

DOSHA KAPHA

L'EAU & LA TERRE



Au niveau physique :

- Stabilité / douceur / lenteur
- Corpulence lourde / structure physique solide
- Joue ronde / membres potelés
- Peau lisse / douce / bien hydratée
- Cheveux épais / lustré
- Appétit régulier
- Bon dormeur

Au niveau mental et émotionnel :

- Calme / détendu / facile à vivre
- Apprécie les câlins / la tendresse / l'affection

Les soins adaptés :

- Environnement lumineux et joyeux
- Massage plus dynamique pour les stimuler
- Huile de lin / huile de moutarde
- Huile chaude et en quantité légère