

EVALUATION TYPE DE TEMPERAMENT POUR ETABLIR LE DOMAINE DE DYSFONCTIONNEMENT DE L'ORGANISME.

| | Colonne 1 | Colonne 2 | Colonne 3 |
|--|---|---|---|
| Constitution (physique) | Forte ossature, large poitrine. Propension au surpoids. | Constitution et poids moyens. | Mince. Ossature frêle, petite poitrine. Léger ou insuffisance pondérale. |
| Cheveux | Épais, abondants, souvent ondulés. Beaucoup de poils. | Gras, raides, blonds, roux. Apparition de la calvitie avec l'âge. | Fins, noirs. Parfois crépus. |
| Peau | Moite, tendre, claire à pâle, épaisse, fraîche. | Moite, grasse. Apparition de grains de beauté, taches de rousseur, taches de naissance, acné. | Inégale, sèche ou rugueuse, fine, foncée, fraîche. Veines apparentes avec l'âge. |
| Appétit | Modéré, constant. Préfère les aliments sucrés. | Bon appétit. Besoin de nourriture pour être content et pour travailler. | Variable, mais se sent 'désorienté' lorsqu'affamé. |
| Digestion | Lente. La nourriture stagne dans l'estomac. | Bonne, rapide. Tend vers l'acidité. | Irrégulière, mauvaise au changement ou en voyage. |
| Sport et Mouvement | Lent ou répugne, sédentaire. Aime la paresse, économise l'énergie. | Actif, aime le sport de compétition. | Actif, à tendance agitée ou acrobate, sensations fortes. |
| Résistance et Energie | Fort. Faible au départ mais constante. Bonne endurance. | Modérée. Concentre l'énergie. Tendance au surmenage. | Faible ou fluctuante. Rapide pour démarrer et arrêter. Energie intense puis fatigue. |
| Selles | Modérément fréquentes, abondantes avec mucus. Tendance atone. | Régulières (une ou plusieurs fois par jour), grandes, molles, au teint jaune. | Variables, affectées par un léger changement (par exemple le voyage). Tend à être sèches, dures ou constipées. |
| Transpiration | Modérée. | Facilement provoquée, abondante. Sensible à la chaleur. | Peu de sueur, pas facilement provoquée. |
| Urine | Modérée. Tendance couleur laiteuse. | Abondante. Peut être rouge ou brûlante lorsqu'il y a dysfonctionnement. | Peu abondante, moins colorée. |
| Circulation et température corporelle | Modérée à froide. Moins sensible aux changements. Supporte bien les extrêmes (par exemple la chaleur et le froid). | Chaud au toucher. Sensible à la chaleur. | Froid au toucher, ressent 'le froid.' Perturbée par des températures inégales, des changements, et le vent. |
| Sommeil | Profond. Aime les longs sommeils. Lent à s'éveiller. Excès de sommeil. | Modéré, ininterrompu. Le cerveau contrôle le sommeil, 'Noctambule' | Léger. Facile à perturber, se réveille facilement. Le matin est le meilleur temps. |
| Rêves | Romantiques, émotionnels. | Colorés, conflictuels, passions. | Actions. Mouvementés, par exemple fuite, chute. |
| État mental, émotionnel et style de vie | Réfléchit lentement, soigneusement. Retient bien. Bon administrateur. Compatissant, dévoué, patient, calme, prudent, sentimental. Veut la sécurité (financière, amoureuse). | Vif, perçant, pratique, fluide, maîtrise son esprit. Clarté de pensée. Lecteur assidu, aime être occupé, compétitif, ambitieux, moralisateur. Enseignant, leader. | Esprit ouvert. Alert, apprend et oublie facilement; saisit et rejette promptement. Loquace, actif, à tendance agité et trop sensible, aime voyage et changement. Flexible. Communicateur. |
| Emotion negative | Chagrin. | Colère. | Anxiété et peur. |
| Totaux | | | |