



El contrato social con la vida

Por José de Jesús Elizarrarás

A los abogados(as) de mi linaje

En el marco del Día del Abogado, es preciso hablar de los acuerdos. En el mundo de los negocios, un contrato establece las reglas del juego, los beneficios y las penalizaciones. Sin embargo, pocos se detienen a revisar el contrato social que han firmado con la vida. Tras un duelo o una crisis, solemos vivir bajo cláusulas extremadamente abusivas, injustas o desproporcionadas que nosotros mismos nos impusimos: "nunca volveré a amar", "debo cargar con la culpa de los que se fueron" o "mi felicidad está sujeta al éxito económico". Como filósofo, te pregunto: ¿Quién redactó ese contrato y por qué sigues cumpliendo términos que sólo te generan pérdidas?

La rescisión de deudas emocionales

Desde mi experiencia como tanatólogo, sanar es, en gran medida, un proceso jurídico interno. Significa declarar la «caducidad» de ciertos dolores que ya no tienen lugar en tu presente. Muchos viven como si tuvieran un embargo sobre su alegría debido a un evento del pasado. Actúan como si debieran pagar una indemnización perpetua por haber sobrevivido o por haber fallado en algo. Pero la vida no busca castigos, busca evolución. Viktor Frankl, en su obra

La libertad no es la ausencia de compromisos, sino la capacidad de elegir con quién y con qué te vinculas

fundamental sobre el sentido de la vida, sostiene que «cuando ya no somos capaces de cambiar una situación, nos enfrentamos al desafío de cambiarnos a nosotros mismos» (Frankl, 2015, p. 112). Esta transformación es la clave para rescindir las deudas emocionales. Para ti lector, la analogía es clara: si un contrato ya no es rentable y sólo drena tus recursos, es momento de renegociar las condiciones o rescindirlo. No puedes firmar un

nuevo proyecto de vida si tu «firma espiritual» sigue empeñada en un litigio con el pasado. El perdón, lejos de ser un acto de debilidad, se configura como un imperativo ético; como señala Jacques Derrida, el perdón genuino implica la posibilidad de lo imposible, permitiendo «liberar al futuro de la carga del pasado» (Derrida, 2003, p. 45). Es este documento legal interno el que extingue la deuda y te devuelve la solvencia emocional para

volver a invertir en tu futuro.

Legislar para la paz

Tú eres el legislador de tu propia morada. Tienes el poder de redactar nuevas cláusulas basadas en el respeto propio, la soberanía y la responsabilidad. Un contrato social con la vida con sentido de trascendencia debe incluir el derecho al descanso, la cláusula de la alegría sin culpa y el compromiso de seguir tu leyenda personal por encima de las expectativas ajenas. La justicia verdadera empieza cuando dejas de ser injusto contigo mismo.

Según la perspectiva estoica, tal como lo recuerdo de mis maestros al citar a Epicteto, debemos distinguir entre lo que depende de nosotros y lo que no, concentrando nuestra voluntad exclusivamente en nuestras propias acciones y juicios. Esta soberanía personal se completa con el arte del perdón; como sostienen Desmond y Mpho Tutu en su obra *El Libro del perdón*, (2017), el perdón no es un signo de debilidad, sino un acto de profunda fortaleza y un regalo que nos hacemos a nosotros mismos. Al perdonar, dejamos de permitir que el ofensor o el dolor del pasado sigan siendo los «carceleros» de nuestra felicidad, recuperando así el control sobre nuestro propio destino (Tutu & Tutu, 2017). Legislar para la paz es, en última instancia, decidir que ninguna herida externa tendrá el poder de dictar el veredicto de tu presente.

La justicia verdadera empieza cuando dejas de ser injusto contigo mismo.

