



À nous de jouer ! Que cette démarche soit, בע"ה, le premier pas vers une année meilleure.



Une semaine seulement. Une semaine pour observer, corriger, progresser et préparer la nouvelle année.



Bien entendu, tout est déjà écrit devant Hachem. Mais cette prise de conscience peut nous permettre de vivre cette dernière semaine autrement, avec davantage d'attention, de volonté et de sincérité.



Imaginons un instant que cette feuille soit une copie que nous devons présenter personnellement à Roch Hachana. Qu'aimerions-nous pouvoir y montrer ?



L'objectif n'est pas de nous juger, mais de prendre conscience, de voir nos points forts, d'identifier nos faiblesses et surtout de savoir sur quoi nous voulons travailler.



Chaque jour, prenons quelques minutes pour remplir ce tableau. Un lorsque nous avons réussi, ✓ un lorsque nous avons trébuché, ✗



Ce tableau est proposé par OVDHM comme un outil simple pour nous aider à observer notre quotidien durant cette dernière semaine de l'année : notre Tefila, notre Limoud, nos actions de 'Hessed et de Tsédaka, mais aussi et surtout nos Midot : notre maîtrise de soi, notre colère, notre façon de parler des autres, notre capacité et à progresser.



Avant de commencer une nouvelle année, prenons le temps de faire notre propre 'Hechbone Nefech, un bilan personnel, honnête et sans faux-semblants.



À l'approche de Roch Hachana, les derniers jours de l'année sont une occasion précieuse de nous arrêter quelques instants, de regarder notre année écoulée et de nous demander sincèrement : où en suis-je ?

Une dernière semaine pour faire le point... et passer à l'action !

		Dimanche 6 septembre – 24 Elloul	Lundi 7 septembre – 25 Elloul	Mardi 8 septembre – 26 Elloul	Mercredi 9 septembre – 27 Elloul	Jeudi 10 septembre – 28 Elloul	Vendredi 11 septembre – 29 Elloul	BILAN
 TEFILOT EN MINYANE	Cha'harit							
	Min'ha							
	Arvit							
 LIMOUD Déterminer le temps de limoud ou le nombre de Michna-Halakhot-Daf	Michna							
	Halakhot							
	Guémara							
	Moussar							
	Tehilim							
 HESSED Vous avez fait une bonne action – notez-la !								
 TSÉDAKA AIDER LES AUTRES								
 REMERCIER HACHEM								
 MIDOT Maîtrise de soi – un V quand on se contrôle – un X quand on trébuche	Gestion de la colère							
	Lachone Hara							
	Chemirat 'Enayim							
	Autres progrès							