

niveles de validación

el ser humano es la única especie en el planeta que vive con la necesidad de validar su existencia; ya sea a través del otro, de resultados, o de su propio halago.

todos quienes tenemos una identidad en nuestras mentes,
nos encontramos oscilando,
en alguno de los siguientes 4 niveles de validación:

en el primer nivel,
están quienes validan su identidad a través de la aprobación de otras personas:
¿cómo me ven? ¿qué dicen de mí? ¿quién soy según la historia?
en este nivel, sin la confirmación del otro, no soy quien pienso ser;
y peor aún, soy lo que piensan de mí.

en el segundo nivel,
están quienes validan su identidad con logros, medallas, y resultados:
¿qué he logrado? ¿soy más que el vecino? ¿cuánto tengo a mi nombre?
en este nivel, si no se manifiestan los resultados externos, no soy quien pienso ser;
me comparo constantemente, y si soy mejor, me siento bien;
y si soy peor, no soy quien pienso ser.

en el tercer nivel,
están quienes validan su identidad por sí mismos, a través de mantras y repetición:
“merezco amor”, “me amo a mí mismo”, “soy fuerte y abundante”.
en este nivel, si no afirma lo suficiente, no soy quien pienso ser;
mis palabras son la verdad de lo que soy;
y con ellas puedo levantarme, o quebrarme.

y finalmente, en el cuarto nivel,
están quienes no buscan ya la validación, pues la han trascendido.
trascenderla la validación es renunciar a su placer;
no se vive para validar la identidad, sino que se vive simplemente por vivir.

y si nadie me ve, no obtengo el resultado, y no creo lo que me digo a mí mismo:
entonces, ¿quién soy?

hay dos formas para nunca sentir rechazo:

la primera es nunca intentando nada;

y la segunda es renunciando al propio placer de ser validado.

pues solo es realmente libre del peso de su propia identidad,
aquel que aprende a vivir simplemente por vivir.