

SCOPRI IL TUO “DOSHA”

ASPETTI COSTITUZIONE	VATA	PITTA	KAPHA
OSSATURA	sottile	media	spessa, forte
PESO CORPOREO	scarso	moderato	eccessivo
PELLE	secca, ruvida, fredda ,bruna	morbida, calda, chiara, rossa	bianca, lattiginosa, pallida, oleosa
CAPELLI	secchi, mossi, neri	setosi, sottili, rossi, grigi precoci	folti, spessi, chiari, scuri, ricci
DENTI	piccoli, storti, sporgenti	medi, gengive delicate	forti, grandi, sani
OCCHI	scuri, neri, piccoli, attivi	verdi, grigi,penetranti, scuri	blu, belle ciglia, sopracciglia folte
GUSTO	dolce, salato, aspro	amaro astringente, dolce	amaro, pungente, astringente
SETE	variabile	eccessiva	scarsa
ELIMINAZIONE	costipata, secca	morbida, oleosa, liquida	lenta, grossa, oleosa, ben formata
ATTIVITA' FISICA	molto attiva, sportivo	moderata, ama competizione	letargico
MENTE	attiva, curiosa, irrequieta	aggressiva, intelligente, dominante	lenta calma
EMOTIVITA'	insicurezza, paura, timore	aggressività, gelosia	calma, egoista, possessiva
FEDE	mutevole, variabile	forte	stabile, leale
MEMORIA	buona quella recente, scarsa la remota	acuta	lenta, prolungata quella remota
SOGNI	incubi, saltare, correre, volare	violenti, rabbiosi, agitati, irosi	romantici, mari, fiumi,nuotare
SONNO	scarso, interrotto	breve, profondo	prolungato, pesante, eccessivo
LINGUAGGIO	veloce	acuto, tagliente, diretto	monotono, lento
ATTIVITA' SESSUALE	scarsa	moderata	buona
DENARO	povero, spendaccione	moderato, spese lussuose	ricco, risparmiatore
PUNTEGGIO TOTALE			

Il dosha con il punteggio più alto è quello predominante nel tuo essere, raramente ci sono individui con un unico dosha.

VATA: etere e aria

PITTA: acqua e fuoco

KAPHA: acqua e terra