



knowsquare .

ANTONIO GARCÍA SANSIGRE

8 DE NOVIEMBRE DE 2011

ELIGE BIEN Y NO TE ARREPENTIRÁS

RESUMEN DE LA CONFERENCIA DE CYNTHIA
HERTFELDER

knowsquare .

Privado y Confidencial

Prohibida su Distribución sin Autorización Expresa del Autor
y Know Square SL

Conferencia de media mañana 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 ojos que se enamoran de legañas"

El amor es la fuente más importante para la satisfacción. Requiere compromiso y dedicación.

Tendemos a pensar que el amor tiene caducidad, que al amor le ocurre lo que a los electrodomésticos: van con obsolescencia programada. No es así, se puede evitar esa obsolescencia porque el amor es un trabajo. *"Hay que currárselo todos los días"*.

La conferencia va dirigida a corregir una serie de pensamientos que tenemos muy enraizados en nuestra sociedad y que distorsionan la relación con la pareja. Hay actitudes y comportamientos en nuestro día a día que van separando la relación hombre-mujer. Esta charla es como un curso básico de evitar errores comunes.

Para acertar bien recomienda:

- Conocer al otro:

- o Debes compartir creencias.
 - o Aprender a conocer su carácter.
 - o Generar amistad. La base del matrimonio es la amistad: “como dicen los niños pequeños, mi más mejor amigo”.
 - o Infundir respeto mutuo.
 - o Crear un proyecto común.
 - o Aprender la forma de expresar la afectividad, el lenguaje emocional del otro.
 - o Conocer sus circunstancias personales: familia política, etc.
 - o Dar, recibir, dejarse amar.
-
- "La medida del amor es amar sin medida", decía San Agustín. Amar es querer contarle al otro antes que a cualquiera lo que te ha pasado.
 - Las parejas hacen radiografías exactas de los defectos del otro. ¿Y la paja en ojo ajeno?
 - La metáfora de la mano: los dedos son las virtudes y lo que hay entre los dedos los defectos. Mostrar sólo los defectos tapa las virtudes. Y mostrar sólo virtudes ciega al otro, le paraliza. Por lo tanto, se muestra todo.
 - Pero a la hora de tratar ambas cosas, hay que desarrollar las virtudes, no luchar contra el defecto.
 - Decía Goethe, *"lo mejor que puedes hacer por los demás no es enseñarles tus riquezas, sino hacerles ver las suyas propias"*.
 - La preparación profesional hoy es excelente mientras que la preparación actual para el matrimonio es muy deficiente. Es preciso conocer:
 1. Lo que implica el matrimonio.
 2. El mundo afectivo.
-
- *"Si no hay mata no hay patata"* (no puedes dar lo que no hay). *"Si estás casado y deseas que sea de por vida, no le puedes exigir al otro que te dé 100 de amor cuando sólo es capaz de dar 20. Es lo que hay. Si no estás casado y te da 20 de amor cuando lo que necesitas es 100, entonces puedes dejarle. Estás a tiempo porque no es la persona que deseas de por vida"*.
 - La preparación profesional hoy es excelente mientras que la preparación actual para el matrimonio es muy deficiente.
 - Pensar en el otro antes que en ti. Ponle a él por delante.
 - Viladrich decía: *"Amarse hasta el extremo de deberse amor"*.
 - Esencial: el hijo no es la condición para el matrimonio. Es un error grave. El hijo puede ser una consecuencia del matrimonio, pero el matrimonio ya lo es porque te has casado.
 - Los hijos los elegimos tener, pero no los elegimos, al marido sí. *"No te casas contigo mismo, te casas con él"*.
 - No hay término medio en la entrega (*"me voy a entregar los lunes, miércoles y viernes. ¡No!"*).
 - Si basta existir, ser, para ser querido por una madre... ¿Y por qué no hacemos lo mismo con el marido? Al hijo lo queremos simplemente porque lo es. ¿Y por qué no al marido? Si la decisión es mucho más libre porque al marido, y no al hijo, lo hemos elegido nosotras.
 - La enfermedad por antonomasia de las emociones es la ansiedad.
 - Dos tipos de amores: el amor enamorado (muy somático) y el amor tranquilo, atemperado por la inteligencia. El último hace realidad el amor, da sentido a lo ordinario, aprecia lo esencial, da grandeza a lo insignificante. *"Yo por ejemplo, amo a mi marido, pero sin*

palpitaciones, ansiedades...". Es un amor "*que se sabe*". Es un "*querer querer*" (yo quiero y elijo quererle).

- El primer amor produce placer, el segundo produce felicidad.
- También hay que distinguir entre amor verdadero (es interno y productivo) del amor pasional (enfocado en lo externo, es distrayente, se debilita por los conflictos y la separación).
- En resumen: te casas con quien es y porque es y existe, no por cómo es. Esta mentalidad debe ser mutua, de ambos. Por eso es tan importante la labor de selección previa, y de conocimiento mutuo después.
- Recomienda la película italiana "*Caso mai*", traducida al español como "*Comprométete*".
- Según un psicólogo judío, las claves de la vida en pareja son:
 1. Sensación de trascendencia (trascender – ir más allá del yo).
 2. Descubrir, redescubrir y mantener la amistad.
- El orden correcto es el siguiente: marido e hijos. No los hijos y luego el otro.
- Atención con el primer hijo, porque suele desencadenar una primera gran crisis matrimonial. "*Se tiende a olvidar al otro (con la mejor intención del mundo, pero se le olvida)*".
- Es un mundo incoherente porque las cualidades más buscadas por los que buscan pareja son:
 1. Atracción.
 2. Dinero.
 3. Prestigio y nivel social.
- Y sin embargo, las cualidades que más valoran las parejas son:
 1. Ternura / Cariño.
 2. Sentido del Humor.
 3. Honestidad.
 4. Confianza.
 5. Fidelidad.
 6. Compromiso.
 7. Sacrificio.
- Seamos conscientes del ritual actual: ¿Dónde buscas pareja? ¿Es un pub nocturno?
- El matrimonio no es "*tradicional*". Es humano y es natural. Existe en todas las culturas y en todas las religiones. Está hecho por amar y para amar.
- Lo primero es ser tú un tesoro. Sé atractivo, amable (digno de ser amado). Decía Ovidio: "*Para ser amado, sé amoroso*". No te plantees si el otro te merece, plantéate si tú le mereces a él. Enfócate en sus cualidades internas.
- ¿Y cómo se convierte uno en un tesoro?
 1. Integridad.
 2. Desarrollo personal (hacer de la felicidad un hábito), trabajar la auto-confianza.

- No pactes con todo lo que el mundo hace. Sé fiel a tus principios y ten argumentos para defenderlos.
- *“Una de las cosas que más me enferman de los pacientes que vienen es que llegan diciendo que ellas también tienen derecho a ser felices; No tienes derecho a ser feliz; tienes la obligación de ser feliz”.*
- Es fundamental mantener a los amigos. El amor no es posesión. Tampoco es irse a Cuba una semana con las amigas dejando a tu novio o marido en casa.
- Atención a las amistades de distinto sexo. *“Yo peino canas pero si nos descuidamos todos echamos una cana al aire”*. Podemos mantener en pareja las amistades de distinto sexo.
- En los negocios, evita todo lo que lleve a lo sexual. *“Esas reuniones de empresa, dos días enteros fuera, el fin de semana de trabajo, se fomentan los “líos” entre compañeros de trabajo...”*.
- En un matrimonio, cuando hay problemas... siempre hay solución si los dos quieren (y si no hay patología).
- A veces la consulta es la excusa para demostrar que no hay solución. *“No puedo hacer por ti lo que no haces por ti mismo”*.
- Atención también al problema del enganche emocional: saber que estás con la persona equivocada pero perseveras. Decides mantenerte con esa persona sobre la base de la emoción que sientes, eligen tus tripas, no la cabeza. Es un error. Hay que tener mucho conocimiento de uno mismo para saber detectar esa situación, y valor para romperla.
- El enganche emocional es fruto de la *“adullescencia”* (sociedad adolescente).
- Hay que forjar la voluntad. La voluntad es un músculo que se entrena.

Notas como Speaker

- Ponente muy activo, habla de pie, paseando sobre el escenario, con un micro de solapa, y pone muchos ejemplos humorísticos de las parejas.
- El PowerPoint es francamente mejorable, lleno de apuntes, diagramas confusos y además lo va leyendo.
- Introduce un poema de Pedro Salinas en la conferencia, y recurre también a vídeos.
- Tiene una coletilla que repite continuamente, un *“mmm”* al final de cada frase y que puede eliminar con entrenamiento.
- Quizás por deformación profesional le habla inconscientemente más a las mujeres. También puede mejorar este aspecto.

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).

Sobre la ponente

- Licenciada en Filosofía y Ciencias de la Educación, diplomada en Orientación Familiar y máster en Asesoramiento Educativo Familiar.
- Profesora de la Universidad Rey Juan Carlos.
- Tiene un Gabinete propio de asesoramiento familiar y matrimonial.

FECHA CONFERENCIA – 8 de octubre de 2011.

SOBRE – Resumen de la conferencia "*Elige bien y no te arrepentirás*".

PONENTE – Cynthia Hertfelder.

DÓNDE – Colegio Montalto C/ la Masó, 76-78, 28034 Madrid.

ASISTENTES – 150 personas aproximadamente, 90% del aforo.

© Antonio García Sansigre

© Know Square SL