

## داخل العدد

## ما أجمله من إحساس

أنصت  
يحبك الناس



اختبر قدرتك  
على الإنصات إلى الآخرين

أنت  
أهم شخص



صورة وتعليق

لكل منا شعور بعدم الرضا عن نفسه ، ورغبة شديدة في إحداث تغيير إيجابي في نفسه من جميع الاتجاهات ... شكلاً وموضوعاً داخلياً وخارجياً ، فمما لا شك فيه أن حدوث تغيير ولو صغير في شخصيتك أو شكلك يعود عليك بالراحة النفسية مما يشعرك بسعادة غامرة ، كما أن ذلك سيساعدك في العمل على تنمية شخصيتك واكتشاف قدراتك وإمكانياتك ومعرفة مواهبك الخفية والسبب في أنت السبب في

وضعها خلف أسوار عالية  
وتقييدها بسلاسل وقيود  
تحول بينك وبين  
الاستمتاع بأروع إحساس عند

## وصولك إلى القمة

بقلم / أمل رضوان