מוסדות המיישי״ך

נוסח קבלת התענית לתיקון העוונות הכללי

קבלת תענית יחיד לתיקון העוונות ובפרט לתיקון היסוד

מוסדות הרב בניהו שמואלי המייש״ר בת ים – בנשיאות המקובל הצדיק רבי בניהו שמואלי שליט״א
מיוסד על פי רבינו יוסף חיים זיע״א (הבן איש חי)

מתי וכיצד אומרים

- הרוצה להתענות תענית יחיד צריך לקבל על עצמו את התענית מבעוד יום בתפילת מנחה.
- את נוסח הקבלה יש לומר בסיום תפילת שמונה עשרה של מנחה, קודם שיעקור רגליו.
- אם שכח לקבל את התענית במנחה, רשאי לקבלה אחר כך ואפילו בבין השמשות, כל עוד לא התפלל ערבית.

הרוצה להתענות תענית יחיד, צריך שיקבל התענית מבעוד יום בשעת המנחה. יתפלל שמונה עשרה וקודם שיעקור רגליו יאמר נוסח הקבלה (ואם שכח יכול לקבלו אח״כ אפילו בבין השמשות אם לא התפלל ערבית):

רִבּוֹן הָעוֹלָמִים, הֲרֵינִי לְפָנֶיךָ עַל תְּנַאי בְּתַעֲנִית נְדָבָה לְמָחָר מֵעֲלוֹת הַשַּׁחַר עַד אַחַר תְּפִלַּת עַרְבִית. וְאִם לֹא אוּכַל אוֹ לֹא אֶרְצֶה, כְּשֶׁאָמַר: ״מִזְמוֹר לְדָוִד, ה׳ רֹעִי״ אוּכַל לְהַפְסִיק וְלֹא יִהְיֶה בִּי שׁוּם עָוֹן.

אֲבָל יְהִי רָצוֹן מִלְּפָנֶיךָ יְיָ אֱלֹהַי וֵאלֹהֵי אֲבוֹתַי, שֶׁתִּתֵּן בִּי כֹּחַ וּבְרִיאוּת וְאָזְכֶּה לְהִתְעַנּוֹת לְמָחָר, וּתְקַבְּלֵנִי בְּאַהֲבָה וּבְרָצוֹן, עַל מַה שֶׁחָטָאתִי, עָוִיתִי וּפָשַׁעְתִּי לְפָנֶיךָ. וְבָגַדְתִּי בְּאַחְדוּתֶךָ, וְנָתַתִּי מוּם בְּקָדְשֵׁי שָׁמַיִם, וּפָגַמְתִּי בַּמִּדּוֹת הָעֶלְיוֹנוֹת, וְקִלְקַלְתִּי צִנּוֹרוֹת הַשֶּׁפַע, וּמָנַעְתִּי הַטּוֹב וְהַשֶּׁפַע הָרָאוּי לָבֹא אֲלֵיהֶם:

וְעָבַרְתִּי עַל רמ״ח מִצְוֹת עֲשֵׂה **וְעַל** שס״ה מִצְוֹת לֹא תַעֲשֶׂה הֵם וְעַנְפֵיהֶם מִדִּבְרֵי קַבָּלָה וּמִדִּבְרֵי סוֹפְרִים וְעַל מִצְוֹת דְּרַבָּנָן וְדִקְדּוּקֵיהֶן הֵן בְּגִלְגּוּל זֶה הֵן בְּגִלְגּוּלִים אֲחֵרִים. וּבִפְרָט עַל עָוֹן שז״ל.

וְאַתָּה יְיָ בְּרַחֲמֶיךָ הָרַבִּים תָּחוּס וּתְרַחֵם עָלַי וּתְזַכֵּנִי לָשׁוּב בִּתְשׁוּבָה שְׁלֵמָה, וְתַעֲנֶה עֲתִירָתִי וְתִשְׁמַע תְּפִלָּתִי, כִּי אַתָּה שׁוֹמֵעַ תְּפִלַּת כָּל פֶּה, בָּרוּךְ שׁוֹמֵעַ תְּפִלָּה: