

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



الخميس 9 مارس 2017 11:03 م

قالت صحيفة "إندبندنت" البريطانية إن دراسة علمية نشرتها "المجلة العلمية للأنظمة الهندسية والصناعية" International Journal of Industrial and Systems Engineering، وحملت عنوان "دراسة فعالة لحركات المسلمين أثناء الصلاة باستخدام النظام الرقمي" كشفت عن أن شعائر الصلاة عند المسلمين لو تم اتباعها بطريقة صحيحة، فإنها تساعد في تخفيف آلام الظهر، وتؤدي إلى زيادة مرونة المفاصل □

ويشير التقرير، إلى أن الدراسة وجدت أن الصلاة لا تعمل على تخفيف الألم الجسدي فقط، لكن يمكن أن يكون التعامد المناسب بين الظهر والركبة علاجاً سريريا فاعلاً، لافتاً إلى أن هناك ما يقدر عددهم بـ1.6 مليار مسلم حول العالم يركعون ويسجدون باتجاه الكعبة خمس مرات كل يوم □

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

وتنوه الصحيفة إلى أن البحث استخدم نماذج تم توليدها عبر جهاز الحاسوب لرجال ونساء أصحاء من الهند وأمريكا؛ للنظر في تأثير حركات الصلاة على الحوض وآلامه □

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

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

وتختتم "إندبندنت" 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 سريريا للعجز في الجهاز العضلي-الدماغي".