

| VATA | PITTA | KAPHA | |
|---------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------|
| IM DICKDARM | OBERHALB DES BAUCHNABELS | OBERHALB DES HERZENS | SITZ |
| RUHELOS AKTIV | AGGRESSIV INTELLIGENT | RUHIG LANGSAM | GEIST |
| DÜNN FEIN | DURCHSCHN. | SCHWER GROB | KÖRPER |
| TROCKEN RAUH KÜHL BRAUN SCHWARZ | WEICH WARM ÖLIG HELL ROT GELBLICH | DICK KÜHL ÖLIG BLASS WEISS | HAUT |
| SCHWARZ TROCKEN GEKRÄUSELT | WEICH BLOND ÖLIG FRÜH ERGRAUT ROT | KRÄFTIG GEWELLT DUNKEL ODER HELL | HAARE |
| KLEIN SCHWARZ BRAUN STUMPF | SCHARF GRÜN GRAU GELB DURCHDRINGEND | GROSS BLAU STARKE WIMPERN ANZIEHEND | AUGEN |
| VERÄNDERLICH | ÜBERMÄSSIG | WENIG | DURST |
| SEHR AKTIV | MÄSSIG | LETHARGISCH | KÖRPERL. AKTIVITÄT |
| ÄNGSTLICH UNSICHER | AGGRESSIV REIZBAR | RUHIG GIERIG VERHAFTET | TEMPERAMENT |

**AYURVEDISCHE TYPENLEHRE TRI DOSHAS (LEBENSENERGIEN)
 KONSTITUTION DES MENSCHEN (PRAKRUTI)
 AUS FÜNF ELEMENTEN (MAHABUTAS)**

| VATA | PITTA | KAPHA | |
|--|--|---|-----------------------------------|
| LUFT (VAYU) UND RAUM AETHER (AKASHA) | FEUER (AGNI) UND ETWAS WASSER (JALA) | ERDE (PRITHIVI) UND ETWAS WASSER (JALA) | ELEMENTE |
| KURZZEIT GUT LANGZEIT SCHLECHT | GUT | LANGSAM ABER ANHALTEND | GEDÄCHTNIS |
| VERÄNDERLICH | FANATISCH | STETIG | GLAUBE |
| SCHNELL | SCHARF UND SCHNEIDEND | LANGSAM MONOTON | SPRACHE |
| WENIG UNTERBROCHEN | WENIG ABER FEST | SCHWER LANGANDAUERND | SCHLAF |
| ÄNGSTLICH VOM FLIEGEN SPRINGEN LAUFEN | FEURIG VON ZORN GEWALT TÄTIGKEIT KRIEG | WÄSSRIG VON SEEN FLÜSSEN MEER SCHWIMMEN | TRÄUME |
| DRAHTIG SCHWACH | MÄSSIG HÜPFEND | BREIT LANGSAM | PULS |
| GIBT GELD FÜR BELANGLOSES AUS | GIBT GELD FÜR LUXUSGÜTER AUS | GIBT GELD FÜR ESSEN AUS | FINANZEN |
| WARME NAHRUNG | KÜHLE NAHRUNG | LEICHTE NAHRUNG | BENÖTIGT |
| GEFÜHL VON MANGEL KOMMT REIN KEINER MERKT ES SCHNELLE AUFFASSUNGSGABE LEICHT ZU BEGEISTERN REDEN GERN AUCH ZUVIEL FRÖHLICH SPRACHGEWANDT | HITZKOPF HORMONE KOMMT REIN KÖNNTE MEINEN ES WÄREN ZWEI BEWEGUNGSDRANG ENTSCHEIDUNGSFREUDIG HEISSHUNGER AKTIV MUSKULÖS SCHWITZT WOHNTE NIEMALS IN WG | LYMPH - IMMUNSYSTEM KOMMT REIN RUND WOHLPROPORTIONIERT SETZT SICH HIN UND SITZT AUSGEGLICHEN RUHIG GEDULDIG SCHWERFÄLLIG TRÄG TREU ERDIG WG TYP | ALLGEMEIN BESCHREIBUNG |
| SCHLAFSTÖRUNGEN VERSTOPFUNG KALTE HÄNDE UND FÜSSE TROCKENE HAUT | MAGEN DARM PROBLEM HAUTUNREINHEITEN HAARAUSFALL STARKE KRITIKSUCHT | WILL ES ALLEN RECHT MACHEN PHLEGMA ÜBERGEWICHT DEPRESSIONEN | STÖRUNGEN DURCH ERHÖHTE AKTIVITÄT |