



Journal

MIROIR

**Seule face à ton Coran.
Et à toi-même.**



Bienvenue dans ton Journal - Miroir

Salam alayki !

Ce journal n'est pas là pour que tu écrives des phrases toutes faites. Il n'y a **pas de bonnes réponses**.

L'idée, c'est de faire le point.

Sur ta lecture. Sur ton lien avec le Coran. Sur ce qui coince, ce qui te manque, ce que tu n'oses pas trop regarder.

Tu ne fais pas ça pour quelqu'un d'autre. Pas pour moi.

Pas pour paraître pieuse. **Juste pour toi**. Pour être honnête avec toi-même.

Certaines questions vont remuer. Certaines réponses vont être floues. C'est normal.

Tu peux écrire peu ou beaucoup. Tu peux relire plus tard. Ou pas. Mais fais-le pour de vrai. Pas pour bien faire.

Pas pour te juger. Juste pour **avancer**.

Comment utiliser ce journal ?

Tu peux répondre d'un coup ou y revenir petit à petit.

Il n'y a pas de règle. Mais prends le temps.

Lis chaque question tranquillement. Respire.

Écris avec **ton cœur**. Pas pour "réussir l'exercice". Écris pour te dire la vérité.

Sois honnête. Même si c'est inconfortable. Sois douce avec toi.

Même si tu as honte. Sois vraie. Certaines questions vont gratter là où ça fait mal.

D'autres vont faire remonter quelque chose que tu croyais perdu.

C'est pas forcément joli. Ni facile. Mais c'est un vrai pas dans la **bonne direction**.

Vers Celui qui voit tout, même quand toi, tu fais semblant.

Ce que tu construis ici

Ce carnet, ce n'est pas un bilan. C'est un point de départ.
Chaque mot que tu vas écrire, chaque prise de conscience, c'est un pas.

Un pas vers plus de clarté. Un pas vers une vraie reprise en main.

Pas pour "mieux réciter". Mais pour arrêter de faire semblant.
Pour poser les vraies questions.

Ce que tu vas écrire ici, c'est important. Pas parce que c'est joli.
Mais parce que c'est vrai. Garde ce carnet.

Reviens-y dans quelques semaines, dans quelques mois. Tu verras le chemin que tu as fait. Je te souhaite juste ça : Avancer. Un peu. Et pour de vrai.

Tu peux à tout moment me contacter en m'envoyant un e-mail : contact@tajweedacademy.fr ou un message privé sur Instagram : [@tajweedacademy](https://www.instagram.com/tajweedacademy)

Fi amaniLlah,

Oum Yahia

NB. Il est évident que ce fichier est personnel et ne peut en aucun cas être partagé ou distribué sans l'autorisation de son auteur.

NB2. C'est un cadeau offert par la Tajweed Academy, à des vues d'introspection uniquement. Ce n'est ni un cours, ni un programme d'accompagnement. Ce Journal-Miroir t'aidera simplement à y voir plus clair dans ta relation avec ton Coran.

Bilan personnel (à relire souvent)

Ton lien actuel avec le Coran en un mot :

Ce que tu as compris grâce à ce journal :

Ce que tu ne veux plus faire :

Ce que tu choisis de faire, doucement :

Conclusion de ton Journal - Miroir

Tu es arrivée au bout de ce carnet.

Mais en vrai... ce n'est que le début. Tu t'es posée. Tu as pris le temps. Tu as mis des mots sur ce que tu gardais flou.

J'espère que maintenant, tu vois un peu plus clair.

Et surtout, tu sais par où commencer. Ce que tu viens de faire, c'est poser des questions qu'on évite trop souvent.

Des questions qui grattent, qui dérangent. Mais qui réveillent. Alors ne referme pas ce carnet pour de bon. Garde-le. Reviens dessus. Et surtout : n'en reste pas là.

Et maintenant ?

Si tu ressens cette envie d'aller plus loin, de remettre le Coran à sa juste place, de réorganiser ton quotidien autour de la parole d'Allah sans bouleverser ta vie, ni t'en demander trop...

alors j'ai quelque chose pour toi.

 **Une Masterclass offerte**, à écouter au calme :

“Comment remettre le Coran au centre de ta vie imparfaite ?”

Tu y trouveras :

- des prises de conscience douces, mais profondes
- des erreurs que tu fais peut-être sans le savoir
- un vrai déclic pour passer à l'action... autrement

 Accède au replay : [ICI \(clic\)](#)

C'est la suite logique de ce que tu viens de vivre.

Fi amaniLlah,

Oum Yahia