



*Par Hava Sokol*

Nous nous trouvons à l'aube de Roch Hachana, temps de repentance et de remise en question. Souvent, lorsque l'on entend le mot Techouva, on regrette nos fautes telles que le Lachon Hara etc. Mais qu'est ce que la réelle Techouva, qu'est-ce que D. attend de nous en nous demandant de faire Techouva ?

Le réel processus de Techouva est celui qui réussira à faire ressortir le meilleur de nous même, à nous rendre heureux, joyeux, serein, fort, confiant et qui nous permettra d'exploiter notre potentiel pour servir D. et illuminer le monde. Mais quel est le procédé qui nous permettra d'atteindre ce but ?

Il est intéressant de noter, que la nature humaine a comme tendance naturelle de toujours regarder en premier lieu, ce qui lui manque. Cette tendance a un but de survie car, à travers ceci l'homme peut réaliser ce qui lui manque, et ainsi entreprendre une démarche pour combler ses manques. Mais si l'homme ne regarde que ses propres défauts, ceci va entraîner une tristesse, une angoisse, un stress, et même une personne peut en venir à se haïr. Le fait de se sentir mal avec soi-même provoque la colère, envers nous-même mais aussi envers les autres. Comment sortir de ce cercle vicieux ?

En sachant développer un regard positif par rapport à nous-même car chaque juif est un véritable trésor, son âme est une partie de D. ! Chaque personne possède une force et une puissance incroyables, des talents et des qualités qui lui sont propres, offerts par D. Lorsqu'on réalise ceci, on peut enfin se remplir de joie et utiliser ses forces pour réaliser sa mission.

Faire Techouva c'est se réconcilier avec soi-même , prendre conscience de ses forces afin de réaliser l'unique mission que D. nous a confiée.

*Hava Sokol*