

## الاكتئاب وعلاجه في المستشفيات الحكومية الباكستانية مقارنة بالإسلام

Dr. Wajahat Khan

Dr. Muhammad Tahir

Lecturer Islamic Studies, University of Kotli AJ&K [wajahat\\_iui@yahoo.com](mailto:wajahat_iui@yahoo.com)

Assistant Professor Islamic Studies International Islamic University Islamabad

## Abstract

This paper examines psychological methods of remedying depression in Pakistan considering the role of Islamic Teachings. Interview method has been used in the current study. Interviews have been conducted from the notable psychologists of the country to find out about the psychological treatments of depression. Additionally, to check the tendency of depression among religious people hundred the practicing Muslims have been selected and interviewed. Beck Depression Inventory was used to assess their depression. The study discloses that 27% Pakistani population suffers from mental disorders, 38 % of these patients possess tendencies for depression. 500 psychologists have been employed in government service hospitals for treatment of mentally disturbed people. Commonly in the hospitals depressed people are treated with antidepressant medicines. The study found that 85 % Practicing Pakistani Muslims live happy lives without possessing any sort of tendency for depression. But there is a small group of people in the society who practice religion regularly.

## التمهيد

لقد انتشرت الأمراض النفسية في المجتمع الإنساني المعاصر ، وهي تصيب سكان العالم بنسب متفاوتة تتراوح بين 30 إلى 50 % من سكان العالم ، وأما في الباكستان يعاني نحو 27 % من السكان من الأمراض النفسية ، وقد أجريت دراسة شملت 3500 مشارك من 5 مدن رئيسية من الباكستان على أساس الجنس والعمر والتعليم ، جمعت المعلومات من خلال المقابلات والاستبيانات عن المشاركين ، وتوصلت الدراسة إلى نتيجة مفادها أن 27 % من الباكستانيين يتعرضون للاضطرابات النفسية ، تكشف الدراسة أن الاضطراب والقلق واضطراب النوم أكثر شيوعاً في المجتمع الباكستاني ، انتشر مرض الاكتئاب في المجتمع الباكستاني بشكل مرتفع ، وهذا المرض يشيع بين المسنين والنساء أكثر من البالغين. حسب هذه الدراسة فإن 38 % من الرقعة التي شملتها الدراسة تعرضوا للاكتئاب ، حسب هذه الدراسة فإن 43 % من النساء أصبن بالاكتئاب مقارنة بالرجال 31 %<sup>1</sup>.

يقول الطبيب النفسي مرتضى بودة : زاد عدد المرضى النفسيين في المجتمع الباكستاني ، ولا يوجد علاج مناسب لهم في مجتمعتنا ، لم يعتقد الناس بالعلاج النفسي قبل بضع سنوات ، الآن بدأ الناس يفهمون أهمية العلاج النفسي ، وكل يوم يأتون إلى المستشفى على الأقل مائة مريض للعلاج النفسي ، منهم النساء والرجال ، والشباب والمسنون ، 45 % إلى 50 % منهم يتعرضون لمرض الاكتئاب<sup>2</sup>.

الجهل وقلة مستوى التعليم ، والبعد عن الدين ، واستخدام المخدرات ، وإدمان الإنترنت والتلفزيون ، والفقر والعطالة والنظام السياسي الفاسد هي

من أهم أسباب للاكتئاب في الباكستان.

## علاج الاكتئاب في المستشفيات الباكستانية

بالباكستان خمس مستشفيات لعلاج الأمراض النفسية ، ويصل عدد الأطباء النفسيين في البلد إلى بضع مئات في المستشفيات الحكومية ، ومعظم الأطباء النفسيين يعملون في المدن الرئيسية : كإسلام آباد ، ولاهور ، وكراتشي ، وبشاور. العلاج بالأدوية ، العلاج الانتقائي ، علاج بين الأشخاص ، والعلاج الأسري هي من أهم أنواع العلاجات في المستشفيات الباكستانية ، ولكن تستخدم الأدوية لمرضى الاكتئاب في أغلب الأحيان . تحدث عن هذه العلاجات في المستشفيات الحكومية بنوع من التفصيل:

## العلاج بالأدوية

العلاج بالأدوية ، العلاج الانتقائي ، علاج بين الأشخاص ، والعلاج الأسري هي من أهم أنواع العلاجات في المستشفيات الباكستانية ، ولكن تستخدم الأدوية مرضى الاكتئاب في أغلب الأحيان . تحدث عن هذه العلاجات في المستشفيات الحكومية بنوع من التفصيل : العلاج بالأدوية تستخدم الأدوية في علاج الاكتئاب الشديد في المستشفيات الحكومية الباكستانية ، توفر هذه الأدوية الراحة للمريض ، وقد يتحسن مزاجه ، ومن الاحتمال أن يقوم بالأعمال الروتينية ، ولا يشعر المريض بالتحسن الأسابيع الأولى ، فهي تؤثر على المريض بشكل تدريجي ، وهذه الأدوية لها آثار جانبية ، يجب على المريض الاستمرار في تناول الأدوية لمدة 6 أشهر تقريباً . فقد يحتاج المريض إلى تناول الدواء لفترة أطول<sup>3</sup>.

يقول الطبيب النفسي د عبد الستار ابراهيم عن أهمية العلاج بالأدوية : لا شك أن العقاقير المضادة للاكتئاب هي أقل تكلفة من العلاج النفسي أو السلوكي ، وهي تنفع بعض المرضى ولكنها لا تخلو من بعض المشكلات وهي : أنها لا تؤدي إلى نتائج إيجابية مع جميع مرضى الاكتئاب ، فلا بد أن هناك طرق أخرى للعلاج ، توجد نسبة عالية من الناس الذين يستجيبون للعلاج بالأدوية ، ومنهم من يرفض تناول هذه الأدوية لأسباب شخصية أو بسبب الآثار الجانبية التي تنفرهم من الاستمرار في تناولها ، العلاج بالأدوية ليس علاجاً كما يرى الأطباء النفسيون ، ولكنها ضبط لأعراض الاكتئاب ، والاعتماد على العلاج الكيميائي لفترة طويلة يقلل فرص المريض لتنمية مهاراته الشخصية والمهارات الاجتماعية والذهنية المطلوبة حتى يعيش الإنسان حياة سعيدة<sup>4</sup>.

## 2 العلاج النفسي

هذا العلاج يبحث على تقنية التفكير والسلوك التي تتكون من تصورات الأفكار والمشاعر السلبية ، عملية العلاج هذه تقوم على تصور مضادة : أن الأفكار السلبية تؤدي بالناس إلى الإصابة بالاضطرابات النفسية . الطبيب النفسي ينظر إلى المريض ، ويعلمه الأفكار السلبية والأفكار الإيجابية ، وبهذه الطريقة يبحث عن حلول المشكلات الحالية ، بدلا من الاعتماد على ماضي المريض ، كما يمكن للمعالج مساعدة المريض على تغيير الأفكار السلبية من خلال اقتراح بعض التمارين أو التقنيات التي يمارسها المريض . يقول الطبيب النفسي اقبال أفريدي عن العلاج النفسي في المجتمع الباكستاني: "العلاج النفسي دون الأدوية عادة غير مفيد في المجتمع الباكستاني؛ بعض المرضى النفسيين يزورون الأطباء النفسيين وهم يحتاجون إلى الأدوية ، بعض المرضى لا يفهمون تعليمات الأطباء النفسيين ، وقد يأتون إلى الأطباء عندما تزداد شدة أمراضهم ، لذلك من الضروري استخدام الأدوية مع العلاج الاستشاري النفسي"<sup>5</sup>.

## 3 المنهج الانتقائي

هنا الطبيب النفسي لا يركز على علاج واحد بل يختار المعالج طرقاً مختلفة للعلاج ، والنظريات والتجارب العملية للعلاج النفسي ، لأن العديد من علماء النفس والمعالجين لا يرغبون في الارتباط بمدرسة فكرية واحدة ، ولكنهم يريدون الاستفادة من جميع النظريات حسب الحاجة ، فإنهم يعتمدون الطريقة الأفضل لمرضهم . تقول الطبيبة النفسية محمودة آفتاب : هناك ثلاث طرق لعلاج الأمراض النفسية وهي : العلاج النفسي ، العلاج الاجتماعي والعلاج بالأدوية ، ينصح الأطباء عادة المرضى بتناول الأدوية مع العلاج النفسي لأن بعض الأشخاص لا يفهمون تعليمات الأطباء النفسية ، وقد يأتون إليهم عندما تزداد أمراضهم ولذا من الضروري استخدام الأدوية مع العلاج النفسي<sup>6</sup> . يلاحظ الطبيب النفسي هارون : أن هناك نوعين من العلاج للاكتئاب ، وهما : الأدوية والعلاج النفسي ، قد تستخدم العلاجات السلوكية المعرفية أو أنواع أخرى من العلاجات ، وقد وجد أن الجمع بين كلا العلاجين هو الأكثر نجاحاً ، علاوة على ذلك تقديم التمارين والنظام الغذائي الصحيح والنوم المنتظم يساعد المرضى ليس فقط على التعافي من المرض العقلي بل يجعلهم أكثر مرونة في مواجهة الإجهاد<sup>7</sup>.

## 4 العلاج بين الأشخاص

. العلاج بين الأشخاص هو طريقة لعلاج الاكتئاب ، هذا العلاج يركز على المريض وعلى علاقاته مع الآخرين ، إنه يقوم على فكرة أن العلاقات الشخصية هي مركز المشاكل النفسية ، ويؤثر الاكتئاب على العلاقات ، ويمكن أن يحدث مشاكل في العلاقات الشخصية ، وهذا العلاج يساعده على التواصل بشكل أفضل من الآخرين ، وقد وجدت العديد من الدراسات أن هذه قد تكون فعالة مثل الأدوية المضادة للاكتئاب ، وقد يستخدم الأطباء النفسيون العلاج مع الأدوية ، يستغرق العلاج النفسي الاستشاري وقتاً أطول<sup>8</sup>.

## 5 العلاج الأسري

الأسري يساعد أفراد الأسرة على تحسين التواصل وحل النزاعات ، وقد يكون العلاج الأسري قصير الأجل ، وقد يتضمن جميع أفراد الأسرة أو من يستطيع منهم المشاركة أو يرغب فيها ، ويساعد هذا العلاج على تحسن العلاقات المتكدرة مع شريك المريض ، أو أطفاله ، أو أفراد الأسرة ، ومن الممكن أن يعالج قضايا محدودة مثل المشاكل الزوجية أو المالية ، أو الصراع بين الآباء والأطفال ، أو تأثير تعاطي المخدرات أو مرض عقلي على الأسرة بأكملها ، وقد يتبع المريض العلاجات الأخرى مثل تناول الأدوية المضادة للاكتئاب<sup>9</sup>.

يقول الدكتور لطفي الشربيني : "لا يقتصر علاج الاكتئاب النفسي على الدواء الذي يوصف للمريض بواسطة الأطباء في العيادة النفسية ، ولكن الخلفية الأسرية والاجتماعية للمريض لها دور هام في نجاح العلاج والأمراض النفسية في هذا التخلف عن الأمراض الأخرى حيث إن ظروف المريض ومدى مساندته من المحيطين من أفراد أسرته ، وأقاربه والرعاية التي يلقيها في المجتمع لها دوراً أساسياً في مساندته للخروج من أزمته النفسية ونجاح العلاج ، وفي بعض الحالات لا يتوفر للمريض الدعم والمساندة من جانب الأسرة كما تتراكم عليه مشكلات في العمل وتدهور علاقاته الاجتماعية ، فيؤدي ذلك إلى تفاقم معاناته من الاكتئاب ، ويدفعه ذلك إلى الانسحاب والعزلة ، بينما تكون فرحة المرضى الذين يتمتعون بالمساندة الأسرية والاجتماعية أفضل في سرعة الاستجابة للعلاج والخروج من أزمة الاكتئاب<sup>10</sup>.

### تقويم هذه الجهود

وزرت بعض المستشفيات النفسية ، كما أجريت المقابلات مع أطباء النفس ، جمعت المواد من خلال هذه الطرق وصلت إلى النتائج التالية عن الأمراض النفسية وعلاجها في باكستان :

**أولاً :** في باكستان يتم الاهتمام بتناول الأدوية المضادة للاكتئاب فقط ، وهذا العلاج ليس علاجاً مستقلاً بل هو علاج مؤقت وراحة فورية من آلام النفس ، الآن أصبح العلاج تجارة ، ليس لدى الأطباء الوقت لمعالجة المريض ، عندما يشكو المريض الألم النفسي ، فيزور الطبيب ، ويفحصه الطبيب ، ويوصيه بتناول الأدوية ، يشعر المريض بالراحة الفورية فيسعد بما . يقول الطبيب النفسي أختار علي سيد : في ملاحظاته الخاصة كطبيب نفسي هناك العديد من الأشخاص الذين يستخدمون هذه الأدوية لسنوات طويلة دون أي فائدة ، ويخشون أنه إذا لم يأخذوا جرعة واحدة من هذه الأدوية فإن حالتهم ستزداد سوءاً ، دون هذه الأدوية لا يستطيع هؤلاء الناس مغادرة منازلهم للعمل في الصباح<sup>11</sup>.

**ثانياً :** السكان البالغ 200 مليون نسمة ، الآن في باكستان خمس مستشفيات للأمراض النفسية ، وأحوالها لم تكون مناسبة لعلاج الأمراض النفسية ، يشير إلى هذا الجانب الطبيب النفسي الباكستاني محمد اقبال آفريدي قائلاً : في باكستان تكون الحاجة ماسة إلى 9000 إلى 10000 طبيب نفسي ، ولكن الآن يعمل 500 طبيب فقط ، علاوة على ذلك فإن معظم المتخصصين يقتصرون على المدن الكبيرة بينما يعيش 70 % من السكان في مناطق ريفية ، حتى عدد المتخصصين غير كاف في المدن الكبرى ، يجب أن يكون 20 طبيباً نفسياً بمستشفى الجناح ، ولكن الآن يعمل ثلاثة متخصصين فقط<sup>12</sup>.

**ثالثاً :** مع الأسف لا يعرف أطباء النفس الدين ، لذلك فشلوا في معالجة الأمراض النفسية ، يشير إلى هذا الجانب الدكتور أمين بقوله : تأثر علماء النفس بعلم النفس الإكلينيكي الغربي ، وكذلك الأساتذة الذين يدرسون علم النفس في الجامعات لم يعرفوا شيئاً عن علم النفس الإسلامي ، هناك حاجة ماسة للأطباء النفسيين وعلماء علم النفس أن يدرسون الدين بفقده عميق ، وسيكتشفوا تصورات علم النفس من التراث الإسلامي كالقرآن والسنة والتصوف والطب ومن ثم يمكن إبراز علم النفس الإسلامي حسب متطلبات عصرنا الحاضر<sup>13</sup>.

**رابعاً :** لا يتم الاهتمام بالمرضى النفسيين في المستشفيات الحكومية ، عدد كبير من الناس لا يدركون أهمية العلاج النفسي ، وهم يعتقدون بالعين ومس الجن ، والسحر ، ويكرزون على العلاج الروحي لإخراج الجن وإزالة آثار السحر ، وأما الذين يتبعون من العلاج الروحي ولا يزال يتعرضون للأمراض النفسية أو قد يدركون أهمية العلاج النفسي فيأتون إلى الأطباء النفسيين ، ولكن مع الأسف من الصعب أن تتحسن أحوالهم في المستشفيات الحكومية ، العلاج النفسي يحتاج إلى مدة طويلة ، من مدة 12 إلى 18 جلسة ، يحتاج العلاج النفسي إلى جلسة واحدة في كل أسبوع ، وتتكون كل جلسة من 40 إلى 60 دقيقة وفقاً لمعيار الطبي النفسي ، في باكستان يقل عدد الأطباء والتسهيلات الصحية ، لذلك يوجد ازدحام شديد من المرضى في المستشفيات ، ومن الصعب على

الطبيب النفسي أن يوفي شروط الصحة النفسية ، لذلك يستدعى المريض بعد أسبوعين أو بعد شهر كامل بدلاً أن يتطلب حضوره أسبوعياً ، ويعطي الطبيب النفسي فقط خمسة إلى عشر دقائق لكل مريض ، وهذه مدة قصيرة غير كافية لصحة المرضى وإخراج مشاعرهم السلبية وتحويلها إلى المشاعر الإيجابية<sup>14</sup> .

**خامساً :** طرق علاج الأمراض النفسية التي صنعها الإنسان الغربي ، الإنسان مهما تطور يخطيء ويصيب ، اختلفت طرق العلاجات بين الحضارتين ، أصبح العلاج النفسي في الغرب مجرد مشكلة دنيوية ، وهدفها الهام تخفيف ألم المريض وصحته عقلياً مقابل الرسوم ، لقد بذلت في الغرب جهود جبارة في الدراسات الإنسانية وتطورت النظريات المتنوعة وأساليب مختلفة لمعالجة الأمراض النفسية ، مع ذلك لم يتحقق النجاح في معالجة الأمراض النفسية بل هي تزداد يوماً بعد يوم ، إن معدلات المرضى تشير أن المرضى النفسيين الذين يتخلصون من المرضى غير أن يتلقوا أى علاج نفسي يتراوح عددهم بين 44 و 66 ، وتشير بعض الدراسات أن بعض المرضى تسوء حالاتهم بعد العلاج النفسي ، وتشير دراسات أخرى إلى أن المرضى النفسيين من المجموعة الضابطة التي لم يتلقوا أى علاج نفسي قد أظهروا تحسناً متساوياً مقارنة بالمرضى الذين عولجوا نفسياً ، كما أن بعض المرضى عولجوا وزادت حالاتهم سوءاً<sup>15</sup> .

### العلاج الديني للاكتئاب في الباكستان

الدين وسيلة لأخذ السكون وطمأنينة القلوب ، كلما اقترب الرجل من الدين وأدى الفرائض الدينية ابتعد عن الحزن والاكتئاب ، ومن ركز فقط على الجانب الجسدي وأهمل الجانب الروحي تعرض للإصابة بالأمراض النفسية على رأسها الاكتئاب ، بناء على هذه الفرضية في إن الدين وسيلة هامة لإخراج الكآبة ، وفي هذا الإطار قد قمت بدراسة ميدانية ، دراسة شملت 100 رجل يلتزم بالدين بأداء الصلوات المفروضة ، والصوم في شهر رمضان وإيتاء الزكوة<sup>16</sup> ، كما أن الرقعة الجغرافية شملت مناطق مختلفة كإسلام آباد وراولبندي ومنطقة باغ وكوتلي . لقيت مع هؤلاء الرجال وجمعت المعلومات منهم بواسطة الاستبيان الذي وضع (هما منطقتان من كشمير الحرة ) من الرجال ممن تخرجوا في المدارس الدينية ومنهم من درسوا العلوم العصرية ولكنهم تمسكوا بالدين ، كذلك هؤلاء الرجال انتموا إلى أحزاب دينية مختلفة ، منهم من اشتغلوا بالوظائف لاكتساب الرزق ، ومنهم من عطلوا عن العمل ، استخدمت (مقياس بيك) لفحص الاكتئاب لديهم ، من خلال هذه الدراسة وصلت إلى النتائج التالية :

وجدت من خلال الدراسة أن 15 % منهم تعرضوا للاكتئاب النفسي 10 % منهم عانوا للاكتئاب بسبب الفقر والعطالة ، 2 % منهم تعرضوا للاكتئاب بسبب نظرهم إلى الأعلى وقارنوا أنفسهم بالآخرين ، 03 % منهم تعرضوا لمشكلات أسرية ، ووجدت أن 85 % منهم عاشوا حياة سعيدة ، ولم يتعرضوا للاكتئاب ، وكانوا معتدلين في سلوكياتهم ، واهتموا باحتياجات الروحية كما قاموا بلتبية احتياجاتهم المادية ، ووجدت الأسباب التالية التي أدت بهم إلى السعادة النفسية ، وهي :

**أولاً :** لا شك أن الدين يبعد الناس عن الاضطراب النفسي ، ويبث في قلب الإنسان الطمأنينة والسكون ، الرجل المتدين يرى أن الحياة ابتلاء من الله تعالى ، إذا ابتلى الله الإنسان فوجده صابراً غفر ذنوبه وفتح له أبواب الخير ، كما يؤمن المؤمن بقضاء الله ويعتقد أن كل شيء في كتاب الله محفوظ آمن من الأمراض ، ومن جانب هؤلاء الناس اهتموا بالجانب المادي واشتغلوا الوظائف المختلفة في كسب المال .

يتفق العلماء النفسيون في العالم على أن الذين يلتزمون بالدين أكثر استقراراً عقلياً ، فإن تصور غفران خطايا الذنوب والأعمال التعبدية يمكن أن تمنح المؤمن راحة البال وصحة النفس والعقل<sup>17</sup> .

**ثانياً :** وجدت من خلال الدراسة أن 80 % من الناس ينتمون إلى الأحزاب الدينية المختلفة ، وتعطي هذه الأحزاب فائدتين رئيسيتين لأتباعها :

**الأولى :** وجدت من خلال الدراسة أن 80 % من الناس ينتمون إلى الأحزاب الدينية المختلفة ، وتعطي هذه الأحزاب فائدتين رئيسيتين لأتباعها : الأولى : توفر هذه الأحزاب فرص لتعليم الدين ، حيث تقوم برامج دينية مختلفة من مناسبات مختلفة ، يشارك الفرد المتدين في هذه المحافل الدينية ، ويحب العلماء ويسمع محاضراتهم الدينية ويحاول أن يأخذ بنصائحهم ، فرجل الدين يقرأ الكتب الدينية ويشغل بالنشاطات الدينية ، كما يشارك في خدمة الناس متطوعاً ، هكذا يفرح ويسعد ويكون سبباً لإفراح الناس وتخفيف همومهم وغومهم .

ذهبت إلى اجتماع لجماعة الدعوة والتبليغ في راولبندي ، فهي تعقد اجتماعاً دينياً أسبوعياً في يوم الخميس ، يجتمع فيه الناس ويتبادلون الآراء ويسمعون خطبات دينية ، ويحويون بها إيمانهم ، ووجدت أن أكثر من 2000 رجال شارك فيه ، بدأ الاجتماع بعد صلاة العصر بالمحاضرة الدينية التي انتهت

قبل صلاة المغرب ، بعد أداء صلاة المغرب قام محاضر ثان وألقى محاضرة ثانية عن الدين وأهميته حتى جاءت صلاة العشاء ، ذهب الناس إلى بيوتهم بعد أداء صلاة العشاء ، وجدت الناس يستمعون لخطابات العلماء بكل اهتمام ، وكان بعضهم يبكون ، هذا النوع من الاجتماع لا يقتصر على هذا الحزب الديني ، ولكن كل حزب له جدول خاص رغم أنه يختلف عن الأحزاب الأخرى في بعض الفروع الدينية . طريقة إلقاء المحاضرات الدينية ونصائح العلماء للناس تشبه العلاج النفسي ، في العلاج النفسي يحاول المعالج أن يؤثر بالمريض ، ويقنع عنه الأفكار السلبية ، ولكن العلاج الإسلامي في هذه جهة أفضل وأكثر فائدة من العلاج النفسي ؛ لأنه مسألة دينية يوجد بين العلماء وعمامة الناس ، في الإسلام توجد أصول ثابتة وتصورات قيمة التي قد تستخدمه ، في علاج الأمراض النفسية ، وأما في الغرب الطرق علاج من صنع البشر ، البشر مهما يترقى لا يكون خالياً من الأخطاء ، الإنسان لا يصل الحق إلا بوسيلة الوحي ، والغريبيون لا يعتقدون بالوحي ، ثم في الإسلام توجد علاقة قوية بين العالم وعمامة الناس ، يعتبر الناس العلماء ورثة الأنبياء ، ويسمعون نصائحهم بالحب والاحترام ، وأما العلاج النفسي في الغرب مسألة دنيوية فقط ، حيث يقوم المعالج النفسي بعمله مقابل رسوم.

**الثاني :** الناس من الأحزاب الدينية لا يعانون من الوحدة ، ودائرات أصدقائهم تكون واسعة ، وقد يكون أصدقائهم من داخل الأحزاب الدينية وربما قد تتوسع دائرات أصدقائهم خارجاً من أحزابهم ، وهذه النقطة أيضاً غاية في الأهمية أن توجد علاقة قوية بين الناس بسبب الدين ، وهم يتلقون بعضهم بعض ، ويتبادلون الآراء ، ويشاركون في أحزابهم وأفراحهم .

**الثالث :** وجدت من خلال هذه الدراسة أن 60 % من الرجال المتدينين من العائلات الدينية ، فيها تمارس الوظائف الدينية ، وكانت ظروف بيوتهم جيدة ، يتعاون الناس بعضهم بعض ، ويحترم الصغار الكبار وكذلك الكبار يشفقون على الصغار ، إذا نما الطفل في البيئة الدينية وهذه الظروف المناسبة ابتعد عن الاضطرابات النفسية.

#### العلاج الروحي الديني للاكتئاب في باكستان

الرقية في الحقيقة هي التضلع إلى الله عزوجل بالدعاء بأن يكشف الضر ، فهي الطب الروحاني أو المعنوي ، لا يمنع الإسلام باستخدام العلاج المعنوي مع العلاج المادي ، وقد يكون العلاج المادي أو المعنوي إحداهما كافيًا لعلاج المريض ، والرقية لا تنافي قضاء الله تعالى وقدره وقد تكون من قضاء الله أن يشفي المريض بالرقية<sup>18</sup> . نقل المحافظ العسقلاني قول ابن التين في فوائد الرقية : "الرقى بالمعوذات وغيرها من أسماء الله هو الطب الروحاني ، إذا كان على لسان الأبرار من الخلق حصل الشفاء بإذن الله تعالى ، فلما عز هذا النوع فزع الناس إلى الطب الجسماني"<sup>19</sup> .

ويستخدم العلاج بالرقية والتمايم في باكستان ، وقد يكون هذا النوع من العلاج خاص للأمراض الروحية كالسحر والعين ، وقد يكون للعلاج أمراض الجسدية ، وقد يشمل الأمراض الروحانية والأمراض الجسدية ، وقد يعالج بعض الناس المرضى مجاناً ، وقد يعالج بعض الناس المرضى مقابل المال ، وقد يستفيد المرضى من هذه العلاجات ، وقد يصرف الأموال دون فائدة من ناحية صحية .

زرت أحد مركز العلاج الروحي في منطقة راولبندي ، يجتمع الناس في ذلك المقام مرتين في كل أسبوع ، يوم السبت ويوم الأربعاء ، وصلت هذا المكان لمشاهدة العلاج الروحاني ، فوجدت أن 800 إلى 1000 رجل وإمرة جمع في ذلك المقام ، ورأيت العلاج مجاناً ، وشاهدت أن المعالج الديني كان واقفاً على مقام مرتفع ، والرجال واقفون أمامه ، والنساء من جانب آخر ، لم يوجد اختلاط بينهم ، ولا سمح لهم بلقاء بعضهم بعض ، طلب من المرضى من خلال الرقية أن يضعوا أيديهم على رؤسهم ، واستخدم الطبيب الروحاني الرقية ثلاث مرات بشكل جماعي ، وقد أعلن قبل العلاج أن الشفاء من الله هو الشافي يشفي من يشاء ، وأما الرقية هي وسيلة للعلاج ولا تؤثر على المرضى إلا بإذن الله ، وعلمت إن للمريض ضرورياً أن يحضر سبع أسابيع متتالية للعلاج ، وعلاوة على ذلك أعطى المرضى التمايم مكتوب عليها لا إله إلا الله ، على المرضى أن يتناولوا هذه التمايم مرتين أو ثلاث مرات حسب نوعية المرض بالماء ، قمت بمقابلة 100 من الناس الذين جاؤوا أكثر من أربع مرات للعلاج ، منهم 31 اعترفوا أنهم شُفيت أو خفت أمراضهم بشكل كبير<sup>20</sup> .

### تقوم هذه الجهود

أولاً: لا شك أن الدين يبعد عن الأمراض النفسية فقد أجريت دراسة حول الرجال المتدينين وصحتهم النفسية ، والدراسة أيدت هذا الموقف أن الذي يقترَب من الدين يكون سعيداً في حياته ، ولكن في الحقيقة توجد فئة قليلة من الناس التي تفهم الدين وتوازن متطلبات بين الجسد والروح وتطبق تعليمات دينية على حياتها وهي متسامحة في فهم الدين تقبل وجود الآخرين ولا تكون متشددة في الأمور الفرعية .

كما أجريت الدراسة شملت 100 رجل لمعرفة علاقتهم بالدين واخترت الصلوة كنموذج وهؤلاء الناس كانوا من إحدى القرى ، من خلال هذه الدراسة وصلنا إلى نتيجة أن 30% من الناس يصلون خمسة صلوات في كل يوم بشكل مستقل ، 50% منهم يصلون مرتين أو ثلاث مرات في كل يوم ، منهم 2% يذهبون إلى المساجد لأداء صلواتهم ، 97% منهم اعترفوا أنهم يصلون صلاة الجمعة ، و 100 منهم اعترفوا أنهم يصلون صلاة العيد ، وجدت الدراسة أن النساء والشيوخ أكثر اهتماماً بالصلوة مقارنة بالشباب والشابات. وهذه الدراسة بسيطة أجريت حول عدد قليل من الناس في قرية خاصة ، ربما تختلف أحوال الناس في المناطق الأخرى ، ولكن هذه الدراسة تبرز حقيقة ضعف علاقة الناس بالدين <sup>21</sup>.

ثانياً: دور المسجد مهم جداً في تربية المجتمع ، وقد تكون خطابات دينية مفيدة جداً للصحة النفسية ، وهي تكون أفضل من العلاج النفسي الذي يكون مقابل رسوم ، ولكن في باكستان مع الأسف أئمة المساجد لم يهملوا حتى يتمكنوا ويقوموا بهذه المهمة الدينية ، وهؤلاء الخطباء لا يملكون فهماً عميقاً للدين ، قد لا يستطيعون أن يبينوا حقيقة الدين بكل صراحة ، وقد يدعون المدعوين إلى مسالكهم وأحزابهم بدلاً من أن يكونوا دعاة إلى الله ، توجد فئة قليلة من العلماء التي تعرف علوم الدين والعلوم العصرية ، وتستطيع أن تقوم بالدعوة إلى الله وتزيل شبهات الناس حول الدين ، وخطاباتهم قد تكون مفيدة من ناحية الصحة النفسية ، يشير إلى هذا الجانب الدكتور محمود أحمد غازي بقوله : لما كنت وزيراً دينياً في باكستان سنة 2003 م وقمت بإحصائيات عن المسجد وأئمتها ، وأشارت الإحصائيات حوالي أربعة مائة ألف مسجد في باكستان ربما يزيد عددها من عشرين إلى ثلاثين ألفاً ، بينت الدراسة أن 70% من أئمة هذه المساجد لم يتلقوا التعليم الديني ، وهم فقط حفظوا بعض سور القرآن <sup>22</sup>.

ثالثاً: يوجد في المجتمع الباكستاني إفراط وتفريط فيما يتعلق بالعلاج الروحي بالرقى والتمايم ؛ بعض الناس ينكرونها ويعتبرون شركاً بالله تعالى ، ومن ناحية أخرى بعض الناس يستغرقون في العلاج بالرقى ، ويريدون الرقى لحل كل مشاكل حياتهم .

يبالغ بعض الأطباء الروحين في تلبس الجن للمريض ، ربما يكون المريض متلبساً بالجن ولكن ليس من المعقول أن يصر على تلبس بالجن لكل مريض ، ويضربون المرضى ضرباً شديداً أو يستعملون الخنق أو الكي بحجة إخراج الجن ، وقد يصل المريض إلى الموت جراء إيذائه ، ومن الصعب أن يفرق بين الحالات النفسية المرضية وبين حالات تلبس الجن ، وبعض الأحيان يكون المريض معروفاً بالمرض الجسدي أو النفسي ، في هذه الحالة يواجه المريض مشكلات نفسية ، وإذا سمع عن القوة الخفية التي تحاربه فيزيده مرضه علاوة على ذلك هو يخاف من قسوة طريقة العلاج كالضرب والخنق <sup>23</sup>.

### النتائج والخاتمة

- يقع في باكستان خمس مستشفيات للعلاج الأمراض النفسية.
- ويوجد 500 طبيب نفسي في المستشفيات الحكومية ويكون طبيب واحد لنصف مليون شخص.
- العلاج النفسي ، العلاج الانتقائي ، علاج بين الأشخاص ، العلاج بالأدوية ، والعلاج الأسري هي من أهم أنواع العلاجات في المستشفيات الباكستانية ، ولكن تستخدم الأدوية لمريض الاكتئاب في أغلب الأحيان.
- التصور الديني والعلاج الروحي لهما دور فعال في معالجة الأمراض النفسية في المجتمع الباكستاني.

### التوصيات

1. ينبغي أن تبنى مستشفيات جديدة مع توفير تسهيلات الصحة في باكستان.
2. في باكستان فقط 500 طبيب نفسي وهذا عدد قليل جداً يجب زيادة عدد الأطباء في المستشفيات لمعالجة الأمراض النفسية.
3. ينبغي الاهتمام بتأهيل العلمي للعلم النفس في الجامعات وكلية الطب ، لأن علم النفس في الباكستاني متأثر بالغرب وتقتصر في الجانب المادي في سلوك الإنسان.
4. يجب أن تكون هناك برامج خاصة للتدريب وتربية الأطباء النفسيين في ضوء الإسلام حتى يتمكن هؤلاء الأطباء من علاج المرضى النفسيين بكل يسر.

5. لا ينكر دور العلماء والصوفية في تنمية المجتمع ومقاومة الأمراض النفسية ، من المستحسن أن هناك برامج خاصة للصوفية والعلماء فيها تدرس لهم دراسة علم النفس وطرق العلاج النفسية حتى يقوم هؤلاء الناس بدور فعال لمعالجة الأمراض النفسية .
6. يزيد الاكتئاب في باكستان بسبب الفقر والعطالة ، لذا توصي الدراسة الحكومة الباكستانية بتوفير فرص عمل للناس ومساعدة الفقراء والمساكين.

<sup>1</sup> Dr Hussain Waqar, Prevalent Tendencies for Mental Disorders in Pakistan Vol. 29. Num. 1. - 2018. Páginas 34-38 <https://journals.copmadrid.org/clysa/art/clysa2018a6>.

- 2مقابلة مع الطبيب النفسي مرتضى بودلة في مستشفى نرم إسلام آباد ، تاريخ اللقاء 05-03-2020.
- 3 مقابلة مع الطبيب النفسي أصغر على شاه هو ممارس الطب النفسي الإكلينيكي أكثر من عشرين سنة ، الآن هو الأستاذ للدراسات النفسية في الجامعة الإسلامية إسلام آباد ، بتاريخ : 2-03-2020م.
- 4 أنظر د عبد الستار إبراهيم ، الاكتئاب (علم المعرفة صدرت السلسلة في يناير 1978م بإشراف أحمد منشاري) ، 141- 142.
- 5 مقابلة الطبية النفسية اقبال آفردي مع الجريدة جونغ باللغة الأردية بتاريخ : 23-12-2018.
- 6 مقابلة الطبية محمودة آفتاب مع الجريدة باكستان باللغة الأردية بتاريخ : 28-12-2017.
- 7 الجريدة جونغ باللغة الأردية بتاريخ 10-11-2017م.
- 8 مقابلة مع الطبيب النفسي زعيم أحمد في المستشفى بينظير إسلام آباد تاريخ الزيارة : 27-02-2020.
- 9 مقابلة مع الطيبة عائشه رباب للمستشفى بينظير راولبندي ، بتاريخ : 03-02-2020.
- 10 د الشريبي لطفي ، الاكتئاب (الناشر : منشأة المعارف جلال حزي وشركاه بدون تاريخ) 238.
- 11 [www.independenturdu.com/node/18461](http://www.independenturdu.com/node/18461).
- 12 اقبال آفردي طبيب نفسي وأستاذ للدراسات النفسية في باكستان ، وصنف عدة كتب وبحوث حول علم النفس ، أجريت مقابله مع الجريدة جونغ باللغة الأردية بتاريخ : 23 ديسمبر 2018م.
- 13 أنظر د أمين محمد، الإسلام وتركيب النفس مقارنة مع علم النفس الغربي باللغة الأردية (www.KitaboSunnat.com) ، xx .
- 14 مقابلة مع الطبيب النفسي زعيم أحمد في المستشفى بينظير راولبندي ، بتاريخ : 27-02-2020.
- 15 أنظر شوين ريتشارد ، ترجمة أحمد عبد العزيز سلامة، الأمراض النفسية (دار النهضة العربية القاهرة 1979م)، 864.
- 16 أجريت هذه الدراسة من خلال يناير 15 يناير إلى 25 يناير 2020م لقيت مع هؤلاء الرجال وجمعت المعلومات منهم بواسطة الاستبيان الذي وضع بيك لمقياس الاكتئاب .
- 17 الجريدة جونغ باللغة الأردية الكاتب رؤوف ظفر ، بتاريخ : 19 ابريل 2020.
- 18 أنظر د القرزاوي يوسف ، موقف الإسلام من الإلهام والكشف والرؤى ومن التمام والكهانة والرقى ( الناشر مكتبة وهبة 14 شارع الجمهورية عابدين القاهرة الطبعة الأولى 1994)، 153.
- 19 العسقلاني ابن حجر ، فتح الباري بشرح صحيح البخاري (الطبعة الأولى 2001م ، طبع على نفقة الأمير سلطان بن عبد العزيز آل سعود)، 10: 207 .

- 
- 20 المقابلة الشخصية مع المرضى في منطقة كلر سيدان راولبندي : 13-11-2019.
- 21 أجريت هذه الدراسة في منطقة كوتلي في كشمير الحرة بواسطة الاستبيان من خلال 23 ديسمبر إلى 26 ديسمبر .
- 22 أنظر د غازی محمود ، محاضرات تعليم باللغة الأردية (ط الأول 2009م زور الأكاديمية الناشر الكراتشي)، 131.
- 23 أنظر المهدي عبد الفتاح ، العلاج النفسي في ضوء الإسلام (الناشر:منصورة دار الوفاء 1990م)، 183.