



Un albero per dirti chi sei¹

«Conosci te stesso» era scritto a caratteri cubitali sul frontone del tempio di Apollo a Delfi. L'invito a indagare dentro di sé, per scoprire che l'essenza della nostra vita è dentro, non al di fuori di noi è un'esortazione ancora valida per l'oggi. È evidente che dare una risposta non superficiale a questo interrogativo: «Chi sono io?» è compito importante per ognuno di noi. Qui si offre un piccolo aiuto sotto forma di gioco, attraverso il disegno di un albero, senza pretendere però di banalizzare una ricerca così importante.

Questo è un test, utilizzato dagli psicologi, per interpretare la personalità, esso aiuta a capirsi meglio e anche a «giocare» un po' con se stessi con un po' di sana autoironia.

Radici intricate? Avete avuto un'educazione non del tutto coerente, con conseguente difficoltà a stabilire amicizie. Disegno nell'angolo sinistro in alto? Siete attaccati alle tradizioni e ai valori culturali. Niente radici? Soffrite d'instabilità emotiva, problema che condividete con chi disegna un tronco esile, mentre chi sceglie un modello di abete di Natale vive una parte importante dell'esistenza all'interno della famiglia, di cui assapora i valori e la tradizione come fonte di sicurezza e stabilità.

Posizione	Radici	Chioma
Se l'albero è disegnato al centro del foglio, l'Io della persona gode di una sana armonia generale, che gli permette un buon adattamento alle diverse situazioni e spontaneità nelle relazioni.	Se sono sprofondate in maniera vistosa nel terreno, testimoniano un forte vincolo emotivo con la madre.	Se è a festoni circolari, racconta una persona di carattere socievole e che dimostra un buon autocontrollo.
Fusto	Foglie	Uccellini
Se è disegnato largo e grosso, il disegnatore possiede un carattere pratico, pronto ad assumere le proprie responsabilità	Se vengono delineate minuziosamente, indicano una natura socialmente dinamica, pronta a dare il meglio di sé.	Rappresentano sempre la nostalgia della propria infanzia

¹ Cf. E. CROTTI, E tu di che albero sei? Come interpretare la personalità attraverso il disegno dell'albero, Oscar Mondadori, Milano 2006.



Chi sono io?

«Chi sono io?», chiese un giorno un giovane a un anziano.

«Sei quello che pensi, rispose l'anziano. Te lo spiego con una piccola storia. Un giorno, dalle mura di una città, verso il tramonto si videro sulla linea dell'orizzonte due persone che si abbracciavano.

- Sono un papà e una mamma -, pensò una bambina innocente.
 - Sono due amanti -, pensò un uomo dal cuore torbido.
 - Sono due amici che s'incontrano dopo molti anni -, pensò un uomo solo.
 - Sono due mercanti che hanno concluso un buon affare -, pensò un uomo avido di denaro.
 - È un padre che abbraccia un figlio di ritorno dalla guerra -, pensò una donna dall'anima tenera.
 - Sono due innamorati -, pensò una ragazza che sognava l'amore.
 - Chissà perché si abbracciano -, pensò un uomo dal cuore asciutto.
 - Che bello vedere due persone che si abbracciano -, pensò un uomo di Dio.
- Ogni pensiero, concluse l'anziano, rivela a te stesso quello che sei. Esamina di frequente i tuoi pensieri: ti possono dire molte più cose su te di qualsiasi maestro».

(Fonte non specificata)



Note di
lavoro