

والمبادرة بالغسل والتنظيف
 بان تغسل المرأة منهن وجه الطفل
 ويديه ورجليه وقبله وظهره في اليوم
 الواحد مراراً بالماء الفاتر ليعاد على
 الماء وان تغسل جسمه كله بعد كل
 اسبوع وبالماء الفاتر ايضاً في مدة
 الشتاء وبالماء البارد في الصيف
 لينظف جلده ويسهل حصول
 التنفيس للجلد ويقوي بدنه
 ومدة الاستحمام تكون
 من عشر دقائق الى ١٥ ثم
 تشتف بدنه جيداً مع الدنباة التام (والمعنى
 الموت الذي كان في ذلك الاطفال وتنويمهم)
 اعلم ان الطفل متق ذلك جسمه

نحو

حصلت

حصلت له راحة
 عظيمة لان ذلك ينبه الجسم
 ويسهل التنفيس للجلد فعلى
 ام المولود او مرضعته ان تدرك
 جسمه بيد هاتين كل يوم مراراً اليقظ
 بذلك : ومن حيث ان في النوم
 راحة لا بد ان الجارس ولو طفل
 اكثر كالحمام ولد جدياً ينبغي
 تنويم الطفل والتخيل عليه حتى
 ينام لكن ينبغي ان يكون نومه
 منظم الاوقات كالغذائية وان
 يكون بالليل اكثر من النهار بان
 ينام عن النوم بالنهار بملاو عبه
 وتلطف لينام بالليل لان في ذلك

نحو