



El carácter desde la tanatología

* Por José de Jesús Elizarrarás Quiroz

La tiricia es el tedio del alma que nos impide ver nuestra propia valía



En nuestra región sonorense, el término "tiricia" resuena con una carga ancestral y profunda. En la web se define como tristeza o incluso como una ictericia emocional que nos pone amarillos por dentro, robándonos el ímpetu. Pero profundizando, la tiricia es la incapacidad de actuar debido a una profunda desvaloración personal. Es el autosabotaje en su máxima expresión. Cuando experimentamos un duelo, es fácil caer en este estado de sopor donde la vida pierde su brillo. Lo peligroso es que esta tiricia suele extenderse a nuestra economía personal y a nuestra capacidad de generar ingresos.

El vínculo entre el valor propio y la abundancia

¿Por qué te has desvalorado tanto? ¿Por qué has dejado en

manos de terceros o del pasado la responsabilidad de tu sustento y tu paz? Existe una relación directa entre la salud emocional y la educación financiera. Una persona que no se siente valiosa difícilmente se sentirá capaz de atraer abundancia. La tristeza mal gestionada nos hace creer que no merecemos el éxito o que es "indigno" buscar el bienestar material cuando alguien más ya no está.

Para romper este ciclo, te propongo transformar tu narrativa interna mediante una alquimia de la productividad:

El salto a la libertad

El "salto a la libertad" financiera y espiritual ocurre cuando reconocemos que el victimismo es una cárcel cómoda pero estéril. Gestionar la tiricia implica "ver hacia dentro" y recuperar los fragmentos de nuestra autoestima. Si logras transformar ese tedio en acción,

estarás honrando la vida que fluye por tus venas. La generación de ingresos no es sólo una cuestión de números; es un reflejo de cuánto te valoras y cuánto estás dispuesto a servir a los demás con tus talentos. La tiricia se alimenta de la estática. Para romperla, te propongo el siguiente ejercicio: Identifica una meta económica que hayas abandonado por "falta de ganas". Divide esa meta en tres acciones pequeñas que puedas realizar hoy mismo. El movimiento físico y mental es el antídoto natural contra la tiricia. Sella tu compromiso con esta afirmación diaria:

"Mi valor no depende de mi pasado ni de mis pérdidas. Hoy reconozco mis talentos como herramientas sagradas y me doy permiso de generar bienestar, sabiendo que mi abundancia es el reflejo del respeto que tengo por mi propia vida." En suma, tu economía es un espejo de tu autoestima. La "tiricia" no es sólo tristeza, es el estancamiento que surge cuando dejas de creer que eres valioso. Al permitir que el duelo o la desvaloración frenen tu capacidad de

generar ingresos, conviertes tu dolor en una carencia que te aprisiona. Superar este estado requiere entender que generar bienestar no es una falta de respeto al pasado, sino un acto de dignidad en el presente. La verdadera libertad espiritual y financiera llega cuando dejas de ser una víctima de las circunstancias para convertirte en el gestor responsable de tu propia vida y de tus talentos. "Generar abundancia es el acto de amor propio con el que honro mi existencia y mi derecho a vivir con dignidad."

Recuerda que esta es una reflexión y que no suple al médico o la consulta médica o tanatológica. Cada uno da lo que lleva en su corazón. Esto, te lo doy sin temor. Sólo escoge lo que te sirve. Asume tu realidad responsablemente, sin juicios y desde el amor, te allanará el camino de tu vida.

*** Tanatólogo. Conferencista. Escritor. Investigador. Correo electrónico: mi.red.soc@gmail.com**

