



# מודה אני

## הזמנה לוידוי והודיה ביום הכיפורים

"ערב יום הכיפורים. ברצוני להתוודות, לתת דין וחשבון לעצמי, לתת דין וחשבון לאלוהים, זאת אומרת למדוד את חיי ומעשי לעומת האידיאל הגבוה, הטהור ביותר אשר עומד לפני. להשוות מה שהיה צריך להיות לעומת מה שהיה..." **חנה סנש.**

### להודות על..

"למדני אלוהי ברך והתפלל ..."

"על כן נתנה לנו התורה דרך להערה שצריך האדם שישמח גם כן לפעמים גם בביטוי שפתיים על מעשה הטוב אשר עשה.... וללמד על הכלל יצאה תורה במצוות וידוי, שלא יפליג האדם עצמו לדון תמיד את נפשו לכף חובה... וחשוב להקפיד גם בווידוי מצוות, למען ישמח בהם בלבבו ויחזק אורחות חייו"  
**הרב קוק עין אי"ה, מסכת מעשר שני, פרק ז' משנה י'.**

"הינו כמו שצריכים לדון אחרים לכף זכות אפילו את הרשעים ולמצוא בהם איזה נקודות טובות. ועל-ידי-זה מוציאים אותם באמת מכף חובה לכף זכות... כמו כן הוא אצל האדם בעצמו, שצריך לדון את עצמו לכף זכות, ולמצוא בעצמו איזה נקודה טובה עדין, כדי לחזק את עצמו..."

**ר' נחמן מברסלב, לקוטי המוהר"ן תורה רפב'**

### הוידוי כתהליך של ריפוי

"בישיבה של מעלה, בישיבה של מטה, על דעת המקום ועל דעת הקהל, אנו מתירים להתפלל עם העבריינים"  
**מתוך תפילת כל נדרי.**

התפילה המרכזית ביום כיפור היא הוידוי. ההודאה בפני עצמי, בפני קהילתי ואלוהי על חטאי, על המעשים הגדולים או הקטנים, בהם טעיתי, פספסתי, נפלתי. הוידוי הוא השלב הראשון בתהליך הריפוי. ליום אחד בית הכנסת והקהילה שלי הופכים לקבוצת תמיכה בה כולנו עבריינים, כולנו טועים ומטעים, כולנו בני אנוש החשופים בפגיעותינו. כפי שאמר הרבי מקוצק אין שלם מלב שבור.  
מתוך פגיעות זו מתגלה גם היופי שלנו, כפרטים וכאנשים. להודות בקשה, להודות ביפה. להודות על הרעה והטובה כאחד. בפניכם הצעה לביאור הוידוי המסורתי, שמלותיו לעיתים קצת סתומות, ווידוי משלים על הטוב והיפה שבחיינו.  
"בוא, בוא ותעזור, לשפוך טיפה של אור, לתוך החור החשוך הזה, רק אל, אל תיסע רחוק לא אל תעזוב כי ככה זה לאהוב אותך"

**ברי סחרוב**



### וידוי משלים

אהבנו, ברכנו, גדלנו, דימינו יופי, התעקשנו, ויתרנו, זרענו, חיפשנו, טיהרנו שקר, יצרנו, כאבנו, למדנו, מחלנו, ניסינו, סלחנו, עזרנו, פרגנו, צחקנו, קיבלנו, רדפנו צדק, שמחנו, תרמנו, תמכנו, תיקנו.





# להודות ב... הצעה לפרשנות לוידי הקטן

<p><b>מרדנו</b></p> <p>עשינו דווקא, הפרנו חוק, צו מוסרי או בקשה בלי סיבה טובה, בשביל להכעיס, להרגיש עצמאיים או חופשיים.</p>	<p><b>אשמנו</b></p> <p>פעלנו בניגוד לצו המצפון שלנו, העדפנו את טובתנו האישית על עקרונות של הטוב והראוי, הרגשנו אשמים ולא עשינו דבר.</p>
<p><b>ניאצנו</b> <b>נאצה-קללה</b></p> <p>קיללנו, דיברנו בשפה לא הולמת ולא מכבדת על אחרים או על עצמנו.</p>	<p><b>בגדנו</b></p> <p>הפרנו התחייבויות לעצמנו או לאחרים, לא עמדנו בהסכמים בכתב ובעל פה, לא עמדנו בהבטחות שהבטחנו.</p>
<p><b>סררנו</b> <b>סורר-מורד</b></p> <p>הפרנו בקשה או הנחייה מפורשת, התעלמנו מרצונם ומרגשותיהם של הקרובים והחשובים לנו.</p>	<p><b>גזלנו</b></p> <p>לקחנו לעצמנו יותר מכפי צרכנו, לא חלקנו עם אחרים את שהיה לנו לחלוק, היינו קמצנים בממוננו ופזרנים בממונם של אחרים.</p>
<p><b>עווינו</b> <b>עוון-עבירה מוסרית שאינה פשע</b></p> <p>התנהגנו בחוסר מוסריות בחסות החוק או הכללים.</p>	<p><b>דיברנו דופי</b></p> <p>דיברנו בצורה פוגעת ולא מכבדת על אחרים או על עצמנו.</p>
<p><b>פשענו</b></p> <p>שמנו עצמנו מעל החוק, עברנו על חוקים מפורשים של מדינה או מוסד אחר ללא סיבה מוצדקת.</p>	<p><b>העווינו עיווי-עיוות</b></p> <p>עיוותנו את המציאות והעובדות כך שיתאימו לצרכינו, ראינו את מה שרצינו לראות, התעלמנו ממה שהיה לנו נוח להתעלם.</p>
<p><b>צררנו</b> <b>צר-אויב</b></p> <p>התייחסו לאחרים כאויבים, לא התעקשנו למצוא את המכנה המשותף בינו ובין אחרים.</p>	<p><b>הרשענו</b></p> <p>האשמנו אחרים בלא בירור העובדות, דנו אנשים לחובה ולא לזכות, לקחנו על עצמנו אשמה לא לנו.</p>
<p><b>קישינו</b> <b>עורף</b></p> <p>התעקשנו במקרים בהם לא היה בכך צורך, במקרים בהם היה מקום לספק, במקרים בהם ידעו כי אנו טועים.</p>	<p><b>זדנו</b></p> <p>פגענו באחרים או בעצמנו בכוונה תחילה, רצינו ברעתם של אחרים או של עצמנו.</p>
<p><b>רישענו</b></p> <p>התנהגנו ברשעות, היינו אדישים לסבלם של אחרים.</p>	<p><b>חמסנו</b> <b>חמס-גזל</b></p> <p>לקחנו את שלא שלנו, את שלא מגיע לנו בצדק, את שלא ניתן לנו, העמדנו רווח אישי מעל עקרונות מוסריים אחרים.</p>
<p><b>שחתנו</b></p> <p>גרמנו נזק מכוון לאחרים או לעצמנו, לקחנו חלק בגרימת נזק, לא מנענו גרימת נזק לאחרים ולרכושם.</p>	<p><b>ספלנו שקר</b> <b>לטפול לייחס ל...</b></p> <p>ייחסנו לאחרים ולעצמנו תכונות שקריות, התייחסנו לאחרים או לעצמנו בצורה סטראוטיפית, כמיצגים של קבוצה ולא כפרטים ייחודיים.</p>
<p><b>תיעבנו</b> <b>תיעוב שנאה וסלידה</b></p> <p>בזנו לאחרים או לעצמנו, ראינו אנשים כלא אנושיים (תועבה - מעשה שלא יעשה) עשינו מעשים שאינם ראויים לדעתנו לבני אנוש, המשחיתים את האנושי שבנו ושבאחרים.</p>	<p><b>יעצנו רע</b></p> <p>נתנו עצה שאנחנו לא מאמינים בה, לא בטוחים בה בעצמנו, בנושא שאנחנו לא מבינים בו, נתנו עצה שמתאימה לנו אך לא למקבלה, נתנו עצה למי שלא רצה בה, נתנו עצה במקום תמיכה וחמלה.</p>
<p><b>תעינו</b></p> <p>סטינו מדרך הישר בה האמנו, לא הלכנו לפי צו מצפוננו, נגררנו אחרי תשוקותינו.</p>	<p><b>כיזבנו</b></p> <p>שיקרנו, הבטחנו שלא על מנת לקיים, אמרנו לאחרים את שרצו לשמוע במקום את האמת או את דעתנו האמיתית.</p>
<p><b>תעתענו</b></p> <p>היינו אחד בפה ואחד בלב, הולכנו אחרים שולל, לא תיקנו את טעותם משיקולי נוחות ורווח.</p>	<p><b>לצנו</b></p> <p>צחקנו על חשבונם של אחרים או של עצמנו, עשינו מעשים לא ראויים ולא מוסרים בצחוק או בשביל הצחוק.</p>

