

الفلسفة الأساسية لـ "لا ليش ليغ" ملخصة في النقاط التالية:

- إن تكريس الأمومة من خلال ممارسة الرضاعة الطبيعية تعتبر الطريقة الطبيعية و الفعّالة لفهم رغبات الطفل و إشباع احتياجاته.
- من المهم تواجد الأم والطفل معاً منذ الولادة و بشكل مستمر من أجل تأسيس علاقة متينة بينهما و ضمان تكوين مخزون كافي للحليب.
- إن حاجة الطفل للتواجد مع أمه خلال السنوات الأولى من عمره هي حاجة ملحة و أساسية توازي حاجته للغذاء.
- حليب الأم هو الغذاء الأمثل للرُضّع.
- بالنسبة للوليد المُتمّ لفترة الحمل والذي يتمتّع بصحة جيدة، فإن حليب الأم هو الغذاء الوحيد الذي يحتاجه لحين يصبح مستعداً للبدء بتناول الأطعمة الصلبة، وذلك تقريباً عند انتصاف العام الأول من عمره.
- تستمر هذه العلاقة الرضاعية، في الحالة المثلى، حتى يستغني (يكبر) الطفل عن الحاجة إليها.
- إن يقظة الأم و مشاركتها بفعالية و إيجابية في عملية الولادة خير معين لبداية قوية و موفّقة لعملية الرضاعة.
- سوف تكتمل صورة ثنائي الرضاعة (الأم والطفل) و يتعزز الإرضاع مع وجود الدعم والحب والمشاركة من والد الطفل. تربط الطفل بوالده علاقة فريدة وهي عامل أساسي في نموّ وتطوّر الطفل منذ وقت الولادة.
- التغذية الجيدة تعني تناول الطعام المتنوّع والمتوازن ذو المكونات القريبة من هيئتها الطبيعية.
- يحتاج الأطفال ومن الأشهر الأولى من حياتهم إلى الإحساس بالمحبة والتوجيه، وهذا يعكس تقبّل الأهل لقدراتهم والإحساس بمشاعرهم.