

# Cultura - CIUDAD REAL

■ *Movistar y NH Hoteles han publicado y repartido entre sus empleados y directivos un libro de autoayuda cuyo objetivo principal es contribuir a la felicidad personal, obra del ciudadrealeño Juan Carlos Maestro, afincado desde hace 25 años en Benalmádena (Málaga)*

## **Movistar y NH Hoteles reparten un libro de autoayuda de un autor ciudadrealeño a sus empleados**

Ciudad

Real

-

08/12/2007

### **Según Juan Carlos Maestro, 'casi todos los libros de estos temas son analíticos o descriptivos, a diferencia de su obra, una historia novelada'**

Maestro (Villanueva de los Infantes, Ciudad Real, 1958), dejó una maqueta del libro a un amigo, quien agradado por la lectura comentó su contenido a una directiva de Movistar. Ello motivó que, antes de ser comercializado, esta empresa publicara tres ediciones de la obra 'Regálate felicidad', con la que obsequió a los participantes en un programa formativo. Posteriormente, NH Hoteles ha publicado dos ediciones, una de ellas en inglés, de este libro para directivos y clientes especiales, según ha explicado a Efe el autor. La obra, de 168 páginas y publicada por Bresca Editorial, narra la historia de Miriam, una ejecutiva de 44 años, casada y madre de dos hijos, con una gran confianza e independencia, a la que todo parece irle bien hasta que una serie de acontecimientos le precipitan una crisis personal y profesional. En ese estado casi depresivo, señala Maestro, se da cuenta de que anhela y necesita recuperar su felicidad, pero no sabe muy bien dónde ir a buscarla ni por dónde empezar y por primera vez en su vida parece que se siente perdida y con la sensación de que los acontecimientos la desbordan. El destino le proporciona la posibilidad de asistir como oyente a una conferencia donde se descubren actitudes y comportamientos de la gente feliz y ello le hace ser consciente de que su presente es fruto de las decisiones del pasado y de las actitudes y comportamientos adoptados. En esta situación empieza a replantearse sus prioridades, sus valores, sus creencias y objetivos, encuentra la felicidad y un nuevo sentido a su vida. Según el autor, 'casi todos los libros de estos temas son analíticos o descriptivos, a diferencia de su obra, una historia novelada' de 'fácil lectura y comprensión' con la que pretende que la felicidad 'no parezca una utopía'. Maestro, licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte por la Universidad Politécnica de Madrid, alterna sus actividades como director técnico del Patronato Deportivo Municipal de Benalmádena con su labor docente en programas máster de la Universidad de Almería y sus colaboraciones como consultor para distintas empresas. Está especializado en Recursos Humanos, en las áreas de liderazgo, motivación, inteligencia emocional, gestión de tiempo y felicidad. Además del libro, ha creado una página web ([www.regalatefelicidad.com](http://www.regalatefelicidad.com)) con encuestas sobre la felicidad.

Este artículo se ha extraído de la siguiente dirección:  
<http://www.castillalamancha.es/portal/Contenidos/Actualidad/default.asp?REG=55535&opactualidad=detalle>