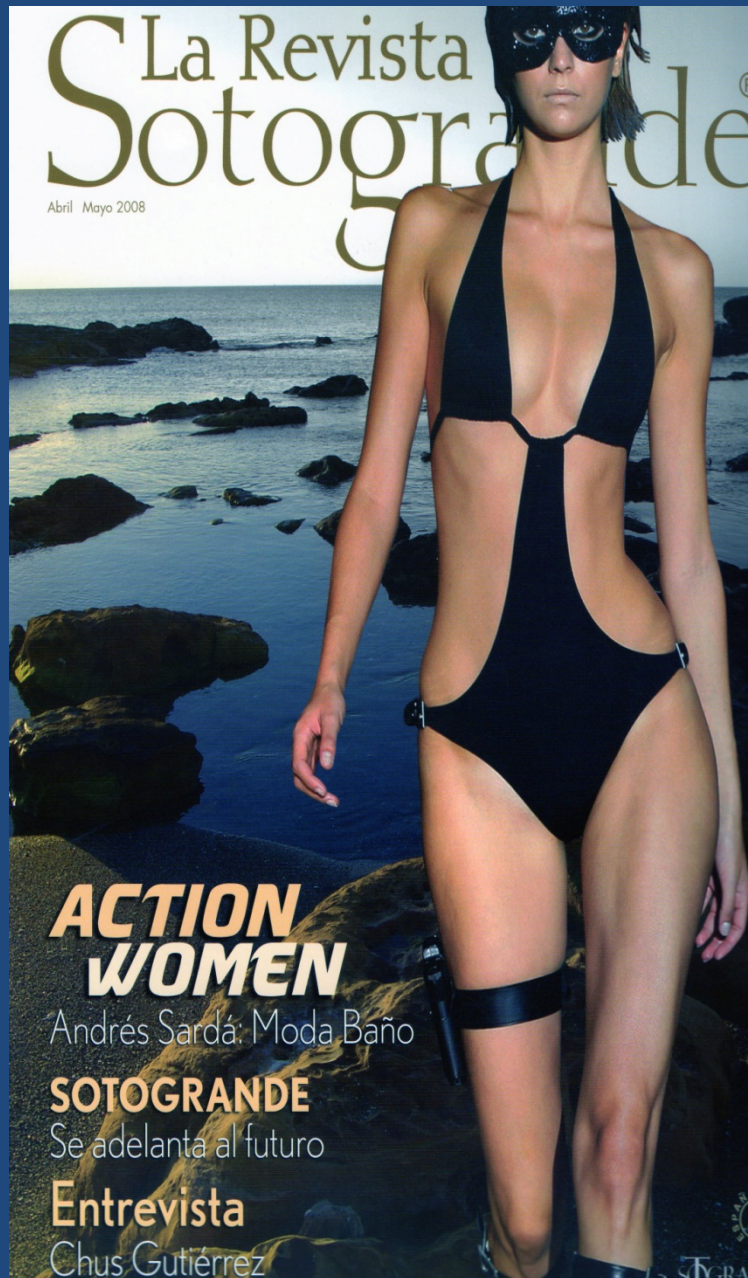


ENTREVISTA A JUAN CARLOS MAESTRO en la
REVISTA DE SOTOGRANDE



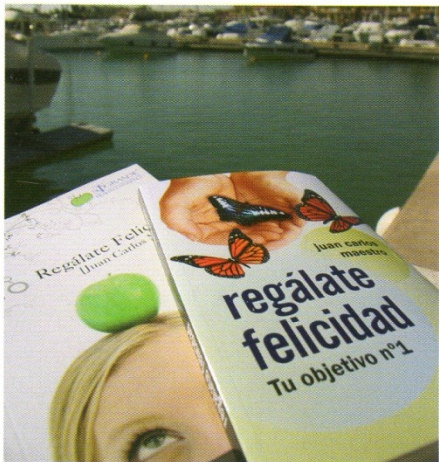
SOBRE EL LIBRO REGÁLATE FELICIDAD

juan carlos

maestros

La búsqueda de la felicidad ha estado presente en mitos y leyendas desde la Antigüedad, alimentando el imaginario común. Son muchos los escritores, filósofos y psicólogos que han querido aportar una nueva visión sobre cómo encontrarla y disfrutarla. Juan Carlos Maestro (Villanueva de los Infantes, 1958) acaba de publicar su libro 'Regálate felicidad', en el que apuesta por acercarse de una manera diferente a los acontecimientos de la vida cotidiana.

✍ Y. García 📷 JAF Cata



A lo largo de la Historia el hombre ha buscado la felicidad. ¿Qué aporta su libro a esta búsqueda?

No es que haya un gran descubrimiento respecto a la felicidad. A lo largo de las distintas conferencias que he dado me he ido dando cuenta de que los conceptos hay que transmitirlos de una forma determinada. He querido hacer un libro fresco, de lectura fácil y fácil comprensión para que pueda ser entendido por todo el mundo. Es un libro creativo, con esquemas y, a partir de ahí, tratar de aplicar los conocimientos de una manera más útil.

El libro tiene un carácter sanador. Intenta transmitir un mensaje, que la felicidad está en cada uno de nosotros. A veces la gente echa balones fuera, se ampara en las circunstancias, pero éstas no son condicionantes de la felicidad. Con un espíritu motivador se puede vivir de una forma más plena. La gente que es feliz sabe que depende de sí misma. También tiene problemas, la diferencia está en la actitud a la hora de afrontarlos.

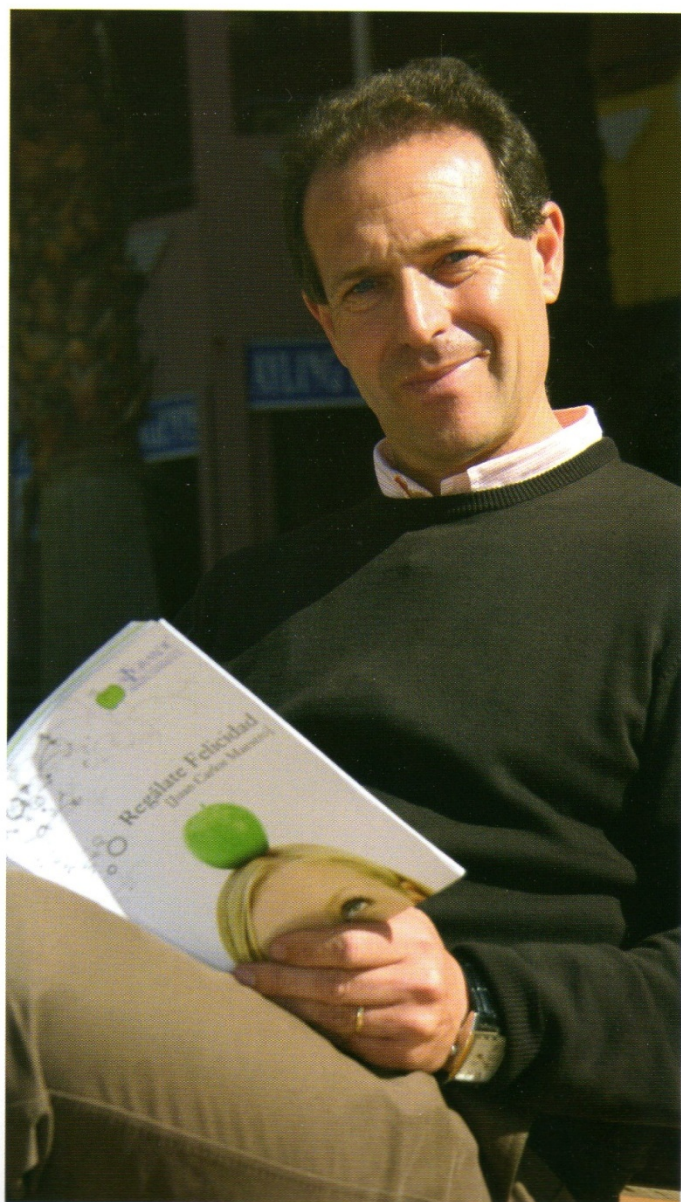
¿Por qué eligió escribir sobre felicidad?

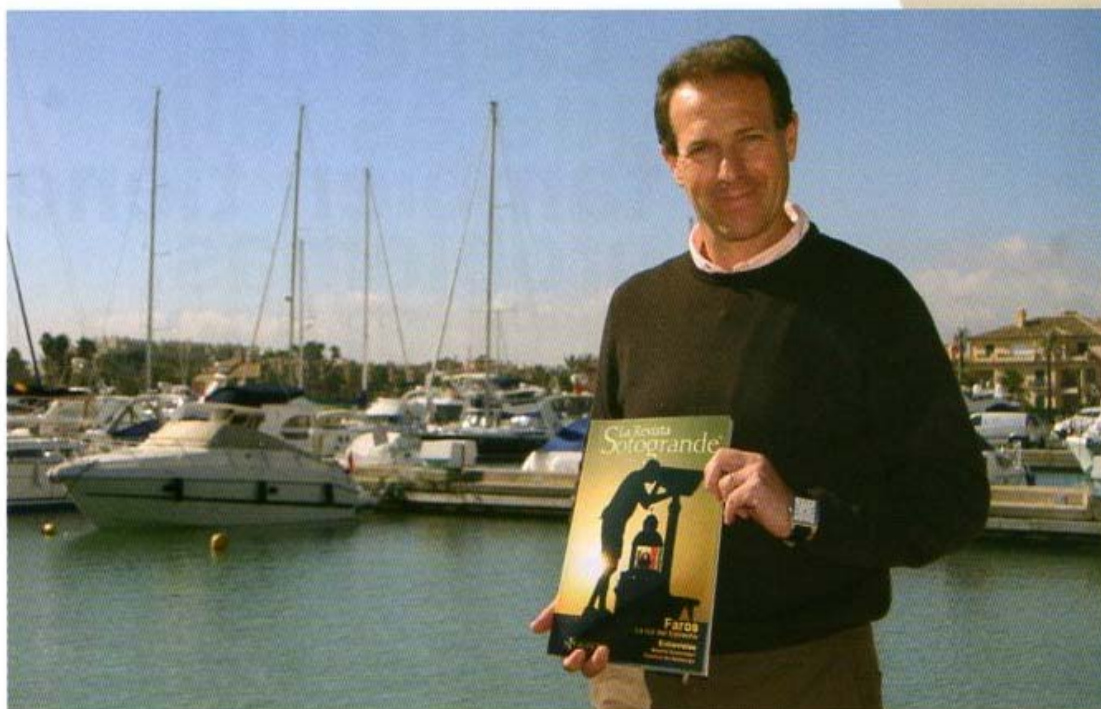
Siempre me ha parecido maravilloso poder transmitir una idea o pensamiento a personas y ayudarlas a transformarse. Cuando empecé a leer sobre felicidad, me apasioné con el concepto.

¿Escogió a una mujer como protagonista porque es la lectora habitual de este tipo de libros?

No, me fascina el mundo de la mujer, su lado emocional. Eso me hizo pensar que era mejor escribir el libro desde el punto de vista de una mujer. El personaje es ficticio, aunque la mayoría de las cosas que le ocurren son reales, inspiradas en gente de mi entorno. Por otro lado, soy consciente de que la mujer es el lector que más consume libros de autoayuda.

"La gente que es feliz también tiene problemas, la diferencia está en la actitud"





Tiene una edición limitada con el sello de NH, ¿cómo surgió esta colaboración?

Por la suerte de este libro. En primer lugar, hicimos una maqueta antes de su publicación que llegó a Movistar, donde gustó mucho y decidieron hacer una tirada para directivos y colaboradores. También me invitaron para dar cursos de formación a ejecutivos. Después la maqueta llegó a Sotogrande, donde gustó y decidieron hacer un libro con su sello. Lo bueno es que también lo han traducido al inglés. El Hotel NH decidió apostar por este libro porque está dentro de

su concepto de salud integral, cuya imagen es La Manzana.

Supongo que está de acuerdo con la filosofía de Sotogrande Health Experience.

Sí, creo que el ser humano es un ser integral, todo afecta a todo. Tener un cuerpo sano influye en tu bienestar. Hay gente que está bien físicamente, pero tienen una gran herida emocional. Por eso, anhela sentirse bien. Creo que cuanto más sepamos de felicidad, mejor nos vamos a sentir. ■

jordi caralt

"Una idea muy especial"

Jordi Caralt, director general de Hoteles Almenara, NH Sotogrande, NH Marbella y Alanda, fue el artífice de la publicación corporativa de la obra de Juan Carlos Maestro. "Se editaron dos libros", cuenta, "Regálate Liderazgo y Regálate Felicidad, con motivo de la creación de La Manzana. Nuestra idea era poder ofrecer un regalo muy especial a nuestros clientes cuando vinieran al hotel, sobre todo porque la historia de 'Regálate Felicidad' se desarrolla en un hotel, el Eurobuilding, lo que nos pareció una idea muy especial".

"La gente quedó encantada con la propuesta", continúa Caralt, "y repartimos el libro en una convención de NH donde todos quedaron agradablemente sorprendidos: por eso ahora estamos pensando en hacer una segunda edición".



Interview

juan carlos
maestro

The search for happiness has been present in myths and legends since classical times, feeding the collective imagination. Many writers, philosophers and psychologists have attempted to provide a new perspective on how to find it and enjoy it. Juan Carlos Maestro (b. Villanueva de los Infantes, 1958) has just published his book *Regálate Felicidad* ('Give Yourself Happiness') in which he takes a different approach to the events of everyday life.

Y. García JAF Cata





"Happy people have problems too, the difference is in the attitude"

Throughout history humans have searched for happiness. What does your book contribute to this search?

It's not that there's a big discovery in relation to happiness. In the various lectures that I have given I gradually realised that the concepts have to be transmitted in a certain way. I wanted to write a fresh, easy-to-read and easy-to-understand book that can be understood by everyone. It's a creative book, with plots, and with this as a starting point the aim is to apply what is known in a more useful way.

The book is of a healing nature. It attempts to transmit a message: that happiness is present in all of us. Sometimes people dodge the issue on the grounds of their circumstances, but circumstances are not factors which determine happiness. With a motivational spirit it's possible to live a fuller life. People who are happy know that it's down to themselves. They have problems too; the difference is in their attitude when confronting them.

Why did you decide to write this book on happiness?

I have always thought that transmitting an idea or thought to people and helping them to transform their lives is a marvellous thing. When I started to read about happiness, I was fascinated by the concept.

Did you choose a woman as the protagonist because women are the usual readers of these kinds of book?

No, I am fascinated by women and the world they live in, their emotional side. This made me think that it was best to write a book from the point of view of a woman. The character is fictitious, but most of the things that happen are real, inspired by people around me. However, I am also conscious that women read more self-help books than men.

You have a limited publication with the NH brand; how did this partnership come about?

Thanks to this book's good luck. Firstly, we did a mock-up before publication which went to Movistar. They liked it a lot and decided to do a print run for managers and partners. They also invited me to teach training courses to executives. After the mock-up it reached Sotogrande, where it was liked and where they decided to publish a book with their brand. The good thing is that they have also translated it into English. Hotel NH decided to back this book because it fits their concept of comprehensive health, the La Manzana brand.

I imagine you agree with the philosophy of the Sotogrande Health Experience.

Yes. I think humans are an all-encompassing being, everything affects everything. Having a healthy body influences your wellbeing. There are people who are ok physically, but they have a big emotional wound. They long to feel well. I believe that the more we know about happiness, the better we will feel. ■



jordi
caralt

"A very special idea"

Jordi Caralt, general manager of the Abmenara, NH Sotogrande, NH Marbella and Alanda hotels, was the architect of the corporate publication of the works of Juan Carlos Maestro. "Two books were published", he tells us, "Regálale Liderazgo ('Give Yourself Leadership') and Regálale Felicidad ('Give Yourself Happiness')", to mark the occasion of the creation of La Manzana. Our idea was to be able to offer a very special gift to our customers when they came to the hotel, particularly because the Regálale Felicidad story takes place in a hotel, the Eurobuilding, which seemed to us a very special idea".

"Everyone was delighted with the proposal", continues Caralt, "and we handed out the book at an NH conference where everyone was pleasantly surprised; this is why we are thinking of publishing a second edition".