



Le VATA est le signe du mouvement, de l'air, du souffle.
Du point de vue symbolique, le Vata est une force faite d'air et d'éther.

RAPIDITÉ



CRÉATIVITÉ



ACTIVITÉ MENTALE



RÊVES



STRESS



SOCIABILITÉ



ÉNERGIE



SOMMEIL



POIDS



DIGESTION



FINANCES



HUMIDITÉ



CHALEUR DU CORPS



CARACTÉRISTIQUES PHYSIQUES

Les personnes Vata ont généralement un corps léger, mince et bénéficient d'une excellente agilité. Leur énergie est variable : ils sont capables de déborder d'énergie, puis d'être sous le coup de la fatigue l'instant d'après.

Les Vatas ont généralement la peau, les cheveux secs, les mains et les pieds froids. Leur sommeil est léger et leur digestion peut être difficile. Lorsque le dosha Vata est en déséquilibre, il se manifeste dans le corps par une perte de poids, de la constipation, de l'hypertension, de l'arthrite, de la faiblesse, de l'agitation, et des difficultés digestives.

CARACTÉRISTIQUES ÉMOTIONNELLES

Les personnes Vata aiment les nouvelles expériences et s'enthousiasment facilement. Elles sont prompts à la colère, mais aussi au pardon. Lorsqu'elles sont en équilibre, les personnes Vata sont énergiques, créatives et flexibles. Elles prennent également l'initiative et sont plutôt bavardes.

En déséquilibre, elles sont sujettes à l'inquiétude, l'anxiété et souffrent souvent d'insomnies.

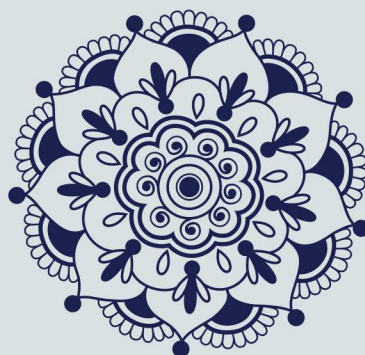
SIGNES DE DÉSÉQUILIBRES

- Anxiété.
- Fatigue.
- Difficulté de concentration, impatience.
- Hyperactivité.
- Timidité, insécurité, indécision.
- Perte de poids.
- Insomnie.
- Sécheresse (lèvres, cheveux, ongles, yeux, peau..).
- Constipation, gazs, difficultés digestives.
- Frissons, extrémités froides.



Authenticico

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](#)