



קבלת התענית

רבון העולמים. הרני לפניך על תנאי בתענית נדבה למחר מעלות השחר עד אחר תפלת ערבית. ואם לא אוכל או לא ארצה, כשאומר מזמור לדוד ה' רועי אוכל להפסיק. ולא יהיה בי שום עון. אבל יהי רצון מלפניך יי אלהינו ואלהי אבותינו. שתתן בי כח ובריאות ואזכה להתענות למחר. ותקבלני באהבה וברצון. ותזכני לשוב בתשובה שלימה. ותענה עתירתי. ותשמע תפלתתי. כי אתה שומע תפלת כל פה. ברוך שומע תפלה: