

# *Il linguaggio del Cuore*

di Beatriz Santos

*Dire sinceramente ciò che si pensa... Trasmettere ciò che si sente in modo naturale...*

*Condividere ciò che si è vissuto e ciò che si sogna...*

*Parlare molto di più che per scambiare informazioni o compiti...*

*Fare in modo che le parole veicolino anche cuore e anima... Riempire la parola di calore e fiducia...*

*Mostrarsi liberamente e sentirsi riconosciuti e apprezzati...*

*sono aspetti di ciò che chiamiamo **Il Linguaggio del Cuore***

Un linguaggio è uno strumento per avvicinarsi agli altri, ma troppo spesso, percepiamo l'altro come avversario quando non pensa e agisce come vorremmo. Forse inconsciamente crediamo che sia compito suo trovare il "codice giusto" per accedere al nostro cuore...E così, tutti aspettiamo!

**IL SEMINARIO *Il Linguaggio del Cuore* PROPONE IL TEMPO, LO SPAZIO, I GIOCHI E GLI STRUMENTI NECESSARI PER METTERE IN PRATICA QUESTA LINGUA UTILIZZANDO NUOVE ALTERNATIVE DI ESPRESSIONE RAZIONALI ED EMOZIONALI.**

Durante *Il Linguaggio del Cuore* vedremo come:

- Identificare e selezionare ciò che pensiamo realmente e ciò che inconsciamente crediamo vero.
- Scoprire i nostri veri sentimenti.
- Conoscere meglio i nostri desideri intimi.
- Guardare il nostro passato in modo più giusto.
- Definire ciò che desideriamo veramente trasmettere.
- Alleviare le nostre paure di essere visti e toccati fisicamente, emozionalmente e mentalmente
- Apprezzare meglio gli altri e definire chi siamo noi.
- Ascoltare senza cercare il confronto.

*Il Linguaggio del Cuore è la lingua della comprensione e del rispetto verso se stessi e verso gli altri, perché anche se sappiamo di meritare rispetto... Siamo sicuri di creare tutte le condizioni per favorirlo? Siamo sicuri di rispettare GLI ALTRI AL 100%?*