

מה שאתה יודע,

והקדוש ברוך הוא יודע
ואני יודע גם כן
(חיי מוהר"ן נ"ח)

יודעי הבררים

וזו הסיבה למה אתה כאן... (פגישה עם רבי נחמן)

טבילה במקוה, פרוטה לצדקה, תיקון הכללי, התחזקות מרבי נתן, כעת מגיע החלק החשוב: וידוי דברים אצל הצדיק. השיחה הפרטית עם הצדיק שאוהב אותנו ודואג לנו, זה החלק האישי של כל מתקבץ עם הרופא הגדול. כאן היחס אישי, ותיקון האדם בשורשו. "אם תקראי לי מהחדר הסמוך לא אשמע אותך? מרגיע רבי נחמן את אדל בתו לפני פטירתו, "אני רק עובר מחדר לחדר!"

לרבינו אין מה לחפש בעולם הזה. הוא לא נשלח לכאן בשביל עצמו, הוא ירד לכאן בשביל לקרב אותנו לה' יתברך. "אבל, אומר רבי נחמן, "איני יכול לקרב כי אם מי שבא אצלי ומספר לי חסרונו אני יכול לתקנו בתיקון כזה שאף אחד אינו יכול לתקנו..."

כל יהודי, נזר הבריאה, שהקב"ה שמח בו וקורא עליו בני בכורי ישראל. מעשיו משתבצים בכתרו של בורא העולם, וחשיבותו עולה על מלאכי השרת. מצוותיו נחשקות ומעשיו נחשבים, והם מקור לשעשוע ותענוג בכל העולמות.

דווקא בגלל חשיבותו וחביבותו כל מעשה שלו נרשם ומתועד. גם במצבים חשוכים יותר, הכל מתועד, עד... שיחזור בתשובה ויתקנם.

מיפוי עצמות

ותהי עוונותם חקוקה על עצמותיו, מלמד אותנו רבי נחמן מברסלב, העוונות נחקקים בעצמות. בכל מעשה שלילי נחקק צירוף אותיות רע על העצמות. צריך לבצע מיפוי עצמות ולתקן את הכל מהשורש!

כשמגיעים לצדיק, ועורכים וידוי דברים, הצדיק מפרק את המשפטים והמילים של המתוודה לאותיות ובונה מהם צירופים חדשים ומאירים! על ידי וידוי הדברים כאן באומן, על ציונו של רבינו הק', עם חרטה על העבר, בקבלה לעתיד ובהתקשרות לצדיק נזכה לתיקון נצחי ולחיים טובים!

וידוי דברים

תזכנו ברחמיך להתנודות ודוי דברים לפני הצדיק האמת והחכם שפדור על כל חטאתינו ועונותינו ופשעינו, שחטאנו ושעונו ושפשענו לפניך מנעורינו עד היום הזה, למען יכפר עלינו על-ידי חכמתו וענותנותו, ויזרה לנו הדרך הישר והאמת, את הדרך אשר נלך בה ואת המעשה אשר נעשה, ועל ידו תזכה אותנו להיות נכלל באין סוף ונוזכה לבטל עצמנו באמת, עד אשר נבוא להתפשטות הגשמיות, ונוזכה לשוב ולעלות אל המקום אשר נחצבנו משם ותפתח לנו את אורך הגדול אשר אין לו סוף ונוזכה להכלל בו ברצוא ושוב ובפרט בשעת תפלתנו תזכה אותנו, שבכל התפלה נהיה דבוקים בך באמת ובטלים אליך, ונבטל עצמנו לגמרי בעת התפלה שתהיה התפלה בהתפשטות הגשמיות, כי אין מעצור לה' להושיע ואף לפי עבנו וגשמיותנו, ותקף גלותינו בתאות הגוף ומדותיו הרעים אשר נתקשרנו בו מאד באסירי עני וברזל, אף על פי כן אתה גבור ורב להושיע, וממך לא יפלא כל דבר ואין דבר נמנע ממך ואנו בטוחים ומחכים ומקווים ומצפים אליך שתרחם עלינו ברחמיך הרבים, ותזכה אותנו לכל מה שבקשנו מלפניך שנוזכה לבטל לגמרי כל תאות הגוף ומדותיו הרעים, עד שנוזכה לבוא להתפשטות הגשמיות להכלל בך באמת ברצוא ושוב כל ימי חיינו עד היום אשר תאספנו אליך ואז תזכנו ברחמיך להכלל בך לעולם ועד, ולא יעכב אותנו שום חטא ועון ופשע, כי על הכל תמחל ותסלח לנו ברחמיך הרבים וחסדיך הגדולים והנוראים, ותעזר לנו ברחמיך הרבים לבטל רצוננו מפני רצונך שלא יהיה לנו שום רצון אחר בעולם רק רצוננו יהיה ברצונך תמיד ונוזכה לדעת כי ה' הוא האלקים ולידע כי כל מארעותינו בלם הם לטובתנו, ולברך על הכל הטוב והמטיב כמו שיהיה לעתיד לבוא כמו שכתוב: "בה' אהלל דבר באלקים אהלל דבר" ונוזכה להעלות המלכות למקומה, שיתגלה מלכותך בעולם, ולבטל מלכות הרשעה ולשבר ולבטל מלכות וממשלת כל העכו"ם מעלינו ומעל כל עמך בית ישראל, ותמלך אתה ה' לברך על כל מעשיך:

זכני ברחמיך הרבים שיתלהב בי השמחה של כל הנקודות טובות האמתיות שבי מכל המצות אשר זכיתני מעודי בחסדיך הגדולים, עד אשר תאיר השמחה באור גדול ונפלא, עד אשר יתבטלו על ידי זה החשך והמניעה והדאגה והעצבות של רבוי החטאים והעונות והפשעים העצומים שחטאתי ושעויתי ושפשעתי לפניך מנעורי עד היום הזה, ואם הם רבים ועצומים מאד

וידוי דברים

קשינו ערך. קשינו עצמנו לדעת. קלקלנו צנורות השפע והפכנו אותם לבארות נשברים אשר לא יכילו המים. וגרמנו לעבד כי ימלך ושפחה כי תירש גברתה. נשכבה בבשתנו ותכסנו כלמתנו. כי עונותינו הטו אלה ופשעינו האריכו קצנו וחטאתינו מנעו הטוב ממנו. אוי להם לפני שגלו מעל שלחן אביהם. זה פמה ארך ימים ושנים רבים ורעים. קפצנו ידנו מלתן צדקה. קטפנו מלוח עלי שית. קבלנו לשון הרע. קללנו אב ואם. קללנו חברנו וגשותינו:

רשענו. רעים לשמים ולבריות היינו. רכנו עם אדם חנם. רדפנו אחר השררה ואחר הכבוד. רמינו את חברינו. רצנו אחר המחלקת ואחר העברה:

שחתנו. שכתנו תורתך. שכתנו אלקותך. שקרנו בכל מיני שקר ותחבולה. שקרנו בברית קדשך. שמחנו במפלת אויבנו. שכנו בתשובה ואחר כך חזרנו לסורנו הרע. שחתנו זרע קדש לבטלה ובראנו משחית לחבל. גם בכנפינו נמצאו דם נפשות אביונים נקיים והנה דמעת העשוקים ואין להם מנחם. לפי לפי על חלליהם. מעי מעי על הרוגיהם. אוי לרשע רע כי גמול ידיו יעשה לו:

תעבנו. תעבנו כל איש תוכחת. תקענו כפנו ולא קימנו. תוהים היינו על הראשונות בכשרון המעשים. תעינו כצאן ואבדנו.

תעינו ותעתענו. וסרנו ממצותיך וממשפטיך הטובים ולא שוה לנו. ואתה צדיק על כל הפא עלינו. כי אמת עשית ואנחנו הרשענו:

התחדשות

ברכת השנים מוענקת לתורמים והמסייעים

להצלחת: גיא בן מול • קרן בת מרים • זאב בן וויאן • יצחק בן סמדר
יעקב בן ויקטוריה • ראובן בן שרה חיה • משה לירון בן שמחה חיה
אברהם דוד בן ויקטוריה • משה בן שרה מרסל • גיא גדעון בן אורלי
לעיי"נ: מאור בן מימין • גאולה בת בכור • פורטונה בת מסעודי
אברהם בן ניסים • ר' יוסף ב' יהודה יקותיאל • מ' שרה ב'ר חיים צבי
ר' שמשון דוד ב'ר אברהם חיים

פרסום ע"י
מערכת 'ברסלב גלובל'
info@breslevglobal.com

שְׂכִינָה לְנַגַד עֵינֵינוּ. וְשְׂכִינָה צוֹעֶקֶת אִם אָב אֲנִי אִיָּה כְבוֹדִי. וְאִם אֲדוֹנִים אֲנִי אִיָּה מוֹרְאִי. מִי בִקֵּשׁ זֹאת מִיְדְּכֶם רְמוֹס חֲצָרַי:

בְּזַכְּנוּ. בְּחַשְׁנוּ. כְּפָרְנוּ בְּכָל הַתּוֹרָה כְּלָה. כְּעָסְנוּ בְּחַל וּבִשְׁפַת וּמִרְפָּה נִפְשָׁנוּ בְּאִפְנוּ. כְּלִינוּ שְׁנִינוּ בְּהַבְלֵי הָעוֹלָם וְלֹא זָכְרָנוּ כִּי תָבִיא בְּמִשְׁפָּט עַל כָּל נַעֲלָם. כְּנִינוּ שֵׁם רַע לְחֻבְרָנוּ. כְּפָרְנוּ בְּטוֹבְתָךְ וּבְטוֹבַת חֻבְרָנוּ:

לְצַנוּ. לְוַצְצָנוּ. לְמַדְנוּ תּוֹרָה שְׁלֵא לְשִׁמָּה וְשְׁלֵא בְּקִרְשָׁה וּבְטַהֲרָה. לֹא עָנִינוּ אֲמֵן בְּהִזְכַּרְת הַבְּרָכוֹת. לֹא קִיַּמְנוּ מִפְּנֵי שִׂיבָה תְּקוּם וְהִדְרַת פְּנֵי זָקֵן. לֹא כִוְנוּ בְּבִרְכוֹת הַתְּפִלוֹת. לֹא הִסְתַּפְּלָנוּ מֵאֵין בָּאֵנוּ וְלֹאן אֲנַחְנוּ הוֹלְכִים וְלִפְנֵי מִי אֲנַחְנוּ עֲתִידִים לַתֵּן דִּין וְחֻשְׁבוֹן. לוֹיְנוּ בְּרַבִּית. לוֹיְנוּ וְלֹא שְׁלַמְנוּ. לֹא קִבְעֵנוּ עֵתִים לַתּוֹרָה. לֹא נִצְטַעְרָנוּ עַל חֲרַפְן בֵּית הַמִּקְדָּשׁ. לְמַדְנוּ לְשׁוֹנְנוּ דִבְר שְׁקָר:

מְרַדְּנוּ. מוֹרִינוּ דְבָרֶיךָ. מְרַדְּנוּ בְּמַלְכוּת שָׁמַיִם. מְרַדְּנוּ בְּמַלְכוּת בֵּית דָּוִד. מֵאִסְנוּ בְּבֵית הַמִּקְדָּשׁ וְשִׁלְשַׁתָּם אֲנַחְנוּ מִבְּקָשִׁים. מְסַרְנוּ חֻבְרָנוּ וּמְמוֹנָם בְּיַד הַגּוֹיִם. מְעַלְנוּ בַּחֲרָם וְעַל הַסְּכָמַת הַקְּהָל. מְלֵאֵנוּ שְׁחוֹק פִּינוּ בְּעוֹלָם הַזֶּה:

נֶאֱצָנוּ. נֶאֱפָנוּ. נִשְׁבַּעְנוּ בְּשִׁמְךָ הַגָּדוֹל לְשׁוֹא וְלִשְׁקָר. נִשְׁבַּעְנוּ וְלֹא קִיַּמְנוּ. נִדְרָנוּ וְלֹא שְׁלַמְנוּ. נִהְיִינוּ מִהָעוֹלָם הַזֶּה וּמִתַּעֲנִיגָיו. נִשְׁתַּמְּשָׁנוּ בְּכַתְרָה שֶׁל תּוֹרָה וּבִשְׁמוֹת הַקִּדְשׁ. נִקְמְנוּ וְנִטְרָנוּ שְׁנֵאָה בְּלַבְנוּ. נִהְיִינוּ מִהָעוֹלָם הַזֶּה בְּלֹא בְּרָכָה:

סָרְרָנוּ. סוֹרְרִים וּמוֹרִים הֵינּוּ. סָרְנוּ מֵאֲחֻרֶיךָ וּמִתּוֹרָתְךָ וּמִצִּוֹתֶיךָ. סָרְנוּ אֲזַנֵּינוּ מִשְׁמוֹעַ תּוֹרָה. סָרְנוּ מִמִּשְׁפָּטֵי צִדְקָתְךָ:

עוֹיְנוּ. עִבְרָנוּ עַל רַמ"ח מִצְוֹת עֲשֵׂה וְעַל שֵׁם"ה מִצְוֹת לֹא תַעֲשֶׂה. עִבְרָנוּ עַל כְּרִתוֹת וּמִיתוֹת בֵּית דִּין. עִבְרָנוּ עַל חֲלוּל הַשֵּׁם. אוֹי לָנוּ מִיּוֹם הַדִּין. אוֹי לָנוּ מִיּוֹם הַתּוֹכַחָה. עֵנִינוּ יְתוּמִים וְאַלְמָנוֹת וְאַבְיוֹנֵי עַמְּךָ. עֵשִׂינוּ מְלָכָה בְּיוֹם הַשַּׁבָּת וּבְיוֹם טוֹב. עֵנִינוּ אֲמֵן חֲטוּפָה וְאֲמֵן קְטוּפָה וְאֲמֵן יְתוּמָה. עִבְרָנוּ עַל אֲרַבְעָה וְעֶשְׂרִים דְּבָרִים שְׁחִיבִים עֲלֵיהֶם נְדוּי. עִבְרָנוּ עַל תְּקִנּוֹת הַקְּהָל. עִבְרָנוּ עַל דְּבָרֵי חֲכָמִים:

פְּשַׁעְנוּ. פָּרְקְנוּ מֵעֲלֵינוּ עַל תּוֹרָה וְעַל מִצְוֹת וְעַל יִרְאַת שָׁמַיִם. פָּגַמְנוּ בְּעוֹלָמוֹת הָעֲלִיוֹנִים וּבְשִׁמּוֹתֶיךָ הַקְּדוֹשִׁים. פָּנִינוּ לַבְּנוּ לְבַטְלָה. פִּתַּחְנוּ פִּינוּ לְרָעָה. פָּרַשְׁנוּ מִן הַצְּבוּר. פָּגַמְנוּ בְּאוֹת בְּרִית קִדְשׁ:

צָרְרָנוּ. צַעֲרָנוּ לְאַבְיָנוּ שִׁבְשִׁמְיָם וְהוֹרִים וּמוֹרִים. צַעֲרָנוּ חֲכָמֵי יִשְׂרָאֵל. צַעֲרָנוּ בְּעֲלֵי חוֹבוֹת:

מְאֹד, עִם כָּל זֶה מִדָּה טוֹבָה מְרַבָּה וּבְכַתְּךָ הַגָּדוֹל אֶתָּה יָכֹל לְהוֹסִיף אוֹר גָּדוֹל בְּהַשְׁמָחָה שֶׁל הַמִּצְוֹת וְהַנְּקֻדּוֹת טוֹבוֹת שֶׁבֵי, עַד אֲשֶׁר יִתְגַּבְּרוּ עַל הַחֲשֶׁךְ וְהִדְאָגוֹת וְהַעֲצָבוֹת שֶׁל רַבּוּי הָעוֹנוֹת שְׁלִי, עַד שִׁיתַּבְּטַל הָרַע לְגַבֵּי הַטּוֹב, שִׁיתַּבְּטְלוּ עֲצָבוֹת הָעוֹנוֹת כְּנֶגֶד שְׂמֵחַת הַמִּצְוֹת וְאִזְכָּה לְשִׂמְחָה וְלִרְקוֹד הַרְבֵּה בְּשִׂמְחָה שֶׁל מִצְוָה תְּמִיד, עַד שְׁאִזְכָּה לְשִׂמְחָה שְׁלֵמָה בְּאֵמֶת, וְלִהְשָׁלִים כָּל קוּמַת הַשְׂמֵחָה וְהַרְקוּדִין בְּשִׁלְמוֹת בְּאֵמֶת וְעַל יְדֵי זֶה תִּזְכְּנִי בְּרַחֲמֶיךָ הַרְבִּים, לְהַתְּוֹדוֹת לְפָנֶיךָ בְּכָל עֵת, וּלְפָרֵט אֶת כָּל חַטָּאֵי כְּפָרוֹשׁ בְּפֶה מְלֵא וְאֵל יִמְנַעֲנֵי מִזֶּה שׁוֹם מוֹנֵעַ וְעִכּוֹב וְאֵל יַעֲבִירֵנִי הַשְׂכָּחָה לְשִׁכַּח אִיזָה חַטָּא מְלִפְרָטוֹ לְפָנֶיךָ וְאֵל יִבְלַבֵּל אוֹתִי מִזֶּה שׁוֹם בְּלִבּוֹל רַק אִזְכָּה לְהַתְּוֹדוֹת לְפָנֶיךָ בְּאֵמֶת וּלְפָרֵט אֶת הַחַטָּא כְּפָרוֹשׁ, וְאֶתָּה מְלֵא רַחֲמִים תַּהֲיֶה כְּעוֹרִי, שְׁאִזְכָּה עַל יְדֵי וְדוּי דְבָרִים לְבָנוֹת וְלִהְשָׁלִים אֶת הַדְּבָרִים בְּתַכְלִית הַשְׁלָמוֹת וְעַל יְדֵי זֶה יִתְעוֹרֵר הַקּוֹל הָעֲלִיּוֹן וְיִתְיַחַד עִם הַדְּבָרִים בְּיַחְוֹד שְׁלָם, בְּאִפְן שִׁיתַּתְּקֵנוּ עַל יְדֵי זֶה כָּל חַטָּאֵי וְעוֹנֵי וּפְשָׁעֵי שְׁחַטָּאתֵי וְשַׁעֲוִיתֵי וְשִׁפְשָׁעֵתִי לְפָנֶיךָ מִיּוֹם הַיּוֹתֵי עַד הַיּוֹם הַזֶּה, וְתִמְלֵא כָּל הַשְּׁמוֹת שְׁפָנַמְתִּי בְּשִׁמְךָ הַגָּדוֹל:

נוסח וידוי הדברים

(עפ"י וידויו של החסיד ר' יצחק ברייטער זצ"ל הי"ד)

אֵל כְּבוֹד נְשִׁמַת אֲדוֹנֵינוּ מוֹרֵינוּ וְרַבֵּינוּ, אוֹר הָאוֹרוֹת, צַח הַצְּחָצְחוֹת, סְבֵא דְסַבִּין, עֲתִיק דְעִתִּיקוֹן, הַנְּהַר הַיּוֹצֵא מֵעַדָן, לְהַשְׁקוֹת, לְהַחְיֹת וּלְטַהֵר כָּל הַבְּרוּאִים וְכָל הַנְּשָׁמוֹת, הַלּוֹא הוּא רַבֵּינוּ הַקְּדוֹשׁ רַבִּי נַחֲמָן בֶּן פִּינְגָא, זְכוֹתוֹ יִגַן עֲלֵינוּ וְעַל כָּל יִשְׂרָאֵל אֲמֵן בְּדַחֲלוֹ וּרְחִימוּ הַרִינֵי נִגְשׁ אֵל מְקוֹם גְּנוּזוֹתְכֶם, מְקוֹם קִדְשׁ הַקְּדוֹשִׁים, מְקוֹם גְּבִיעַת הַפְּעֵן הַקְּדוֹשׁ, מִשֵּׁם כָּל הָעֲדָרִים שׁוֹתִים וְאֵלֹי כָּל הַלְּבָבוֹת נְכֻסְפִים, לְקַיֵּם צְוּוּי בְּסִפְרוֹ הַקְּדוֹשׁ לְקוּטֵי מוֹהַר"ן בְּתוֹרָה ד', וְלַעֲשׂוֹת וְדוּי דְבָרִים לְפָנֶי הַצַּדִּיק. כִּי אֵינִי יוֹדֵעַ בְּאִיזָה דְרָךְ אֲנִי מְהַלֵּךְ, וְאֶתָּה אֲמַרְתָּ כִּי בְּאֵת לְעוֹלָם לְקָרֵב נִפְשׁוֹת יִשְׂרָאֵל אֵל הַשֵּׁם יִתְבָּרַךְ, אֲבָל אֵינְךָ יָכוֹל לְקָרֵב כִּי אִם מִי שְׁבֵא אֶצְלֶךָ וּמְסַפֵּר לְךָ חֲסִרוֹנוֹ אֶתָּה יָכוֹל לְתַקְּנוֹ. וְגַם אֲמַרְתָּ בְּלְקוּטֵי מוֹהַר"ן תּוֹרָה קפ"ח, שְׁצַרֶיךָ לְנִסְעַ לְצַדִּיק לְהַחְזִיר אֲבֻדָתוֹ, כִּי כָּל הָאֲבֻדוֹת הֵן אֶצֶל הַצַּדִּיק. רַבִּי, רַבִּי, אֵינִי יוֹדֵעַ כָּלֵל מָה אֲבֻדְתִּי, לֹא כָּל שֶׁפֶן שְׂאֵינִי יוֹדֵעַ לְהַכִּיר אֲבֻדוֹתֵי, אֵךְ אֲנִי מֵאֲמִין בְּאִמּוּנָה שְׁלֵמָה, שֶׁעֲצָם טָרַחְתִּי וּבִיאָתִי לְכָאן, וְדַבּוּרֵי אֱלֹהִים, לְמִרּוֹת רַב הַבְּלָבוֹל וְהַפְּנִיּוֹת שְׁבָהֶם, יוֹעִיל לִי שֶׁתַּעֲסֵק בְּתַקּוֹן נְשִׁמַתִּי, וְתָשִׁיב לִי אֶת אֲבֻדוֹתֵי הַרְבּוֹת שְׂאֲבֻדְתִּי, הֵן בְּגִלְגוּל זֶה וְהֵן בְּגִלְגוּלִים אֲחֵרִים.

נכאן יש להשתדל לספר את כל המעשים, הדיבורים והמחשבות הרעות בהם נכשלנו מיום עומדנו על דעתנו עד היום הזה)

רבי, רבי, מר וצר לי מאוד, חשך ענן וערפל. ומה אעשה? ומי ישוב בעדי? הלוא על זה נבראתי, שאשוב בעצמי ואתגבר על כחות הרע ואסבל צער מפבישת התענוג של היצר. וכל הצדיקים והיראים עברו מעבר זה, פי גם אותם ענה היצר הרע ורצה לתן להם התענוג החשוך והמר הזה. אבל הם זכו להתגבר ולהעביר עינם ולבם מהאי עלמא (מתענועי העולם הזה) ודבקו את עצמם בהשם יתברך וזכו למה שזכו, אשרי להם. אבל אני – אוי לי, פי אני רוצה לעבוד את ה' עם כל התאוות. הלוא על מי תלונותי, פי אם על נפשי, אבל על זה בעצמו אני צועק ובא לפני קדשתכם, שתעשו עמי דבר כזה, שגם אני אשיג פח לעשות כמו כל הצדיקים אשר מעולם, שאזכה מעתה לחיות חיים טובים בקדשה ובטהרה, ולבלות ימי על התורה ועל העבודה.

ואני מוסר מודעה לפניכם, לפני שרש נשמות ישראל, צדיק מושל ביראת אלקים, פי אני רוצה לעבוד את השם יתברך מעתה ועד עולם, ולכבוש את יצרי ולחיות חיים אמתיים וקדושים פרצון ה' באמת מעתה ועד עולם. ואתה עשה עמי בכחך הגדול ותוציא את נשמתי מכל מיני גיהנם השולטים בה, לאור באור החיים ולבקר בהיכלו. ואזכה לדרך ישרה ללכת בה לפי שרש נשמתו ומהותו, באופן שגם על ידי יתקדש שמו יתברך בעולם הזה ובכל העולמות בלם. אמן.

מתוך וידוי לר' ניסים גאון

(נועד להקל על המתוודה בזכירת הדברים)

אשמנו. אכלנו מאכלות אסורות. אכלנו בלא נטילת ידים. אכלנו בלא ברכה תחלה וסוף. אכלנו על הדם קדם תפלה. אכלנו ושתינו דברים הצריכים בדיקה מן התולעים ולא בדקנו, ונתחייבנו על כל תולע ותולע חמשה מלקיות:

בגדנו. בפלנו תורתך. ברכנו ברכות לבטלה וברכה שאינה צריכה. ברכנו בלא בונת הלב ובחסרון תבות ואותיות. בפלנו קריאת שמע ותפלה וציצית ותפלין. בזינו אב ואם ואחינו הגדול. בזינו חכמים ויראי שמים. ברכנו ברפת המזון בקלות ראש. ברוך הוא וברוך שמו לא ענינו בהזכרת הפרכות:

גזלנו. גנבנו מישראל ומהגוים. גנבנו דעת המקום ודעת הבריות. גלינו פנים בתורה שלא כהלכה. גאינו במחשבה בדבור ובמעשה וגרמנו עפוב

הנאלה. שאין בן דוד בא עד שיכלו נפי הרוח מישראל. גרמנו למלך המשיח שיהא מחלל מפשעינו מדכא מעונותינו:

דברנו דפי ולשון הרע. וליצנות ורכילות ושקר וחנפה ונבלות הפה. דברנו בבית הכנסת ועם התפלין. דברנו בחזרת העמידה ובשעת קריאת שמע וספר תורה. דברנו בשבת דבור של חל. דנו את חברנו לכף חובה. דברנו אחד בפה ואחד בלב:

העוינו. הקלנו ראש. העונו מצח. הרהרנו הרהורים רעים ביזם ובאנו לידי טמאת קרי בלילה. הלכנו פני חברנו ברבים. השגנו גבול רענו. הלכנו בקומה זקופה ולא זכרנו פי מלא כל הארץ כבודו. החזקנו במחלקת. התפללנו והתודינו בלא בונת הלב. ושכינה צועקת. בפיו ובשפתיו כבדוני ולבו רחק ממני. התפללנו ביחיד ובטלנו תשעים אמנים. ארבע קדשות. עשרה קדישים ומאה ברכות. והצדי"ק אבד כלי חמדתו. הרבינו שיחה עם האשה. הוצאנו שם רע על החיים ועל המתים. התפכדנו בקלון חברנו:

והרשענו. והרבינו פשע ורשע לבלי חק. ועדנו עצמנו למחלקת ולעברה. ותרגים היינו בממון וזולתנו וקמצנים בממוננו. ותרגו כבוד שמים וכבוד התורה ומחינו על כבודנו:

זדנו. זנינו אחר לבנו ועינינו. זכרנו שם שמים לבטלה. זוללנו בתורה ובמצות ובחכמים. זוללנו בנטילת ידים. זכרון יום המיתה לא שמנו על לבנו. זכרון חרבן ביתך ושממות היכלך לא העלינו על ראש שמחתנו. זכרון יום מעמד הדין שאנחנו עתידים לתן דין וחשבון לפני כסא כבודך לא שמנו על לבנו. הלא הוא היום ההוא יום עברה ותוכחה. יום צרה ואנחה. יום שהחשבון ערוך והספר פתוח ומאזני משפט ביד ה'. יום נורא ואיום. יום אשר אין לו פדיום. יום חרדה וצעקה. יום שואה ואנקה. על מי נגוס לעזרה ומי יהיה לנו סתרה. לכו ונשובה אל ה' בטרם יחשכו ככבי נשפנו:

חמסנו. חמדנו כל אשר לרענו. חנפנו לעשי רשע. חשדנו בכשרים. חללנו שבתות ומועדי קדשך. חללנו שם קדשך בפסח ובגלו:

טפלנו שקר ומרמה. טמאנו עצמנו ורעיוננו. טמאנו נשמתנו והיא חלק אלוק מפעל. ותחת שלש רגזה ארץ. תחת עבד פי ימלך ושפחה כי תירש גברתה. אוי לנו על שברנו. טעינו בהוראה. טלטלנו מקצה ביום השבת. יעצנו עצות רעות. ישבנו במושב לצים וסוד משחקים. ישנו בלא קריאת שמע. ישבנו בבית הכנסת בגאווה ובוז ולא שמנו מורא