

Bona *lletra* i bona *vida*

A partir de l'escriptura podem conèixer els qui ens envolten, i fins i tot descobrir aspectes de la nostra pròpia idiosincràsia

La nostra ment es reflecteix en diferents miralls: la nostra cara, la postura corporal o fins i tot la veu. Estem acostumats a jutjar les persones de forma inconscient, fixant-nos com miren, com caminen, o en el to de les seves paraules. Tanmateix, per aquells qui són profans en la matèria els passa desapercibuda la cal·ligrafia dels altres i la seva pròpia, tot i que la lletra de la gent és una radiografia molt aproximada de la seva personalitat.

A partir de l'escriptura podem conèixer els qui ens envolten, i fins i tot descobrir aspectes de la nostra pròpia idiosincràsia. A més a més, podem destriar el gra de la palla, en el sentit de distingir de la nostra personalitat, aquells aspectes immutables provinents del nostre temperament, d'aquells trets del nostre caràcter que són apresos, i per tant susceptibles d'ésser desapresos. Per exemple, ser nerviós és genètic, però ser vehement és adquirit.

Amb el seguit d'articles breus que molt amablement m'ha encarregat la revista dDONA, i que anomeno genèricament *Bona lletra i bona vida*, vull ajudar les lectores que s'autoconeixin a partir de l'observació de la seva pròpia cal·ligrafia, i perquè, si ho desitgen, en redissenyin alguns aspectes per tal de millorar alguns aspectes de la seva existència.

Però de debò, canviant la meua lletra puc transformar la meua vida?

La nostra escriptura evoluciona en el decurs del temps, de la mateixa manera que ho fa el nostre aspecte físic. Podem deixar que el nostre cos es vagi transformant lliurement amb el pas del temps, o podem fer dieta, anar al gimnàs o fins i tot recórrer a la cirurgia estètica. Amb la nostra lletra podem fer el mateix.

A hores d'ara en psicologia és coneguda la síndrome de Moebius, una anomalia congènita que provoca la incapacitat de gesticular amb els músculs de la cara, la qual cosa fa que el qui ho pateix mostra sempre una expressió neutre en el seu rostre. El curiós del cas rau en què l'impediment d'expressar les emocions, acaba provocant que l'individu no les pugui *sentir*.

Encerles la teva signatura? La ratlles? Poses només el nom? Escrives només les teves inicials? Firmes a l'esquerra del full? Hi poses el cognom de la mare? Acabes amb un punt? S'inclina la teva signatura molt cap amunt? La darrera línia va enrere?

És cabdal que eliminis les possibles subvaloracions de la teva firma. No suprimeixis ni el nom ni el cognom, ni posis tan sols inicials. I sobretot, no la ratllis. Les subvaloracions són un atemptat contra el nostre autoconcepte i la nostra autoestima. Evita també les inclinacions ascendents exagerades. He comprovat que aquest tipus de signatures predisposen a l'angoixa.

També recomano firmar prop del text però sense envair-lo. Una distància prudencial indicarà un tracte empàtic amb els altres. I a la zona centre-dreta, per tal de millorar la nostra capacitat emprenedora.

Joaquim Valls, grafòleg, creador del mètode KIMMON que ajuda a millorar la personalitat a partir de modificar l'escriptura
www.quimvalls.com
www.kimmon.es

