سال کے بچوں تک ایک چاول دن میں تین بار دودھ سے دیں بالغ حضرات کو ایک سے تین رتی تک دن میں تین دفعہ دودھ سے دیں ۔

(۴) ہمدرد کی صافی، اجمل کی مصفیٰ، قرشی کی مصفین بھی بے خطا تیر ہیں، ماش کی دال چاول اروی، بینگن، آلو گوبھی، تیل کی اشیاء اور تمام کھٹی اشیاء سے پرہیز رکھیں۔ جواب طلب امور کے لیے پتہ لکھا جوابی خط سے یاد فرمائیں۔

ایک اہم تجویز

دینی مدارس طبِ مشرق کی تعلیم کا اہتمام کریں

اور

وزارت صحت انہیں اسکے مواقع فراہم کرے

ایلوپیتھک طریق علاج کے منفی اثرات نے دنیا کو ایک بار پھر طبِ مشرق کیطرف متوجہ کر دیا ہے جڑی بوٹیوں پر تحقیقات ہو رہی ہیں اور ہزاروں سال پرانا نظریہ علاج از سر نو زندہ ہو رہا ہے۔

طبِ مشرق کا بیشتر علمی ذخیرہ عربی اور فارسی میں ہے جس سے کالجوں کے طلبہ کی بہ نسبت دینی مدارس کے طلبہ زیادہ آسانی کے ساتھ استفادہ کر سکتے ہیں اس لیے ہماری تجویز یہ ہے کہ دینی مدارس میں طبِ مشرق کا شعبہ قائم کیا جائے جس کے تحت طب کی تعلیم کا اہتمام کیا جائے اور وزارت صحت ایسے دینی مدارس کے طلبہ کو طب کے امتحانات میں براہ راست شرکت کی اجازت دے جہاں وزارت صحت کے مقرر کردہ معیار کے مطابق طب کی تعلیم کا اہتمام موجود ہو۔

پرانے دور میں ہمارے علماء دینی تعلیم حاصل کرنے کے ساتھ ساتھ طب، خوشنویسی جلد سازی یا اس قسم کا کوئی فن ضرور سیکھتے تھے جو ان کا ذریعۂ روزگار ہوتا تھا اور دینی خدمات کی انجام دہی میں وہ اہلِ دنیا سے بے نیاز رہتے تھے۔ اگر اب بھی ایسی کوئی صورت نکل آئے تو علماء کی دینی خدمات کی افادیت اور تاثیر میں کئی گنا اضافہ ہو سکتا ہے۔

(حکیم محمد عمران مُغل)