בס״ד · טעון גניזה

מוסדות המיישי״ר

נוסח קבלת התענית לתיקון עוון אשת איש

סדר קבלת תענית יחיד לתשובה ולתיקון הנפש

מוסדות הרב בניהו שמואלי המיישי״ר בת ים – בנשיאות המקובל הצדיק רבי בניהו שמואלי שליט״א

על פי רבינו יוסף חיים

מתי וכיצד אומרים

- את תענית היחיד יש לקבל מבעוד יום, בשעת תפילת המנחה של היום הקודם לתענית.
- אומרים את נוסח קבלת התענית בסיום תפילת שמונה עשרה של מנחה, קודם עקירת הרגליים.
- מי ששכח לקבל את התענית במנחה, רשאי לקבלה לאחר מכן ואפילו בבין השמשות, כל עוד לא התפלל ערבית.

נוסח קבלת תענית ע״פ רבינו יוסף חיים לרוצה להתענות עבור תיקון עוון אשת איש

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 [ומי שרוצה להתענות משקיעת החמה של קבלת התענית עד למחרת יאמר:

משקיעת החמה וכל היום שאחריו עד לאחר תפילת ערבית]. 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 וְאֶזְכֶּה לְהִתְעַנּוֹת לְמָחָר, וּתְקַבְּלֵנִי בְּאַהֲבָה וּבְרָצוֹן, עַל מַה שֶּׁחָטָאתִי, עָוִיתִי וּפָשַׁעְתִּי לְפָנֶיךָ. וְכָגַדְתִּי בְּאַחְדוּתֶךָ, וְנָתַתִּי מוּם בְּקָדְשֵׁי שָׁמַיִם, וּפָגַמְתִּי בַּמִּדּוֹת הָעֶלְיוֹנוֹת, וְקִלְקַלְתִּי צְנוּרוֹת הַשֶּׁפַע, וּמָנַעְתִּי הַטּוֹב וְהַשֶּׁפַע הָרָאוּי לָבֹא אֲלֵיהֶם: בָּאתִי עַל אֵשֶׁת אִישׁ, וּפָגַמְתִּי בְּשֵׁמוֹת הַקֹּדֶשׁ וּבָעוֹלָמוֹת הַקְּדוֹשִׁים וְהִגְבַּרְתִּי כּוֹחוֹת הַדִּינִין, וְגַם גָּרַמְתִּי מְנִיעָה בְּהִתְפַּשְׁטוּת הָאוֹרוֹת דֶּרֶךְ תִּקּוּן הַשֵּׁנִי דִּדִיקְנָא הַנִּקְרָא נְשִׂא עָוֹן:

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