



EL MUNDO

Nacional General  
Diaria

Tirada: 580.102  
Difusión: 457.163  
(O.J.D)  
Audiencia: 1.600.070  
(E.G.M)  
05/04/2009

Sección: -  
Espacio (Cm\_2): 538  
Ocupación (%): 61%  
Valor (€): 19.236,00  
Valor Pág. (€): 31.300,00  
Página: 133

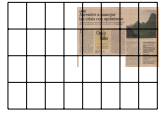


Imagen: Si

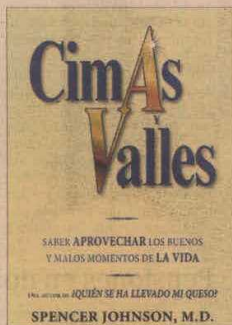
> LIBROS

# Aprender a manejar las crisis con optimismo

Gestionar los buenos y malos momentos de la vida es fundamental para afrontar la realidad de forma más feliz y satisfactoria. Por **Á. Méndez**

El refrán popular aconseja poner buena cara al mal tiempo, y éste es también el mensaje que transmite Spencer Johnson en su último libro, *Cimas y valles*. Es innegable que el nombre del escritor -autor de *¿Quién se ha llevado mi queso?*- es en sí un reclamo que hace que resalte entre los demás títulos de gestión pero, una vez leído, también logra destacar satisfactoriamente por el sabor de boca que deja y por ese halo de optimismo más fuerte que uno siente al acabar la última página.

Es cierto que su estilo no es novedoso, ni tampoco los conceptos que trabaja, ni las recomendaciones de actuación que defiende e incluso, a veces, resulta exagerada tanta felicidad y armonía. Sin embargo, con gran sencillez y to-

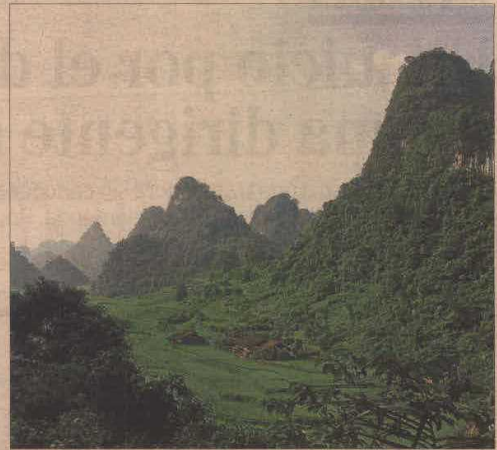


Cimas y valles  
Autor: Spencer Johnson  
Editorial: Empresa Activa  
Precio: 12 euros

tal dominio de la comunicación, Johnson logra su objetivo, que es explicar y hacer entender a cada uno de nosotros que hay una forma positiva y factible de afrontar los vaivenes de la vida y sacarles siempre el máximo partido.

Como en su anterior libro, repite la estructura: Una persona con problemas recurre a un amigo que le cuenta una fábula que le cambiará la vida y que deberá compartir con los demás. Ahora el cuento narra las andanzas de un trabajador que vive en un valle y, agobiado por su trabajo, los problemas y la rutina, anhela huir de esa realidad y alcanzar una cima en la que cree que será más libre y feliz. En lo más alto conocerá a un anciano que le enseñará a gestionar los buenos y malos momentos.

Esta técnica, aplicable al plano



La felicidad y el anhelo son las cimas y los valles de la vida. / DREAMSTIME

personal y profesional, enseña cómo encarar una enfermedad, una muerte, un despido o una crisis empresarial. La vida se compone de «cimas, que son momentos en los que valoras lo que tienes, y de valles en los que anhelas lo que te falta» y «los errores que cometes en los buenos momentos crean los malos momentos del futuro».

Lo mejor del libro llega cuando el autor explica que no se debe huir de la realidad. Por el contrario, hay que reflexionar, emplear el corazón, reconocer los propios miedos, no dejarse atrapar por el *glamour* del éxito, ser humilde y entusiasta y, cuando nos sintamos atascados en un valle, preguntarse: «¿Cuál es la verdad en esta situación? ¿Cómo puedo usar lo bueno que esconde este mal momento?»

## DOS 'BESTSELLER'

**¿Quién se ha llevado mi queso?**  
Año de publicación: 1998 en EEUU y 1999 en España  
Número de ejemplares en el mundo: 46 millones  
Idiomas a los que se ha traducido: 47

**Cimas y valles**  
Estimación de ventas: Tirada de la primera edición española: 50.000 ejemplares

\* La tirada media de un libro de gestión oscila entre los 2.000 y 7.000 ejemplares.