

El lenguaje de los ojos



“Cuando los ojos dicen una cosa y la lengua otra, un hombre sabio confía en lo que dicen los primeros”

- Ralph Waldo Emerson

Los ojos son la ventana al alma de una persona. Si estás buscando amor, cuando mires a alguien a los ojos, simplemente sonríe, y si recibes una sonrisa, entonces la persona está abierta a conocerte, y si no, sigue tu camino y encuentra una persona que sí lo esté.

El mirar fijamente a alguien puede enviar muchas señales: interés romántico, agresión, miedo, etc. Observa el resto de las señales que son emitidas por la persona, antes de dar una interpretación a una mirada fija.

Mirar, larga y fijamente, sin adoptar una postura agresiva, te hará ver confiado, interesado, seguro y cómodo contigo mismo. Esto funciona excepcionalmente bien cuando quieres dejarte ver calmado y en control, cuando hables en público cambia constantemente tu mirada entre las personas a las que te estás dirigiendo. Esto les dará a entender que respetas y consideras importante a cada persona que te escucha, con esto ganarás su atención y respeto.

Cuando se trata de contacto visual, no es la cantidad lo que importa, sino la calidad. Esto significa que no se necesita quedarse mirando pupila a pupila a alguien en particular, la gente que maneja sus movimientos oculares de una forma relajada y cómoda, pero siempre atenta, son vistos como seres sinceros y honestos. El contacto visual muy fijo y directo, sin expresión alguna, es, por lo general, visto como una falta de atención por parte del receptor. Los ojos de una persona que sabe escuchar, tienden a adoptar una mirada de análisis. Al hablar, mirar a tu audiencia es muy importante y tus ojos deben verse siempre atentos, amables y alerta.

Las investigaciones sugieren que las personas capaces de observar a los demás sin sentirse amenazadas a mantener su mirada, tienen un mejor autocontrol que las personas que carecen de esta capacidad. La próxima vez que camines por la calle, practica mantener el contacto visual con extraños. El juego funciona así: la primera persona en bajar la mirada

o voltear la cabeza, gana. Inténtalo alguna vez, de hecho, es muy divertido, entre mejor te prepares para jugarlo, mejor entenderás el poder que algo tan sencillo como el contacto visual tiene. Solo ten cuidado de no llevarlo a un extremo en el que te vayas a meter en problemas o termines “seduciendo” a alguien no grato en plena calle.

Una vez que se haya practicado el contacto visual prolongado es, a veces, desconcertante. Si encuentras que es muy difícil mantenerlo, un buen truco para esto es mirar el puente de la nariz por en medio de los ojos, esto te ayudará con el estrés y le dará la idea a tu interlocutor de que aún lo estás mirando directamente a los ojos.

Dar una mirada leve a algo o a alguien puede, traicioneramente, descubrir el deseo hacia ese objeto o persona. Si, por ejemplo, una persona hecha miradas casuales a la puerta, esto puede querer decir que esta persona tiene un fuerte deseo de irse. Si se mira a alguien que pasa, puede ser que lo que se desea es irse con ellos; o de “huir con la manada”. También hay que saber que una mirada casual puede tener un significado positivo. Puede indicar el deseo de mirar más detenidamente a algo o alguien a quien está prohibido mirar por periodos largos, como un amor mal correspondido o prohibido. Por supuesto, el mirar fijamente a alguien, sobre todo con los ojos algo caídos, puede significar una sincera preocupación por esa persona, o con el ceño ligeramente fruncido, un cierto enojo hacia ese alguien.

El contacto visual prolongado puede ser intimidante, así que, durante una conversación con alguien, es común mirar hacia otro lado y luego reanudarlo. Sin embargo, ese tipo de movimiento ocular puede dar la idea de alguna inconformidad por algo de lo que se acaba de decir. Por otro lado, también el mirar hacia un lado y luego volver a hacer contacto visual es una táctica del romanticismo que sugiere algo de sumisión, interés y coqueteo, sobre todo si la cabeza se ladea ligeramente o si la mirada se vuelve más suave, con las cejas enmarcando una expresión de incitante interés.



He aquí una lista del movimiento de los ojos y su significado:



Ojos furtivos que se mueven de un lado a otro y con mucho parpadeo de por medio, pueden significar decepción.



Cuando la gente mira hacia arriba, es porque están pensando en algo, haciendo imágenes mentales de algo.



Mirar hacia arriba y con una tendencia hacia la izquierda, puede significar el tratar de recordar algo.



Mirar hacia arriba y ligeramente hacia la derecha puede significar que el cerebro está creando algo, o construyendo una imagen mental, es una conducta común entre los mentirosos y los que tienen un razonamiento visual.



Mirar con una ligera tendencia hacia arriba y como buscando algo más interesante, es una señal clara de aburrimiento.



Quedarse viendo a alguien fijamente puede ser un signo de dominación.



Mirar hacia abajo o al suelo es muchas veces una señal de sumisión, así como de culpabilidad, según sea el caso y la situación.



Una mirada rápida a ambos lados, junto con la cabeza puede darse al buscar la fuente de un ruido o distracción, pero si las cejas se levantan en señal de advertencia, también puede significar que la persona no aprecia el comentario que se le acaba de hacer.



Cuando los ojos se mueven rápida y nerviosamente de un lado a otro puede ser el indicio de que hay una mentira o alguna conducta truculenta. Como si la persona buscara una ruta de huida. El movimiento lateral se puede dar cuando la persona conspira, o rumorea sobre alguien, como

tratando de verificar que nadie más lo está oyendo.



Cuando la persona demuestra empatía y concordancia nunca tendrá la mueca de enojo o molestia que se forma con las cejas tratando de unirse.



Cuando los ojos de alguien se cierran por un momento y las cejas se arquean visiblemente puede significar dos cosas, si la persona sacude ligeramente la cabeza y levanta ligeramente la mano en señal de ALTO, la persona está tratando de decir "detente antes de decir eso"; pero si la cabeza se retrae ligeramente sobre el cuello casi uniendo barbilla y tráquea es una de señal que dice "¡no puedo creerlo!".



Los ojos casi dándole la vuelta a la frente por detrás de los párpados en 180 grados, es una muestra clara de exasperación.



Mirar fijamente con la mirada apuntando ligeramente desde abajo: clara señal de invasión y agresión con un comportamiento amenazador.



El guiño: señal que expresa coquetería, o que la persona guarda un secreto que tiene bien resguardado, también muestra complicidad.



Ambas cejas levantadas: "Hola, quiero conocerte, no estás nada mal, etcétera, etcétera".



Una sola ceja levantada: si la otra está más bien empujada hacia abajo, esto quiere decir "la verdad no te creo mucho de lo que dices".



Bajar los párpados casi cubriendo el iris también puede significar aburrimiento o cansancio.



Mirar la boca de una persona es un signo claro de querer besarla, si se mira a sus partes íntimas entonces es muestra de deseo sexual.



Los mentirosos sonríen con la boca, mas no con los ojos, pues es más difícil de fingir.



Cuando una persona prefiere no tener mucho contacto visual con los demás, es probablemente una falta de seguridad o confianza en sí misma; aunque también podría ser que la persona estuviera mintiendo y no quisiera ser descubierta.