

sadfsadf sa asfdasdf

发啥发撒地方

尝药：黄芪 日期：2025年7月十一 当下身体格局：如常			
煎药	观察外形	颜色、质地、重量、密度	白色粉末，非常细
	气味		没有气味
	含嘴巴里尝一尝		淡，有点象石粉
	泡药	3g, 400ml 水，半个小时	3克，400毫升，半个小时，常规泡药时间
	煎药	XX分钟	40分钟
尝药	静坐		
	闻气味	气味、厚薄	无气味，薄薄的
	看汤色	深浅、清浊、厚薄	亮黄色，清，薄
	尝：喝1-2小口，静坐体会	什么味道，汤药的力量进入身体哪里，哪些区域开始有反应（上下、表里），这些反应有没有作用的大致方向，增加能量或者带走能量，其他感受	
气机病机格局	尝药总结	四气五味	微甘，淡，还有些涩口
		开阖升降	凉开，头部有清明的感觉
		三焦层次（启动点、布散范围）	喝药1分钟就感觉下焦有反应，有些压力，应该进到血分了。小腹温温的，慢慢地有能量向腹部流动
			下焦血分启动，向中焦血分布散
		药势：厚薄、刚柔、走守、缓急、清浊	厚、开、走，带走能量，不缓不急，浊
气机病机格局	适合的气机病机格局	中下焦虚，流通尚可的人	
	不适合的气机病机格局	郁滞，不流通，内部压力大的人	

书 籍	《神农本草经》 《回到本源》	
记 载	其他	
其 他		

fasf

三大丰收

发撒方法