

**SAGGISTICA****LA GRANDE RICERCA - LA STORIA INFINITA
DENTRO DI NOI**

di Sarah Saetti

Editore: **PATHOS**Prezzo: **18.00 €**Pubblicazione: **10/10/2023**ISBN: **9791255230533**

Il coaching e la mindfulness sono tecnologie del sé con origini antichissime eppure più attuali che mai: è possibile una integrazione tra loro? Secondo l'autrice non solo è possibile, ma anzi è necessaria. La lettura porta a toccare tutte le dottrine, antiche e moderne, che ruotano attorno al concetto di consapevolezza, evidenziando come tutte convergano verso la stessa verità profonda. Questo percorso si svolge sotto forma di un dialogo che coinvolge alcuni personaggi chiave del romanzo "La Storia Infinita" di Michael Ende, considerato esso stesso come metafora di un viaggio evolutivo e al contempo mappa di orientamento per una serie di riferimenti. Nella interazione con i personaggi emergono di volta in volta contenuti teorici che si dispiegano a spirale nonché esercizi pratici. La conclusione presenta anche uno strumento operativo per il coach e alcune interviste a persone che hanno vissuto delle esperienze spirituali. Link multimediali a pratiche guidate online e ai riferimenti musicali arricchiscono la lettura.

L'AUTORE

Sarah Saetti (Brescia, 1980) fin dall'infanzia è sempre stata attratta dal mondo della scienza e dai misteri della mente umana. Consegue la laurea in Psicologia nel 2005 con una tesi in statistica sociale. La costruzione della sua famiglia è stata all'insegna dell'integrazione culturale, sia per le diverse origini dei suoi membri, sia per il trasferimento in un'altra regione. L'amore per le sfide l'ha condotta alla genitorialità adottiva, che ha richiesto una grande prova di accoglienza e un costante apprendimento, iniziato con corsi preparatori e proseguito con la necessità di rimettersi ogni giorno in discussione. Con il Lockdown della primavera 2020 ha attraversato un periodo di crisi personale in seguito alla quale ha ricominciato a studiare diventando così prima Coach Professionista e in seguito Istruttrice di protocolli Mindfulness. Contemporaneamente ha svolto le lunghe ricerche bibliografiche che hanno condotto a questo libro, la cui idea era latente da anni, e ha ripreso a suonare, anche questa passione sospesa da lungo tempo. Attualmente vive nei pressi di Merano con la sua famiglia, un gatto e... due chitarre.