

# LA CARA ES EL ESPEJO DEL ALMA



**Y los ojos son sus intérpretes,** decía *Cicerón*.

La expresión facial es la vía de comunicación principal de emociones con nuestro interlocutor. La expresión del rostro puede contagiar la emoción que produce al receptor, por lo que se convierte en un poderoso puente entre corazones.

Como protagonista del rostro, la mirada merece un apartado específico: **la oculésica**.

Una mirada limpia, serena, clara, sincera, entusiasta es la aliada por excelencia de las palabras. No dirigir la mirada al techo o al suelo, sino fijarla en el interlocutor o en el público, es lo que transmite sinceridad, decisión y sobre todo Autoridad.

Lo ideal es **mirar a la cara en la franja entre los ojos y los pómulos** evitando mirar solo a una persona o a las primeras filas. No mirar al público mientras se habla y mirar por la ventana, a un lado, a los papeles, al techo, denota inseguridad, desinterés, arrogancia, antipatía, sensación de culpabilidad, inferioridad o incluso miedo a manifestar las emociones y los sentimientos. **Mira a tu público para consolidar tu principio de autoridad.**