

دراسة في مجلة علمية شهيرة : شعائر الصلاة عند المسلمين تساعده في تخفيف الآلام والمرونة



الخميس 9 مارس 2017 م

قالت صحيفة "إنديبندنت" البريطانية إن دراسة علمية نشرتها "المجلة العلمية لأنظمة الهندسية والصناعية" International Journal of Industrial and Systems Engineering عن أن شعائر الصلاة عند المسلمين لو تم اتباعها بطريقة صحيحة، فإنها تساعده في تخفيف آلام الظهر، وتؤدي إلى زيادة مرنة المفاصل

وبشير التقرير، إلى أن الدراسة وجدت أن الصلاة لا ت العمل على تخفيف الألم الجسدي فقط، لكن يمكن أن يكون التعماد المناسب بين الظهر والركبة علاجاً سريرياً فاعلاً، لافتاً إلى أن هناك ما يقدر عددهم بـ 1.6 مليار مسلم حول العالم يركعون ويسجدون باتجاه الكعبة خمس مرات كل يوم

وتنقل الصحيفة عن الباحث المشارك في الدراسة محمد الخصاونة، قوله: "الطريقة الوحيدة لتفكيك بالحركات هي أنها تشبه الحركات التي يتبعها من يمارسون اليوجا، أو الحركات التي تكون أثناء العلاج الطبيعي التي تستخدم لمعالجة آلام الظهر".

وتنتهي الصحيفة إلى أن البحث استخدم نعاج تم توليدها عبر جهاز الحاسوب لرجال ونساء أصحاء من الهند وأمريكا؛ للنظر في تأثير حركات الصلاة على الدوْسْرِ آلامه

ويفيد التقرير بأن الدراسة كشفت عن أن السجود يزيد من مرنة المفاصل، لافتاً إلى أن فريق البحث لم يعرف الكيفية التي تؤثر فيها حركات الصلاة على المصاين بالشلل، وما هو أثر ذلك على آلام الظهر

وتورد الصحيفة نقلاً عن الخصاونة، الباحث في جامعة ولاية بنسلفانيا في بريستون، قوله إن "الصحة الجسدية تتأثر بأسلوب الحياة الاجتماعي والاقتصادي والعوامل الدينية".

وتختتم "إنديبندنت" تقريرها بالإشارة إلى قول الخصاونة: "يمكن للصلاة أن تخفف من الضغوط النفسية والقلق، في الوقت الذي يشير فيه البحث إلى أن حركات الصلاة يمكن أن تكون علاجاً سريرياً للعجز في الجهاز العضلي-الد Kami".