

# COMUNICACIÓN Y EFECTOS DE LA RUTINA EN LA FELICIDAD

---

RESUMEN DE LA CONFERENCIA DE JUAN JOSÉ  
JAVALOYES, DEL CICLO “EL AMOR NO ES CIEGO... NI  
TONGO”

knowsquare .

Privado y Confidencial

Prohibida su Distribución sin Autorización Expresa del Autor  
y Know Square S.L.

8 de octubre de 2011. Resumen de la conferencia "Comunicación y efectos de la rutina en la felicidad". Ponente – Juan José Javaloyes. Colegio Montealto C/ La Masó, 76-78, 28034 Madrid. Asistentes – 150 personas aproximadamente, 90% del aforo.

## Sobre el ponente

Pedagogo y orientador familiar.  
Director de "Identitas, asesor de educación personalizada"

## Título de la charla

"Comunicación y efectos de la rutina en la felicidad"

## Comentario crítico

Conferencia de cierre de un ciclo dedicado al amor: "El amor no es ciego... ni tonto" organizado por la asociación de Antiguas Alumnas del colegio Montealto y con un subtítulo provocador: "La mejor inversión de nuestra vida: el triunfo en las relaciones personales".

Un total de 4 ponentes desfilaron por el ciclo: Jokin de Irala, Carlos Morán, Cynthia Hertfelder y Juan José Javaloyes. Y todos mantuvieron un nivel entre el notable y el sobresaliente, lo que para una organización no profesional es verdaderamente excepcional. Tres de ellos se movían con soltura por el escenario, y el cuarto (Carlos Morán) aportó tanta profundidad que elevó el nivel a cotas no alcanzadas en el ciclo.

Hay que destacar que el ciclo aparcaba el enfoque religioso del amor y el matrimonio (a pesar de que el colegio es privado católico), centrándose en los aspectos antropológicos, sociales y relacionales.

El diseño del ciclo fue, además, muy acertado. La apertura corrió a cargo de un médico, Jokin de Irala, que expuso las diferencias antropológicas y fue muy entretenido, dejando un buen sabor de boca para volver a asistir al día siguiente (sábado por la mañana). A las 11 del sábado se reabrió el ciclo con la charla de más contenido, dedicada a las causas de los fracasos matrimoniales a cargo de Carlos Morán, para luego continuar con una entretenida charla de Cynthia Hertfelder. En este caso quizás habría sido más conveniente abrir con Cynthia Hertfelder, más vivaracha y práctica, y a las 12:30 continuar con Morán, permitiendo a los asistentes menos puntuales llegar a tan importante conferencia. Finalmente, el cierre corrió a cargo de Juan José Javaloyes, una figura tan optimista e inspiradora que sirvió para que el público saliese emocionado del acto.

Desde Know Square buscamos compartir conocimiento directivo, pero de poco sirve el éxito profesional si no somos capaces de tener éxito en la vida personal. Hay verdaderos gurús de las finanzas, expertos inversores, pero pésimos inversores en su vida personal. Este reto abarca a todos: directivos, mandos intermedios, empleados. Y es independiente de nuestras creencias morales y religiosas.

## Resumen de la charla

Hay charlas que destacan por su contenido, y hay charlas que destacan por su inspiración. Esta es el caso de la segunda. El ponente es un *showman* de los pies a la cabeza, un cómico con conciencia. Detrás del mejor sentido del humor hay una visión optimista de la vida. Javaloyes lo representa fielmente.

Tras montañas de anécdotas, humor, risas, hay un contenido pasional y útil. En este resumen tratamos de desentrañarlo, pero dejando claro que lo fundamental, la inspiración, no se puede recoger completamente aquí. Hay que verlo y vivirlo. El tema central sobre el que gira la conferencia es la comunicación del “te quiero”:

- **Cada historia de amor es diferente**

- o Debemos aprender a amar con todo y sin fin.

- o El amor es descubrir a alguien maravilloso, es saber para qué existo. Existo para querer a esa (o a ese).

- **Debemos aprender el lenguaje tuyo y del otro, para mejor expresarlo. Hay quien ama pero no lo expresa**

- o Los hombres son muy buenos bomberos, pero cuando no hay fuego parece que no están vivos.

- o El amor está lleno de sobrentendidos y salpicada de malentendidos. Os recomiendo la película “The Bonners”, con Catherine Deneuve y Spencer Tracy (introduce un corte en la película).

- o Los roces empiezan muy pequeños... luego se hacen enormes.

- o *“Queremos siempre parecer guapos para el otro. Vas a la peluquería, estás una hora, 40 euros, y lo haces por él. Y entra él y ni te ve. Y si te ve, y te ve guapa, lo que quiere es despeinarte”.*

- o *“La mujer guarda en un termo todos los desaires afectivos. Al cabo de unas semanas lo abre y como nuevos”.*

- o *“¿Quién le conoce a él mejor? Claramente, su mujer. ¿Quién le conoce a ella mejor? Claramente, su madre”*

- **Lo físico**

- o Los problemas de comunicación desde el punto de vista físico son fáciles de resolver. Más difíciles son los emocionales.

- o En lo físico funciona la ley de los rendimientos decrecientes. Emplea la cabeza para teñir de color tu pasión. Observa a tu mujer desde un punto de vista diferente: *“Hoy lleva un sombrero que le sienta fenomenal...”*.

- o *“El órgano sexual por antonomasia es... el cerebro”*

- **Conflictos y discusiones**

- o Ante un ataque de ira, que es una pasión dominante (se adueña de todo), hay que bajar mucho el tono, para modificar ese estado emocional.

- o Lo afectivo es como un pulpo, se apodera de nuestra mente, no nos deja pensar.

- o Debemos ser dueños de nuestro carácter. El carácter arruina muchos amores.

- o *“Es que ya me conoció así, es que yo soy así”. “Pues hija, tuvo mal gusto, qué le vamos a hacer”.*

- o Los gritos provocan en el otro una sensación de cierre, defensa. Y a veces tienen razón. El amor tiene altibajos, es normal. Aprovecha esos momentos para aprender. *“Os recomiendo que ante esas*

situaciones, encontréis el mecanismo que desactiva la tensión”. “Y si te peleas, cobra entrada a los que os están viendo”.

o “Ironías, mofas, insultos... Hay que intentar no traspasar las líneas rojas. Hasta en la guerra hay reglas. Esas líneas rojas hacen daño y quedan ahí”.

o “¿No seré un calzonazos?” “No, calzonazos es el que va en calzoncillo”.

o “¿Y qué vio en ti para enamorarse?” “Pues esa es la cuestión”.

o Un enfado no puede durarte un día. No te puedes ir a la cama enfadado.

o Cambiar no sé, pero mejorar podemos hacerlo siempre y sin límites. *Ad infinitum*.

## • Sobre el amor

o La ecuación es sencilla: si eres libre, amas. Y si amas, eres feliz.

o La persona que amas está dentro de ti. Los hombres que amamos mucho, cada día somos más mujeres.

o El amor es la fuerza cauterizadora de esta vida.

o Hay hombres que han tenido una vida sexual muy activa, “son como Billy el niño, desenfunda muy rápido, con muchas muescas en el revólver. Esos que descubren el amor, luego viven una segunda virginidad”.

o “Lo importante del amor no es lo que ha pasado, sino que lo queda por pasar. Si tu mejor momento ha sido la boda, mal vamos”. El amor es una fuerza proyectiva.

## • El cansancio

o Todos llegamos a casa cansados. Pero tenemos que aprender a querer cansados, porque es nuestro estado natural.

o “Piensen en el fútbol. ¿Cómo ganamos la final? En la prórroga. Las finales se ganan cansados”.

o Los hombres descansan en silencio, las mujeres cuando hablan. Es la combinación perfecta: ella habla y descansa, y tú escuchas y descansa. Pero luego te pregunta y tú no te has enterado de nada.

## • La rutina

o Las relaciones se acartonan. El *planning* parece perfecto: yo hago unas cosas, tú haces otras complementarias. Hacemos la vida sin compartirla. No se habla de lo importante, sino de lo urgente. Esto es un error y hay que cambiar la dinámica.

o “¿Qué es lo más importante de tu vida? Tu mujer. Pues que se note. Hazle saber que la quieres, no lo des por supuesto”.

o “Cuidado con las cuñadas, como hay confianza es muy cómoda; además, no hay que cambiar el retrato de la suegra”.

o Ten detalles hacia ella. Ponte guapo para ella. Cuidalo. Decía Vallejo-Nájera que muchos de los conflictos de pareja que acudían a su gabinete eran problemas de educación. “No vayas como un tarzán por la casa, ponte ropa adecuada, estate atractivo para ella”.

o “Ten detalles. Si te atreves a comprarle un vestido, asegúrate que sea de una talla menos, para que le cueste ponérselo. Y tú le dices: “¡Es que así te veo yo! Le va a encantar”.

- **Lo más importante:** si tú quieres querer a tu mujer, procura ser cada día mejor persona: más desarrollado, más libre, mejor persona... Muéstrale cómo peleas por ello. “¿El amor está pendiente, se adelanta!”.

## Conclusiones

- o Aprenda a reconocer (y no traspasar) las líneas rojas
- o Sé siempre educado
- o Hágale saber que le quiere. No lo dé por supuesto.

## **Notas Como Speaker**

- Extraordinario comunicador, con una “performance” superior al Club de la Comedia. Actúa, adopta roles, sonríe permanentemente, no tiene vergüenza delante del público, cautiva.
- Es un ponente muy suave y sensible.
- Acompaña una presentación muy visual, con poca letra, con vídeos, y canciones (que él mismo canta).
- En definitiva, un cómico de los pies a la cabeza.
- Se trata de un ponente fantástico para inspirar a la audiencia.
- El aplauso fue estruendoso y duró un minuto.

## **Transparency Vow**

El autor de este resumen no conoce al ponente ni mantiene relación profesional ni personal con el ponente.

El autor del resumen conoció en la apertura del curso al organizador del ciclo (directora del colegio Montealto).

© Know Square S.L.