

KAPHA, ou mucus, combinaison de l'eau et de la terre

La force principale de cohésion

Ce qui lie les choses entre elles

apas



Kapha gère la consolidation et la cohésion dans le corps et l'esprit.

Kapha construit le corps et lui permet d'avoir de la structure, du maintien et de l'ancrage (par la structure musculaire et osseuse). Il protège le corps à travers des liquides (liquide synovial, liquide céphalo-rachidien, lymphe), lubrification.

prithivi



Apporte de l'endurance, de la résistance, gère le renouvellement cellulaire. C'est une énergie lourde, stable et lente et qui protège le corps en lui apportant de la force et de la résistance.

Siège	L'estomac (ou le mucus est produit)
Localisation	Poumons, coeur, nez, langue, yeux, cerveau, lymphe, graisse, articulations, poitrine, tissus conjonctifs, ligaments, tendons
Qualités	Fraîcheur, humidité, lourdeur, collant, lenteur, lisse
Sens reliés	Odorat, goût
Tempérament	Constant, calme, patient, loyal, fidèle, raisonnable, prudent
Émotions reliées	Patience, amour, générosité, écoute, stabilité, attachement, calme, pardon
Aspects physique et psychologiques	Corpulence épaisse, sentimental, grande tolérance, bonne mémoire, faible faim, lourdeur, attachement fort, routinier, paresse, résistance physique et psychologique forte, lenteur dans la prise de décision, calme et sérénité
Facteurs de déséquilibre	Âge ; enfance croissance Climat ; froid et humide Saison ; hiver et début de printemps
Symptômes de déséquilibre	Somnolence, sommeil excessif, hypocondrie, dépression, aboulie, nostalgie, mélancolie, pessimisme, inertie, apathie, avidité, cupidité, possessivité, susceptibilité
Pathologies	Tout ce qui est excès de création de matière (glaire, nodules, polypes...), encombrement et gonflement des tissus, troubles de la sphère ORL, surpoids et diabète

Le Dosha Kapha combiné aux Gunas mentaux

- ◆ **Kapha sattvique** sera une personne calme, satisfait, stable, loyale, patient. Elle sera engagée dans une action humanitaire ou d'enseignement spirituel, qui a une prédisposition naturelle à la méditation, à l'amour inconditionnel.
- ◆ **Kapha rajasique** sera une personne qui contrôle, attaché, matérialiste, sentimentale, ayant besoin de sécurité, de confort et de luxe. Elle fera du zèle ou qui est dans une position très inconfortable avec des sautes d'humeur, voire cyclothymique.
- ◆ **Kapha tamasique** sera une personne sans motivation, lourdeur d'esprit, apathique, insensible, frustré. Elles sera d'une grande paresse, qui se laisse assister et qui dort souvent durant la journée.