

อ่านธาตุจากหัวจรดเท้า

มองจากที่คนนั้น “เป็นมาตั้งแต่เด็ก” ไม่ใช่ช่วงที่ป่วย เครียด หรือทำงานหนัก

ธาตุประจำตัว คืออะไร

พื้นฐานพลังงานตามแนวคิดธาตุ ที่สะท้อนผ่านร่างกาย บุคลิก และลักษณะนิสัย ช่วยให้
เราเข้าใจตนเองและผู้อื่น เรียนรู้ที่จะดูแลและเยียวยาให้สมดุล พร้อมเติบโตเป็นตัวเองใน
แบบที่เกื้อกูลทั้งเราและคนรอบข้าง

การนอนและการตื่น

“นอนตื่นเป็นเวลาไหม ตื่นแล้วลุกง่ายไหม”

- ลม** นอนไม่เป็นเวลา บางช่วงเร็ว บางช่วงตึก
- ไฟ** ตื่นเป็นเวลา ลุกเริ่มวันได้เร็ว
- น้ำ** ชอบนอนยาว ตื่นช้า ค่อย ๆ ลุก

บุคลิกการพูด

- ลม** พูดเก่ง พูดเร็ว ประหม่าในกลุ่มใหม่
- ไฟ** พูดกระชับ เสียงมีพลัง คนฟัง
- น้ำ** พูดน้อยแต่หนักแน่น ใจเย็น

การตอบสนองต่ออากาศ

“ทนหนาวหรือทนร้อนได้ดีกว่ากัน”

- ลม** กลัวหนาว กลัวลม ชอบอุ่น
- ไฟ** กลัวร้อน ชอบอากาศเย็น
- น้ำ** ทนร้อนได้ ไม่ชอบเย็นชื้น

การย่อย

“ปกติย่อยเป็นอย่างไร ทิวบ่อยไหม”

- ลม** ไม่สม่ำเสมอ บางมื้อท้องอืด
- ไฟ** ย่อยเร็ว ทิวบ่อย ทนทิวไม่ได้
- น้ำ** ย่อยช้า อิ่มนาน ข้ามมื้อได้สบาย

ผิว

- ลม** แห้ง บาง สัมผัสเย็น เห็นเส้นเลือด
- ไฟ** อุ่น แดงง่าย มีนูนบางจุด
- น้ำ** หนา เนียน ชุ่มชื้น ไม่ค่อยมีปัญหา

ท่าทางและอารมณ์

- ลม** ว่องไว ไม่อยู่นิ่ง ขี้เล่น เปลี่ยนอารมณ์ไว
- ไฟ** มั่นคง แน่วแน่ มั่นใจ อยากทำให้สำเร็จ
- น้ำ** ช้า อืดทน สงบ อ่อนนุ่ม รับฟัง

การตัดสินใจและความจำ

“ตัดสินใจเร็วหรือช้า จำแบบไหน”

- ลม** ลังเล เปลี่ยนใจบ่อย จำเร็วลืมเร็ว
- ไฟ** เด็ดขาด จำเป็นระบบ แม่นรายละเอียด
- น้ำ** ช้า รอบคอบ จำช้าแต่จำได้นาน

การตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นภายนอก

“เสียงดัง แสงจ้า กลิ่นแรง ระบายแค่ไหน”

- ลม** ไวมาก สะดุ้งง่าย ล้าเมื่อรอบตัวเยอะ
- ไฟ** รับรู้ชัด ไร้ความเสียว แสง กลิ่นที่แรง
- น้ำ** ไม่ค่อยถูกรบกวน อยู่กับมันได้นาน

เมื่อเครียด

“เวลาไม่สบายใจมักเป็นแบบไหน”

- ลม** กังวล คิดมาก กลัวง่าย
- ไฟ** ใจร้อน หงุดหงิด โกรธง่าย
- น้ำ** เก็บไว้ เฝือก เสรี ปล่อยวางยาก

รูปร่างและน้ำหนัก

- ลม** ผอมบาง เบากว่าที่ตาเห็น ขึ้นยาก
- ไฟ** สมส่วน กล้ามชัด คมน้ำหนักง่าย
- น้ำ** ใหญ่แน่น หนักกว่าที่ตาเห็น ลดยาก

กล้ามเนื้อและข้อ

- ลม** บาง ตึงง่าย ข้อหลวม ลื่นง่าย
- ไฟ** แน่น กระชับ มีแรง
- น้ำ** หนา นุ่ม ทนทาน ข้อตึงแต่มั่นคง

สไตล์การทำงาน

“ชอบเริ่มงานใหม่ หรือทำงานเดิมได้นาน”

- ลม** ทำเก่งช่วงสั้น ใจเดียวเยอะ ชอบเริ่มใหม่
- ไฟ** สมารถี มุ่งผล ทุกงานมีเป้าหมายชัด
- น้ำ** ไม่ริเริ่ม แต่ทำต่อเนื่องได้นานมั่นคง

ขวา-ซ้าย หมายถึงด้านของเจ้าตัวในภาพ

มองไล่จากหัวจรดเท้า

หัวและใบหน้า → ลำตัว → แขน → ขา

● สังเกตลักษณะที่เห็น · ? ถามประสบการณ์เจ้าตัว

ไม่ต้องครบทุกจุด เห็นชัดก็จุดก็นับเท่านั้น

นับสี่ แล้วตั้งข้อสันนิษฐาน

สี่เดียวเด่นชัด → ธาตุเดียว · ลม ไฟ หรือน้ำ

สองสีพอ ๆ กัน → ธาตุผสม · ลมไฟ ลมน้ำ หรือไฟน้ำ

สามสีใกล้เคียง → ดุลยภาพ

ยืนยันกับเจ้าตัวเสมอ

ผลจากการมองเป็นข้อสันนิษฐานของเรา ไม่ใช่ผลของเขา

ชวนทำแบบคัดกรอง 20 ข้อ แล้วถามว่า “ใช่ฉันไหม”

ผิดสมดุลชั่วคราวดูที่วงล้อ ไม่ใช่ที่ธาตุประจำตัว