

Ma questo non significa che dobbiamo diventare esperti di psicologia o decodificatori di emozioni. Significa semplicemente che dobbiamo essere presenti, curiosi, disposti a vedere l'altro non come un insieme di parole, ma come una storia, una complessità, un essere umano. È in questa presenza che il linguaggio segreto delle ferite trova il suo significato, la sua possibilità di trasformazione.

E forse, alla fine, il vero insegnamento di questo linguaggio è che non siamo soli. Ogni ferita parla, ogni parola è un ponte, un invito a connettersi, a capire, a guarire. È un linguaggio che ci ricorda che, nonostante tutto, siamo ancora capaci di comunicare, di condividere, di amare.

### **La riunione mancata (Il linguaggio del Rifiuto)**

Luca entra nella sala riunioni con qualche minuto di ritardo. Gli occhi sfuggono ai volti dei colleghi mentre si siede in un angolo, cercando di non disturbare. "Scusate il ritardo," mormora a bassa voce, appena udibile. Nessuno sembra reagire, forse perché il capo ha già iniziato a parlare, ma per Luca è una conferma: è trasparente. Mentre prende appunti, il suo corpo è rigido, come se sperasse di diventare invisibile.

Durante la discussione, Luca ha un'idea brillante, ma la sua mano si ferma a metà strada verso l'alzarsi. Pensa: *E se fosse stupida? Se non interessasse a nessuno?* La sua mente è un vortice di dubbi, il cuore batte più forte. Alla fine, resta in silenzio. Quando qualcun altro propone qualcosa di simile, ricevendo un plauso generale, Luca abbassa lo sguardo. Dentro di sé, una voce sussurra: *Non avevi diritto di parlare. Non avevi niente di importante da dire.*

Il linguaggio del rifiuto non è fatto di parole pronunciate, ma di quelle non dette, di silenzi pieni di significato. È un linguaggio che racconta di una paura radicata: quella di non essere abbastanza, di