



# KAPHA

Kapha est le signe de la terre et de l'eau.  
La fonction principale de Kapha est la protection.  
Kapha structure et ancre le corps.



## CALME



## SOMMEIL



## MORPHOLOGIE



## POIDS



## FINANCES



## ÉNERGIE



## FINANCES



## DIGESTION



## CHALEUR DU CORPS



## STRESS



## CARACTÉRISTIQUES PHYSIQUES

Les gens de constitution Kapha ont un corps et une musculature naturellement bien développés. En contrepartie, ils ont une tendance à prendre facilement du poids. Leur cage thoracique est généralement large et leurs veines, tendons, os, sont peu visibles.

Les Kaphas ont un bon teint, une peau douce, pâle, brillante, mais un peu grasse. Leur système pileux est développé, épais, sombre, doux et ondulés. Les yeux des Kaphas sont puissants, de couleur noire ou bleu.

Les Kaphas ont un appétit régulier, mais en raison de leur digestion lente, ils ont tendance à consommer moins de nourriture que les autres. Ils sont friands d'aliments piquants, amers et astringents. Leur transit est plutôt lent. Leur transpiration est modérée. Leur sommeil est très bon et très profond.

Les Kaphas sont généralement endurants, en bonne santé, heureux et paisible.

## CARACTÉRISTIQUES ÉMOTIONNELLES

Les Kaphas sont généralement tolérants, calme et empathique. Leur compréhension est lente mais certaine : une fois qu'ils comprennent quelque chose, ils ne l'oublient jamais. Ils ont un bon rapport avec l'argent, parlent lentement, bougent avec calme et sont difficiles à mettre en colère.

Lorsqu'ils sont en déséquilibre, ils présentent des traits d'avidité, d'attachement, de jalousie et de possessivité.

## SIGNES DE DÉSÉQUILIBRES

- Apathie, absence de désir, procrastination.
- Dépression, tristesse, sentimentalisme.
- Matérialisme, possessivité.
- Difficultés pour se réveiller, s'endormir, surplus de sommeil.
- Prise de poids.
- Mucus et congestion dans les sinus, la poitrine, la gorge.
- Peau très pale, froide.
- Nausées.
- Rétention d'eau.
- Rétention d'aliments, mauvaise digestion.
- Cholestérol élevé.
- Douleurs articulaires.



# Authentico

L'info 100% naturelle



**Authenticico**

L'info 100% naturelle

© Authenticico.fr

Note : Ce document ne saurait remplacer l'avis et l'expertise d'un professionnel de la santé

Rejoignez-nous sur [FACEBOOK](#)