

*Bless me, dear God, so that You and all people
Look upon me with love, grace and mercy.
Help me fulfill the great mitzvah
Of loving You,
And may You be beloved because of me.*

(I, 75)

וְתַתְּנֵנִי לְאַהֲבָה לַחַן וְלֶחֶסֶד וְלִרְחָמִים
בְּעֵינֶיךָ וּבְעֵינַי כָּל רוּאִי, וְתַגְּמַלְנֵי
חֶסֶדִים טוֹבִים. וְאַזְכֶּה לְקַיִם בְּשִׁלְמוֹת מִצְוֹת "וְאַהֲבַת
אֵת יְיָ אֱלֹהֶיךָ", שִׁיְהִיָּה שֵׁם שָׁמַיִם מִתְאַהֵב עַל יָדַי.

(חלק א' תפילה עה)

Pride and Haughtiness

*A*lmighty God, in Your great mercy,
Save me from being proud or haughty,
And let me never try to impress others.

*For any merit that I have
Comes from You.*

*In truth, I should never look down on anyone,
Or feel in the slightest way more important.*

*I am Yours, dear God.
Please keep me away from any pride
or arrogance.*

(I, 10)

מלא רחמים תרחם עלינו לבל יעלה בדעתנו,
חס ושלום, שום מחשבת חוץ לטעות,
חס ושלום, ולא יכנס בלבי שום נדנוד גאות וגבהות
ופניות בעולם כָּלֵל, לבל תאבד תקנותי לגמרי, חס
ושלום, כי מעט הטוב שיש בנו הכל מאתך. ואם,
חס ושלום, נכנס בלבי חלילה הטעות של צד גבהות
וגאות, אז אבדתי בעיני, חס ושלום, כי במה יזכה נער
מנוער מכל טוב כמוני?

ואלמלא לא הייתי פוגם נגדך כל ימי אלא פגם
אחד לבד קל שבקלים, גם כן לא היה לי יכלת עוד
להרים ראש להתגאות על שום בריה קלה שבעולם,
לפי עצם גדלתך ורוממותך, ולפי עצם רבוי הטובות
הגדולות והנוראות, אשר אתה עושה עמנו בכל עת
ובכל שעה.

(חלק א' תפילה י')

*Help me, dear God,
Never chase after my own glory.*

*Let my only desire be to magnify Your glory
And not consider my own standing at all.*

(I, 11)

חוס וְחָמַל עָלֵינוּ מֵעֵתָה עַל כָּל פְּנִים, וּמִלְטָה
נַפְשֵׁנוּ מֵעוֹן הַגְּדֹלוֹת, וְזָכְנוּ שְׁלֵא נִרְדּוּף
עוֹד אַחַר כְּבוֹד עֲצָמֵנוּ חֵס וְשְׁלוֹם, רַק אֲדַרְבֵּה נִזְכֶּה
לְמַעַט בְּכָבוֹד עֲצָמֵנוּ וּלְהַרְבוֹת בְּכָבוֹד הַמְּקוֹם, וְיִתְעַלֶּה
וְיִתְגַּדֵּל וְיִתְגַּלֶּה כְּבוֹדָךְ עַל יָדֵנוּ.

(חלק א' תפילה יא בהשמטה מתפילות ותחנונים אות ט)

*Blessed God, help me appreciate
How far I am from You,
And that I have no reason at all to feel haughty.*

*Let me never feel proud
About intelligence, good deeds, strength, wealth
Or other things that people are often proud about.*

*Because of my distance from You,
I really have no reason at all for pride.
But that feeling is still there,
And I am attacked by it all the time.*

רבונו של עולם, זכני ברחמיך הרבים לשבר
ולבטל מדת הגאווה בתכלית מעלי
ומעל גבולי, ולא יעלה בלבי שום צד גאות ונבהות
בעולם כלל. מכל הדברים שדרך בני אדם להתגדל
בהם הן בחכמה ומעשים טובים, והן בגבורה והן
בעשירות - בכלם אזכה להיות ענו ושפל באמת לבל
אתגאה ואתגדל בהם כלל.

אם אמנם ידעתי יי כי בער אנכי ואני ריק וחסר מכל
אלו הדברים, ולפי שפלותי והתרחקותי ממך, בודאי
לא הייתי צריך כלל להתפלל על בטול הגאווה. אך
הלא אתה ידעת את רע לבבנו ועכירת דעתנו ובלבול
מחשבתנו, עד שגם אפילו בעצם התרחקותנו הם
מבלבלים ומערבבים את דעתנו מאד גם בשטות
ובלבול הזה של פניות וגאות, עד אשר היתה
המלחמה עלינו פנים ואחור, כאשר אתה ידעת יי
אלהינו ואלהי אבותינו.

*And so, I turn to You.
Dear God, take pity and help me view all people,
Including myself,
Without any arrogance or haughtiness.*

(I, 14)

אך אף על פי כן עדין אני עומד ומצפה ומקנה ומיחל
בכל עת לישועתך באמת ולרחמיך הרבים, כי אתה
יודע שבפנימיות עמק לבנו אנו חפצים ומשתוקקים
מאד להתקרב אליך באמת, ולעשות רצונך באמת
תמיד בלי שום פניות ובלבולים. על כן חמל עלינו
למענך אבינו שבשמים אדון כל וזכנו ברחמיך הרבים
שנבטל ונסלק מעלינו מדת הגאווה בתכלית הבטול
עד שאזכה לכל בחינות שפלות באמת לאמתו,
להיות ענו ושפל באמת לפני כל אדם שבעולם.

מלא רחמים, חמל עלי ועזרני וזכני להיות כרצונך
הטוב מעתה ועד עולם, ועזרני שאזכה לעננה אמתית.

(חלק א' תפילה יד)

Longing

*B*eloved God, help me want You always,
And be close to You with awe and love.

*No words can describe
How far I really am from You.*

*All I have left
Is to long for You
And wait for You to show me mercy.*

וּבְכוֹן
תִּחַנְנִי בְּרַחֲמֶיךָ הַרְבִּים, וְתַעֲזָרֵנִי
וְתוֹשִׁיעֵנִי תַמִּיד. וְתִזְכְּנִי לְכִסּוּפִין
דְּקִדְשָׁה, שְׂאֵהֶיָה נְכֹסֶף וּמִשְׁתַּוְּקַק תַּמִּיד אֵלַי,
וּמִתְגַּעְגַּע לַעֲבוֹדָתְךָ בְּאַמֶּת לִירְאָתְךָ וְאַהֲבָתְךָ.

אַתָּה יוֹדֵעַ עֲצָם רַחוּמֵינוּ מִמָּד עֲכָשׁוּ אֲשֶׁר אֵי אֶפְשָׁר
לְכַנּוֹת הַהֲרַחֲקָה בְּשׂוּם לְשׁוֹן שְׁבַע־וָלָם. וְאֵין לָנוּ שׂוּם
סְמִיכָה כִּי אִם לְכֹסֶף וּלְהִשְׁתַּוְּקַק וּלְהִתְגַּעְגַּע אֵלַיךְ
וּלְצַפּוֹת לִישׁוּעָתְךָ וּלְקוּוֹת לְרַחֲמֶיךָ.

*Dear God, help me call out to You
Every single day
With the deepest desire.*

*I know how much
You want me to fulfill my purpose in life,
To yearn for this at all times,
And to speak to You with all my heart.*

*Then my soul will have power
To bring life to the world
And awaken it to true repentance.*

(I, 31)

ותעזרני ברחמיך הרבים, שאזכה לדבר ולהוציא
בפי את הכסופין והגעגועים טובים שלי. ותעזרני
תמיד לפרש כל שיחתי לפניך בכל לב ונפש. ואזכה
להרבות בהתבודדות ובשיחה ביני לבין קוני תמיד.
ואזכה לשפך כל שיחי לפניך תמיד. וכל אשר עם
לבי אשיחה לפניך מלא רחמים, באמת ובתמימות,
בכסופין גדולים והשתוקקות נמרץ אליך.

ותעזרני שיצאו ממני תמיד נפשות קדושות וטובות
הרבה, על ידי כסופין הטובים שלנו. שנוציאם
בפינו. ויתגברו אלו הנפשות, ויעזרו כל העולם
כלו בתשובה שלמה באמת, עד שישובו כלם אליך
לעשות רצונך באמת.

(חלק א' תפילה לא)

Anger

*Dear God, I have become angry so often
That it has become a habit.*

*You know what damage it does,
Some of which I understand,
And the rest, only You see.*

*So I beg You, please let me learn
from Your patience.*

*Help me realize
That if I get angry
When You are about to shower me with good,
My anger prevents me receiving it.*

*How I regret the many times I have
lost my temper.
It has made it so difficult for me
To have a settled mind and pray to You,
To release myself from its grip.*

(I, 68)

רבֹּנוּ שֶׁל עוֹלָם, אַתָּה יוֹדֵעַת כִּי מִדָּה הִרְעָה
הַזֹּאת שֶׁל פֶּעַס וּקְפָדוֹת נִתְאַחֲזָה בְּנוֹ
מִנְעוּרֵינוּ, וְכִבֵּר הִרְגַּלְתִּי בְּעוֹן זֶה מְאֹד, וְעִבְרַתִּי וְשִׁנִּיתִי
וְשִׁלְשַׁתִּי בּוֹ כְּמָה פְּעָמִים אֵין מוֹסְפֵר, עַד שֶׁנַּעֲשֶׂה
לִי כְהֵתֵר.

רְבוּנוּ שֶׁל עוֹלָם, אַתָּה יוֹדֵעַ כְּמָה וְכְמָה אֲבִדְתִּי בְּלִי
שְׁעוֹר עַל־יָדֶי הַפֶּעַס, כְּמָה נִפְשׁוֹת אֲבִדְתִּי, כְּמָה
עֲשִׂירוֹת דְּקָדְשָׁה אֲבִדְתִּי, בְּכְמָה וְכְמָה עוֹלְמוֹת פְּגַמְתִּי
עַל־יָדֶיִי־זֶה. רְבוּנוּ שֶׁל עוֹלָם רְבוּנוּ שֶׁל עוֹלָם, מִחֲמַת
בְּלָבוֹל עֲכִירַת דְּעֵתִי מִתְעוֹרֵר וּמִתְגַּבֵּר הַפֶּעַס וְהַקְּפָדוֹת
בְּכָל פֶּעַם, עַד אֲשֶׁר יִתְחַמֵּץ לִבִּי בְּעַקְמִימִיּוֹת גְּדוֹל
וּמִבְּלָבֵל אוֹתִי מְאֹד מְאֹד, וְאֵינִי יוֹדֵעַ מָה לַעֲשׂוֹת,
וּבְעוֹנוֹתַי הַרְבִּים דְּעֵתִי קָצְרָה לְסִדֵּר תְּפִלַּתִּי לְפָנֶיךָ
לְהַצִּילֵנִי מֵעוֹן הַחֲמוֹר וְהַנוֹרָא הַזֶּה.

(חלק א' תפילה סח)

*L*oving God, rather than getting angry,
Help me become calm and kind.
But if I do not succeed,
At least guard me from causing any hurt.

*You know how hard it is for me to handle my anger,
For I seem to lose control.*

*Merciful God, help me not lose my temper,
Which is like worshipping an idol—
That is, my own ego.*

*Please, I beg You, have pity
And protect me from becoming angry.
Instead, let me live at all times
With faith, goodness and love.*

(I, 18)