আবু যায়েদ আল-বালখি'র

আত্মার খোরাক

ইংরেজি অনুবাদ ও টীকা সংযোজন

মালিক বাদরি

বঙ্গানুবাদ

মো. ইমদাদুল হক

সম্পাদনা

ড. এম আবদুল আজিজ

BiiT
বিআইআইটি পাবলিকেশন্স

সূচি

মুখবন্ধ ৫

লেখকের কৃতজ্ঞতা স্বীকার ৭

অনুবাদকের ভূমিকা ৯

ফুয়াত সেজগিন'র ভূমিকা ১১

আবু যায়েদ আল-বালখি'র জীবনী ও রচনাসমগ্রের সারমর্ম ১৩

বালখি'র আরবী মূল পাণ্ডুলিপির সারমর্ম ২১-৩৭

আল-বালখি ২১

আল-বালখি: মনোদৈহিক মেডিসিনের অগ্রদূত ২৩

আল-বালখি: একজন আধুনিক কাউন্সেলিং সাইকোলজিস্ট হিসেবে ২৫

আল-বালখি: জ্ঞানীয় থেরাপির অগ্রদূত ২৬

আল-বালখি: অভ্যন্তরীণ এবং প্রতিক্রিয়াশীল বিষণ্নতার মধ্যে পার্থক্য আবিষ্কারকারী প্রথম ব্যক্তি ৩১

প্রথম অধ্যায়
আত্মার সযত্ন পরিচর্যার প্রয়োজনীয়তা ৪১

দ্বিতীয় অধ্যায়
মানসিক স্বাস্থ্যের পরিচর্যা ৪৫

তৃতীয় অধ্যায়
মানসিক স্বাস্থ্য পুনরুদ্ধারের উপায় ৪৯

মুখবন্ধ

এটি ছিল তুরস্কের ইস্তাম্বুলের আয়াসোফিয়া লাইব্রেরিতে সংরক্ষিত একটি বিস্ময়কর পাণ্ডুলিপি। এই বইটি দুটি স্বতন্ত্র অংশে লিখিত পৃথক রচনা। বইটি নবম শতাব্দীর সুপরিচিত বহুবিদ্যা বিশারদ (polymath) আবু যায়েদ আহমদ ইবনে সাহল আল-বালখি কর্তৃক লিখিত '*মাসালিহুল আবদান ওয়াল-আনফুস*'। আবু যায়েদ আল-বালখি ভূগোল এবং সাহিত্যে তাঁর অবদানের জন্য বিখ্যাত হলেও এটিই ছিল তাঁর মনস্তাত্ত্বিক চিকিৎসার একমাত্র পাণ্ডুলিপি।

আল-বালখি মানুষের শারীরিক ও মানসিক সুস্থতার গুরুত্ব উপলব্ধিতে তাঁর যুগের তুলনায় কয়েকশত বছরেরও অগ্রগামী ছিলেন। তিনি আধুনিক মনোবিজ্ঞানের বেশকিছু ধারণা বর্তমানে প্রচলিত স্ব-সহায়ক ম্যানুয়েলের আদলে আলোচনা করেছেন। একজন সৃজনশীল প্রতিভাবান হিসেবে চিত্তবিকারগ্রস্থতার (psychopathology) ওপর তাঁর অন্তর্দৃষ্টি, রোগ নির্ণয় এবং চিকিৎসায় জ্ঞানীয় আচরণগত থেরাপির (cognitive behavior therapy-CBT) প্রয়োগ বর্তমান সময়ের মনোবিজ্ঞানের সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ। তাঁর নির্ণয় করা মানসিক রোগসমূহ হলো, মানসিক চাপ (stress), হতাশা (depression), ভয় (fear), দুশ্চিন্তা (anxiety), উদ্বেগ (phobic) এবং অবচেতন মনের ব্যাধি (obsessive-compulsive disorder-OCD) বা শূচিবায়ু যেন আমাদের সাথেই সম্পর্কযুক্ত। তাঁর এই পদ্ধতিগুলোতে আত্মা এবং সর্বাধিক গুরুত্বপূর্ণ বিষয় সৃষ্টিকর্তার ইবাদত অন্তর্ভূক্ত হওয়ায় একটি বৃহত্তর মাত্রা যুক্ত হয়েছে।

আল-বালখি মানসিক রোগের উপসর্গ এবং তার চিকিৎসা পদ্ধতি ব্যাখ্যা করে প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থার দিক-নির্দেশনা দেন। কীভাবে শরীর ও আত্মাকে তাদের স্বাভাবিক সুস্থ অবস্থায় ফিরিয়ে আনা যায় সে সম্পর্কেও তিনি পরামর্শ দেন। এর মাধ্যমে তিনি মানুষের অবস্থা এবং মানুষের মানসিক অবস্থার চিকিৎসা প্রকৃতি সম্পর্কে তাঁর গভীর উপলব্ধি তুলে ধরেন।

এই রচনাটি আল-বালখির পাণ্ডুলিপি '*মাসালিহুল আবদান ওয়াল আনফুস*' এর দ্বিতীয় অংশের অনুবাদ। মানসিক চাপ, উদ্বেগ এবং বিষণ্নতাসহ বিশ্বব্যাপী মানসিক ও মনস্তাত্ত্বিক ব্যাধিগুলো বৃদ্ধির প্রেক্ষিতে পাঠকদের জন্য এটি আরো

বেশি আগ্রহের বিষয়। আল-বালখি কর্তৃক আলোচিত উদ্বেগ এবং মেজাজের ভারসাম্যহীনতার ব্যাধিগুলো আজ আমাদের কাছে সাধারণ শোনালেও এটি অবশ্যই মনে রাখতে হবে যে, প্রকৃতপক্ষে তিনি ১১০০ বছর আগে বেঁচে ছিলেন। সাম্প্রতিককাল এবং বিশেষত তুলনামূলকভাবে ১৯ শতকের শেষের দিকে এই ব্যাধিগুলো গবেষণা এবং চিকিৎসাবিদ্যার পরিভাষায় সংজ্ঞায়িত হওয়ার আগে কখনো নির্ণয় করা হয়নি। উল্লেখ্য, রবার্ট বার্টনের (Robert Burton) 'The Anatomy of Melancholy' চিকিৎসা শক্তির একটি ভিন্নমুখী কাজ যা ১৭ শতকে প্রকাশিত হয়েছিল। যদিও তাতে মেডিকেলের আলোচনার গভীরতা অনেকটা প্রশ্নবিদ্ধ। এটি শুধু নির্দিষ্ট বিষয়ের ওপর দৃষ্টি নিবদ্ধ করেছিল।

এখন আমরা যা সত্য বলে জানি, আল-বালখি তাঁর উন্নত বোধগম্য দক্ষতা ও চিন্তার গভীরতার দ্বারা অনেক আগেই জেনেছিলেন। এটি আল-বালখির উজ্জ্বল জ্ঞানগত গভীরতা নির্দেশ করে যার গবেষণা পড়া উচিত এবং জ্ঞানের জগতে রেখে যাওয়া তাঁর উত্তরাধিকার ভুলে যাওয়া উচিত নয়।

১৯৮১ সালে প্রতিষ্ঠিত আইআইআইটি ইসলামি দৃষ্টি, মূল্যবোধ এবং নীতির ওপর ভিত্তি করে গুরুত্বপূর্ণ ও পাণ্ডিত্যপূর্ণ সাহিত্য ও গবেষণা কর্মের সহায়ক একটি প্রধান কেন্দ্র হিসেবে কাজ করছে। গত ত্রিশ বছরে ইনস্টিটিউটের গবেষণা, সেমিনার এবং সম্মেলনের কর্মসূচির ফলে ইংরেজি এবং আরবি ভাষায় চার শতাধিক শিরোনামে গ্রন্থ প্রকাশিত হয়েছে, যার অনেকগুলো অন্যান্য প্রধান ভাষায় অনূদিত হয়েছে। আমরা শিরাজ খানসহ আইআইআইটি লন্ডন অফিসের সম্পাদকীয় দলকে এবং এই কাজের প্রযোজনার সাথে জড়িত সকলকে ধন্যবাদ জানাই।

আইআইআইটি
লন্ডন অফিস

জুলাই, ২০১৩

কৃতজ্ঞতা স্বীকার

প্রথমত, আমি প্রখ্যাত ইরানি অধ্যাপক এম. মুহাক্কিক এর প্রতি কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করছি যিনি ফুয়াত সেজগিন কর্তৃক আল-বালখির পাণ্ডুলিপি *'মাসালিহুল আবদান ওয়াল আনফুস'* এর পুনঃপ্রকাশের প্রতি আমার দৃষ্টি আকর্ষণ করেছিলেন। এটি ১৯৯০ এর দশকের গোড়ার দিকের কথা যখন আমরা দুজনেই ইন্টারন্যাশনাল ইনস্টিটিউট অব ইসলামিক থ্যট অ্যান্ড সিভিলাইজেশন (ISTAC), কুয়ালালামপুরের অধ্যাপক ছিলাম। প্রথম দিকের মুসলিম পণ্ডিতগণের কাজের প্রতি বিশেষ আগ্রহের সাথে দর্শন ও ইসলামিক স্টাডিজের অধ্যাপক হওয়ার কারণে এম. মুহাক্কিক পাণ্ডুলিপিটি দেখেছিলেন এবং মনোবিজ্ঞানের ইতিহাসে আমার আগ্রহের কারণে আমাকে জানিয়েছিলেন। এটি একটি প্রশংসনীয় উপহার ছিল। কারণ, পাঠ্যটিতে আমার প্রথম লেখাগুলো আরব এবং মুসলিম মনোবিজ্ঞানীদের দ্বারা দ্রুত উদ্ধৃত হয়েছিল। এই পণ্ডিতগণের মধ্যে একজন আমার ঘনিষ্ঠ বন্ধু, অধ্যাপক আব্বাস হুসেইন প্রথম এর ইংরেজি অনুবাদ করেছিলেন। তবে তার কাজ বাধাগ্রস্থ হয়, যখন তিনি একটি সৌদি কোম্পানিতে যোগদানের জন্য আন্তর্জাতিক ইসলামি বিশ্ববিদ্যালয় থেকে পদত্যাগ করেন। তা সত্ত্বেও পাণ্ডুলিপিতে থাকা আল-বালখির অতুলনীয় অবদানের স্বীকৃতিস্বরূপ ইনস্টিটিউট অনুরোধ করেছিল যেন আমি এটিকে স্নাতকোত্তর ছাত্রদের ত্রৈমাসিক কোর্স হিসেবে শেখাতে পারি।

আমি আমার প্রিয় বন্ধু অধ্যাপক মুস্তফা আশ্বির কাছেও ঋণী। তাঁর দৃঢ় ও নাছোরবান্দা অনুরোধ ছিল-আমরা যেন আরবি ভাষায় পাণ্ডুলিপির ওপর একটি মনো-ঐতিহাসিক গ্রন্থ রচনায় সহযোগিতা করি। এই লক্ষ্যে তিনি একটি দীর্ঘ ঐতিহাসিক এবং জীবনী-সংক্রান্ত ভূমিকা লিখেন এবং সেইসাথে ঐতিহাসিক ও মনস্তাত্ত্বিক দৃষ্টিকোণ থেকে সমগ্র পাণ্ডুলিপির সংক্ষিপ্তকরণ এবং প্রামাণীকরণ করেছেন। আমি সম্মোহন মনঃসমীক্ষণ প্রভৃতির দ্বারা রোগনিরাময় (psychotherapeutic) এবং মনোরোগ সংক্রান্ত (psychiatric) দৃষ্টিকোণ থেকে আল-বালখির অবদান নিয়ে আলোচনা করেছি। বইটির পাণ্ডুলিপির মতো শিরোনাম একই ছিল এবং রিয়াদের কিং ফয়সাল রিসার্চ সেন্টার কর্তৃক

আরবি ভাষায় প্রকাশিত হয়েছিল। নিঃসন্দেহে অধ্যাপক আশ্বির অক্লান্ত উদ্যম ছাড়া এমন একটি দরকারি প্রকাশনা সম্পন্ন হত না।

সবশেষে আমার কৃতজ্ঞতা ও প্রশংসা সম্মানের সাথে দুটি বিশ্ববিদ্যালয়ের প্রতি প্রসারিত করতে চাই। প্রথমত, মালয়েশিয়ার ইন্টারন্যাশনাল ইসলামিক ইউনিভার্সিটি (IIUM) এবং বিশেষ করে এর গবেষণা ও প্রকাশনা কেন্দ্র ইন্টারন্যাশনাল ইনস্টিটিউট অব ইসলামিক থ্যট অ্যান্ড সিভিলাইজেশন (ISTAC)-র প্রতি যার নেতৃত্বে ছিলেন আমার প্রিয় বন্ধু, প্রফেসর সাইয়্যেদ আজমল আল-আইদরাস। অধ্যাপক আশ্বির মতো আজমলও আমাকে পাণ্ডুলিপির বর্তমান অনুবাদ লেখার জন্য চাপ দিয়েছিলেন। আমার অনুবাদ সম্পাদনার জন্য আমি তাকে এবং অধ্যাপক হাসান আলনগরের কাছেও কৃতজ্ঞ। আন্তর্জাতিক ইসলামি বিশ্ববিদ্যালয়ের প্রতি আমার কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করার পাশাপাশি আমি বিশ্ববিদ্যালয়ের পূর্ববর্তী রেক্টর এবং অন্যতম প্রতিষ্ঠাতা অধ্যাপক কামাল হাসানের প্রতি আমার কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করতে চাই। আমি বিনীতভাবে তার আশীর্বাদপূর্ণ উৎসাহ এবং ভ্রাতৃত্বপূর্ণ সমর্থনের প্রশংসা করি।

দ্বিতীয়ত, সুদানের আহফাদ ইউনিভার্সিটি ফর উইমেন এবং বিশেষ করে এর প্রেসিডেন্ট, প্রফেসর গাসিম বাদরি যিনি আমাকে ‘গবেষণা অধ্যাপক’ পদের প্রস্তাব দিয়েছিলেন, যা আমাকে বই এবং নিবন্ধগুলো লেখার জন্য প্রয়োজনীয় সকল সুযোগ-সুবিধা প্রদান করেন। অন্যথায় মালয়েশিয়ার আন্তর্জাতিক ইসলামি বিশ্ববিদ্যালয়ের একজন ব্যস্ত অধ্যাপক এবং সাইকোথেরাপিস্টের পক্ষে এ কাজ সম্পূর্ণ করার মতো পর্যাপ্ত সময় আমার ছিল না। বালখির পাণ্ডুলিপির অনুবাদ সম্পূর্ণ করা এবং এর ভূমিকার অংশ লেখা এই ‘গবেষণা অধ্যাপকের’ প্রথম প্রযোজনা।

মালিক বাদরি

১২ জুন ২০১২ ওমদুরমান, সুদান

অনুবাদকের ভূমিকা

> ‘ধর্ম হল দর্শনের মধ্যে সর্বশ্রেষ্ঠ; তাই মানুষ দার্শনিক হতে পারেনা যতক্ষণ না সে ইবাদতকারী হয়।’

এক বিস্ময়কর প্রতিভার নাম আবু যায়েদ আল-বালখি। আত্মিক ও শারীরিক রোগের লক্ষণ ও চিকিৎসায় তাঁর কৌশল অনবদ্য। মানব মনস্তত্ত্বের অতলান্তিকের প্রকৃতি সম্পর্কে তাঁর জ্ঞানের গভীরতা অনন্য। মনস্তাত্ত্বিক চিকিৎসায় তাঁর প্রস্তাবনা ক্লিনিক্যালভাবে সংজ্ঞায়িত হওয়ার আগে বহু শতাব্দী ধরে অজানা ছিল। মানসিক চাপ, বিষণ্ণতা, ভয়, উদ্বেগ, ফোবিয়া, শুচিবায়ুর মতো মনস্তাত্ত্বিক অসুস্থতা জ্ঞানীয় আচরণ থেরাপি ও সম্মোহন মনঃসমীক্ষণ প্রভৃতির দ্বারা নিরাময়ে (psychotherapy) আত্মা এবং আল্লাহর ইবাদতকে অন্তর্ভুক্ত করার কৌশলে তাঁর সূক্ষ্ম চেতনা আধুনিক মনোচিকিৎসায় নতুন দিগন্তের প্রসার ঘটিয়েছে।

মনোবিজ্ঞান এবং মনঃচিকিৎসা তত্ত্বের ঐতিহাসিক উৎস সম্পর্কিত পাঠ্যপুস্তকগুলোতে আত্মার সামগ্রিকতা ও পবিত্রতার ধারণাকে ব্যাপকভাবে উপেক্ষা করা হয়েছে। ফলে নানান ধরনের হতবুদ্ধিকর মনস্তাত্ত্বিক সমস্যার গভীরতম মানব প্রকৃতি বুঝতে এই অনুবাদটি বিশ্বব্যাপী মুসলিম উম্মাহর মনোবিজ্ঞানী, মনোচিকিৎসক, কাউন্সেলরদের জন্য একটি যুগান্তকারী আবিষ্কার। ফ্রয়েড, স্কিনার কিংবা প্যাভলবদের সাইকোথেরাপিগত তত্ত্বের বিপরীতে মানব আত্মার ইলাহি দর্শনভিত্তিক মনোচিকিৎসার মৌলিক গ্রন্থ এটি। অনুবাদকের পাদটীকাগুলো আধুনিক সময়ের পশ্চিমা মনোবিজ্ঞানীদের কৌশলগুলোকে যুক্ত করে যা তুলে ধরেছে তা নিশ্চিত করে যে, কীভাবে মুসলিম বিশ্ব পশ্চিমের বহু শতাব্দী আগে চিকিৎসাগতভাবে উন্নত ছিল।

আমরা এমন এক যুগে বাস করছি যেখানে মানসিক অসুস্থতা সর্বকালের উচ্চতায় এবং আল্লাহ-কেন্দ্রিক আধ্যাত্মিকতা সর্বকালের নিম্ন স্তরে। যখন সোশ্যাল মিডিয়া থেকে নিজেকে মুক্ত করা এবং আত্মিক সুস্থতা সুরক্ষার প্রচেষ্টা ক্রমশ কঠিন হয়ে উঠছে তখন বইটি আপনার জীবনের অন্তর্মুখী পরিবর্তনে অভাবনীয় সুযোগ এনে দেবে। ১০০০ বছরেরও বেশি আগে লেখা, জ্ঞানীয়

আচরণগত থেরাপির আকড়গ্রন্থ সচেতন পাঠকের যারা মানসিক ব্যাধির সাথে লড়াই করছে এটি অবশ্যই তাদের পড়া উচিত।

গুরুত্বপূর্ণ এ বইটির অনুবাদের সুযোগ দেয়ার জন্য আমি বিআইআইটির মহাপরিচালক ড. এম আব্দুল আজিজ মহোদয়ের প্রতি কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করছি। বিআইআইটি-র সিনিয়র সহকারী পরিচালক ড. সৈয়দ শহীদ আহমদ ও প্রকাশনা বিভাগের শ্রদ্ধেয় বড়ভাই জনাব আখতারুজ্জামানের অমূল্য পরামর্শের জন্য কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করছি। বইটি ইংরেজি থেকে অনুবাদ করলেও ভাবনার গভীরতা স্পর্শ করার জন্য মাঝে মাঝে আরবি মূল গ্রন্থের সাহায্য নিয়েছি। শত ব্যস্ততার মাঝে বাংলা সম্পাদনার জন্য ঝিনাইদহ ক্যাডেট কলেজের বাংলা বিভাগের সম্মানিত সহকর্মী সহকারী অধ্যাপক মোঃ তাহাজ্জত হোসেন এবং নারগিস মুন্নীর প্রতি আন্তরিক ধন্যবাদ জ্ঞাপন করছি। বইটি উৎসর্গ করতে চাই মাওলানা গোলাম কিবরিয়ার প্রতি, যার হাতেই হয়েছে আমার শিক্ষাজীবনের বিনির্মাণ। যিনি আমার এগিয়ে যাওয়ার প্রেরণা। সেইসাথে যারা এই বইটির সমাপ্তির সাথে প্রত্যক্ষ বা পরোক্ষভাবে জড়িত ছিলেন তাদের সকলকে ধন্যবাদ জানাতে চাই। আল্লাহ তাদের প্রচেষ্টার জন্য উত্তম প্রতিদান দিন। আমিন।

মো: ইমদাদুল হক
ঝিনাইদহ ক্যাডেট কলেজ
ঝিনাইদহ

জানুয়ারি ২০২৪

ভূমিকা

আবু যায়েদ আহমদ ইবনে সাহল আল-বালখি (২৩৬-৩২২/৮৫০-৯৩৪) এই বইটির লেখক। তিনি তাঁর সময়ের অন্যতম সেরা পণ্ডিত ছিলেন। তিনি দর্শন, গণিত, ইতিহাস, ভূগোল, ওষুধ, রম্য রচনা (belles lettres), ব্যাকরণ এবং অন্যান্য বিষয়ে প্রায় ষাটটি গ্রন্থ রচনা করেছিলেন যার বেশিরভাগই এখন নেই। তাঁর রচনাবলীর যা কিছু ধ্বংসের হাত থেকে রক্ষা পেয়েছে তা থেকে আমরা ধারণা করতে পারি যে, আবু যায়েদ ছিলেন একজন সাবলীল চিন্তার দার্শনিক ও অগাধ জ্ঞানের অধিকারী। তাঁর ছিল মৌলিক চিন্তা করার সক্ষমতা এবং সংক্ষেপে ভাব প্রকাশের রচনাশৈলী।[১]

'মাসালিহুল আবদান ওয়াল-আনফুস' সম্ভবত ওষুধের ক্ষেত্রে আবু যায়েদের একমাত্র অবদান। এটি মানবদেহ এবং আত্মা উভয়ের প্রতি যুগপত এবং বিস্তৃত মনোযোগ দেওয়ার মাধ্যমে মানুষের স্বাস্থ্য সংরক্ষণের এবং তারা যে সকল রোগের শিকার হয় তা নিবারণের চেষ্টা করে।

যেমন তিনি নিজেই বলেছেন, 'দেহের অঙ্গ-প্রত্যঙ্গের পরিচর্যার সঠিক পন্থা হল এমন পরিপূরক যোগান দেওয়া যা আত্মার দিকে পরিচালিত হয়; এটি অপরিহার্য।' দেহ ও আত্মা উভয়ের মধ্যে আন্তঃসম্পর্কের কারণে সুবিধাটি তীব্র হয়। মানুষের গঠন তার আত্মা এবং দেহ উভয় দিক থেকেই; এমন কোনো ধারণা নেই যে, দেহ ও আত্মার মিলন ছাড়া মানুষ তার নিজ কর্ম সহ্য করতে পারে। দেহ ও আত্মা উভয়ই আনন্দদায়ক এবং দুঃখজনক ঘটনা উপলব্ধি করে এবং দুর্ঘটনার ফলে ব্যথায় কাতর হয়।

একইভাবে যখন ক্ষতিকারক উপসর্গ অসুস্থতা বা ব্যথা দ্বারা শরীর আক্রান্ত হয় তখন আত্মার শক্তিও ব্যাহত হয়। 'বিপরীতভাবে, মানসিক কষ্ট শারীরিক রোগের সূত্রপাত ঘটায়।' (পৃ. ২৭২-২৭৩)

---

১ তাঁর ক্ষুরধার শৈলী তাঁর সময়ের পরে আরবি লেখকদের দৃষ্টি আকর্ষণ করেছিল। সাহিত্যিকদের মধ্যে সর্বসম্মত বৈশ্বিক মতৈক্য রয়েছে যে, সাহিত্যের জগতে তিনজন প্রখ্যাত স্টাইলিস্ট রয়েছেন-আল-জাহিয, আলি ইবনে উবাইদা এবং আবু যায়েদ ইবনে বালখি। তাদের মধ্যে যার শব্দের প্রবাহ তাদের অর্থকে ছাড়িয়ে যায় তিনি হলেন আল-জাহিয; যার অর্থ শব্দের চেয়ে বেশি তিনি হলেন আলি ইবনে উবায়দা। কিন্তু আবু যায়েদের শব্দের সাথে তার অর্থ মিলে যায়। (ইয়াকুত, ইরশাদ আল আরিব, লন্ডন সংস্করণ, খ. ১, পৃ. ১৪৮)

এই মন্তব্যটি তাঁকে বইয়ের দ্বিতীয় খণ্ড রচনার দিকে নিয়ে যায়। সেখানে তিনি নিজেকে এই ধারণার প্রতি স্বাধীন গবেষণার জন্য নিবেদিত প্রথম ব্যক্তি বলে মনে করেন। একই সময়ে তিনি তাঁর পূর্বপুরুষদের প্রতি তাদের পরোক্ষ অবদানের কৃতজ্ঞতা প্রকাশ করেন 'বিজ্ঞানের বইয়ের মধ্যে বিভিন্ন জায়গায় এবং জ্ঞান ও জ্ঞানার্জনে নিবেদিত ব্যক্তিদের' (পৃ. ২৭৪)।

আবু যায়েদ আল-বালখির এই দ্বিতীয় গ্রন্থটি সম্পর্কে সম্ভবত আমরা ভুল করছি না যে, এটি চিকিৎসাশাস্ত্রের বিভিন্ন বিষয় সংগ্রহ করার প্রথম প্রয়াস যা মানসিক রোগের চিকিৎসা করার পাশাপাশি মনোদৈহিক (psychosomatic) এবং সম্মোহন মনোঃসমীক্ষণ দ্বারা রোগ নিরাময় (psychotherapeutic) চিকিৎসার আলোচনা করে।

তবে তাঁকে মানসিক রোগের বিজ্ঞানভিত্তিক গবেষণা বিদ্যা (psychopatho-logical) মেডিসিনের পথপ্রদর্শক হিসেবে স্বীকৃতি দেয়ার চূড়ান্ত সিদ্ধান্তের বিষয়টি এ বিষয়ের বিশেষজ্ঞদের ওপর ছেড়ে দেওয়া হলো।

আবু যায়েদের অসামান্য এবং স্বাধীন ব্যক্তিত্ব তার বইয়ের প্রথম খণ্ড থেকেও স্পষ্ট হয় যা শরীরের সুস্থতার জন্য নিবেদিত প্রাচীনকাল থেকে চিকিৎসা সাহিত্যের প্রচলিত বিষয়।

আলোচিত বিষয়ের সাথে প্রাসঙ্গিক হলে আমরা মানব ভূগোল (human geography), আবহাওয়া সংক্রান্ত ঘটনা এবং পরিবেশ বিজ্ঞান সম্পর্কিত প্রথম গ্রন্থে লেখকের দেওয়া মতামত এবং তথ্যের তাৎপর্যের ওপর বিশেষ জোর দেই।

তাঁর রচনার দুটি সংখ্যা (কপি) ইস্তাম্বুলের আয়াসোফিয়া লাইব্রেরিতে সংরক্ষিত আছে। তাদের মধ্যে প্রথমটি আমরা তুর্কি কর্তৃপক্ষের সদয় অনুমতি নিয়ে এখানে পুনঃপ্রকাশ করছি যা এমএস-৩৭৪১, ৮৮৪ হি./১৪৭৯ খ্রি. বিজ্ঞাপনে অনুলিপি করা হয়েছে। দ্বিতীয়টি, এমএস-৩৭৪০, হিজরি নবম শতাব্দীতেও অনুলিপি করা হয়েছিল এবং এতে ১৪০টি ফোলিও রয়েছে। এই বইটি প্রকাশে আমাদের ইনস্টিটিউটের কর্মীদের সহযোগিতার প্রশংসা করা ও ধন্যবাদ দেয়া আমার কর্তব্য।

ফুয়াত সেজগিন
ইনস্টিটিউট অব দ্য হিস্ট্রি অব দি আরব-ইসলামিক সায়েন্সেস
ফ্রাঙ্কফুর্ট, জার্মানি, নভেম্বর, ১৯৮৪

আবু যায়েদ আল-বালখি'র জীবনী ও রচনাসমগ্রের সারমর্ম

আবু যায়েদ আল-বালখি ছিলেন একজন বিশ্বকোষতুল্য প্রতিভা। তাঁর জ্ঞানের গভীরতা ও অবদান অনেক বৈচিত্রময় জ্ঞানের ক্ষেত্রে প্রসারিত হয়েছিল যা আমাদের আধুনিক মনের কাছে একে অপরের সাথে আপাত সম্পর্কহীন বলে মনে হবে। তাঁকে বিশ্বের প্রথম জ্ঞানীয় মনোবিজ্ঞানীদের (cognitive psychologist) মধ্যে একজন হিসেবে বিবেচনা করা হয়। আশ্চর্যজনকভাবে, উদ্বেগ (anxiety) এবং মেজাজ সংশ্লিষ্ট রোগের (mood disorder) জ্ঞানীয় চিকিৎসায় তিনি তাঁর সময়ের চেয়ে বহু শতাব্দী এগিয়ে ছিলেন।

একজন বহু শাস্ত্রবিদ এবং বিস্তৃত বহুবিদ্যার ফলপ্রসূ লেখক হিসেবে তিনি ষাটটিরও বেশি বই এবং পাণ্ডুলিপি রচনা করেছেন। অত্যন্ত সূক্ষ্মভাবে তিনি গবেষণা করেছেন যা বৈচিত্রময় বিষয় ও পরিধির আলোচনাকে অন্তর্ভূক্ত করেছে। তিনি ভূগোল, চিকিৎসাবিদ্যা, ধর্মতত্ত্ব, রাজনীতি, দর্শন, কবিতা, সাহিত্য, আরবি ব্যাকরণ, জ্যোতিষশাস্ত্র, জ্যোতির্বিদ্যা, গণিত, জীববিজ্ঞান, নীতিশাস্ত্র, সমাজবিজ্ঞানের পাশাপাশি অন্যান্য বিষয় আলোচনা করেছেন। তিনি অনেক ক্ষেত্রে পারদর্শী হলেও একজন মহান পণ্ডিত হিসেবে তাঁর প্রকৃত খ্যাতি ভূগোল বিষয়ে। তিনি ভূগোল বিষয়ে উৎকর্ষ সাধন করেন। তাঁর কাজের ফলস্বরূপ তাঁকে টেরিস্টেরিয়াল ম্যাপিংয়ে (terrestrial mapping) 'বালখি স্কুল'-র প্রতিষ্ঠাতা বলা হয়। আফসোসের বিষয়, তাঁর হাতে লেখা পাণ্ডুলিপির মূল্যবান নথির অধিকাংশই হয় হারিয়ে গেছে বা লুকিয়ে আছে কোন জাদুঘরে বা দুর্গম লাইব্রেরিতে।

একইভাবে তাঁর জীবনী নিয়ে খুব কম লেখা হয়েছে। আল-বালখি সম্পর্কে আমাদের জানাশোনার বেশিরভাগই এসেছে একজন একক জীবনীকার, ইয়াকুত আল-হামাউইর কাছ থেকে। কবি ও জ্ঞানী পুরুষদের জীবনী নিয়ে রচিত সুপরিচিত গ্রন্থ, 'মু'জাম আল-উদাবা'-এ তিনি বলেছেন, আল-বালখির পুরো নাম, আবু যায়েদ আহমদ ইবনে সাহল আল-বালখি। তিনি ২৩৫ হি. (৮৪৯ খ্রি.) বর্তমান আফগানিস্তানের বালখের পারস্য প্রদেশের শামিসিতিয়ান নামক ছোট গ্রামে জন্মগ্রহণ করেন। উল্লেখ্য, তিনি তাঁর পিতার কাছ থেকেই প্রাথমিক শিক্ষা লাভ করেছিলেন। আল-হামাউই আল-বালখির শৈশব সম্পর্কে

অন্য কোনো তথ্য উল্লেখ করেননি। তবে আল-বালখির যৌবন এবং তাঁর সময়ের বিজ্ঞান ও শিল্পকলায় নিজেকে শিক্ষিত করার প্রচেষ্টার বিষয়ে তিনি বিস্তারিত কিছু আলোচনা করেছেন।

আল-হামাউই উল্লেখ করেন, আল-বালখির ছাত্র, আবু মুহাম্মদ আল-হাসান ইবন্ আল-ওয়াযিরি তাঁকে (আল-বালখি) মাঝারি উচ্চতার, গাঢ় বাদামী রঙের এবং প্রসারিত চোখ বিশিষ্ট একজন পাতলা মানুষ বলে বর্ণনা করেছেন, যার মুখমণ্ডলে গুটিবসন্তের চিহ্ন ছিল। তিনি সাধারণত নীরব এবং চিন্তাশীল থাকতেন। এভাবে তিনি একটি (সংযত চরিত্রের) লাজুক ব্যক্তিত্ব প্রদর্শন করতেন। তাঁর ব্যক্তিত্বের এই বর্ণনা আধুনিক পরিভাষায় তাঁর বিশাল এবং কঠোরভাবে লিখিত গবেষণার সূক্ষ্ম প্রকৃতিকে যুক্ত করেছে, যা আল-বালখিকে একজন অত্যন্ত অন্তর্মুখী অথচ উজ্জ্বল পণ্ডিত হিসেবে অনুমান করার সুযোগ দেয়। আরো স্পষ্ট কথা হল, তিনি বন্ধুদের সাথে সামাজিক অনুষ্ঠান বা পার্টিতে যোগদানের চেয়ে নির্জনতা এবং গভীর চিন্তাভাবনা পছন্দ করতেন। কারণ, তাঁর জীবনীতে ঘনিষ্ঠ বন্ধুদের সাথে মেলামেশা বা জমকালো পার্টিতে তার উপস্থিত হওয়ার কোনো উল্লেখ পাওয়া যায় না। জমকালো পার্টিতে যাওয়ার অর্থ হলো-অত্যধিক খাওয়া, গান শোনা অথবা মনোমুগ্ধকর আরবি কবিতা শ্রবণ করা যা আব্বাসীয় যুগে সাধারণভাবে প্রচলিত ছিল। আমরা তাঁর সম্পর্কে যত বেশি আল-হামাউইর বিবরণ পড়ি এই উপসংহারমূলক মন্তব্য তত দৃঢ়ভাবে সমর্থিত হয়।

আল-বালখি যদি প্রথম দিকের অন্যান্য মুসলিম চিকিৎসক যেমন আবুল ফারাজ ইবনে হিন্দু এবং আবু-বকর আল-রাযির মতো সামাজিক পরিচিত মহলে মিশে যেতেন তবে আমরা তাঁর ব্যক্তিগত জীবন, অনন্য অবদান এবং ভাগ্য সম্পর্কে আরো অনেক কিছু জানতে পারতাম। উদাহরণস্বরূপ, আমরা জানি যে, ইবনে হিন্দুর *'মিফতাহ আত্-তিব্ব ওয়া মিনহাজ আত্-তুল্লাব'* গ্রন্থটি চিকিৎসাবিদ্যায় ১১ শতকের সবচেয়ে বড় অবদানের একটি যা তার বন্ধুদের একটি অনুরোধের প্রেক্ষিতে রচিত হয়েছিল। এই অনবদ্য গ্রন্থের ভূমিকায় ইবনে হিন্দু বলেছেন-

> 'আমার কিছু জ্ঞানী বন্ধু আমার 'A Treatise Encouraging the Study of Philosophy' গ্রন্থটি দেখেন। এই বইয়ের সহজে বোধগম্য বর্ণনাশৈলী ওষুধের (medicine) ওপর অনুরূপ একটি গবেষণা পেতে তাদেরকে উৎসাহিত করে। তাই আমি তাদের জন্য এ ধরনের

> একটি গ্রন্থ রচনার উদ্যোগ নিয়েছিলাম, এটিকে সহজলভ্য করার জন্য যাবতীয় কষ্ট স্বীকার করে নিয়েছিলাম এবং এটিকে বলেছিলাম 'চিকিৎসার চাবিকাঠি'।

সুতরাং বন্ধুত্বের প্রতি ইবনে হিন্দুর সামাজিকতা এবং শ্রদ্ধাই এই অমূল্য ঐতিহাসিক দলিলের উত্তরাধিকার যা আমাদের কাছে রেখে যেতে সক্ষম করেছিল।

একইভাবে সঙ্গীত এবং বাদ্যযন্ত্রের প্রতি মুগ্ধতা আল-রাযিকে তার সর্বশ্রেষ্ঠ চিকিৎসা আবিষ্কারের পথে পরিচালিত করে। আল-রাযি সর্বকালের বরেণ্য অন্যতম বিশিষ্ট চিকিৎসক হওয়ার আগে একজন বিখ্যাত সঙ্গীতজ্ঞ ছিলেন। তবুও দুর্দান্ত চিকিৎসা সাফল্যগুলো সঙ্গীতের প্রতি তাঁর ভালোবাসাকে দুর্বল করেনি এবং তিনি সন্ধ্যায় বেহালা এবং বীণার মতো যন্ত্রগুলো নিয়ে বাদ্য বাজানোর জন্য সঙ্গীতজ্ঞদের নিজের বাড়িতে আমন্ত্রণ জানাতেন। ঐসব বাদ্যযন্ত্রের স্ট্রিংগুলো প্রাণির অন্ত্র থেকে তৈরি হয়েছিল। এই আড্ডার অনুষ্ঠানগুলোর একটিতে তার অতিথিরা অনেক রাত পর্যন্ত অবস্থান করেছিলেন। ফলে তারা ক্লান্ত হয়ে পড়ায় তাদের যন্ত্রগুলো আল-রাযির বাড়িতে যত্নে রেখেছিলেন। একই সময়ে আল-রাযি চিকিৎসা গবেষণার জন্য নিজ বাড়িতে কয়েকটি গৃহপালিত বানর রেখেছিলেন। এর মধ্যে একটি বানর একটি যন্ত্রের তার কেটে খেয়ে ফেলেছিল। আল-রাযি এই ঘটনাকে একটি বৈজ্ঞানিক পরীক্ষার জন্য ব্যবহার করার সিদ্ধান্ত নিয়েছিলেন। তারের অবশিষ্টাংশের জন্য তিনি বানরটিকে নিবিড় পর্যবেক্ষণে রাখেন এবং এর মল পরীক্ষা করেন। কিন্তু বানরের মলে কিছুই দেখা গেল না। এ থেকে তিনি বুঝতে পারলেন যে, স্ট্রিংগুলো সম্পূর্ণরূপে হজম হয়েছে। ফলে ওষুধ শিল্পের সর্বশ্রেষ্ঠ আবিষ্কারের মধ্যে একটি ঘটল; আর তা হলো ক্ষত সেলাই করার জন্য ক্যাটগাট স্ট্রিং (catgut strings) দ্রবীভূত করার ব্যবহার। (আল-ফানজারি, পৃ. ৮১-৮২)

ইসলামি মেডিসিনের কিছু ইতিহাসবিদ আল-জাহরাউইকে দ্রবীভূত সেলাইয়ের উদ্ভাবনের জন্য কৃতিত্ব প্রদান করলেও প্রকৃতপক্ষে আল-রাযি এই মহৎ আবিষ্কারটি করেন। তিনি একই সাথে একজন সঙ্গীতজ্ঞ এবং চিকিৎসক ছিলেন। মোদ্দাকথা হল, বিজ্ঞান কখনো কখনো সৃজনশীলতায় তার অনুপ্রেরণা খুঁজে পায়। এভাবে ইবনে হিন্দুর ক্ষেত্রে হয়েছিল সহজ সামাজিকতার মাধ্যমে।

'আপনার মধ্যে যা নেই তার জন্য কেউ যদি আপনার প্রশংসা করেন তবে আপনি বিশ্বাস করতে পারবেন না যে, আপনার মধ্যে যা নেই তার জন্য তিনি আপনাকে দোষারোপ করবেন না। ধর্ম দর্শনসমূহের মধ্যে সর্বশ্রেষ্ঠ; তাই ইবাদতকারী না হওয়া পর্যন্ত মানুষ দার্শনিক হতে পারেনা। সবচেয়ে বড় ওষুধ হল জ্ঞান।'

আল-বালখি বিনয় ও ধৈর্যের সাথে শিক্ষা অর্জনের কষ্ট সহ্য করে এই সম্মানজনক পণ্ডিত মর্যাদা অর্জন করেন। আল-হামাউই উল্লেখ করেছেন যে, তিনি ধর্মীয় ও জাগতিক জ্ঞানের সন্ধানে তাঁর নিজ শহর বলখ থেকে বাগদাদে যান এবং তাঁর সময়ের পাণ্ডিত্যপূর্ণ পদ্ধতি অর্জনের জন্য দীর্ঘ আট বছর সেখানে বসবাস করেন। তাঁর মহান শিক্ষকগণের মধ্যে ছিলেন প্রখ্যাত দার্শনিক আবু ইউসুফ আল-কিন্দি।

আল-হামাউইর মতে, এই সময়কালে আল-বালখি পরস্পরবিরোধী দার্শনিক বিষয়ে গভীরভাবে নিমগ্ন হয়ে পড়েন যা তাঁর ধর্মীয় বিশ্বাসকে বিভ্রান্ত করে এবং তাঁকে সুন্নি ইসলামের সঠিক পথ থেকে বিচ্যুত করে। এর ফলে কিছু ধর্মীয় মুসলিম পণ্ডিত তাঁর বিরুদ্ধে বিচ্যুতির অভিযোগ আনেন। বস্তুত ঘটনা এমন হয় যে, এক সময়ে তাঁকে আল-ইমামিয়াহ বা আল-জায়িদিয়াহ শিয়া ধর্মের অনুসারী এবং কখনো কখনো মুতাযিলাহ মাযহাবের অনুসারী হিসেবে বিবেচনা করা হয়। আল-বালখি সম্পর্কে এমন বিচ্যুতির বিবরণ আমাদের অনুমানকে নিশ্চিত করে যে, তিনি যুবক অবস্থায় একাকী, প্রতিফলিত চিন্তায় অন্তর্মুখী এবং অন্তরঙ্গ বন্ধু ছাড়াই সময় কাটিয়েছেন; নতুবা তারা তাঁকে আধ্যাত্মিক সঙ্কট থেকে মুক্তি দিতে পারত।

যেকোনো ক্ষেত্রেই হোক, এই যুগটি অশান্ত ছিল। আব্বাসীয় খিলাফত নিজ জনগণের ওপর শক্তিশালী দখল হারিয়েছিল। ফলে ধর্মতাত্ত্বিক উত্থান ঘটেছিল এবং ৮৬৮ খ্রি. আল-কারামি'আহ-এর মতো ধ্বংসাত্মক আন্দোলনের উত্থান ঘটে যা নিগ্রো বিপ্লবী আন্দোলন হিসেবে পরিচিতি লাভ করেছিল, যা খেলাফতের প্রায় পতন ঘটায়।

তবে তাঁর তারুণ্যের এই বিভ্রান্তির অবস্থা বেশিক্ষণ স্থায়ী হয়নি। আল-হামাউই দাবি করেন, বাগদাদের সংস্কৃতির পতনের ধাক্কার পরে আল-বালখি অবশেষে সুন্নি মাযহাবের সঠিক পথে নিজেকে প্রতিষ্ঠিত করেন, যেমনটি তাঁর রচিত

আমাদের অনুবাদ 'আত্মার খোরাক' সম্পর্কিত দ্বিতীয় খণ্ড সম্মোহন মনঃসমীক্ষণ প্রভৃতির দ্বারা রোগনিরাময় বিদ্যা (psychotherapeutic) অংশে সীমাবদ্ধ। প্রত্যাশিত হিসেবে প্রথম অংশ দৈহিক কল্যাণ তথা শারীরিক দিকগুলোর সাথে সম্পর্কিত। এই বিভাগটি লেখার সময় আল-বালখি স্বাভাবিকভাবেই ৯ম শতাব্দীর সেকেলে চিকিৎসা জ্ঞানকে বিকশিত করেছিলেন যা গ্রীক চিকিৎসকদের তত্ত্ব এবং অনুশীলন দ্বারা ব্যাপকভাবে প্রভাবিত হয়েছিল। এই অংশে তিনি যা অন্তর্ভুক্ত করেছেন তার বেশিরভাগই চিকিৎসার ইতিহাসবিদদের জন্য অত্যন্ত আগ্রহের বিষয় হবে।

যাই হোক লক্ষণীয় হল, এই অংশটি লেখার সময়ও মনোদৈহিক (psychosomatic) মেডিসিনের একজন মহান পণ্ডিত আল-বালখি আশ্চর্যজনকভাবে আধুনিক চিকিৎসকদের আগ্রহের চিকিৎসা এবং মনস্তাত্ত্বিক বিষয়গুলো নিয়ে আলোচনা করেছেন। মানুষের শারীরিক স্বাস্থ্যের ওপর ১৪টি অধ্যায়ে আলোচনা করা হয়েছে যার পদ্ধতিটি মূলত প্রতিরোধমূলক, স্বাস্থ্য সংরক্ষণ এবং শারীরিক ব্যাধি থেকে শরীরকে রক্ষা করার জন্য। অসাধারণ দূরদর্শিতার সাথে তিনি পরিবেশ ও জনস্বাস্থ্যের দুটি অধ্যায় অন্তর্ভুক্ত করেছেন। প্রথমটি হলো একটি উপযুক্ত ঘর, বিশুদ্ধ পানি এবং বিশুদ্ধ বাতাস থাকার গুরুত্বের বিষয়ে এবং দ্বিতীয়টি হল, গরম এবং ঠাণ্ডা তাপমাত্রার চরম অবস্থা এড়িয়ে শরীরকে রক্ষা করা এবং সঠিক পোশাক-পরিচ্ছদ পরার বিষয়ে। অন্যান্য অধ্যায়গুলোর মধ্যে রয়েছে পুষ্টি তথা উপযুক্ত খাদ্য ও পানীয়সহ সঠিক পুষ্টি, ভালো ঘুম এবং শরীরের পরিচ্ছন্নতার গুরুত্ব।

আল-বালখিও শারীরিক ব্যায়াম এবং মাসাজ বা মালিশের গুরুত্ব স্বীকার করে শারীরিক তরল পদার্থকে প্রকৃতির স্থির এবং প্রবাহিত জলের সাথে তুলনা করেছেন। তিনি উল্লেখ করেন যে, স্থির জল যেমন দ্রুত দূষিত এবং অস্বাস্থ্যকর হয়ে যায় এবং প্রবাহিত জল তার বিশুদ্ধতা রক্ষা করে ঠিক তেমনি যথাযথ শরীরচর্চার অভাবে জীবদেহ নিসৃত রস (বায়ু, পিত্ত, কফ, রক্ত) স্থবির বা দুষিত হয়ে অবশেষে রোগাক্রান্ত হয়।

এই বিভাগের কিছু অধ্যায় সম্পূর্ণরূপে শারীরিক বা মনস্তাত্ত্বিক ব্যাধিগুলোর মধ্যে পড়ে না। তবে সঙ্গীত থেরাপি এবং অ্যারোমাথেরাপি (aromatherapy) সম্পর্কিত মনস্তাত্ত্বিক বিষয়গুলো নিয়ে আলোচনা করে, অর্থাৎ শরীরকে শিথিল

করার জন্য সঙ্গীত এবং পারফিউমের উপকারিতা এবং শারীরিক অসুস্থতার চিকিৎসার ওপর একটি অধ্যায় রয়েছে।

অবশেষে আল-বালখি তাঁর গ্রন্থের নবম অধ্যায়ে একটি অত্যন্ত সূক্ষ্ম বিষয় উপস্থাপন করেছেন। এটি তাঁর সময়ের থেকে উল্লেখযোগ্যভাবে এগিয়ে যা আজ আধুনিক যৌন থেরাপিস্টদের গবেষণা ও আলোচনার বিষয়। এটি হলো বিভিন্ন যৌন বৈশিষ্ট্য এবং তাদের প্রভাবগুলোর গবেষণা। এভাবে তিনি যৌন সম্পর্ক পরিহারকে অপ্রাকৃতিক ও নির্দিষ্ট কিছু শারীরিক সমস্যার কারণ বলে মনে করেন। তাঁর দৃষ্টিতে, স্বপ্নদোষ এমন একটি শারীরিক প্রক্রিয়া যা শরীরের জন্য আশু ক্ষতিকর এমন জমানো অতিরিক্ত ধাতু থেকে মুক্তি পাওয়ার জন্য তা শরীর থেকে বের করে দেয়। এমনকি তিনি কিছু খাবার এবং পানীয়ের মাধ্যমে যৌন পুরুষত্বহীনতার (sexual impotence) চিকিৎসা পদ্ধতির পরামর্শ দেন। পাশাপাশি তিনি সেই সময়ে যৌন শক্তি উন্নত করার জন্য কথিত ওষুধের ব্যবহারে শরীরের ওপর ক্ষতিকর প্রভাবগুলো উল্লেখ করেন।

References

Badri, M. B. and Ashwi, M., *Masalih al abdan wa al-Anfus: A Psychologist who Needed 10 Centuries to be Appreciated*. (Riyadh: King Faisal Research Center, 1424 AH).

Abu Zayd al-Balkhi, *Masalih al-Abdan wa al-Anfus*, [Sustenance for Bodies and Souls]. (Frankfurt: Institute for the History of Arabic-Islamic Science, 1984).

Al-Fanjari, A., Islamic Sciences, (in Arabic). (Kuwait: The Kuwaiti Institute of the Advancement of Science, 1958).

Al-Hamwi, Yaqut, *Mu'jam Al'udaba'*. (Beirut: Dar al-Fikr Publications, 1980).

Ibn Hindu, Abu al-Faraj, *The Key to Medicine and the Students' Guide*. Translated by Aida Tibi. (Doha: The Center for Muslim Contribution, 2010).