Sol da Alma

LÉAMH LENORMAND

Tuarascáil mhionsonraithe

Don léitheoir: Marta

Trí Chárta · 17 Meán Fómhair 2026

AN CHEIST

Beidh cuairt agam a fhágann míshuaimhneach mé. Cad ba cheart dom a bheith ag súil leis ón gcruinniú seo?

1	Cad as a dtagann sé	**An Leabhar**
2	Cad atá i gceist	**An Nathair**
3	Cá dtreoraíonn sé	**An Crann**

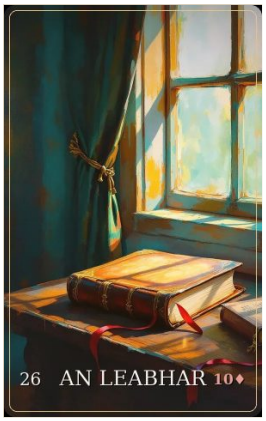
An cheist agus an freagra a thugann an leagan amach

Tugann do cheist, a Marta, míshuaimhneas an-nithiúil chuig an mbord faoi chuairt atá le teacht. Faoin amhras faoi cad ba cheart a bheith ag súil leis ón gcruinniú seo, is ceist

eile ar fad an fhíorcheist a chuireann do chroí istigh: cé chomh fada ba cheart duit do chosaintí a choinneáil in airde, agus cad é a thugann an duine seo leis nár nocht sé fós. Freagraíonn an leagan amach an imní seo go han-díreach, á thaispeáint nach bhfuil d’iomas meallta nuair a mhothaíonn tú an teannas seo i do chliabh. Tá blas coimeádachta agus beagán crostachta ag baint leis an gcuairt seo, ach ní bheidh an toradh deiridh i do choinne má bhíonn a fhios agat conas gníomhú leis an diongbháilteacht is gá.

Tá atmaisféar an bhoird seo roinnte agus i gcothromaíocht éagobhsaí, le cárta neodrach amháin, cárta trom amháin agus cárta fabhrach amháin. Léiríonn sé sin nach bhfuil toradh an chruinnithe scríofa go hiomlán sna réaltaí; is ábhar é atá fós oscailte agus a bhraithfidh go mór ar do dhearcadh féin. Tá an teannas á imirt go príomha i réimse do shlándála pearsanta, do phríobháideachta agus chosaint an ruda a thóg tú le dua. Ní cás briste tragóideach atá anseo, ach triail ar do sheasmhacht agus ar do chumas gan ligean do chomhráite casta ná do leathfhírinní tionchar a imirt ort.

Cad as a dtagann sé



1 · An Leabhar

Is é an Leabhar an cárta a osclaíonn an leagan amach seo agus a thaispeánann dúinn cad as a dtagann an scéal seo. Nuair a fhéachaimid ar an gcárta seo, feicimid an léiriú clasaiceach d’imleabhar dúnta trom, a choinníonn ina leathanaigh scríofa eolas nach bhfuil ar fáil do chách. Is é an focal nithiúil a sheasann an cárta seo dó ná an rún, an ciúnas agus gach a bhfuil coinnithe siar nó fós le nochtadh. Labhraíonn sé ar an easpa soiléireachta a théann roimh an gcruinniú seo, agus ar an bhfíric go bhfuil eolas ann nár tugadh duit go hiomlán faoi fhíorrún na cuairte seo.

San áit seo, cad as a dtagann sé, léiríonn láithreacht an Leabhair go bhfuil fréamhacha ag an gcaidreamh leis an duine seo, nó ag socrú na cuairte féin, i rudaí a fágadh gan rá san am atá thart. Tá stair ann de chúrsaí nár réitíodh nó de rúin a ceileadh ort d’aon ghnó. Ní bheadh an meáchan céanna ag an gcárta seo in áit eile; dá mbeadh sé ag

deireadh an leagain amach, léireodh sé réiteach a éilíonn staidéar agus discréid, ach anseo, ag an bpointe tosaigh, taispeánann sé go raibh an teagmháil féin a chruthaigh an cruinniú lán d’easnaimh cheana. Mothaíonn tú an bhacainn chiúnais sin, agus is as sin a eascraíonn an míshuaimhneas reatha.

Tá an Leabhar díreach in aice leis an gcéad chárta eile, agus oibríonn sé air á athrú. Nuair a cheanglaíonn sé leis an Nathair, taispeánann an Leabhar nár dearmad simplí neamhurchóideach an ciúnas roimhe seo, ach straitéis d’aon ghnó. Cáilíonn an rún anseo an chastacht a leanann é, á léiriú gur choinnigh an duine i gceist a fhíorspreagthaí dó féin ionas nach bhféadfá thú féin a ullmhú roimh ré. Nochtann an péire seo gur úsáideadh an easpa eolais shoiléir mar uirlis chun buntáiste a choinneáil ort, agus ceanglaíonn sé níos déanaí leis an ngá le cobhsaíocht a léiríonn an Crann.

Cad atá i gceist



2 · An Nathair

Tagann an Nathair i gcroí an leagain amach seo mar an cárta a shainíonn cad atá i gceist faoi láthair. Taispeánann pictiúr an chárta seo an reiptíl ag lámhacán gar don talamh, ag dul ar aghaidh trí lúba agus trí chastaí, gan bealach díreach a ghlacadh riamh. Is é an focal nithiúil a shainíonn an cárta seo ná an chastacht, an cor bealaigh agus an gá le cúram dúbailte. Ní fórsa é a throidtear aghaidh ar aghaidh, ach fuinneamh a oibríonn ar chúl do chinn, go hindíreach, agus a éilíonn aird leanúnach uait ar na mionsonraí agus ar a bhfuil idir na línte sa mhéid a déarfar le linn an chruinnithe.

San áit lárnach seo, a rialaíonn an leagan amach ar fad, freagraíonn an Nathair do do mhíshuaimhneas go díreach, á dheimhniú go dtugann an chuairt clár oibre dá cuid féin léi, atá doiléir. Taispeánann an cárta seo san áit seo nach mbeidh an cruinniú éasca ná trédhearcach; déanfar iarracht dul timpeall ar do theorainneacha nó rud éigin nach mian leat a thabhairt a fháil uait, bíodh sé ina fhreagra, ina fhabhar nó ina ghéilleadh spáis phearsanta. Dá mbeadh an cárta seo san áit dheireanach, thabharfadh sé baol

cleas atá deacair a sheachaint, ach toisc go bhfuil sé sa lár, tugann sé rabhadh duit gurb í an chastacht an talamh féin ar a dtarlóidh an cruinniú, rud a ligeann duit do chosaint a ullmhú.

Oibríonn an Nathair go han-láidir ar an dá chárta atá in aice léi. Glacann sí nimh an rúin a thug an Leabhar ón am atá thart, agus caitheann sí a scáth ar an gCrann, an chéad chárta eile. Taispeánann an péire, an Nathair agus an Crann, go ndéanfaidh an chastacht a thugann an duine seo leis iarracht dul isteach i do chobhsaíocht agus i do shíocháin teaghlaigh nó phearsanta. Déanann an Nathair iarracht í féin a chasadh timpeall ar stoc an Chrainn chun an sú a dhiúl as, rud a chiallaíonn gurb é aidhm na cuairte an rud a mheasann tú a bheith slán daingean i do shaol reatha a chur as a chothrom. Is fútsa atá sé gan ligean don chor bealaigh seo fréamhacha doimhne a chur i do shaol laethúil.

Cá dtreoraíonn sé



3 · An Crann

Is é an Crann an cárta a dhúnann an leagan amach agus a léiríonn dúinn cá bhfuil an cás ag dul má bhíonn a fhios agat conas an cruinniú a láimhseáil leis an gcúram cuí. Sa phictiúr ar an gcárta seo feicimid crann duilleach, a fhréamhacha sáite go domhain sa talamh agus a chraobhacha sínte i dtreo na spéire. Is é an focal nithiúil a aistríonn an cárta seo ná an chobhsaíocht, an bheocht agus an fás mall ach slán. Seasann sé do gach rud a thógann am le tógáil agus nach leagann an chéad ghaoth láidir a shéideann é go héasca, toisc go bhfuil bonn daingean faoi.

San áit dheireanach seo, tugann an Crann teachtaireacht faoisimh mhóir maidir leis an gceist a chuir tú. Taispeánann sé, in ainneoin láithreacht na Nathrach i lár an bhoird, go gclaonann toradh deiridh an chruinnithe i dtreo do shlándáil agus do shláinte mhothúchánach a chaomhnú. Léiríonn an cárta seo san áit seo go bhfuil cobhsaíocht do bhaile agus do shaoil phríobháidigh níos láidre ná aon iarracht ar do chur as do chothrom a d’fhéadfadh an chuairt seo a thabhairt léi. Dá mbeadh an Crann sa chéad

áit, labhródh sé ar chás marbhánta as ar tháinig an scéal, ach anseo taispeánann sé go n-imíonn an stoirm agus go bhfanann d’fhréamhacha slán.

Is é an chomharsanacht idir an Nathair agus an Crann pointe criticiúil an léimh seo. Athraíonn an Nathair an Crann trí thriail sheasmhachta a thabhairt dó, ach neodraíonn an Crann nimh na Nathrach freisin lena dhaingne agus lena mhoille. Taispeánann an meascán seo gurb é an bealach is fearr chun freagairt do na castachtaí a thabharfaidh an chuairt seo ná fanacht gan chorraí agus diúltú cinntí tapa a dhéanamh. Ní féidir leis an reiptíl seanchrann a leagan; ní féidir léi ach lámhacán timpeall air. Má fhanann tú daingean i do rún agus mura ngéilleann tú do bhrú láithreach, ráthaíonn tú go gcríochnóidh an cruinniú gan dochar fíor a dhéanamh do do shaol ná do do struchtúr pearsanta, agus go bhfágfar an todhchaí saor ó aon fhréamhacha diúltacha ón teagmháil seo.

An léamh ina iomláine

Nuair a fhéachaimid ar na trí chárta atá leagtha ar an mbord, tuigimid go ndearann an leagan amach seo bealach an-soiléir ón scáth go dtí an solas, trí bhearnas cúng. Tá meá an bhoird cothrom: an Leabhar ag seasamh do neodracht an chiúnais, an Nathair ag tabhairt fhuinneamh trom an amhrais agus an Crann ag tabhairt na cobhsaíochta agus na slándála ar ais duit. Níl figiúir dhaonna ar nós an Fhir nó na Mná i láthair anseo, rud a insíonn dúinn nach ar fhéiniúlacht na ndaoine féin atá fócas na ceiste, ach ar na fórsaí agus ar na dearcthaí a thugann gach duine acu chuig an mbord. Tá an scéal á imirt go hiomlán i réimse chosaint do chríche féin agus do shláine mhothúchánach.

Is sa chodarsnacht agus sa teannas idir an Nathair agus an Crann atá príomhlíne fórsa an leagain amach seo. Cé go seasann an Nathair do luas an ionsaithe fhaladhaigh, don chastacht agus don neamhbhuaine, seasann an Crann don mhalairt: don daingne, don bhuaine agus don diúltú bogadh óna áit cheart. Tugann an Leabhar, a cheileann an Nathair ina leathanaigh, rabhadh nach ó achrann oscailte a thiocfaidh an baol, ach ó chomhrá a bhfuil cuma neamhurchóideach air agus a cheileann rún eile. Freagraíonn na cártaí seo a chéile á thaispeáint gurb é an t-aon bhealach chun gliceas na Nathrach

a shárú dearcadh daingean foighneach an Chrainn a ghlacadh. Ní thabharfaidh aon iarracht argóint a dhéanamh, íoc sa bhonn céanna nó dul i mbun achrainn chainte ach tuilleadh nirt do nimh na reiptíle.

Tá an ghluaiseacht tríd an am an-soiléir. Thosaigh an scéal le rúndiamhair nó le bacainn eolais a chruthaigh an té atá ag teacht ar cuairt chugat, a léiríonn an Leabhar. Chruthaigh an easpa soiléireachta sin do mhíshuaimhneas reatha. Le linn an chruinnithe, a fhreagraíonn don Nathair, tiocfaidh an fhírinne atá taobh thiar den chiúnas sin chun solais i bhfoirm éilimh nó tairisceana a éileoidh do ghéarchúis. Ach taispeánann sruth an leagain amach gur rud sealadach é an suaitheadh seo. De réir mar a imíonn an t-am tar éis na cuairte, socraíonn an deannach agus glacann an Crann smacht ar an gcás, ag athbhunú oird, síochána agus slándála i do spás. Is é an pointe ag a bhfuil tú fós in ann cúrsa na n-imeachtaí a athrú go díreach an t-aistriú idir a gcloiseann tú agus an chaoi a bhfreagraíonn tú: má dhiúltaíonn tú don deifir a dhéanann an Nathair iarracht a bhrú ort, tá an rath cinnte.

Is é an freagra macánta ar do cheist gur cheart duit a bheith ag súil ón gcruinniú seo le hiarracht ionramhála nó cur isteach ar do shaol pearsanta, faoi bhréagriocht na béasaíochta nó ábhair gan mórán tábhachta. Ní thagann an duine atá ag teacht ar cuairt chugat go hiomlán trédhearcach, agus tá tairiscint nó dearcadh á thabhairt aige nó aici atá dírithe ar a leas féin, gan mórán airde ar do leas féin. Ach tugann an leagan amach le fios nach bhfuil de phraghas le híoc ar an gcruinniú seo ach do chuid foighne ar feadh tamaill. Má bhíonn a fhios agat conas éisteacht gan tú féin a cheangal, ag coinneáil do rún faoi ghlas agus do sheasamh chomh daingean le stoc crainn, fágfaidh an cuairteoir do theach gan aon rud a raibh sé ina dhiaidh a bhreith leis, agus leanfaidh do shaol ar aghaidh ag fás go sláintiúil gan iarmhairt ar bith.

Comhairle

An ciúnas mar chosaint

Múineann an Leabhar a osclaíonn an leagan amach gurb é an t-eolas an sciath is mó atá agat sa chruinniú seo. Seachain do thionscadail phearsanta, do chás airgeadais nó

do mhothúcháin is doimhne a nochtadh don chuairteoir seo, fiú más cosúil go bhfuil an comhrá ag dul sa treo sin. Dá laghad a bheidh ar eolas acu fút faoi láthair, is lú an spás a bheidh acu chun castachtaí a chruthú i do shaol. Lig don duine eile labhairt agus coinnigh do smaointe agat féin.

An deifir a dhiúltú

Is í an deifir an uirlis a úsáideann an Nathair chun go ndéanfá botúin. Má iarrtar ort le linn an chruinnithe freagra láithreach, gealltanas nó seasamh a ghlacadh ar ábhar ar bith, úsáid moille an Chrainn chun do leasa. Abair go bhfuil am uait le smaoineamh agus nach ndéanfaidh tú aon chinneadh ag an nóiméad sin. Ná lig don rithim a bhrúnn an duine eile ort thú a scuabadh leis.

Seasamh daingean ar do chríoch féin

Éilíonn an Crann ort d'fhréamhacha a shá sa talamh agus gan spás gan ghá a ghéilleadh. Leag síos teorainneacha soiléire maidir le fad na cuairte seo agus leis na hábhair atá tú sásta a phlé. Is naofa é do spás pearsanta agus ní mór é a chosaint ar aon iarracht ionradh a dhéanamh air nó smacht indíreach a imirt. Coinnigh do sheasamh daingean, go béasach ach gan ghéilleadh.

An rud nár cheart a dhéanamh ar chor ar bith

Tugann comharsanacht an Leabhair agus na Nathrach rabhadh gur botún mór é iarracht a dhéanamh an duine eile a nochtadh go hionsaitheach nó dul i mbun achrann díreach. Ná déan iarracht a chruthú go bhfuil a fhios agat cad atá á cheilt aige nó aici, agus ná téigh i mbun argóintí faoin am atá thart. Ní dhéanfadh sé sin ach an nimh a scaipeadh agus fad a chur leis an tréimhse a fhanfadh an tionchar díobhálach seo i do shaol. Déan neamhaird de na griogaí agus coinnigh d'aird ar do shíocháin.

Comharthaí deimhnithe

Sna seachtainí i ndiaidh an chruinnithe seo, tabhair aird ar an gcaoi a dtagann d'fhuinneamh ar ais chugat tar éis don chuairteoir imeacht. Is é an comhartha gur éirigh le do bhealach cosanta mothú láithreach faoisimh agus glanta san atmaisféar i do

theach, rud a dheimhníonn gur choinnigh an Crann a fhréamhacha sláintiúla. Os a choinne sin, má thugann tú faoi deara go bhfuil an duine ag iarraidh teagmháil leanúnach a choinneáil leat ar an bhfón nó trí theachtaireachtaí tar éis an chruinnithe, is rabhadh é sin go bhfuil an Nathair fós ag lorg bearna i do struchtúr, agus go gcaithfidh tú do Leabhar a choinneáil dúnta agus do chiúnas gníomhach. Is fútsa atá sé, a Marta, a shocrú cé chomh domhain a ligfidh tú don chuairt seo do thalamh a bhaint.

Faoi phictiúir na gcártaí

Leanann an cur síos ar gach cárta sa tuarascáil seo íocónagrafaíocht thraidisiúnta na gcártaí, arb í a thugann a bhrí dó. Ní i gcónaí a atáirgeann na pacaí go hiomlán í: b'fhéidir nach mbeadh mionsonra a luaitear sa téacs le feiceáil sa phictiúr atá os do chomhair. Sa chás sin is de réir an téacs a léitear an cárta – is é a iompraíonn an bhrí thraidisiúnta.

Cód an leagan amach seo

Leagann an bloc seo an bord arís. Cóipeáil é agus greamaigh é in "Greamaigh leagan amach", ag www.soldaalma.pt: filleann na cártaí ar na háiteanna céanna, agus as sin is féidir leat an tuarascáil seo a iarraidh arís gan iad a tharraingt as an nua.

```
--- chun an leagan amach seo a athchóiriú ---
tiragem: cig_tres
baralho: cigano
cartas: G26, G7, G5
pergunta: Beidh cuairt agam a fhágann míshuaimhneach mé. Cad ba cheart dom a bheith ag súil leis ón gcruinniú seo?
```

Léiríonn na cártaí claonta agus fórsaí atá ag obair, ní fíricí cinnte.
Is ar an duine a chuireann an cheist atá an fhreagracht agus an cinneadh i gcónaí.
Lenormand Sol da Alma · pictiúir a péinteáladh ón tús don suíomh seo.