

Estilo de vida "vertical"

Saul Shalev (Korkin) M.A.

Según Adler la causa fundamental del sufrimiento humano proviene del hecho que el ser humano es un miembro social. En nuestra sociedad la mayor parte de las personas aseguran que hay personas que valen más que otras, es decir hay superiores e inferiores.

Parecería ser que en realidad es algo natural y que así debe ser. Seguramente al leer estas líneas muchos pensarán por ejemplo que lógicamente el que tiene más dinero tiene más valor que el que no lo tiene, o aquel que tiene estudios universitarios es superior a aquel que no los tiene.

Hablamos de una concepción de vida muy frecuente en nuestra sociedad pero errada.

A esta forma de mirar la realidad la llamaremos "concepto de vida vertical" (sobre la posibilidad de una concepción horizontal, en mi próximo artículo)

Tratemos de imaginar una escalera gigante en la cual la parte más alta toca al cielo y la más baja bajo la tierra en una especie de abismo. Según la concepción vertical todos están sobre la escalera. Cada uno en otro eslabón.

Ellos no pueden estar juntos dado que hay un solo lugar en cada eslabón. Este único lugar puede ser una persona, o una pareja, o una familia, raza, etc. Por lo tanto el resultado es que todo aquel que no es la persona misma, se encuentra en un eslabón superior o inferior. Según este concepto cada cual anhela llegar al eslabón más alto, al lugar más alto. Como saben a que altura se encuentran, lógicamente por intermedio de la constante comparación, la ocupación del particular es medirse constantemente en relación a los demás, en eso invierte sus energías., en ver cuantos se encuentran en un lugar superior y cuantos de ellos en un lugar inferior.

Un niño vuelve de la escuela y cuenta a sus padres que recibió en su examen, estos le preguntan cuantos niños han recibido 10. Hasta que los padres no sepan la respuesta no deciden si estar contentos o tristes. Tanto los padres como el niño no están seguros de su valor personal ellos ven la necesidad de hacer uso de la comparación.

Ellos viven según la concepción de "verticales" no ven la posibilidad de valorarse siendo cada día mejor en relación a si mismo. Cuando el "vertical" mira hacia arriba siente celos que no le permiten sentirse tranquilos, al mirar hacia abajo ve a esas personas que él desvalora y ellos le dan la satisfacción de autovalorarse.

La concepción vertical no le brindará tranquilidad al ser aun cuando ascienda más y más eslabones. Siempre sentirá la necesidad de llegar más alto que los demás. Lo triste es que al llegar a la cumbre y poder mirar hacia abajo le otorgará una constante soledad y a su vez una interrumpida inquietud puesto que se sentirá amenazado desde el lugar en el cual se encuentra.

Son muchas las escaleras que al actuar como "verticales", decidimos no trepar a ellas. Y no se trepa para evitar sentirse inferior uno mismo. Por ejemplo, si determinado estudio le es difícil el "vertical" preferirá evitarlo. Siempre habrá pretextos como "es que ese tema no me interesa" cuando en realidad esta diciéndonos - no me miren o no descubran mi sentimiento de inferioridad. Pero el sentimiento es invisible, por lo tanto nosotros escuchamos frases que dicen no quise subir a esa escalera. De esta forma pierde el "vertical" el derecho de conocer nuevos terrenos y sus conocimientos quedan en un lugar muy estrecho. Esta interpretación puede reflejarse en diferentes campos, en el

campo social, en el campo de vivir en pareja y en cualquier otro ejemplo en el cual el ser siente que no podrá actuar en forma brillante como los que lo rodean.

Cuando una persona siente celos de otra por su forma de triunfar él busca "su escalera" en la cual no tendrá que competir. El famoso matemático no sentirá celos del famoso bailarín, solo si es que el anhelaba ser bailarín y no llegó a ello. De la misma manera sucederá en cada uno de los campos con los cuales no tenemos nada en contacto, pero al tratarse de nuestro mismo camino, allí se reflejará la competencia, que puede llevar a la concepción "vertical" a abandonar o vivir amargado. El concepto "vertical" es totalmente una vida en constante competencia, es una conclusión "el ser debe competir contra el ser". Hay muchas formas de lograrlo, no obstante ninguna de ellas llevara a la felicidad verdadera. En apariencia el "vertical optimista" puede aparentar -dado su alta autovalorización- sentirse bien, completo consigo mismo. Él se empeña en forma directa difícil, él invierte y trata de mejorar sus cualidades. Él sigue trepando constantemente, todo el tiempo. Muchas veces triunfa y entonces se siente fuerte y seguro pero la constante presión lo acompaña durante las 24 horas diarias.

Este sentimiento de presión constante se acentúa mucho más en aquellos que no se valoran en si mismos y están más pendientes de los demás. El método más corriente para poder sobrevivir es "empujar" hacia abajo a sus competidores, generalmente esto de refleja corrigiendo en todo momento la actuación de los demás.

No se corrige para construir sino para acomplejar, por ello las críticas no tan solo no son alentadoras sino que se dirigen a un solo objetivo: demostrar al competidor que él es inferior -hay un solo superior y "ese soy yo". Aquel que tiene continua necesidad de sentirse superior sabe ofender dirigiéndose a las debilidades de su rival.

Muchos "verticales" elegirán a su alrededor personas que son muy acomplejadas en su autovaloración.

Otro estilo de "vertical" es el de todos aquellos que se ven a sí mismos con muy poco valor personal pero no tienen la valentía de observarse a sí mismos. La táctica que ellos emplean es culpar a los demás, todo sucedió por sus compañeros o "porque sus padres no insistieron lo suficiente para lograr sus carreras" u otros motivos que no los ayudarán a salir de sus complejos.

Adler diferenció a los "verticales" en dos grupos: los que eligieron ese estilo de vida por intermedio de un "camino productivo en su vida" o aquellos que decidieron hacerlo en forma destructiva.

El problema es que cuando se actúa por el bien social se podrán superar las caídas, pero cuando se actúa tan solo por el propio bien, las caídas no darán las herramientas de superación.

Hay otra forma de ver la existencia, la pertenencia a la sociedad humana, y a ello me dedicaré en mi próximo artículo.