Чжан Чжуан дает возможность регулировать нервную и дыхательную системы, налаживает кровообращение и улучшает метаболизм. Поэтому этот метод приносит положительный эффект в лечении нервных заболеваний, разрешении дыхательных проблем, заболеваний сердечно- сосудистой и пищеварительной систем, проблем с мышцами и плохого метаболизма. Он оказывает положительный эффекта также в лечении хронических болезней. Ссылаясь на свою пятидесятилетнюю практику, я заключаю, что эффект от выполнения может быть разным, у разных людей и с разными заболеваниями, иногда эффект больше, иногда меньше, иногда он наступает медленнее, иногда быстрее. Но, не считая случаев, когда практикующий занимается нерегулярно, практически всегда есть положительный результат. Многие люди продолжали практиковать после того, как избавлялись от недуга, они укрепляли тело и оставались здоровыми до преклонных лет. Сейчас обратимся к моему двухлетнему опыту работы в области изучения лечебного джан джуан.

· Перенапряжение. В случае перенапряжения нервной системы, эффект наступает очень быстро. Но в случае функциональных изменений, таких как затвердение сосудов, результат наступает медленно.

· Депрессия, психологическая слабость. Обычные головные боли, ощущения тяжести в голове, головокружения и т.д. могут быть легко вылечены. Как быстро наступит положительный эффект зависит в основном от того, сможет ли практикующий стабилизировать свой ум. При запорах и проблемах пищеварения, результаты лечения проявляются медленнее.

· Arthopologosis. Обычно ревматические проблемы и проблемы, которые появляются во многих суставах одновременно, просто вылечить. Но последствия других заболеваний или наследственные болезни труднее вылечить.

· Trachitis. Существует несколько вариантов. На ранней стадии положительный эффект наступает быстро. Наследственные проблемы труднее вылечить. Но это зависит от возраста, физической подготовки, общего уровня здоровья, состояния психики, условий проживания и т.д. Если пациент старательно выполняет упражнения,

заботится о питании и стиле жизни, симптомы могут постепенно уменьшаться, вплоть до полного выздоровления.

· Проблемы с печенью. Опухание и тяжесть в печени. Если практикующий занимается терпеливо и правильно, уделяя внимания правильной диете и здоровой обстановке, уменьшение симптомов возможно.

· Cholecystis. Многим пациентам делали операции. Многие страдают от болезней печени и селезенки. Основываясь на своем опыте с несколькими пациентами, могу сказать, что во время терапии джан джуан их состояние улучшилось. Но требуются дальнейшие исследования.

· Болезни легких. Если пациент занимается терпеливо, правильно, с правильными стадиями, правильно питаясь, исцеление обычно возможно.

· Hemiplegia. Необходимо усердно практиковать. Обычно выздоровление или улучшение состояния возможно. Но возможен рецидив. Пациент должен заниматься, избегая переохлаждения, усталости, раздражения. Нужно следить за стилем жизни. Если кончик языка, ладони или ступни ничего не чувствуют, исцеление невозможно.

· Болезни желудка и органов пищеварения. Эффект от лечения очень хороший, но не наступает быстро. В некоторых случаях достаточно 3-4 месяцев, более сложные случаи требуют 8-9 месяцев, иногда даже 3-5 лет.

· Шизофрения, потеря ощущения тела. Исцеление сравнительно простое.

· Болезни сердца. В большинстве случаев результат от лечения хороший. Многое зависит от психического состояния и условий проживания. Если психическое состояние и условия жизни плохие, исцеление невозможно.

Автор: Яо Ченгуан