



La psiquiatra Laura Rojas Marcos ayer en una céntrica calle de Valencia / BENITO PAJARES

«Tenemos que aprender a pedir perdón»

Laura Rojas-Marcos analiza el sentimiento de culpa en un libro que presentó ayer en Valencia

BEL CARRASCO / Valencia
 El sentimiento de culpa es una de las vigas maestras de la condición humana, tema de inspiración de numerosas obras de arte. «Cuales son las causas que lo provocan? ¿Seríamos mejores o más felices si tal sentimiento no existiera?»

La psiquiatra Laura Rojas Marcos aborda estas y otras muchas cuestiones relacionadas con el tema en un libro que presentó ayer en Valencia *El sentimiento de culpa* (Aguilar)

«El sentimiento de culpa surge de una amalgama de factores sociales, culturales religiosos, familiares y personales», responde a la primera pregunta. «Es un senti-

miento inherente al ser humano que rige nuestra capacidad para sentirnos o no satisfechos con nosotros mismos, asociado muchas veces con el deseo de agradar a los otros», añade Rojas Marcos.

La llamada en lenguaje coloquial mala conciencia es una moneda de dos caras. «Tiene un aspecto positivo pues ayuda a distinguir entre el bien y el mal, y a tener en cuenta a los demás», dice Rojas Marcos. «Pero puede ser también destructiva si nos flagelamos a nosotros mismos de forma exhaustiva y sin compasión. A mi consulta llegan muchas personas aquejadas de ese conflicto y eso me ha impulsado a escribir este libro».

La huella del terrorismo

> Laura Rojas Marcos colaboró con la Cruz Roja y el gobierno esta dominense para dar asistencia psicológica a los supervivientes del 11 S y también estuvo presente tras los atentados del 11 de marzo.

>> «Sólo una minoría sigue reviviendo la pesadilla que sufrieron en el 11 S. La clave para superar el estrés posttraumático no es olvidar sino integrar los hechos en tu vida y seguir adelante».

Rojas Marcos dedica una atención a lo que llama culpas falsas basadas en unos hechos de los que el sujeto no es responsable. «La culpa falsa es la que suelen experimentar, por ejemplo, los hijos de padres separados o divorciados, las víctimas de una violación, de algún acto criminal, o los atentados de un atentado terrorista. Se debe al deseo de control que tenemos las personas y puede generar mucho dolor y sufrimiento».

Cuando la culpa deja de ser un camino de redención para convertirse en una condena hay que tomar drásticas medidas. «Primero hay que identificar su origen y tratar de objetivar la situación», aconseja la psiquiatra. «En último término hay que buscar ayuda en personas de confianza o profesionales».

Otra forma de enfrentarse con inteligencia al sentimiento de culpa es el perdón, el perdón a los demás y

«Hay que identificar el origen de la culpa y objetivarla».

a nosotros mismos que significa un acto de comprensión. «Tenemos que aprender a pedir perdón que ese gesto deje de considerarse un signo de debilidad», sentencia Rojas Marcos.

También hay que considerar algo esencial. «En las relaciones humanas los conflictos constituyen la regla no la excepción. La cuestión no es si nos encontramos o no con ellos, sino cual es el mejor modo de tratarlos», concluye Rojas Marcos.

AGENDA

> VALENCIA

Exposición / Palau de la Musica

Muestra de pintura titulada *Reveses del fuego*, de Antonio Moya. Hasta el próximo día 30 de diciembre.

Exposición / Galería Rosalía Sender

Muestra titulada *La presente ausencia* de Inmaculada Martínez Martí. Hasta el próximo 24 de octubre.

Exposición / Galería Thema

Muestra colectiva de pintura, escultura y obra gráfica de Armengol, Caparros, Carmen Calvo, Chillida, Miquel Navarro, Miro, Picasso, Rafa de Corral, Ripolles, Saura, Tapies, Valdes, etc. Hasta el 31 de diciembre.

Exposición / Galería Tomas March

Muestra titulada *Satori o la captura de lo intangible* de Deva Sand. Hasta el próximo día 24 de octubre.

Exposición / Galería La Nave

Muestra colectiva titulada *Nuevas propuestas 09* de los artistas Guillermo Carrion, Albert Corbi y Manuel Gamonal. Hasta el próximo día 14 de noviembre.

Javier Piñón

> **Exposición** La Galería ofrece la primera exposición individual de Javier Piñón en España, titulada *Song of the siren*. La muestra del artista de Miami se podrá visitar hasta el 24 de noviembre.



> PROVINCIA DE VALENCIA

Almussafes / Concurso

XIII Concurs Estatal de Fotografia «Vila d Almussafes». Admisión hasta el 7 de noviembre.

La Canyada / Exposición

Muestra titulada *Homeless and soldiers* de Samuel Ferrer. Hasta el 20 de noviembre. Centro Social La Canyada.

L'Ellana / Exposición

Muestra titulada *Guardians de la diversitat. Pobles indigenes de latinoamerica*. Permanente. Centro de Voluntariado de L'Ellana. Casa de L'Estacio.

Paterna / Exposición

Muestra titulada *Almas invisibles*, de José Miguel García Roa. Hasta el 30 de octubre. Espai Cultural Coves del Bata.

AEROPORT CASTELLO

Generación Valenciana

Castellón

Sergio García
Ganador 2008
Castello Masters
Costa Azahar

www.castellomasters.com

Castellón Masters
Costa Azahar

22-25 Octubre 2009
Club de Campo del Mediterráneo en Borriol, Castellón

te esperamos