

Kapha-Dosha: Testfragen		Ja	Nein
1.	Neigen Sie zu Übergewicht?		
2.	Haben Sie einen kräftigen Körper?		
3.	Sind Sie ein ruhiger und ausgeglichener Mensch?		
4.	Sprechen Sie langsam und gut durchdacht?		
5.	Neigen zu Erkrankungen der Atemwege?		
6.	Sind Sie öfter schwermütig und depressiv?		
7.	Haben Sie eine glänzende ölige Haut?		
8.	Bewegen Sie sich langsam?		
9.	Haben Sie ein Verlangen nach scharfen und bitteren Nahrungsmitteln?		
10.	Können Sie mit Geld gut umgehen und es sparen?		
11.	Haben Sie einen tiefen, erholsamen Schlaf?		
12.	Sammeln Sie gerne Dinge?		
13.	Haben Sie einen regelmäßigen Appetit?		
14.	Handeln Sie gewöhnlich langsam und ohne Hektik?		
15.	Regen Sie sich selten auf?		
16.	Lernen Sie langsamer als andere, haben dafür aber ein sehr gutes Gedächtnis?		
17.	Haben Sie einen ausgeglichenen Energiepegel?		
18.	Verfügen Sie über eine feste Nagelsubstanz?		
19.	Haben Sie eine träge Verdauung?		
20.	Sind Sie oft unentschlossen und brauchen daher öfters einen Kick von außen?		