



# 1 - Comment vous définissez-vous ( plusieurs réponses possibles pour chaque question)

Je suis	Souple, optimiste, sensible	Ambitieux, pratique, loyal, énergique, impatient	Calme, paisible, plein de sollicitude, d'attitude maternelle
Je me considère	Intuitif, vif	Motivé, perceptif, chaleureux	Résiliant, content, loyal, lent
Mes proches me décrivent comme	Enthousiaste, changeant	Amical, indépendant, courageux, ayant du discernement	Avisé, détendu, plein de compassion
Mes amis me décrivent comme	Un initiateur	Bon responsable, ayant des buts, compétitif	Patient, nourrissant, stable
Ma mémoire est	Rapide à se souvenir et à oublier (court terme)	Moyenne, claire, distincte (bonne en générale)	Lente à se souvenir et à oublier (long terme)
Ma façon de penser est	Rapide, incessante	Organisée, efficace, juste	Lente, méthodique, exacte
J'intègre l'information	Rapidement	A vitesse moyenne	Lentement
Mon niveau de créativité est	Plein d'idée mais ayant tendance à papillonner	Inventif dans de nombreux domaines avec un bon suivi	Meilleur dans le domaine du travail
En situation de stress je deviens	Anxieux, vulnérable, tendu, je soupire et j'hyper ventile	Agressif, colérique, irritable, migraineux et nauséux	Léthargique, assommé, dans le déni, "je fais l'autruche"
Je rêve à	Plein d'activités, des choses effrayantes, je cours, je vole	La violence, le feu, la colère, la passion, le soleil	Des histoires d'amour, aux émotions sentimentales, à l'eau et à la neige
Ma façon de parler est	Rapide, bavarde, souvent imaginative et excessive	Précise, concise, claire, détaillée, bien organisée	Lente, monotone, mélodieuse, douce, riche avec des moments de silence, à l'écoute
Le son de ma voix est	Aigu, rapide, dissonant, plaintif, enroué face au stress	Moyennement grave, incisif, rieur, intense	Grave, mélodieux, lent, monotone, plaisant, profond
Mon style de vie est	Hyperactif	Actif	Plutôt actif
Ma façon de dépenser est	Gaspilleuse, sans économie, l'argent est fait pour être dépensé	Modérée, pouvant faire des économies, attiré par les dépenses luxueuses ou pratiques	Économe, accumulant des richesses, aimant dépenser pour la nourriture
Ma conduite en matière de sexualité est	Fréquente, rythme soit très rapide ou très lent, pleine de fantasmes	Moyennement fréquente, passionnée et dominante	Rare, constant ou cyclique, loyal et dévoué
Climat et température	Je n'aime pas le climat froid, venté, sec. Je suis à l'aise avec la chaleur. J'aime m'emmailloter.	Je n'aime pas le climat chaud et le soleil très chaud. Je transpire facilement et préfère l'hiver	Je n'aime pas le climat froid et humide. Je supporte bien les extrêmes
Pour les décisions, je suis	Hésitant	Rapide et décidé	Réfléchi
Emotionnellement je	M'inquiète, suis anxieux, lunatique et hypersensible	Suis facilement irrité, et me met facilement en colère	Reste calme, complaisant et me met lentement en colère.
J'aime	Voyager, l'art, les sujets ésotériques	Les sports, la politique, le luxe	La bonne nourriture
Mon rythme d'activité est	Rapide	Moyennement rapide et intense	Lent, stable
Quand je suis menacé je deviens	Peureux, anxieux Irritable, en colère, explosif qui redevient vite calme	Bagarreur, je reste énervé longtemps	Indifférent, en retrait, ignore mais n'oublie jamais
Mes saveurs préférées sont	Huileuse, lourde, douce, salée, acide	Neutre, légère, douce, chaude, amère, astringente	Sèche, légère, maigre, douce et piquante
Mes tendances mentales sont	Critique et artistiques	Vers les questions et les théories	Stable et logique
Mon pouls est plutôt	Comme un fil et rampant	Modéré et sautant	Lent et gracieux
Ma vitesse de pouls au repos est	Femme 80/100 Homme 70/80	Femme 70/80 Homme 60/70	Femme 60/70 Homme 50/60
Je mange généralement	Rapidement	Moyennement rapidement	Lentement

Mon sommeil est souvent	interrompu, léger	Profond, modéré	Profond, long, lent au réveil
Je suis plus sensible	Au bruit	A la lumière vive	Aux odeurs fortes
Ma façon d'apprendre est	Rapide, plusieurs choses à la fois, perte de concentration	Avec concentration aiguisée, avec discernement, je termine.	De prendre mon temps et d'être méthodique
J'apprends plus facilement du nouveau	En écoutant un orateur	En lisant ou utilisant des supports visuels	En l'associant avec d'autres souvenirs
Si on me décrivait avec un trait de caractère ce serait	La vivacité (vif, actif, plein de vie et d'esprit)	La détermination	La décontraction
En ce qui concerne mes relations	Je m'adapte facilement à toutes sortes de personnes	Je choisis mes amis en fonction de leurs valeurs	Je suis lent à me faire des amis mais je suis loyal pour toujours
Ma famille et mes amis aimeraient me voir plus	Ancré	Tolérant	Enthousiaste
TOTAL 1			

## 2 - Votre Corps ( plusieurs réponses possibles pour chaque question)

Ossature	Petite, fine, disproportionnée	Moyenne	Forte, épaules et/ou hanches développées
Forme du visage	Allongé	En forme de cœur, anguleuse	Ronde ou longue
Taille	Au dessus ou au dessous de la moyenne	Moyenne, bien proportionnée	Moyenne à grande, épaules et/ou taille large
Musculature	Raide, légère, tonicité faible	Moyennement développée, bons muscles	Solide, bien développée, trapus
Poids	Léger, difficulté à prendre du poids	Moyen, je peux prendre ou perdre du poids facilement	Modéré à lourd, difficulté à perdre du poids
Ma graisse est surtout localisée	Autour des hanches	Un peu partout sur le corps	Autour de la taille, des fesses, des cuisses
Ma peau est	Sèche par endroit, fine, qui pèle, rugueuse, fraîche au toucher, sujette à problème (cors, durillons, eczéma...)	Délicate, sensible (boutons, urticaire...), chaude au toucher, lumineuse, tâches de rousseur ou grains de beauté	Grasse, épaisse, lisse, douce au toucher,
Mon teint est	Plutôt foncé ou bronze facilement	Plus rouge, plus tacheté, plus jaune, cuivrée	Plus clair ou pâle
Mes cheveux sont	Secs, cassants, fins, frisés, rugueux, bruns ou noirs, pellicules, fourchus	Fin, raides, blonds, roux, châtain clair, blanchissant ou chauve tôt	Gras lourds, épais, ondulés ou bouclés, bruns foncés ou noirs raide
Mes sourcils sont	Fin, secs, solides	Moyens	Épais, larges, solides, broussailleux, gras
Mes yeux sont	Petits, nerveux, secs, irrités, noirs, bleus ou gris foncés, rapprochés ou éloignés, sclère bleuâtre	Aiguisés, brillants, sensibles à la lumière, noisettes, verts, bleus, couleur claire, regard pénétrant, sclère rougeâtre	Grands, acqueux, chocolat ou parfois bleus, regard calme, attractif
Mes dents sont	Grandes ou petites, tordues ou inégales, sensible ou chaud, gencives fines se rétractant	Taille moyenne, jaunâtre et douce, dents régulières, gencives sensibles souvent saignantes	Fortes, grandes et blanches avec des gencives en bonne santé, dents régulières
Mon nez est	De forme irrégulière, petit et fin	Long et pointu	Court, rond, large et gras
Mes lèvres sont	Sèches, fines et foncées, gercées	Douces, roses, rouges ou jaunâtres, bien dessinées	Grasses et soyeuses, larges claires, pulpeuses, épaisses et fermes
Mes veines sont	Proéminentes	Un peu visibles	Non visibles
Mes épaules sont	Étroites et tombantes	De taille moyenne	Larges fermes et développées
Mes hanches sont	Étroites	De largeur moyenne	Larges

Mes mains sont	Petites ou grandes, sèches, fraîches, avec des doigts longs et fins	De taille moyenne, humides, chaudes et roses	Larges, grasses, fraîches et fermes, doigts courts et
Mes articulations sont	Fines petites et craquantes, proéminentes et saillantes	De taille moyenne douces et lâches	Larges, bien lubrifiées et bien soudées
Mes ongles sont	Secs, rugueux, fragiles, durs, se cassent facilement, striés et rongés	Souples roses, polis, solides	Epais, soyeux, brillants et durs, larges, tendance à s'épaissir
Ma sueur est	Rare et sans odeur sauf si excès de poids	Abondante avec une odeur forte, mains moites	Modérée ou abondante avec une odeur agréable
Mon appétit est	Irrégulier et je saute des repas, ne supporte pas les jeûnes, impatience quand faim	Bon, je dois manger à des heures régulières, déteste sauter des repas	Constant mais je peux sauter des repas (réserve d'énergie)
Ma démarche est	Rapide, avec des petits pas	D'allure moyenne, décidée	Lente et gracieuse
Mes activités	Actif, agitée, excès	Modérée à impulsive	N'aime pas se dépenser
Mon énergie et mon endurance sont	Faibles, l'énergie vient par à-coups et demande ensuite du repos, épuisé	Modérées ou hautes, je peux me surmener sauf si trop de chaleur	Bonnes, durent longtemps
Mes selles sont	Sèches, dures, tendance à la constipation, flatulence	Souples, grasses, lâches, régulières et fréquentes, quelquefois liquides et chaudes	Régulières, lourdes, lentes, à évacuer, épaisses
Mes urines sont	Peu abondantes	Abondantes, colorées, jaunes	Modérées, claires ou laiteuses.
Mes menstruations	Cycles irréguliers, peu abondantes	Cycles réguliers, abondantes	Cycles plutôt réguliers, écoulement modéré
Poitrine	Petit ou grand avec charpente fine	Moyenne	Forte
Langue	Chargée d'une couche grisâtre ou gris rose, goût amer au réveil	Chargé d'une couche jaunâtre, orange ou rouge au réveil, irritée, goût acide au réveil	Rarement chargée, si oui couche blanche, goût doux-amer au réveil
TOTAL 2			

Remplissez, enregistrer puis renvoyer le document via votre boîte mail.  
NAMASTE