

## Il Cerchio continuo della Comunicazione

Quando parliamo con qualcuno, quanto pesa il nostro **stato emotivo**? Sì molto, lo sappiamo tutti sulla nostra pelle, dalle esperienze che abbiamo vissuto. Si dice, infatti, che se si avvia un incontro con "il piede giusto", oppure con "il piede sbagliato", l'esito finale sarà influenzato da questa partenza.

C'è chi sostiene che, quello che conta davvero, è la sostanza di un discorso, ovvero le informazioni e i fatti da raccontare agli altri. Le "testate" prese nel corso della vita, dimostrano invece che **è la forma a contare più della sostanza**. Anzi, è proprio la forma che "impacchetta" il messaggio e gli attribuisce un significato ben preciso.

Un esempio che illumina questo punto è l'uso di un linguaggio connotato dal segno positivo o dal segno negativo. Infatti il linguaggio funziona come una pila: ha un polo positivo e un polo negativo. I poli opposti sono in perfetta corrispondenza con i nostri stati emotivi e mentali. Se ci sentiamo bene, in pace con l'umanità, allora saremo in grado di illuminare le persone vicino a noi. Al contrario, se le cose girano dalla parte sbagliata e siamo di pessimo umore, ecco che tutto si colora di grigio e diventiamo insopportabili.

La nostra comunicazione con gli altri, è uno specchio fedele del nostro stato interno. Quando parliamo con qualcuno e "condiamo" il nostro discorso con parole come "triste", "ansioso", "incerto", si può immaginare facilmente qual è l'effetto che otteniamo sull'umore del malcapitato.

Usare un linguaggio in positivo ci aiuta a far partire il discorso sempre con "il piede giusto". Chi ci sente parlare con termini come "sviluppo", "soluzione", "fiducia", è certo ben contento di starci a sentire e sarà più disponibile ad ascoltare le nostre idee.

Per chiarire meglio questo punto, è importante aggiungere una considerazione: si fa uso di una terminologia in base al nostro modo di guardare e valutare le cose. Se vediamo la vita come un campo minato in cui camminare, sarà poi impossibile usare un linguaggio positivo.