

فواید جسمانی عمل به فرامین الهی



به کارگیری تعالیم قرآن در پیشگیری از عوارض منفی و مضر برخی از بیماری های جسمی نقش به سزایی دارد؛ به طوریکه اگر انسان مؤمن به این فرامین عمل کند؛ از بیماری های جسمی در امان می ماند.

خبرگزاری مهر - به کارگیری تعالیم قرآن در پیشگیری از عوارض منفی و مضر برخی از بیماری های جسمی نقش به سزایی دارد؛ به طوریکه اگر انسان مؤمن به این فرامین عمل کند؛ از بیماری های جسمی در امان می ماند. اهمیت به کارگیری تعالیم قرآن زمانی نشان داده می شود که از عوارض منفی و مضر ناشی از نشستن طولانی مدت پشت کامپیوتر و تلویزیون جلوگیری به عمل می آید.

به این منظور در سال 2006 به دنبال تحقیقی که دانشمندان بر روی هزاران نفر انجام دادند مشخص شد که نشستن مداوم و طولانی در مقابل وسایل برقی مثل کامپیوتر و تلویزیون سبب مرگ میلیونها سلول مغزی می شود و هرچه این زمان طولانی تر باشد، خطرات آن بیشتر می شود.

دکتر دیزی در این مورد می گوید: " ما تا مدتهای طولانی توقع هیچ ضرری را از نشستن در مقابل صفحه کامپیوتر نداشتیم؛ ولی نتایج تجربیات ما عکس این تصور را نشان داد. این درحالی است که مشخص شد نشستن مداوم به مدت 17 ساعت متوالی در مقابل مانیتور کامپیوتر سبب مرگ حدود 420 میلیون از سلول های مغزی انسان می شود".

چرا که مغز انسان به طور چشمگیری از فرکانس های برقی و مغناطیسی که از وسایل برقی ساطع می شود، تأثیر می پذیرد و به همین دلیل است که پزشکان توصیه می کنند که از نشستن طولانی مدت و مداوم در مقابل صفحه کامپیوتر خودداری شود. همان مسئله ای که اسلام بیش از یک قرن پیش به پیروانش توصیه کرده بود که نمازهای یومیه، عبادت و یاد خدا را فراموش نکنند. زیرا این امر منجر می شود تا انسان از پرداختن به یک کار به طور مداوم صرف نظر کند و خود سبب می شود که از ابتلا به امراض جسمانی در امان ماند.

بر همین اساس امروزه دانشمندان اقدامات مناسبی را برای حمایت از سلامتی افراد در مقابل آثار مخرب وسایل برقی اتخاذ کرده اند. به طور مثال توصیه می کنند که کاربران به جای نشستن طولانی مدت و متوالی پشت کامپیوتر از روش نشستن در زمان های منقطع و فاصله دار و نه مداوم استفاده کنند که انسان مؤمن در این فواصل برای اقامه نماز و دعا و قرائت قرآن استفاده می کند.

بنابراین می توان اذعان داشت: انسان مؤمنی که مقید به اجرای تعالیم کتاب آسمانی قرآن می باشد، مقداری از وقت خود را به عبادت، ذکر، دعا، نماز شب، صدقه، امر به معروف و نهی از منکر، قرائت قرآن و دیگر اعمال نیکو اختصاص می دهد که انجام این اعمال شخص را از اعتیاد به کامپیوتر دور می کند.

وقتی که شخص در مقابل صفحه کامپیوتر می نشیند ناگزیر باید پنج بار برای نمازهای یومیه، قرائت قرآن و دعا از پشت کامپیوتر برخیزد و از آن دوری کند که این خود نقش به سزایی در کاهش مضرات کامپیوتر به شمار می آید. این در حالی است که 1400 سال پیش اسلام توصیه ها و سفارشات برای مؤمنان به ارمغان آورد که اگر به آن عمل شود از بسیاری بیماری های جسمی جلوگیری می کند.

برای درمان بسیاری از بیماری ها یا اختلالات جسمی و برای پیشگیری از هر نوع خطری شایسته است به حفظ قرآن اهتمام ورزید و این پندی است که با تجربه حاصل شده است؛ چرا که در قرآن شفا، علاج و پیشگیری است.