

خاتمة

وبعد - عزيزي القارئ - فقد فرغت الآن من قراءة كتابك الذي طفت خلال سطره بين كثير من المواقف والآراء والحقائق والطرائف التي تتعلق بحياتنا النفسية وحالنا في الصحة والمرض .. ولعلك الآن قد اقتنعت بأهمية أن يبحث كل منا عن المزيد من المعلومات والتي تزيد من معرفته بدخائل النفس وأسرارها وأحوالها فإن ذلك يسهم بصورة مباشرة في فهم أعمق لأنفسنا يساعدنا في كل مواقف الحياة، وفي التعامل مع همومنا ومشكلاتنا النفسية، وفي علاقتنا بالآخرين من حولنا .

وإذا كانت موضوعات هذا الكتاب تتطرق إلى جوانب كثيرة ومتعددة من حياتنا النفسية وما بها من مباحج ومسررات وآلام وهموم فإننا بحاجة إلى مواصلة القراءة والتأمل والإطلاع في مجال علم النفس والطب النفسي والصحة النفسية حتى يتحقق هدفنا في مزيد من العلم والفهم والمعرفة .. مع تمنياتي للجميع بصحة نفسية دائمة .

تم بحمد الله