מוסדות המייש״ך

נוסח קבלת תענית לעשרת ימי תשובה

לקבלת תענית יחיד בימי הרחמים והסליחות

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

מיוסד על דברי רבנו יוסף חיים זיע״א בספרו לשון חכמים (חלק א׳ סימן ט״ז).

מתי וכיצד אומרים

- הנוהג להתענות בתוך עשרת ימי תשובה יאמר נוסח קבלת תענית זה לאחר תפילת מנחה בערב התענית.
- לפני צום גדליה אין צורך לומר נוסח זה ולקבל את התענית בפה, מאחר שהוא תענית חובה.

רִבּוֹנוֹ שֶׁל עוֹלָם, הֲרֵינִי לפניך בתענית יחיד נדבה למהר שהוא יום [פ׳] מעשרת ימי תשובה מעלות השחר עד צאת ג׳ כוכבים גדולים. וִיהִי רָצוֹן מִלְּפָנֶיךָ יְיָ אֱלֹהַי וֵאלֹהֵי אֲבוֹתַי, שתתן לי כה ועזר וחוזק להתענות לפניך כראוי. ותשמרני מכל כעס ועצבון ומכל חטא ועון. וְיַעֲלֶה לְפָנֶיךָ כְּאִלּוּ כִּוַּנְתִּי בְּכָל־הַכַּוָּנוֹת הָרְאוּיוֹת לְכַוֵּן בקבלת תענית זה ויהיה חשוב ומקובל ומרוצה לפניך חלבי ודמי שמתמעט בתעניתי למחר כאלו הקרבתיו על גבי מזבחך הקדוש. ותרצני למחול ולסלוח ולכפר את כל החטאים ועונות ופשעים שחטאתי ועויתי ופשעתי לפניך. כי

אתה יְיָ אֱלֹהֵינוּ וֵאלֹהֵי אֲבוֹתֵינוּ נתת לנו ברחמיך הרבים
ובחסדיך הגדולים עשרת ימי תשובה בכל שנה ושנה לקבלנו בהם
בתשובה ולמחול ולסלוח ולכפר בהם כל חטאינו ועונותינו ופשענו.

וְכַכָּתוּב עַל־יְדֵי נְבִיאֶךָ: דִּרְשׁוּ יְיָ בְּהִמָּצְאוֹ קְרָאֻהוּ בְּהְיוֹתוֹ קָרוֹב: וְנֶאֱמַר
אִם־עֲוֹנוֹת תִּשְׁמָר־יָהּ אֲדֹנָי מִי יַעֲמֹד: כִּי־עִמְּךָ הַסְּלִיחָה לְמַעַן תִּוָּרֵא:
וְנֶאֱמַר קְחוּ עִמָּכֶם דְּבָרִים וְשׁוּבוּ אֶל־יְיָ אִמְרוּ אֵלָיו כָּל־תִּשָּׂא עָוֹן וְקַח־
טוֹב וְנְשַׁלְּמָה פָּרִים שְׂפָתֵינוּ:

ואתה ה׳ הרוצה בתשובה וימינך ה׳ פשוטה לקבל שבים תקבלנו
בתשובה הַשִּׁיבֵנוּ אָבִינוּ לְתוֹרָתֶךָ, וְקָרְבֵנוּ מַלְכֵּנוּ לַעֲבוֹדָתֶךָ, וְהַחֲזִירֵנוּ
בִּתְשׁוּבָה שְׁלֵמָה לְפָנֶיךָ. סְלַח לָנוּ אָבִינוּ כִּי חָטָאנוּ, מְחוֹל לָנוּ מַלְכֵּנוּ כִּי
פָשָׁעְנוּ, כִּי אֵל טוֹב וְסַלָּח אָתָּה. אָבִינוּ מַלְכֵּנוּ, אָבִינוּ אָתָּה. אָבִינוּ מַלְכֵּנוּ
אֵין לָנוּ מֶלֶךְ אֶלָּא אָתָּה. אָבִינוּ מַלְכֵּנוּ רַחֵם עָלֵינוּ. עָזְרֵנוּ | אֱלֹהֵי יִשְׁעֵנוּ
עַל־דְּבַר כְּבוֹד־שְׁמֶךָ וְהַצִּילֵנוּ וְכַפֵּר עַל־חַטֹּאתֵינוּ שְׁמֶךָ: יִהְיוּ לְרָצוֹן |
אִמְרֵי־פִי וְהֶגְיוֹן לִבִּי לְפָנֶיךָ יְיָ צוּרִי וְגֹאֲלִי: