

Cechy fizyczne	Vata	Pitta	Kapha
Budowa ciała	Szczupła	Średnia	Duża, gruboścista, masywna
Waga	Niska	Średnia	Ciężka (nadwaga)
Skóra	Cienka, sucha, zimna, szorstka, ziemista	Miękka, jasna, czerwonawa, ciepła, tłusta,	biała, zimna, blada, wilgotna, tłusta, gruba, błyszcząca
Włosy	Ciemne, suche, cienkie, łamliwe, szorstkie, czarne, brązowe	Przetłuszczające się, miękkie, wcześniej siwiejące, łysiejące, proste, blond, rude	Przetłuszczające się, gęste, kręcone, falowane, grube, ciemne, błyszcząca
Oczy	Suche, aktywne, atrakcyjne, ciemne, matowe, małe, czarne tęczówki	Wrażliwe na światło, średniej wielkości, wyraziste, jasne, zielone, szare, żółtawe tęczówki	Spokojne, duże, kochające, niebieskie tęczówki, gęste rzęsy
Usta	Suche, spękane, ciemne	Czerwone lub żółtawe, pełne	Gładkie, wilgotne, blade
Zęby	Wystające, duże zęby, szpary między zębami, cienkie dziąsła	Zęby średniej wielkości, delikatne dziąsła	Zdrowe, białe zęby, mocne dziąsła
Paznokcie	Suche, szorstkie, łamliwe	Różowe, elastyczne, błyszczące	Grube, gładkie, połyskujące
Policzki	Zapadnięte, ze zmarszczkami	Płaskie, gładkie	Zaokrąglone lub pulchne
Brzuch	Szczupły, płaski, zapadnięty	Umiarkowany	Zaokrąglony
Stawy	Zimne, „strzelające”, kości wyraźne widoczne	O przeciętnej mobilności, kości lekko widoczne	Duże, z dużą ilością mazi, kości niewidoczne
Apetyt	Zmienny, słaby	Mocny, nadmierny	Słaby, stały, o średnim nasileniu, narasta powoli
Mięśnie	Słabo rozwinięte i sztywniejące	Średnio rozwinięte, elastyczne	Jędrne, krzepkie
Trawienie	Nieregularne, gazy	Szybkie, powoduje gorąco	Wydłużone, wytwarza się śluz
Pragnienie	Zmienne	Intensywne	Skąpe
Pocenie się	Zmienne	Intensywne	Skąpe
Stolec	Z tendencją do zatwardzeń, nieregularny, suchy, zaparcia	Regularny, luźny, tłusty, miękki	Regularny, tłusty, powolne wydalanie, gruby stolec
Smaki	Słodki, słony, kwaśny	Słodki, gorzki, cierpki	Ostry, gorzki, cierpki

Aktywność fizyczna	Nadaktywność, szybki	Aktywność, ale nie przesadna	Tendencja do siedzącego trybu życia, ospałość, powolność
Potencja seksualna	Słabsza, zmienna	Umiarkowana	dobra
Puls	Nitkowaty, słaby	Skaczący	Szeroki, powolny
Aktywność umysłowa	Zawsze bardzo aktywna, niespokojna	Przeciętna, agresywna, inteligentna	Powolna, czasami ociążała, spokojna
Emocje	Nieprzewidywalny, niespokojny, pełen lęku, brak poczucia bezpieczeństwa, elastyczny	Drażliwy, agresywny, chciwy, gniewny, zazdrosny, duża determinacja	Chciwy, spokojny, cichy, przywiązanie,
Pamięć	Dobra krótkotrwała, kiepska długotrwała	W sam raz, szybki	Świetna długotrwała, gorsza krótkotrwała zapamiętuje powoli lecz na długo
Sny	Liczne, aktywne, pełne lęku, o lataniu, skakaniu, bieganiu	Płomiennie, namiętne, pełne gniewu, wojny, brutalne, szczegółowe	Romantyczne, łzawe, o wodzie, rzekach, oceanach, pływaniu
Mowa	Szybka, niewyraźna	Ostra, trafiająca w sedno	Powolna, monotonna
Finanse	Szybko wydaje pieniądze	Wydaje na dobra luksusowe	Dobry „oszczędzacz”
Zainteresowania	Rekreacja, taniec, bieganie, zajęcia intelektualne, rozmowny	Rywalizacja, dyskusje, polityka, polowanie	Spotkania rodzinne i towarzyskie, gotowanie, kolekcjonerstwo

Opracowanie: Agnieszka Wielobób