

తల్లి పాలు

సృష్టి విచిత్రము ఏమిటోగాని , శిశువు జనియించుటతోనే వాటంతట అవే ఆ తల్లికి క్షీరము ఉద్భవించును. అట్టి పాలను బిడ్డ త్రాగుచుండినపుడు ఆ తల్లి ఆనందము వర్ణనాతీతము . ప్రారంభము నందలి పాలను ముఱ్ఱు పాలు అంటారు. ఇవి శిశువునకు ఎంతో ఉపయోగకరము. వీటిని త్రాగుట వలననే శిశువునకు విరేచనము అగును. కొందరికి చాలినన్ని పాలు వుండవు. అట్టి సమయములందు ఆరోగ్యవంతులగు చంటిబిడ్డ తల్లి పాలను పిండి పోయించవలెను. పాలను ఇచ్చునపుడు రెండుమూడు గంటలకు ఒక పర్యాయము పాలు ఇచ్చుటగాని, పోయుటగాని చేయవలెను. ఈ విధముగా రెండుమూడు రోజులు జాగ్రత్తగా పాలు పట్టించినట్లయితే ముఱ్ఱు పాలు తగ్గి తెల్లబడి ఊరుట అధిక మగును. చాలినంత వరకు తల్లి పాలు బిడ్డకు ఎంతో ఆరోగ్యము. తప్పని పరిస్థితులలోనే ఇతరుల పాలుగాని లేకపోతే ఆవుపాలుగాని ఇవ్వవలెను.

ముఖ్యముగా తలలు తనుబిడ్డలకు పాలిచ్చునపుడు శుచిఅగు వస్త్రములను ధరించుట, దేహ ఆరోగ్యము సూచి శుభ్రతలు చూసుకోవలెను. బిడ్డలకు పాలిచ్చునపుడు తల్లి కోపించుటగాని, మానసికముగా విచారముగా ఉండుట గాని కూడదు. ఆవిధముగా చేసినచో బిడ్డ ఆరోగ్యముపై ప్రభావము పడును. పాలిచ్చునపుడు శాంతముగాను, సంతోషముగాను, మనస్సు నిర్మలముగాను వుంచుకోన్నట్లయితే బిడ్డ ఆనందముతో పాలుత్రాగి సుఖముగా నిద్రించును.