

Federica La Rosa è una meditante di Vipassanā e Mettā secondo la tradizione del Ven. Mahasi. Pratica da molti anni sotto la guida di validi insegnanti di Dhamma, sia monaci che laici, tra cui Ven. U Vivekananda, da cui ha ricevuto l'autorizzazione a insegnare, Ven. Virañani, Beate Gloeckner e Brother Dassana. Collabora con il Centro di Meditazione Pian dei Ciliegi in qualità di traduttore, manager e insegnante. Ama vivere la pratica meditativa come mezzo di conoscenza e di crescita, anche attraverso il potenziale trasformativo che essa porta nel quotidiano.