 2023 Anghiari Fondazione dell'istituto Maithuna s.r.l. in data 2.2.1995. Specializzazione in counseling relazionale negli ambiti: relazione di coppia, sessualità, meditazione e tantra. Conduzione di corsi esperienziali insieme a mio marito Elmar Zadra. Sono la responsabile della didattica e dei contenuti dei corsi.

## **RICERCHE attualmente in corso:**

- Dopo la tesi sperimentale in filosofia teoretica, all'Università di Studi di Perugia con il titolo "La natura della coscienza", continuo la ricerca sul tema della coscienza seguendo la Grounded theory con l'incarico dall'istituto di ricerca Maithuna srl, con la quale ho un contratto di lavoro da cococo.
- "Il ricercatore spirituale contemporaneo": Per ora ho fatto ventisei interviste a persone che seguono un percorso religioso, sacro e/o spirituale nel panorama contemporaneo extra-cattolico e esoterico. In programma è di raccogliere ancora per qualche anno altre interviste. Domande di fondo: dove e quando inizia la ricerca spirituale, del sacro o del religioso? Colgono una differenza tra sacro, religioso e spirituale e se si, qual è? In che modo si orientano le persone nel panorama

religioso ed esoterico di oggi? Sono consapevoli di cosa cercano? Se si, cosa cercano? Quale è il ruolo della coscienza in questa ricerca?

- La menopausa: Da alcuni anni raccolgo materiale come studi biologici e medici, libri e informazioni su come viene vissuta la menopausa in altre tradizioni. Questa ricerca convoglierà in un seminario esperienziale per donne in settembre 2023.
- Riti invernali nelle alpi. Una raccolta di leggende e miti, di riti e rituali tradizionali che in parte vengono praticati ancora oggi.
- Ricerca empirica sulla chiara coscienza: Descrizione e analisi dei vissuti di 41 persone che hanno praticato la meditazione durante un ritiro nell'oscurità condotto da Elmar Zadra negli anni 2018 e 2022. I risultati vengono presentati al congresso internazionale TSC2023 (The Science of Consciousness) a Taormina in maggio 2023