Lenormand per principianti

Capire le 36 carte, imparare le stese e leggerle con gioia



MASSIMO MANCA
CHRISTINE FRACICCA

© 2026 Massimo Manca e Christine Fracicca. Tutti i diritti riservati.

Prima edizione 2026

Contatti e richieste di licenza: info@driftware.online

Illustrazioni delle carte e progetto grafico: Massimo Manca e Christine Fracicca (motivi creati digitalmente).

Avvertenze legali su diritto d’autore e responsabilità: vedi l’ultima pagina.

Indice

Prefazione 4
Come usare questo libro 5

PARTE I – LE BASI 6
Da dove vengono le carte 6
La struttura del mazzo 8
Preparazione e buone domande 10
Come interpretare le carte 12

PARTE II – LE 36 CARTE 15
Tutte le carte a colpo d'occhio 15

PARTE III – COMBINARE LE CARTE 35
Il principio delle coppie 35
Amore e relazioni 37
Lavoro e denaro 38
Vita quotidiana, viaggi e famiglia 39
Tempo e domande sì o no 40
Esercizio: Leggere coppie di carte 41

PARTE IV – LE STESE 42
La carta del giorno 42
La stesa a tre carte 43
La stesa a cinque carte 45
Il quadrato di nove carte 46
Il ferro di cavallo 48
La croce della decisione 50
La stesa della relazione 51
La stesa dell'anno 53
La Grande Tavola 55

PARTE V – ESERCITARSI E APPROFONDIRE 59
Il tuo piano di 30 giorni 59
Interpretazioni di esempio 61
Errori frequenti e consigli 63
Domande frequenti 64

PARTE VI – IL LESSICO DELLE CARTE 65
Carte per parola chiave 138
Glossario 141
Parole finali 142
Indice analitico 143
Avvertenze legali 144

PER INIZIARE

Prefazione

Questo libro è per tutte le persone che non hanno mai letto le carte e vogliono semplicemente provare, passo dopo passo, senza conoscenze preliminari e senza zavorra esoterica.

Tra chi legge le carte, il Lenormand è considerato l'oracolo «sobrio». Non ha bisogno di un simbolismo cifrato. La carta *La Casa* mostra una casa, *La Lettera* una lettera, *Il Cane* un compagno fedele. Questo rende facile l'inizio: non devi imparare conoscenze segrete, devi solo guardare con attenzione e collegare le immagini.

Con sole 36 carte il mazzo è facile da abbracciare. Ogni carta ha un nucleo chiaro, e dall'unione di due carte nascono frasi intere. È questo il fascino speciale del Lenormand: non impari lunghi elenchi a memoria, impari a leggere un piccolo linguaggio di immagini.

In questo libro scoprirai prima da dove vengono le carte e come è costruito il mazzo. Poi imparerai tutte le 36 carte, con le loro parole chiave, il loro significato in amore e nel lavoro e le combinazioni tipiche. Poi imparerai a combinare le carte e ad applicare le stese più importanti, dalla carta del giorno alla Grande Tavola. In fondo al libro, la Parte VI è il Lessico delle carte: ogni carta ha lì una pagina propria. Ti auguriamo buona scoperta e tanta gioia.

> UN'AVVERTENZA SINCERA
>
> Leggere le carte non è guardare in un futuro già scritto. Le carte ti aiutano a vedere una situazione con più chiarezza, a riconoscere possibilità e a prendere le tue decisioni con più consapevolezza. Non sostituiscono la consulenza medica, legale o finanziaria.

PER INIZIARE

Come usare questo libro

Puoi leggere il libro dall'inizio alla fine o saltare a ciò che ti interessa. Per iniziare consigliamo questo percorso:

1. **Leggi la Parte I.** Spiega la struttura e il funzionamento del mazzo e come prepararti a una stesa.
2. **Conosci le carte.** Nella Parte II trovi ogni carta su mezza pagina. Leggi due o tre carte al giorno, non tutte insieme.
3. **Esercitati a combinare.** La Parte III mostra come le coppie di carte diventano frasi.
4. **Stendi le carte.** Nella Parte IV trovi stese con istruzioni passo passo.
5. **Approfondisci.** La Parte V contiene un piano di esercizi di 30 giorni, letture di esempio e consigli contro i tipici errori da principiante.
6. **Consulta.** La Parte VI è il Lessico delle carte.

Che cosa ti serve

- Un mazzo Lenormand di 36 carte (quasi ogni mazzo va bene per iniziare). Non hai ancora un mazzo? Stampalo gratis: **driftware.online/lenormand/it**
- Tranquillità, un tavolo libero e circa dieci minuti.

Come sono costruite le pagine delle carte

Ogni carta ha un numero, un nome e la carta da gioco corrispondente. Sotto trovi tre parole chiave, una breve interpretazione, il significato in **amore** e nel **lavoro** e due **combinazioni** tipiche. All'inizio non ti serve altro.

CAPITOLO 1

Da dove vengono le carte

La storia delle carte Lenormand è meno misteriosa di quanto suggerisca il nome. Il mazzo deriva da un gioco di società: il **Gioco della Speranza** («Jeu de l'Espérance»), pubblicato a Norimberga nel 1799. Aveva 36 carte illustrate e si giocava con i dadi, non serviva per la divinazione.

Non è ancora del tutto chiaro come le carte abbiano avuto il loro nome. Il nome risale a **Marie-Anne Lenormand** (1772–1843), una celebre cartomante parigina che consigliò molte persone durante la Rivoluzione francese e sotto Napoleone. Dopo la sua morte il suo nome fu usato per diversi mazzi, anche per quello di 36 carte. Che lei abbia letto proprio con queste carte non è provato storicamente.

> BENE A SAPERSI
>
> Il nome «Lenormand» è quindi più un marchio che una prova. Per leggere le carte non fa differenza: il sistema funziona indipendentemente da ciò.

Dalla Francia al mondo

Le carte si diffusero nell'Ottocento in Francia e Germania. Ancora oggi esistono due indirizzi principali: la tradizione **francese**, di interpretazione più simbolica e ricca di immagini, e la tradizione **tedesca**, che lavora con le carte vicine, le posizioni e la Grande Tavola. Negli ultimi anni il Lenormand è diventato popolare anche in Inghilterra, Spagna, Italia e Stati Uniti.

Perché il Lenormand è ideale per i principianti

- **36 carte invece di 78.** Il mazzo è facile da abbracciare e si impara in fretta.
- **Immagini chiare.** Non c'è simbolismo astratto: una casa è una casa.
- **Un linguaggio chiaro.** Le carte formano parole, le coppie formano frasi.
- **Domande pratiche.** Il Lenormand è adatto ai temi quotidiani come amore, lavoro, denaro e decisioni.

Lenormand e tarocchi

I due sistemi vengono spesso confrontati. I tarocchi interpretano processi interiori, sviluppo e simbolismo; sono più psicologici. Il Lenormand descrive ciò che **accade o può accadere** nella vita quotidiana: chi arriva, che cosa si muove, che cosa sbarra la strada. I due si completano, e molte persone li usano insieme.

Il principio delle 36 carte

Ogni carta rappresenta una parola, per lo più un sostantivo come *Il Cavaliere*, *La Nave* o *La Montagna*. Insieme alla carta vicina nasce una frase: *La Nave* + *Il Cuore* può significare «un viaggio per amore», *La Montagna* + *La Lettera* una «notizia che subisce un ritardo». È proprio questo collegare che imparerai in questo libro.

> *Il Lenormand è una lingua. Chi la impara non smette di scoprirvi cose nuove.*

CAPITOLO 2

La struttura del mazzo

Un mazzo Lenormand è composto da **36 carte**. Ognuna porta un'immagine, un numero da 1 a 36 e, in un angolo, una piccola carta da gioco, per esempio il nove di cuori o la regina di picche. La carta da gioco deriva dal gioco di società originale e aiuta in alcune tecniche.

Le carte da gioco

Le carte da gioco non sono assegnate ovunque allo stesso modo, ma l'assegnazione principale è molto diffusa. Collega ogni carta Lenormand a una carta del mazzo francese. Come orientamento:

SEME	TONO DI BASE	ESEMPI
Cuori ♥	Sentimento, relazione	Cavaliere, Casa, Cane
Quadri ♦	Beni, affari, cambiamento	Quadrifoglio, Bara, Sole
Picche ♠	Mente, ostacolo, comunicazione	Nave, Lettera, Ancora
Fiori ♣	Lavoro, forza, scontro	Serpente, Volpe, Orso

Inoltre ci sono le cosiddette **carte persona**: *L'Uomo* (asso di cuori) e *La Donna* (asso di picche). Rappresentano il consultante e le persone importanti del suo ambiente.

I quattro gruppi del mazzo

Quando tieni il mazzo in mano per la prima volta, aiuta fare un po' d'ordine tra le carte. Puoi vederle in quattro gruppi:

- **Persone:** L'Uomo (28), La Donna (29), Il Bambino (13): mostrano chi è coinvolto.
- **Eventi e movimenti:** Il Cavaliere (1), La Nave (3), La Cicogna (17), La Falce (10), Le Vie (22): mostrano che cosa accade.
- **Luoghi e cose:** La Casa (4), La Torre (19), Il Giardino (20), La Montagna (21), La Chiave (33), L'Ancora (35): mostrano dove e con che cosa.
- **Stati d'animo e qualità:** Il Sole (31), Le Nuvole (6), Il Cuore (24), La Luna (32), Le Stelle (16): mostrano come ci si sente.

I numeri

Il numero di una carta non ha un significato proprio; serve all'ordine e diventa importante in tecniche come la Grande Tavola. La carta con il numero 1 è *Il Cavaliere*, la carta con il numero 36 *La Croce*.

Prendersi cura del mazzo

Conserva il mazzo sempre nello stesso posto, per esempio avvolto in un panno o in una scatola. Se vuoi, ogni tanto puoi rimetterlo in ordine, ad esempio per numeri. Così hai una visione d'insieme e ogni volta torni a contatto con tutte le 36 carte.

> CONSIGLIO PER PRINCIPIANTI
>
> Dedica una sera a stendere tutte le 36 carte in ordine e a guardarle una per una. Non devi ancora interpretare nulla, solo guardare.

CAPITOLO 3

Preparazione e buone domande

Prima di estrarre la prima carta vale la pena una breve preparazione. Non deve essere complicata, ma fa la differenza tra uno sguardo casuale alle carte e una lettura calma e chiara.

Il luogo e la calma

Cerca un posto in ordine. Basta un tavolo con un panno o un tappetino. Spegni il telefono, respira profondamente un paio di volte e lascia per un momento la vita quotidiana.

Chiarire la domanda

La preparazione più importante è la domanda. Più è chiara, più è chiara la risposta. Una buona domanda è aperta, riguarda te e un periodo di tempo gestibile.

MEGLIO EVITARE	MEGLIO COSÌ
Mi ama?	Come si svilupperà la mia relazione nelle prossime settimane?
Otterrò il lavoro?	A che cosa devo prestare attenzione nella candidatura?
Che cosa pensa lei di me?	Che cosa posso fare per distendere la conversazione?
Andrà tutto bene?	Che cosa mi aiuta ora a mantenere la calma?

> RICORDA
>
> Chiedi di possibilità e margini d'azione, non di verdetti definitivi. E chiedi solo di te e della tua vita, non della privacy di altre persone.

Mescolare ed estrarre

Tieni la domanda in mente mentre mescoli le carte. Non c'è una regola fissa su quanto debba durare. Mescola finché ti sembra giusto, di solito uno o due minuti. Puoi stendere le carte e raccoglierle, alzare il mazzo o mescolare come in un gioco di carte. L'importante è che ti prenda il tempo di cui hai bisogno.

Poi stendi le carte coperte davanti a te e le estrai nell'ordine previsto dalla stesa. Nella maggior parte delle tecniche di questo libro prendi le carte **dalla cima del mazzo** e le disponi da sinistra a destra. Girale quando la stesa è completa, oppure carta per carta: entrambe le cose sono possibili.

Quante volte puoi chiedere?

Non ripetere una domanda più volte di seguito finché la risposta non ti piace. Il risultato non migliora, diventa solo più confuso. Meglio aspettare un giorno o riformulare la domanda se qualcosa è cambiato.

Il tuo quaderno

Annota per ogni stesa: data, domanda, carte estratte, la tua interpretazione. Dopo qualche settimana vedrai che cosa si è avverato e dove hai sbagliato. È il modo più rapido per sviluppare sensibilità verso le carte.

> CON CALMA
>
> Se le carte non ti piacciono, respira. Una carta «cattiva» non è un verdetto, ma un indizio su ciò a cui puoi fare attenzione. Molte carte che sembrano minacciose sono semplici avvertimenti o compiti.

CAPITOLO 4

Come interpretare le carte

L'arte del Lenormand sta nel leggere le carte **non singolarmente**, ma **nel loro insieme**. Una carta è una parola; solo con la carta vicina nasce una frase.

Il principio: sostantivo e aggettivo

In una coppia di carte la **prima carta** diventa di solito il sostantivo, la **seconda** lo descrive più da vicino (come un aggettivo). Quindi leggi da sinistra a destra.

COPPIA	LETTURA
La Lettera + Il Cuore	Una lettera d'amore, un messaggio affettuoso.
Il Cuore + La Lettera	Un sentimento che si esprime a parole.
La Montagna + Il Cavaliere	Un ritardo che trattiene le notizie.
Il Cavaliere + La Montagna	Notizie rapide che incontrano un ostacolo.

Come vedi, l'ordine cambia il messaggio. Comincia sempre dalla carta che porta il tema e lascia che la seconda lo colori.

I tre passi dell'interpretazione

1. **Osservare.** Dai uno sguardo a tutte le carte. Che cosa ti colpisce, che cosa ti sembra coerente?
2. **Formare coppie.** Leggi due carte insieme: che cosa dice la prima, come la colora la seconda?
3. **Riassumere.** Alla fine formula in una o due frasi che cosa racconta la stesa nel suo insieme.

Carte buone e difficili

Alcune carte sono considerate piacevoli, altre impegnative. Ma nessuna è solo buona o solo cattiva. Il loro effetto dipende dalle vicine:

- **Amplificatrici:** *Il Sole*, *I Fiori*, *Il Cuore*, *Le Stelle* rendono una frase più gentile e forte.
- **Freni:** *Le Nuvole*, *La Montagna*, *I Topi*, *La Croce* portano ritardo, dubbio o peso.
- **Carte neutre:** *La Casa*, *La Torre*, *Il Giardino* indicano soprattutto il luogo o la cornice.

La direzione delle carte

Alcune carte mostrano una direzione: *Il Cavaliere* viene da sinistra verso destra, *La Donna* guarda in una direzione, *Il Cane* guarda di lato. In molti mazzi lo sguardo a **destra** significa il futuro, a **sinistra** il passato. Da principiante basta che tu ci faccia attenzione senza prenderlo troppo alla lettera.

Le carte persona

Se la domanda riguarda te, prendi come **significatore** la carta che ti descrive: *L'Uomo* o *La Donna*, a seconda di chi sei. Questa carta ti rappresenta nella stesa. Le carte accanto mostrano ciò che ti circonda in questo momento.

> IMPORTANTE
>
> La scelta della carta non dipende dal fatto che ti veda come donna o come uomo, ma da quale immagine ti rappresenta meglio. Puoi scegliere liberamente.

Esempio: La tua prima interpretazione

Chiedi: *Come si svilupperà la mia collaborazione con un nuovo collega?* Estrai tre carte: **Il Cavaliere – Il Cuore – La Montagna**.

1. **Osservare:** Una carta rapida, una carta calda, un ostacolo.
2. **Formare coppie:** *Il Cavaliere* + *Il Cuore*: avviene subito un incontro cordiale. *Il Cuore* + *La Montagna*: sentimento e ostacolo; qui servono cautela e pazienza.
3. **Riassumere:** L'inizio è cordiale e semplice. A lungo andare la collaborazione richiederà pazienza. Aiuta costruire la fiducia a piccoli passi.

Così semplice può essere un'interpretazione. Descrivi ciò che vedi e lo colleghi alla tua domanda. Non servono regole segrete, solo attenzione ed esercizio.

> PROVACI
>
> Estrai ora tre carte e leggile esattamente come sopra: prima osservare, poi formare coppie, poi riassumere. Annota due frasi. Per il primo passo non serve altro.

Come proseguire

Ora conosci l'origine, la struttura, la preparazione e la logica di base dell'interpretazione. Nella prossima parte conoscerai le 36 carte una per una. Con esse costruirai il tuo vocabolario passo dopo passo.