لابد للمرء أن يكون لديه إرادة في الإقلاع عن الشيء، الإرادة هو الطريق الأول نحو القضاء على الدهون، فقد يكون الشاب يبلغ من العمر عشرون عاماً،

lakhasly.com © تم تلخيص النص بواسطة موقع لخصلي