



Universidad
Internacional
de Andalucía

MAESTRÍAS EN LA RÁBIDA

“Toda pérdida afectiva tiene nuevas ganancias”

UNIA ■ Hoy finaliza el curso del Movimiento hacia el Agradecido Recuerdo, que persigue eliminar el sentimiento de culpa en caso de pérdida de afecto ■ Su titular, Carlos Odriozola, señala que se intenta hacer ver a los alumnos las distintas oportunidades que ofrece la vida

María D. Cejudo
■ LA RÁBIDA

El proceso del duelo. Éste es el nombre del curso que comenzó el pasado día 8 y termina hoy en la Sede Iberoamericana Santa María de La Rábida.

El Movimiento hacia el Agradecido Recuerdo o también conocido como proceso M.A.R. es, a juicio de su titular, Carlos Odriozola Espinosa de los Monteros, un trabajo que persigue el “tratamiento de las pérdidas afectivas” que toda persona tiene a lo largo de su vida, tal es el caso de los fallecimientos, divorcios y abortos.

En este sentido, Odriozola apunta que el principal fin de este proceso es eliminar todo sentimiento de culpabilidad. Para ello se transmite a los alumnos que ésta es una situación “intrapersonal y no interpersonal”. Por ello, “está en la mano de cada persona el poder llegar a experimentar el agradecido recuerdo”.

Para el psicoterapeuta, la elaboración de las pérdidas es importante ya que en función del modo en el que se dé por concluida una relación, la persona tendrá mayor o menor disposición a emprender una nueva. Así, Odriozola manifiesta que “cada pérdida invita a nuevas ganancias”, y esto es lo que hay que hacer ver a todos los alumnos.

Así pues, este proceso se ha elaborado bajo la filosofía de que

CARLOS
ODRIOZOLA

Psicoterapeuta
y profesor

“Las dos principales emociones que generan endorfinas en el ser humano son el enamoramiento y el agradecimiento”



Carlos Odriozola Espinosa, en la Sede Iberoamericana Santa María de La Rábida.

Los datos

Los cinco planteamientos del proyecto:

- **Terminado:** Se considera que un duelo está saneado cuando lo que queda es el agradecido recuerdo.
- **Otros sentimientos:** La indiferencia, el rencor, la culpa, la rabia y/o la alegría ponen de manifiesto un duelo atascado o insano.
- **Duelo insano:** Todo duelo está atascado cuando atrás se cuenta con la presencia de un sentimiento de culpabilidad.
- **La culpa:** Es un proceso intrapersonal. Su desaparición depende de uno mismo.
- **Comprensión:** El perdón deja paso a una sensación de agradecido recuerdo.

un duelo está bien elaborado “siempre y cuando” en la persona que sufre la pérdida quede un sentimiento de paz.

¿A quién va dirigido?

Este trabajo, mediante el que se intenta fomentar la pasión por las nuevas oportunidades que ofrece la vida, está diseñado especialmente para la formación de profesionales de la salud y la educación, de modo que se pueda afrontar cualquier situación de pérdida tanto en casos individuales, familiares o grupales.

Asimismo, está orientado a todo aquel que desee sanar su

historia de vida. “En ningún momento tratamos de suprimir el dolor”, explica el psicoterapeuta, “ya que éste es una manifestación de amor”. “Lo que intentamos es reconvertir el sufrimiento en dolor”, añade. Esto es así puesto que, como expone Odriozola, “el sufrimiento está en la cabeza y tiene que ver con el pasado y con el futuro; sin embargo, el dolor se encuentra en el corazón y es presente”.

Por último, el psicoterapeuta ha señalado que el paso que cierra todo este ciclo consiste en “reconvertir la pérdida beneficio de la humanidad”. ■