

חשוב מאוד

להכין את עצמך בערב לקראת האתגר של יום המחרת. חלילה להפוך זאת לשגרה: חובה שתחוש בכל לבבך את צער הביטול ואת שמחת ההצלחה, שאם לא כן יהפוך גם השבון זה למצוות אנשים מלומדה. חובה להפוך שבון זה לתחנונים לפני ה': על הרע שיכופר ויעזור לתקנו, ועל הטוב שיעזור לחזק!

כל ערב ראש חודש

סכם את החודש בדף "סיכום חודשי \ שנתי" בסוף היומן. קבלות לקראת החודש הבא בדרך כלל יועתקו מן החודש הקודם, אך זה הזמן להעריכה מחודשת לכל הקבלות שקיבלת: לחקן, להוסיף, להפחית או להמשיך איתן. אפשר גם לקחת על עצמך קבלות מיוחדות, בהתאם לעבודת החודש, כגון בתשרי - לעשיית ולבין הזמנים, וכדו'

סוף השנה

זה הזמן לסכם בעמוד האחרון את המאזן השנתי של שכר והפסד רוחניים. המתמיד יזכה להתייצב לפני אביו שבשמים עם פנקס מפורט של מועשי נפשו. ויהי רצון שנהרוט את זכרונם בליבנו ברוח המימרה הידועה: "כל מה שאנו שוכחים - ה' יזכר, אך כל מה שאנו זוכרים - ה' שוכח".

קבלות

(אוסף רעיונות להמחשה של ניהול היומן)

השה נבדו

דוגמה

קמיה בבוקר	להשיש את הקמיה כל בוקר באוויר טהור. רצוי להניח 10 דקות לפני המבלה. כך לא
מבלה בביונה	לכוון בהרכה הימנית (לשפר ריכוז מי שימת העיניים על כל מילה ומילה בדף היסודי) הילצה מאלה - 2/3, חלקית - 1/3, כשלוש - 0/3
סאל חורה	א - 0% עד 100% - 100% - מוספת אסאלי, כולל סכומי סוגיות וחדשי חורה, 0% - ללא אסאלי כלל
ביטול חורה	לא לכתוב באמצע הסדר ללא צורך, לא להדבר עם החבוחא בסניין חוץ... א - 0% - לא להטיל חורה כלל, עד 100% - כשלוש גאור
הלכה יואית	3,2 ... - יומר מהלכה אורת, 1 - הלכה אורת באמתכון, 0 - לא אלאה כלום חיי
גשיית חסד	2 - אגשה חסד (אפילו חיד-פגמאי), 1 - ארשה על גשית חסד, 0 - לא ארשה על חסד כלל, (0) - יצאני לי חסד, אך לא אגשה אורת
מידת הכנס	☆ - אטאפק, וגם כנס פנימי כאמט שלא יעלה בו, ✓ - לא יהיה כנס חיצוני, אך יהיה כנס פנימי, 1 - אכנס, אך חריה לי אודמות לא אכנס, Δ - יהיה ניסיון, אך אכשל ולא אשיש לב. אייד שכנסתי, □ - לא אבא לידי ניסיון של כנס

ריבוי תקניות הוא לצורך הית

דוגמה

נסתח
השג
באוקרה!!

ליק להמשה!!!

אלול

לכוון כל השמות הקדושים!!

סימן שבחת -

	א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	יא	יב	יג	יד	טו	טז	יז	יח	יט	כ	כא	כב	כג	כד	כה	כו	כז	כח	
קמיה בבוקר	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ
מבלה בביונה	6/3	5/3	6/3	3/3	4/3	6/3	4/3	4/3	3/3	1/3	2/3	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ
סאל חורה	100	100	90	-	70	90	40	50	20	70	100	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ
ביטול חורה	0	0	0	10	0	10	30	10	50	20	0	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ
הלכה יואית	2	2	2	2	1	1	2	0	1	2	0	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ
גשיית חסד	1	1	1	0	0	2	0	1	1	2	0	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ
מידת הכנס	☆	✓	✓	□	Δ	✓	Δ	Δ	□	✓	Δ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ

סיכום/הערות: יואים ירידה... הנילו!!! הרגשתי שהשוש הוא ברפון סאל החורה. כדאי להרזיק אול סייני אמ דברי הראבים: יאין דברי החורה מקייאום באי שאמרה בליומס, ולא באי שלואדס אמת סידון ואמורק אכילה ושתייה, אלא באי שאמית. טעמו עליה ועלער גיפול מאיד... הידי אסית מאדה אלאד להפוסק להמסמס עם הפוקס כל היום, אך כולי מקוה שבעצתי אאעבר על זה

הצלחתי...

עוד לא הצלחתי...