

細胞レベルに影響する胆経のエネルギー障害に含まれる症状

攻撃的

常時不満

強い怒り

恐れから他人の欠点を見つける

不幸

胆経を強化する必須栄養素

ビタミン A、リンゴ、レモン、カルシウム、リノール酸、オレイン酸（たとえば、松の実、オリーブ油）

**【このPDFファイルの使い方】**  
このファイルをプリントアウトして、内側のトンボ（罫線）に合わせてカットします。  
下のノンブル（ページ番号）や罫線に合わせて貼ると位置もしっかり貼ることができます。