

Bellido Bautista, J., *¿Qué va a ser de ti? Coaching espiritual aplicado*. Khaf, Zaragoza 2018, 176 p., 23 × 15 cm.

Es un libro de trabajo que nos lleva a descubrir la espiritualidad, la trascendencia que nos conduce a la plenitud y a colaborar con planes más amplios que los propios. Esta espiritualidad ha de cambiar a la persona; de esto trata este libro, de las tareas para que se dé este cambio. Esta espiritualidad nos lleva a descubrir cómo somos a través de nuestra actuación y relación con los demás, buscando siempre miras más altas, incluso la trascendencia. El libro permite establecer planes de acción, metas y los cambios necesarios para llegar a ser la persona que uno quiere ser y está llamada a ser. Aplicando las 16 prácticas herramientas de *coaching* espiritual y realizando las tareas propuestas en el cuaderno de trabajo, podrás desarrollar tu inteligencia interpersonal, intrapersonal y espiritual. El autor te acompañará a través de sus enseñanzas para alcanzar la meta: la integración de todas tus potencialidades personales para lograr una «vida integrada». Juan Bellido apoya a las personas en su esfuerzo por encontrar su camino, para hacer más provechoso su trabajo, la vida y su propia función en la sociedad. Esto implica la creación de una visión de futuro o una meta a la que aspirar, que es muy distinto a simplemente sobrevivir. Destaco la herramienta 10 que trabaja las virtudes: fe, esperanza, caridad, prudencia, templanza, sabiduría, creatividad, curiosidad, perspectiva, valentía, persistencia, integridad, vitalidad, humanidad, amor, liderazgo, humildad, auto-control, trascendencia, aprecio a la belleza, humor, espiritualidad...

M. FERNÁNDEZ