The Arab Journal of Psychiatry (1993), Vol. 4, No. 1, Page 61-65

THE ROLE OF RECREATIONAL ACTIVITIES IN THE MANAGEMENT OF PSYCHIATRIC DISORDERS IN THE ARAB-ISLAMIC HISTORY

M. Al-Haj Kasim Mahmoud

معالجة الأمراض النفسية بالوسائل الترفيهية عند الأطباء العرب والمسلمين

محمود الحاج قاسم محمود

الملخص:

أهم الوسائل التي مارسها الأطباء العرب والمسلمين في معالجة الأمراض النفسية كانت الوسائل الترفيهية التي يمكن إجمالها فيما يلي: أولا: السفر وتبديل البلد وإلتماس الفرح والتنزه، نقتطف هنا قول الرازي *"إذا أزمن بالمريض وطال فإنقله إلى بلد مضاد المزاج لمزاج علته ...فكثيرا بريء خلق كثير من المالينخوليا بطول السفر"*، ومن الوسائل الترفيهية التي إبتدعها الأطباء العرب والمسلمون في العلاج النفسي، هو تخصيص من يقوم بزيارة المرضى في البيماريستان والقيام بأعمال تدخل السرور على نفس المريض. وقد ذكرنا أمثلة على ذلك. ثانيا: العلاج بالوسائل الفيزيائية (العلاج الطبيعي) والتغذية, على سبيل المثال نذكر قول الرازي *" وليرتاضوا قليلا ويأكلوا أغذية جيدة، وأجود التعب لهم المشي، ومن كان منهم هضمه رديا فليستعمل الحمام قبل الغذاء، وليكن الغذاء سريع الهضم"*. ثالثا: علاج الأمراض النفسية بالموسيقى، مارسه الأطباء العرب والمسلمون لإعتقادهم بأنها تخفف ألم الأمراض، فإستعملوا الألحان المختلفة في ساعات مختلفة من النهار، أوردنا في المقال أمثلة كثيرة على ذلك.

ABSTRACT

Some of the most utilized recreational activities: First: Travel and vacations. As Razes Stated: "If the illness becomes chronic, transfer the patient to a different country where the prevalent mood is to the opposite of that of the patient since many depressives got cured by travel". Some of the recreational activities which were innovated is to arrange visits by individuals who can entertain the patients and give them pleasure. Second: utilisation of physiotherapy and nutrition, like walking, bathing and good nutrition. Third: using music by playing different tunes in different periods of the day and night.

المقدمة:

مارس الأطباء العرب والمسلمون في معالجة الأمراض النفسية طرقا مختلفة، بغية إخراج المريض النفسي من حيز اللاشعور إلى حيز الشعور، والسعي لكي تتكون لديه نظرة متفائلة نحو الحياة، فيشعر بالأمن والإطمئنان والإستقرار، وإتاحة الفرصة أمامه لإعادة تنظيم حياته. وأهم تلك الوسائل التي مارسوها كانت الوسائل التي يمكن إجمالها بما يلي:

أولا: السفر وتبديل البلد وإلتماس الفرح والتنزه

تتضح نظرة الرازي (٢٥١-٣١٤هـ/٨٦٥-٩٢٧) الشمولية في تنوع أساليب العلاج النفسي وطرائقه، وكان صائبا حين وصف لهم الأسفار والرحلات، يقول *"إذا أزمن المرض وطال فإنقله إلى بلد مضاد المزاج لمزاج علته ... فكثيرا بريء خلق كثير من المالينخوليا بطول السفر"* (١)

ويقول أيضا *"ولا علاج أبلغ في رفع المالينخوليا من الأشغال الإضطرارية التي فيها منافع أو مخاوف عظيمة تملأ النفس وتشغلها جدا والأسفار النقلة، فأني رأيت الفراغ أعظم شيء في توليده والفكر فيما مضى وكان يكون وينبغي أن يعالج هذا الداء بالأشغال، فإن لم يتهيأ فبالصيد والشطرنج ... والغناء والمباراة فيه ونحو ذلك مما يجعل للنفس شغلا عن الأفكار العميقة، لأن النفس إذا تفرغت في الأشياء العميقة البعيدة، وإذا فكرت فيها فلم تقدر على بلوغ عللها حزنت واغتمت وأتهمت عقلها."* (٢)

ونحا ابن بطلان (توفي ٤٦٠هـ/١٠٦٧م) نفس المنحى في معالجة المصابين بالمالينخوليا، حيث ركز على ضرورة الإعتناء بالمريض حتى تزول ظنونه، وذلك بالكلمات الجميلة الأنيقة وبالحيل المنطقية والمواساة والموسيقى والتنزه في الهواء الطلق والغابات والبساتين الزاهرة ويحرص على التنقل من المكان الذي وقعت الإصابة به، ونصح بالأجواء التي تميل ا إلى الحرارة وتقل رطوبتها وبالإبتعاد عن الأماكن المتعفنة(٣).

ومن الوسائل الترفيهية التي إبتدعها الأطباء العرب والمسلمون في العلاج النفسي، هو تخصيص من يقوم بزيارة المرضى في البيماريستان والقيام بأعمال تدخل السرور والبهجة على نفس المريض، من ذلك ما رواه أبي الصلت أمية بن عبد العزيز (٤٧٠-٥٢٨هـ/١٠٧٧-١١٣٣م حيث يقول *"ومن طريف ما سمعته أنه بمصر منذ عهد قريب رجل ملازم للبيماريستان يستدعى للمرضى الأطباء، فيدخل على المريض فيحكي له حكايات مضحكة وخرافات مسلية، ويخرج له وجوها مضحكة، وكان مع ذلك لطيفا في إضحاكه وبه خبيرا وعليه قديرا.*

فإذا إنشرح صدر المريض وعادت إليه قوته وتركه وإنصرف، فإن إحتاج إلى معاودة المريض عاده إلى أن يبرأ أو يكون منه ما شاء الله." (٤)

ثانيا: العلاج بالوسائل الفيزيائية (العلاج الطبيعي) والتغذية

من بين الأساليب التي إعتمدها الرازي في معالجة الأمراض النفسية ما نطلق عليه اليوم العلاج الطبيعي مع العناية الخاصة بتغذيته يقول *"وليرتضاوا قليلاويأكلوا أغذية جيدة، وأجود التعب لهم المشي، ومن كان منهم هضمه رديا فليستعمل الحمام قبل الغذاء، ولينكن سريع الهضم."* (٥)

يؤكد إسحق ابن عمران هذه المفاهيم ويتناولها بإسهاب نوجز أقواله في علاج الماليخوليا، حيث يقول *"في كل يوم الإستفراغ في الماء الحار العذب او الماء البارد في صميم الصيف والأدهان بعد التنشيف بالمناديل بالأدهان الكثيرة الرطوبة مثل دهن الكتان وزيت اللوز ...إلخ"* ، كما ويؤكد على الإعتناء بالصحة العامة للمصاب بالماليخوليا ومراقبته وذلك بتعديل وتنظيم الأسباب للمرض والتي يحددها:

١- العمل والحركة
٢- السكون والنوم
٣- اليقظة والطعام والشراب
٤- الهوى المتنسم والمستنشق
٥- الإستفراغ والإمتناع
٦- الأحداث النفسية

كما وتعرض بكل تبصر العديد من الأغذية من حيث الكم والكيف دائما لينة نقية صالحة.(٦)

ولمداواة بعض أنواع الإكتئاب النفسي الحاد ينصح إبن سينا المريض أن يشم دائما الروائح الطيبة، وإذا أزمنت العلة إستعملت الشموم الطيبة والمسك والعنبر والأفاوية والعود.

وأدرك الرازي في علاج الماليخوليا حقيقة علمية هامة يقره العلم الحديث عليها اليوم وهي، إمكانية حصول الشفاء عن طريق النمو التلقائي وبمجرد مرور الزمن، والإدمان على تعاطي المعالجة أثر سيء في إضعاف الطبيعة(٧) يقول " *وأغب علاجهم مدة ثم عاوده فإنهم ربما خرجوا من العلة في المدة التي تغيب فيها العلاج، وإدمان العلاج يوهن الطبيعة*"(٨)

ثالثا : علاج الأمراض النفسية بالموسيقى

كانت الموسيقى نوعا من العلاج النفسي مارسه الأطباء العرب والمسلمون، لإعتقادهم بأنها تخفف ألم الإسقام والأمراض عن المريض. وإستعملوا الألحان المختلفة في

المستشفيات حيث أن كل لحن وإيقاع له أثره الخاص في النفس، وأن بعض النغمات يجب أن تخصص لأوقات معينة من النهار والليل وعند الشروق والغروب. نورد فيما يلي بعض الأمثلة لما نقول.

يروي الكندي معالجته لإبن جاره التاجر الذي أصيب بالسكتة بالموسيقى، كيف أنه إستفاق بعد فترة من عزف خاص أمر الكندي بعضا من تلامذته القيام به.(٩)

ويذكر إبن البلخي في كتابه (مصالح الأبدان والأنفس)، تأثير سماع الألحان والأنغام في مصالح الأبدان والأنفس، ويشير إلى ما جرت العادة من الحكماء والأطباء القدماء من مداواتهم كثيرين من المرضى بأسماعهم أصواتا لذيذة، يقول "*كانت تقوم منهم وتطيب أنفسهم وتخفف عليهم الألم والعلل والأسقام*"(١٠)

ويروي عن الحافظ لدين الله (توفي ٥٤٤هـ/١١٤٩م) أن طبيب بلاطه إبتكر طبلا خاصا يقال أن نغماته كانت تشفي المريض مما يقاسيه، وكان هذا الطبل مركبا (من المعادن السبعة والكواكب السبعة في إشراقها كل واحد منها في وقته) وقد بقيت هذه الآلة في القصر إلى عهد صلاح الدين الأيوبي فكسرها صدفة.(١١)

ويقول إبن بطلان " *فموقع الألحان من هذه الصناعة موقع الأدوية من الأبدان المريضة وأفعالها في النفوس ظاهرة.*"(١٢)

ويقول إبن طرخان الحموي (٦٥٠-٧٢٠هـ) في كتابه (الأحكام النبوية في الصناعة الطبية) في باب السماع والإستماع "*السماع المطرب طب الأنفس الإنسانية وراحة للقلوب البشرية، وغذاء لأكبر الأرواح وهو من أجل أنواع الطب الروحاني وسبب سرور الإنسان وبعض أنواع الحيوان*"(١٣)

وقد وجد الأطباء بالمغرب والأندلس (في القرن الخامس عشر الميلادي) أن كثيرا من الأمراض العصبية والعقلية تخف وطأتها إذا عولجت بالموسيقى الرقيقة الهادئة المطمئنة، حيث كانت الأجواق الموسيقية بنغماتها في سيدي فرج في مدينة فاس فتشرب نفوس المرضى وتهدأ أعصابهم ويقل توترهم وتلين نفوسهم، ويختار لهم أرقى الألحان ويجتنبون الموسيقى الصاخبة التي تثير أعصابهم.(١٥) وكان أرباب الطرب يحضرون كل أسبوع مرة أو مرتين مستخدمين شرح الصدر وإنعاش الروح وتقوية ضربات القلب وإعادة وظائف الأعضاء الجسمية إلى حالتها الطبيعية(١٥).

وكانت مارستان قلاوون (١٢٨١م) تعزل المؤرقين من المرضى في قاعة منفردة يشنفون فيها آذانهم لسماع ألحان الموسيقى الشجية أو يتسلون بإستماع القصص يلقيها عليهم القصاص، وكان المرضى الذين يستعيدون صحتهم يعزلون عن الآخرين.(١٦)

وتذكر وقفية المستشفى النوري بحلب أنه كان يخصص لكل مصاب بالأمراض النفسية خادمين، ينزعان عنه ثيابه كل صباح، ويحممانه ويلبسانه ثيابا نظيفة ويحملانه على أداء الصلاة، ويسمعانه قراءة القرآن من قاريء حسن الصوت، ثم يفسحانه في الهواء الطلق، ويسمعانه الأصوات الجميلة والنغمات الموسيقية الطيبة.(١٧)

المصادر

(١) الرازي- أبو بكرمحمد بن زكريا/ المرشد أو الفصول ص ١١٦ .

(٢) الرازي - أبو بكر محمد بن زكريا/ الحاوي في الطب - الطبعة الثانية، دارة المعارف العثمانية - حيدر أباد، الدكن - ١٩٧٤ ص ج ١ ص ١١٢ .

(٣) عمار - الدكتور سليم / حول مقالة إبن عمران في المالينخوليا، بحث قدم في مؤتمر إتحاد الأطباء العرب - تونس ١٩٧٩.

(٤) أبي الصلت - أمية بن عبد العزيز/ الرسالة المصرية، المجموعة الأولى من نوادر المخطوطات - تحقيق الدكتور عبد السلام هارون. القاهرة مطبعة لجنة التأليف والنشر، ١٩٥١ ص ٧٤.

(٥) الرازي - الحاوي ج ١ ص ١٢٧.

(٦) عمار - د. سليم - البحث

(٧) عيسوي - الدكتور عبد الرحمن / الإ سلام والعلاج النفسي- دار النهضة العربية ص ٢١٣.

(٨) الرازي الحاوي ج ١ ص ١٢٨.

(٩) يراجع تفاصيل القصة في كتاب الحكماء للقفطي ص ٣٧٦.

(١٠) أبو ريدة - د. محمد عبد الهادي - الصحة البدنية النفسية في الإسلام - بحث للمؤتمر العالمي الإسلامي الرابع للطب الإسلامي ، ١٩٨٦.

(١١) فارس - هنري / تاريخ الموسيقى - ترجمة د. حسين نصار.

(١٢) حمارنة - د. سامي / فهرس المخطوطات العربية المحفوظة في المكتبة البريطانية ص ١١.

(١٣) النسيمي - الدكتور محمود ناظم/ الطب النبوي والعلم الحديث ج١ ص ٧٤.

(١٤) الدباغ - محمد عبد العزيز/فراغ يجب أن يملأ، مجلة دعوة الحق، العدد ٩, ١٠, السنة ٨, ١٩٦٠ ص ٢٩.

(١٥) إبن شقرون - محمد بن أحمد / مظاهر الثقافة المغربية - ص ٢٢٤ - ٢٢٥.

(١٦) الشطي - الدكتور أحمد شوكت موجز تاريخ الطب عند العرب - ص ٣٧- ٣٨.

(١٧) العمد - د. إحسان صدقي / الطب ا لنفسي عند العرب والمسلمين - مقال - مجلة العرب ، العد٣٣٣ - أوغسطس ١٩٨٦ ص ٥٨.