

## ■ SINGULARIDAD

Esta va a ser una Learning Letter especial, como dice mi amiga Isabel, **SINGULAR**. Pero, es que cada acto nuestro, cada decisión, es algo singular. Porque sale de nosotros que somos seres singulares que vamos caminando por la vida precisamente en la búsqueda de ese **completarnos** en nuestro ser. Suelo decir en las conferencias que **“aún no somos, estamos siendo”**. Es curioso que en ocasiones en Galicia cuando encontrabas a alguien no conocido se le preguntaba: “Y tú, ¿quién vienes siendo?” O incluso algo que era mucho peor: “Y tú, ¿de quién eres?”

## ■ “IR SIENDO”

Y esta búsqueda de nuestro ser tiene mucho que ver con la **FELICIDAD**. No es que haya que buscar la felicidad. Ni siquiera el placer. Seguramente es más interesante sentirse feliz en nuestro camino del “*siendo*” y aprovechar los placeres que nos proporciona el camino. Sabiendo, eso sí, que siempre encontraremos dificultades, barreras, maldades, incomprendiones, injusticias... quejidos y lamentos alrededor nuestro. Bueno, ¿y qué? Pues que a veces sentiremos dolor y ese dolor (hasta el físico) lo podemos aprovechar para reforzar nuestro “*ir siendo*”, nuestro encuentro con nosotros mismos, o nuestro reencuentro cuando nos hemos perdido (que eso, al menos a mí, me suele ocurrir).

Pero, ese “*irse sintiendo feliz*” se hace más fácil en el **fluir**. Y ese **fluir** exige **autoconfianza** (que no engreimiento ni prepotencia) y poder convivir en ambientes de confianza. Esos ambientes nos alejarán los **miedos que bloquean y entorpecen nuestro devenir**.

Pero,

¿a partir de dónde surge nuestro sentimiento de “Felicidad”?

¿Qué es lo que nos hace sentirnos felices?

## ■ ENCUESTA FELICIDAD

Leila Navarro (en Brasil) y yo en España estamos investigando el tema. Será la base de un nuevo libro sobre “Confianza y Felicidad”. Compararemos lo que se dice-siente en los dos países.

**Esta Learning Letter tratará de los primeros resultados obtenidos aquí en España.**

La verdad es que lo primero que quiero hacer es **AGRADECER** el tiempo que habéis dedicado a pensar y completar el cuestionario. Y lamentar que hubiese personas que aun deseando hacerlo, no pudieron completarlo por cosas de las tecnologías. A pesar de estos problemas ha habido una gran respuesta: **de 6.341 envíos hay 1.153 respuestas válidas**. La muestra es muy representativa. Gracias.

Elegí **20 “factores de felicidad”**, diversas variables de clasificación, y una autoevaluación respecto al “sentirse feliz”.

Hay resultados muy interesantes a las que Fernando y yo les estamos dando una vuelta. En esta LL os avanzo resultados de un primer análisis.

Por cierto que, Leila y yo, ya tenemos preparados 3 diferentes Road Show:

1. AUTOMOTIVACIÓN, APRENDIZAJE Y CONFIANZA.
2. LIDERAZGO Y CONFIANZA,
3. FELICIDAD Y CONFIANZA.

## ■ ROAD SHOWS

## ■ CONFERENCIAS

Y en cuanto a mis conferencias, últimamente estoy trabajando especialmente los temas de:

- “Emprendimiento, Cambio y Transformación”,
- “Liderazgo Inclusivo”, y
- “Confianza y Automotivación”.

*Si sabes de empresas, asociaciones o universidades interesadas: dales nuestras referencias.*

Y tenemos para el 1 de marzo el comienzo del **Master en “Coaching Ejecutivo” de DEUSTO**. Es un programa singular, diferente, único en el que la investigación, los conceptos y la praxis se aúnan. Está diseñado conjuntamente con *Asdrich* y su profesorado estará aquí en Madrid. Es una buena inversión y aún quedan plazas.

## ■ COACHING

¿Qué más contaros?

Pues que tenemos ante nosotros . . . . .



*otra posibilidad simbólica para reinventarnos*, para crecer, para romper, para alzar el vuelo, para ir detrás de los sueños o crear nuevos sueños... para ser mejores seres humanos... con nosotros y con los demás.



Y los que estamos en este tiempo, percibimos, sospechamos, pensamos, queremos, decidimos... que las cosas en el mundo no pueden seguir como están... con mucha pobreza, hambre, desigualdad, injusticia, violencia, desamor...

Todos estamos en la misma nave y todos somos co-responsables. Aunemos fuerzas. Y comencemos a cambiar *desde nosotros mismos*, y poco a poco iremos ampliando el círculo. ***¡Ánimo, decisión confianza!***

Y para terminar las dos cosas de siempre:

1º. Si crees que a alguien le puede interesar el contenido de esta LL: pásasela por favor, y que se inscriba a través de [contacto](#) de la web para recibir las siguientes.

y; 2º: Acuérdate de ser feliz. ¡Atención! a partir de ahora voy a poner: ***¡Acuérdate de ir siendo... feliz!!!***

Hasta el mes próximo.

**José María Gasalla**

Conferenciante, escritor y profesor de DEUSTO Business School