

# FELICIDAD, CONFIANZA Y ECONOMÍA

“Incluso una vida feliz comporta cierta oscuridad y la palabra feliz perdería su sentido si no se viera compensada por cierta tristeza”

Carl Jung

**Un estado de felicidad seguramente no significa felicidad. Al igual que un estado de no felicidad no significa que esencialmente no se sea una persona básicamente feliz.**

**Lo que quiero decir es que lo externo puede variar transitoriamente los sentimientos más profundos.**

Entonces, la felicidad la califico como un **sentimiento íntimo sometido a diferentes emociones que hacen que uno, en ciertos momentos no se sienta bien, en armonía con lo que le rodea.**

Me ha sucedido a mí esta mañana. Amanecí sintiéndome profundamente bien, y de repente, surgió un malentendido que me hizo sentir mal. Y me duró para varias horas. Y tuve suerte (es decir) de no sentir miedo, que es de las emociones que tratan de fijarse y de cerrar el mundo de las salidas y las soluciones.

## Y, ¿qué sucede con las circunstancias de índole económica?

Y ahora que estamos en momentos singularmente complicados en este sentido en España, nos podemos preguntar:

- ▶ **¿puede existir felicidad en unas condiciones económicas bajo mínimos?**
- ▶ **¿Y puede la economía salir de esos mínimos sin confianza de los agentes intervinientes?**

Al hacernos estas preguntas nos damos cuenta que existe algún tipo de relación entre felicidad, confianza y economía.. No obstante, no existe una correlación lineal, sino más bien de índole compleja.

A mayor economía no se da necesariamente una mayor felicidad, pero,

- ▶ **¿puede existir la felicidad en un ambiente de no confianza?** Seguramente no.
- ▶ **¿Y puede haber economía si no existe confianza?** Seguramente tampoco.
- ▶ Y faltando la economía, **¿puede sentirse felicidad?** Y aquí comienza la complejidad.
- ▶ **¿Puede uno sentir y actuar desde sentimientos profundos sin tener las necesidades básicas cubiertas?** Para el “normal” de los mortales, diríamos que no. Sobre todo si sabe que existe esa posibilidad económica y que, por cualquier razón, no la puede alcanzar.





El sentimiento de felicidad en **Bután** (en donde estuve hace un año), seguro es diferente cuando era un país aislado del mundo, que ahora en que Internet, la TV y los turistas han entrado allí. *La expectativa de muchos Butaneses jóvenes es poder emigrar a Estados Unidos de América.*

Los estímulos externos pueden “**EUFORIZAR**” pero a eso no tendríamos que llamar felicidad, aunque así se hace con frecuencia.

¡Qué difícil es vivir una vida plena y consciente! Estamos llenos de inercias, impulsos, miedos, pensamientos negativos que nos impiden vivir **EL AHORA CONSCIENTE**.

Cuando sentimos la alegría interna seguramente estamos sintiéndonos armonizados con nuestro sentido de vida. Estamos aceptando la realidad, y estamos siendo y evolucionando en ella.

Cuando podemos conectar con ese “**YO EN CONSTRUCCIÓN**” profundo, aunque no sea de continuo, podemos decir que estamos vivos y que hay *esperanza* por muy malas que sean las circunstancias. Es interesante dedicar un tiempo a ese tiempo de conexión interna.

Es interesante ese bucear hacia el reconocimiento de uno mismo y observar la relación que tenemos con el mundo exterior. Observar y potenciar ese flujo, esa armonía. Fácilmente **muchos miedos irán desapareciendo**.



No se trata de buscar la felicidad.

Eso es una quimera.

El ir siendo, y poniendo la consciencia en ello, ya nos da el sentir de la felicidad.

Ese sentir muchas veces convertido en paz interior a través de la cual te perdonas y perdonas a los demás.

Dejas de autoculparte y de buscar culpables.

**Así pues, en este camino nos convertimos en los únicos responsables de nuestra felicidad.**

***¡Deja de mirar al cielo a ver si se disipan los nubarrones,  
ya puedes comenzar a ser feliz!***





ENCUESTA

“FELICIDAD Y

CONFIANZA”



Análisis de la investigación

*2<sup>a</sup> parte*

## y, ¿qué nos dice nuestra investigación?

En cuanto a la felicidad percibida en sí misma nos encontramos con que:

- Existe más dispersión (varianza) en las mujeres.
- Se manifiestan las mujeres como menos felices en un 17% en el segmento entre 20 a 29 años de edad.
- Igual que los hombres en edades intermedias (7/10) y un 21% menos felices en el segmento mayor de 60 años (5,8/10).

Es interesante este resultado pues contradice uno de la Universidad de Michigan en el que los mayores de 60 años salían con más felicidad (atribuida, en principio, a una mayor sabiduría para enfrentar la vida).

- En lo referente al modo de vida nos encontramos que aquellos que viven en pareja con hijos se perciben un 18% más felices que la media.
- Por otro lado, las personas que viven solas, tienen la menor puntuación media (un 15% por debajo de la media).
- Sin embargo, los que no tienen pareja pero sí hijos, a partir de los 45 años de edad se encuentran con las peores puntuaciones (5,7/10)

- En cuanto a la diferencia entre hombre y mujer respecto a “modo de vida” encontramos que prácticamente no hay diferencias, excepto en lo que se refiere a aquéllas personas que viven solas. El hombre se percibe como un 16% más feliz que la mujer.

Una hipótesis podría ser que el significado de la felicidad puede ser bastante diferente entre uno y otra.

Y por otro lado, que las mujeres suelen ser más autocríticas que los hombres

- En cualquiera de los cruces, se observa que la dispersión en la mujer siempre es mayor.

¿Será que los hombres solemos ser más lineales, incluso en esto de las percepciones?

- El hombre, sin embargo, es mucho más sensible a los pocos ingresos. Se siente un 22% menos feliz que la mujer con unos ingresos de menos de 1.000 € al mes.
- A partir de los 2.000 €/mes son equivalentes hombre y mujer.
- Los que ganan más de 5.000 €/mes no se perciben como más felices (se mantienen igual, 7/10 a partir de los 2.000 €/mes).

Una vez cubierto el mínimo parece como si el aumento de ingresos no se tradujese en aumento de felicidad.

- Los mayores de 60 años son los que se perciben como más felices ganando menos de 1.000 €/mes.  
  
Seguramente se trata de menores necesidades y sobre todo menores expectativas.
- Los de edades intermedias 40-50 años son los menos felices cuando ganan lo mínimo. Parece lógico, por todavía tener grandes necesidades (hijos, hipotecas...) y no poder hacer frente.
- Los jóvenes se perciben más felices cuanto más ganan (hasta 3.000 €/mes).
- Podemos decir que a mayor edad, el dinero se percibe cada vez más como factor higiénico (si no se tiene se produce falta de felicidad). Cuando se va teniendo, prácticamente no aumenta la percepción de felicidad (a partir de los 40).

Seguiremos dando resultados en la próxima LL.

Hasta entonces pues.