

הלכות תשובה פרק א:א
 כָּל הַמְצוּוֹת שֶׁבְתוֹרָה, בֵּין עֲשֵׂה בֵּין לֹא תַעֲשֶׂה – אִם עָבַר אָדָם עַל אַחַת מֵהֶן, בֵּין בְּזָדוֹן
 בֵּין בְּשִׁגְגָה – כְּשִׁי־עָשָׂה תְּשׁוּבָה וְיָשׁוּב מִחַטָּאוֹ, חַיִּיב לְהִתְוֹדוֹת לְפָנָיו הָאֵל-לְבָרוּךְ הוּא.
 שֶׁנֶּאֱמַר, “אִישׁ אִו־אִשָּׁה כִּי יַעֲשׂוּ מִכָּל-חַטָּאת הָאֵלֶּם... וְהִתְוֹדוּ אֶת-חַטָּאתָם אֲשֶׁר עָשׂוּ
 וְחָשִׁיב אֶת-אֲשָׁמוֹ בְּרֹאשׁוֹ וְחִמִּישְׁתּוֹ יִסַּף עָלָיו וְנָתַן לְאֲשֶׁר אָשָׁם לוֹ:” (במדבר ה:ז-ז), זֶה
 וְדוּי דְבָרִים. וְדוּי זֶה מִצְוַת עֲשֵׂה.

כיצד מתוודה – אומר :

(1) אָנָּה ה' (2) חָטָאתִי עִוִּיתִי פָשַׁעְתִּי לְפָנֶיךָ (3) וְעָשִׂיתִי כָךְ וְכָךְ (4) וְהָרִי
 נַחֲמַתִּי וּבִשְׁתִּי בְּמַעֲשֵׂי (5) וּלְעוֹלָם אֵינִי חוֹזֵר לְדַבֵּר זֶה.

זֶה הוּא עִיקְרוֹ שֶׁל וְדוּי; וְכָל הַמְרָבָה לְהִתְוֹדוֹת וְלְהִאָרֵךְ בְּעַנְיָן זֶה, הָרִי זֶה מְשַׁבַּח.
 וְכֵן בְּעֲלֵי חַטָּאוֹת וְאֲשָׁמוֹת – בְּעַת שֶׁמְבִיאִין קְרִבְנוּתֵיהֶם עַל שִׁגְגָתָן אוֹ עַל זְדוּנָן, אֵין
 מִתְכַּפֵּר לָהֶן בְּקִרְבָּנָם, עַד שִׁיַּעֲשׂוּ תְּשׁוּבָה, וְיִתְוֹדוּ וְדוּי דְבָרִים: שֶׁנֶּאֱמַר: “וְהִתְוֹדָה אֲשֶׁר
 חָטָא עָלֶיךָ:” (ויקרא ה:ה)

What is the mitzvah of *Vidui* according to Hilkhos Teshuvah 1:1?

1. approaching G-d
2. admitting guilt
3. spelling out the particular sin[s],
4. embarrassment, and
5. abandoning the sin.

הלכות מעשה הקרבנות פרק ג טו:
 כיצד מתוודה? אומר

(2) חָטָאתִי עִוִּיתִי פָשַׁעְתִּי, (3) וְעָשִׂיתִי כָךְ וְכָךְ, (5) וְחָזַרְתִּי בְּתְשׁוּבָה לְפָנֶיךָ, וְזוֹ
 כְּפָרְתִי.

הִנֵּה הַקְרָבָן שְׁלָמִים -- סוּמָךְ בְּכָל מְקוֹם שִׁירָצָה מִן הָעֲזָרָה, בְּמְקוֹם שְׁחִיטָה. וְיִרְאֶה לִּי
 שֶׁאֵינוֹ מִתְוֹדָה עַל הַשְּׁלָמִים, אֲבָל אוֹמֵר דְּבָרֵי שְׁבַח.

Note the same basic structure minus two elements. Perhaps because:

1. approaching G-d – was done physically by entering the *Beis haMikdash*; and
4. acknowledging embarrassment for past behavior is an inappropriate requirement in the more public setting.

So we seem to have a basic notion of what *Vidui* is. Then what is this, in the next *perek* right after our first Rambam?

הלכות תשובה פרק ב:ח
 הוֹדוּי שְׁנֵהֲגוּ בּוֹ כָּל יִשְׂרָאֵל — “אָבֵל... חָטְאוּנוּ...” וְהוּא עֵיקַר הַוִּדּוּי. עֲבֵרוֹת שֶׁהִתְוַדָּה
 עָלֵיהֶן בְּיוֹם הַכְּפוּרִים זֶה — חוֹזֵר וּמִתְוַדָּה עָלֵיהֶן בְּיוֹם הַכְּפוּרִים אַחֵר, אַף עַל פִּי
 שֶׁהוּא עוֹמֵד בְּתִשּׁוּבָתוֹ. שְׁנֵאָמַר, “כִּי־פָשַׁעִי אֲנִי אֲדַע וְחַטָּאתִי נִגְדִי תִמְיֵד:” (תהילים נא:ה).

לחם משנה (שם):
 הוֹדוּי שְׁנֵהֲגוּ בּוֹ כָּל יִשְׂרָאֵל, “אָבֵל אֲנַחְנוּ חַטָּאוּנוּ [עוֹיְנוּ פִשְׁעֵנוּ] כּוֹלְנוּ”: (שם) [פרק יוה"כ,
 פז]: אָמַר בַּר הַמְדוּרִי, “אֵנָּה קְאִימְנָא קְמִיָּה דְשְׁמוּאֵל וְהוּהוּ יְתִיב. וְכִי מִטָּא שְׁלִיחָא
 דְצִיבּוּרָא וְאָמַר וְאָבֵל אֲנַחְנוּ חַטָּאוּנוּ (כְּלוּנוּ), קָא מִיקָם אֲמִינָא. שְׁמַע מִינָא עֵיקַר וִידּוּי
 הָאִי הוּא.” (ע"כ).

ונראה דלאו דוקא “חטאנו” לבד אלא “חטאנו עוינו פשענו” זהו עיקר הוידוי וכמו
 שכתב רבינו למעלה בריש פרק ראשון, “חטאתי עויתי פשעתי לפניך” וגם כאן
 דאמרינן הכי. ומאי דכתב “חטאנו”? רצה לומר “חטאנו וכו’” שהוא “חטאנו עוינו
 פשענו” כך נראה לי:

בראשית מב:כא
 וַיֹּאמְרוּ אִישׁ אֶל־אָחִיו “אָבֵל אֲשָׁמִיםּוּ אֲנַחְנוּ עַל־אָחִינוּ אֲשֶׁר רָאִינוּ צָרָת נַפְשׁוֹ
 בְּהִתְחַנְּנוּ אֵלֵינוּ וְלֹא שָׁמַעְנוּ עַל־כֵּן בָּאָה אֵלֵינוּ הַצָּרָה הַזֹּאת:”

- *Vidui* accompanying *teshuvah* vs. *vidui* as part of *teshuvah*.
- The *vidui* within *teshuvah* revolves around “אבל אנחנו”.

מסילת ישרים "מדת זהירות" (פרק ב)

ואולם הנה זאת באמת אחת מתחבולות היצר הרע וערמתו, להכביד עבודתו בתמידות על לבות בני האדם עד שלא יישאר להם רוח להתבונן ולהסתכל באיזה דרך הם הולכים. כי יודע הוא שאילולי היו שמים לבם כמעט קט על דרכיהם, ודאי שמיד היו מתחילים להינחם ממעשיהם והייתה החרטה הולכת ומתגברת בהם עד שהיו עוזבים החטא לגמרי.

In reality, this is one of the clever devices of the evil inclination -- to mount pressure unrelentingly against the hearts of men so as to leave them no leisure to consider and observe the type of life they are leading. For it realizes that if they were to devote even a slight degree of attention to their ways, there is no question but that they would immediately begin to repent of their deeds and that regret would wax in them until they would leave off sinning altogether.

- tr. R' Shraga Simmons, pg 31

1- A *cheshbon hanefesh* keeps us from fooling ourselves.

מ"י "חלקי זהירות" (פרק ג)

כלל הדבר: יהיה האדם מעין על מעשיו כולם ומפקח על כל דרכיו שלא להניח לעצמו הרגל רע ומדה רעה, כל שכן עברה ופשע. והנני רואה צרך לאדם, שיהיה מדקדק ושוקל דרכיו דבר יום ביומו, כסוחרים הגדולים אשר יפלו תמיד כל עסקיהם למען לא יתקלקלו, ויקבע עתים ושעות לזה, שלא יהיה משקלו עראי אלא בקביעות גדול, כי רב התולדה הוא.

To summarize, a man should observe all of his actions and watch over all of his ways so as not to leave himself with a bad habit or a bad trait, let alone a sin or a crime. I see a need for a person to carefully examine his ways and to weigh them daily in the manner of the great merchants who constantly evaluate all of their undertakings so that they do not miscarry. He should set aside definite times and hours for this weighing so that it is not a fortuitous matter, but one that is conducted with the greatest regularity; for it yields rich returns.

- tr. R' Shraga Simmons, pg 37

2- Accounting is a natural expression – and therefore reinforces the feeling – of valuing something.

שם (סוף הפרק)

... כללו של דבר: צריך האדם להיות מתבונן בשכלו תמיד בכל זמן ובזמן קבוע לו בהתבודדו, מהו הדרך האמתי לפי חוק התורה שהאדם צריך לילך בו, ואחר כך יבוא להתבונן על מעשיו אם הם על הדרך הזו אם לא כי על ידי זה ודאי שיהיה לו נקל לטהר מכל רע ולישר כל דרכיו, וכמו שהכתוב אומר (משלי ד, כו) "פִּלֵס מַעַנְלֵךְ רַגְלֶךָ וְכָל־דַּרְכֶיךָ יִכְנֹוּ: " ואומר (איכה ג, מ) "נִחַפְּשָׁה דַרְכֵינוּ וְנִחְקְרָה וְנִשְׁוֶבָה עַד־ה'": "

What emerges from all this is that a man must constantly -- at all times, and particularly during a regularly appointed time of solitude -- reflect upon the true path (according to the ordinance of the Torah) that a man must walk upon. After engaging in such a reflection he will come to consider whether or not his deed travel along his path. For in doing so it will certainly be easy for him to cleanse himself of all evil and to correct all of his ways. As Scripture states (Proverbs 4:26), "Consider the path of your feet and all of your paths will be established" and (Lamentations 3:40), "Let us seek out our ways and examine them, and we will return to G-d."

- tr. R' Shraga Simmons, pg 43

3- Getting in the habit of noticing how we make our decisions is a large part of the solution.