

## ENTREVISTA

## JUAN CARLOS MAESTRO

Escritor especializado en Recursos Humanos

Natural de Villanueva de los Infantes, Juan Carlos Maestro (1958) estudió en Ciudad Real hasta 1976, cuando se desplazó a Madrid para completar su formación en Recursos Humanos. Actualmente reside en Benalmádena (Málaga) y alterna sus actividades como directivo en distintas áreas de la Administración y su labor docente en programas máster de la Universidad de Almería con su faceta literaria, en la que ha conseguido un gran éxito con 'Regálale felicidad', editado por Bresca, en el que de forma amena trata de ayudar a los lectores a conseguir lo más importante en la vida: "Ser feliz"

# "Sin una actitud positiva es realmente muy difícil y complicado alcanzar la felicidad"

J. C. CHINCHILLA / CIUDAD REAL

Pregunta. 'Regálale felicidad' surge con el objetivo de contribuir a mejorar la felicidad personal, ¿cuáles son los secretos para encontrarla?

Respuesta.- En principio la felicidad se encuentra en uno mismo. Aunque parezca curioso hay un porcentaje de la población, especialmente occidental, que cree que está en elementos externos. Si te van mejor las cosas, puedes ser un poco más feliz, y si te van peor, al contrario.

La verdad que, lógicamente, afectan un poco las circunstancias externas, que te pueden zandar en algún momento determinado, pero la gente que es feliz es consciente de que la felicidad está en la forma de pensar, en la forma de entender la vida, y eso no quiere decir que no tengan problemas. La gente que es feliz, por supuesto también tiene problemas. La diferencia fundamentalmente estriba en cómo se afrontan, cuál es la actitud frente a esas situaciones de la vida un poco más comprometidas.

P.- Esta novela relata la trayectoria de una mujer que se da cuenta que es infeliz. ¿Por qué eligió como protagonista a una mujer y plasmar su vida como una historia novelada?

R.- He querido hacer un libro que fuera a su vez una historia novelada con el objetivo de que los lectores, especialmente mujeres que suelen leer más que los hombres, se puedan sentir identificados con situaciones reales, de la vida cotidiana, y que de alguna forma vean que en la vida misma mucha gente se puede sentir identificada.

El libro parte de una situación un poco comprometida y delicada como es la de Miriam, la protagonista, que basa toda su vida, su estrategia vital, en llegar a un sitio pensando que en el poder, la fama o el dinero va a tener la felicidad y el conocimiento.

"Sólo se puede ser feliz en este momento, ahora, que es lo único que realmente se tiene"

"Al contrario de lo que piensa la mayoría de la gente, creo que se aprende más del éxito que del fracaso"

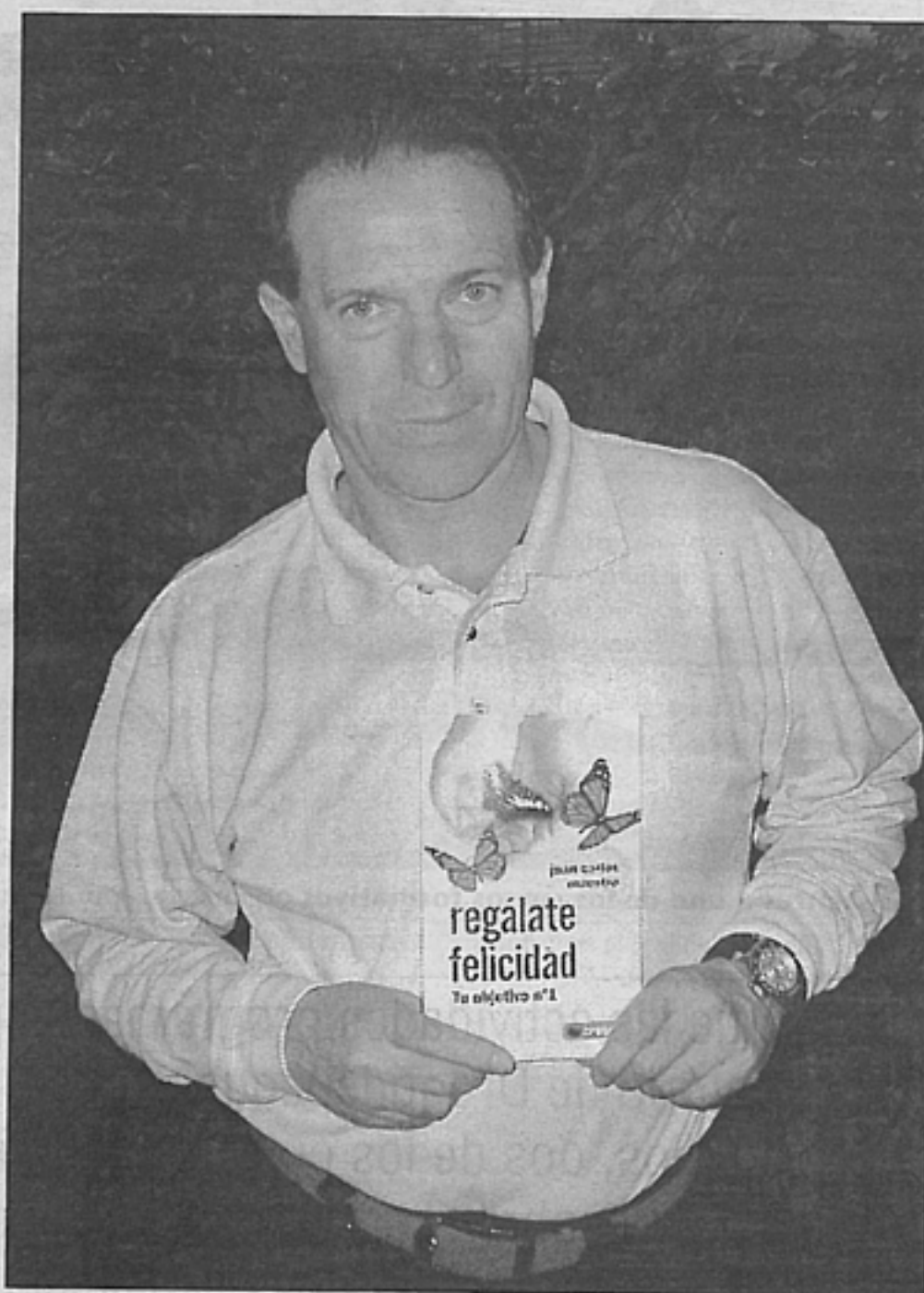
Y cuando teóricamente tiene todo ese tipo de connotaciones, se da cuenta de que le falta algo, de que realmente esas situaciones que tanto ha deseado y por las que tanto ha luchado no le aportan la felicidad que quiere y desea.

Ante ese hecho es cuando se replantea de nuevo su vida en una especie de crisis personal y anhela un poco las bases, los principios de la felicidad. Y ahí es donde empieza la búsqueda de esos principios y esos pilares.

P.- ¿Cuáles son esos pilares para alcanzar la felicidad?

R.- Esos pilares son un poco universales. Uno de los principios básicos es una actitud positiva ante la vida. Si una persona no tiene esta actitud es muy difícil, tremendamente complicado, que realmente pueda ser feliz. Tiene que ser positivo a la hora de afrontar los problemas, a la hora de vivir la vida.

Luego otro pilar clave es disfrutar de lo que tienes, del momento. Hay



Juan Carlos Maestro con un ejemplar de 'Regálale felicidad'

muchas personas que no viven en el presente, sino que viven en el pasado atrapados por lo que le pasó, tanto situaciones positivas como negativas. Ahí entonces esta gente está proyectando su vida en el futuro.

Sólo se puede ser feliz en este momento, ahora, que es lo único que realmente se tiene. La gente que es feliz realmente disfruta del momento, de las cosas que tiene.

Luego hay otra connotación importante que es clave: Los objetivos, los fines que se tienen en la vida, el hecho de estar ilusionado, tener alguna dirección y que de alguna forma son vitalistas, enérgicos y que mantienen el entusiasmo por la vida.

P.- ¿Y el amor, qué papel juega en la búsqueda de la felicidad?

R.- Digamos que los anteriores

pueden ser los tres pilares básicos a los que se puede sumar una connotación que puede ser el amor. No el amor un poco pasional que a veces nos ponen en las películas, sino el amor por la vida, por la gente.

P.- Entonces, ¿los errores del pasado hay que dejarlos al margen para ser felices en el presente y aprender de ellos?

R.- De todo se aprende. Cuando doy conferencias pregunto al público que de qué se aprende más, si del éxito o del fracaso, y el 95 por ciento de la gente cree que se aprende más del fracaso. Sin embargo yo definiendo que se aprende más del éxito. De hecho, por ejemplo, cuando se quiere aprender a jugar al tenis, uno se va con gente que quiere jugar al tenis.

Así que el libro está basado en ese pensamiento. Lo que he querido hacer es plasmar las habilidades o las actitudes de la gente que es más feliz, porque en la medida que seamos capaces de detectar cuáles son estas habilidades, más fácil será la opción de imitarlas, asumirlas y, en definitiva, modificar los comportamientos que no nos hacen feliz.

P.- El libro ha tenido muy buena acogida y algunas empresas lo regalan entre sus trabajadores y realizan talleres basados en él. ¿Se esperaba esta aceptación?

R.- Para mí como autor ha sido una gran satisfacción, porque antes de que el libro saliera al mercado dos grandes empresas como Movistar y la cadena hotelera NH, que vieron la maqueta del libro, entendieron que esta obra podía estar dentro de sus programas formativos para directivos y empleados y regalarlo a los clientes.

Estas empresas entienden que cuanto mejor clima laboral haya y cuanto mejor se sienten los trabajadores consigo mismos, más productivos van a ser. Porque van a estar más a gusto y más identificados. Es una ley natural. □

IMPORTADORA Y DISTRIBUIDORA A NIVEL NACIONAL DE PLATA MEXICANA

M <<  
MIX < O A <

Joyas únicas, diferentes,  
llenas de color, de vida,  
para estar guapa, para ser feliz...

Calidad y diseño  
al mejor precio

Pza. España II, Edificio Esteban López Vega, local 3 - Tlf.: 926 32 03 89 - 13300 VALDEPEÑAS (C. Real) - remecamar@cyacomputers.com