



לעולם אודך

עלון בענייני השבח וההודאה לבורא עולם

דבר הארכת



שבח ובהודיה להשי"ת שגמלנו כל טוב, אנו שמחות להפגש שוב על במת עלון זו.

משמח ומרגש להוכיח כי אורה העוצמתי של ההודיה להשם "מכה גלים" במהירות, מתפשט ומתחזק בכל הארץ ואף בעולם.

כיום רשומות בארגון ההודיה קרוב לאלפיים נשים. מעבר לכך, נפלא להבחין ולהוכיח כי הצמאון להתחזקות בנושא זה ניכר ומורגש בכל תחום, המודעות גוברת וכן הביקוש לספרים, לדיסקים, לכנסים ולשיעורים בנושא ההודיה להשם.

בשמחה רבה, אנו מודות ומברכות על הוולדו של קו הטלפון החדש שלנו בענייני ההודיה להשם, "קול תודה", בו תוכלנה לשמוע עשרות שיעורים, התחזקויות יומיות וסיפורי ישועות בענייני ההודיה להשם (ראי פרסום בעמוד האחרון). ב"ה אנו כבר שומעות מנשים רבות שזוכות להתחזק מהשיעורים ומהסיפורים, ומאזינות לקו באופן יומיומי.

אין ספק כי ההודיה היא המתנה הייחודית והמתוקה שהקב"ה שלח לנו, לעמו ישראל, בדור האחרון. הקב"ה, ברב טובו, גילה והאיר לנו, בדורנו, נשק סודי" להתמודדות מול צהרות הקשיים, הנסיונות והייסורים התכופים שעוברים על כל אחד ואחת.

נשים אשר מתמידות להודות להשם באופן קבוע, מעידות כי הדבר הופך אצלן עם הזמן להרגל, ל"טבע שני" כמעט אוטומטי, המשפר את רמת חייהן בצורה מהפכנית מקצה אל קצה. מייאוש לתקווה, מעצבות לשמחה, משברון וחוסר אונים להשלמה וקבלת המצב באהבה.

"התחלתי להודות להקב"ה והבנתי לפתע עד כמה הייתי רגילה להתלונן עד עתה..." סיפרו לנו לא מעט נשים "אט-אט הרגשתי איך זוית הראיה שלי בחיי משתנה, מאותו רגע הישועה כבר הייתה קרובה לבוא..."

"למדתי להודות להשם גם ברגעים הקשים, וכשאני מודה לו ית' ברגעים כאלו, תוך זמן קצר אני חשה איך כולי מתמלאת ונטענת בכוחות חדשים, ממש בשמחה!" סיפרה אישה אחרת.

ולגבי קבוצות ההודיה, ניכר כי יש קבוצות שפעלו יחד, הודו והתפללו לאורך תקופה קצרה יותר או פחות. יש גם קבוצות ש"שרדו" לאורך זמן רב עד עתה. ניתן לראות שכאשר נשות הקבוצה שומרות על קשר אישי בינהן- גם פעילות הקבוצה נשמרת ומשתבחת אף היא. קבוצות אלו גם מדווחות כי הן מתחזקות ומחזקות מאוד זו את זו. (בעלון זה הבאנו ראיון עם קבוצה שכזו- ראי עמ' 6)

אנו מקוות ומאמינות שנשים שהשתתפו בקבוצת הודיה גם אם זה היה למשך זמן קצר-זכו להחשף לחשיבות הגדולה של ההודיה להשם בחיינו, וכן זכו לטעום את טעמה המתוק. מעתה ואילך מוטלת עלינו החובה (והזכות) על כל אחת ואחת, למצוא תמיד דרכים להתחדש, להתרענן ולהתחזק בהודיה- אם ביחד אם לחוד. נזכור תמיד כי עצם הרצון להתחזק הוא גם יקר מאוד, והשם יסייענו.

אל לנו לשכוח כי עלינו להודות עד מאוד על כל רגע מקודש בו אנו זוכות להתרומם מעל ערימות הכלים, המטלות והדאגות, ולפתוח פינו בשבח ובהודיה לבורא עולם על הטוב ועל הרע, וגם אם זה רק לכמה שניות או דקות בודדות...

ויהי רצון שכשם ש"מצווה גוררת מצווה" כך "הודיה תגרור הודיה", שנזכה להוסיף להודות, לשבח ולהלל וכן בכל עת תמיד תהילתו תהא בפנינו, וכן נחיש ונמחר את ביאת משיח צדקנו בב"א.

שלכן, צוות "לעולם אודך".

שאלות ותשובות

ריכזנו לפניכן שאלות נפוצות הקשורות להודיה לה'!

- אני לא מבינה מה זה נקרא 'לקבל על עצמי להודות להשם לפחות דקה ביום'. הרי כל יום בתפילה אני מודה להשם כמה וכמה פעמים וגם מקפידה לומר 'מזמור לתודה'!

אכן תפילתו של היהודי רצופה וגדושה בהודאה ובשבח לבורא העולמים. הן בברכות השחר, הן בתפילה, והן בברכת המזון.

אך כתשובה לשאלה זו יש לציין שני ענינים: ראשית- מעבר למה שהאדם מודה להקב"ה בנוסח תפילתו, יש חשיבות מיוחדת ועניין גדול להוסיף בהודיה ושבח מעצמו. והוספה זו, שאינה באה מתוך חובה, היא בבחינת התנדבות לשם שמים, וכלשון רבי יעקב ישראל קנייבסקי מרן הסטייפלר זצ"ל: "...שענין התנדבות לשם שמים, במה שלא נתחייב, הוא ענין מיוחד בעבודת השי"ת והוא יסוד גדול להשגת אהבת השי"ת ויראתו, וכו". ע"כ.

שנית-יש ערך וחשיבות מיוחדת להודיה האישית הספונטנית, בה מקדישה אישה זמן בו תדבר באופן ישיר, ותודה להקב"ה על חייה הפרטיים מתוך פנימיות הלב, במחשבה עצמית, ותביע במילים שלה הודאה מתוך עמקי נשמתה.

- איך אפשר להודות להשם על משהו שקשה לי ומכאיב לי? אני לא יכולה "לשקר" להקב"ה, ולהראות לו כאילו אני שמחה עם זה. להודות על הצרות נראה לי שייך לעבודה של הצדיקים ולא של האנשים הפשוטים.

החובה המוטלת על האדם היא להודות להקב"ה לפי כוחו, לפי דרגתו והכרתו. אף אם הדבר נראה קשה אין אנו בני-חורין להבטל ממנו. עבודת ההודיה להשם כשמה כן היא עבודה, אשר דורשת אימון ותפילה. נוכל להתחיל מלהודות על הדברים הפשוטים היומיומיים (כגון על קורת גג, על בגד, על פת לחם וכו'). עי"ז שנתרגל להודות נכנס למסלול של הודאה, ונזכה להודות גם על דברים נוספים קשים ומורכבים אף יותר.

ראי מאמר "להודות על הצרות..." עמ' 2 וכן רעיונות להודות על הצרות עמ' 3.

- אני מרגישה שזה קצת טיפשי להודות להשם על דברים קטנים ושוליים.

רבינו בחיי בספר "חובות הלבבות" כותב שבלי לפרוט לפרטים את טובותיו של הקב"ה, לא יעשה הדבר אצלו רושם כלל ולא יצא בחובת הכרת הטוב כלפי הקב"ה. מעבר לכך, ההודיה להשם על הפרטים הקטנים, אף אלו הנראים כ"טבעיים" וברורים מאליהם (כגון להודות לה' על המים בברז, על כפתורי החולצה וכו') מטביעה באדם את ההרגל להודות לה' על כל דבר, ואף מעוררת אותו לבטחון ולירא"ש (מתוך ראייה שהכל מאיתו ית'), וכאשר אדם מודה על כל פרט ופרט בחייו הוא זוכה על-ידי כך לקרבה ולדבקות בה' על כל צעד ושעל. מעבר לכך, ודאי שהודיה מעין זו גורמת לנחת רוח מרובה אצל הקב"ה.



ומצינו כן אצל משה רבינו ע"ה במדרש תנחומא בסוף דברים, שמלאך המוות בא למשה ואמר לו שהקב"ה שלחנו אליך שאתה מסתלק ביום הזה, אמר לו משה, לך מכאן שאני מבקש לקלס להקב"ה וכו', והלך לו.

וכן איתא במדרש (או"מ של"ד) מעשה בשני אנשים שהלכו בדרך ופגעו באדם אחד שהיה סומא בשתי עיניו, אחד נתן לו סלע והשני לא נתן וכו', פגשו את מלאך המות, ואמר לראשון שנתן הסלע, אתה נפדה ממות, ולשני שלא נתן אמר לו 'כבר סופך ביד'י וכו', א"ל המתן עד שאלך לספר בשבחו של מקום על מה שעשה עמי, א"ל מאחר שאתה מבקש לספר בשבחו של מקום יוסיפו שנותיך וכו'.

אם כן רואים בדברי חז"ל אלו שאם אדם נמצא בצרה גדולה מאוד, ומה יכול להיות ר"ל יותר מזה שבאים לקחת נשמתו, מכל מקום אפילו שרק מקבל על עצמו לספר בשבחו של הקב"ה ואפילו עדיין לא התחיל לספר כבר ניצול מהצרה וקיבל חיים. קל וחומר כשאדם מספר, משבח ומודה להקב"ה בפועל, ודאי שזו סגולה וזכות גדולה יותר להנצל מהצרות ומהמכאובים הכי קשים שיש.

כן מצינו בקריעת ים סוף שבנ"י הגיעו לים ולא היתה אפשרות להמשיך ללכת ומאחוריהם היו המצרים. כותב המדרש שם: "אמרו ישראל למשה רבינו מה עלינו לעשות, אמר להם אתם תהיו מפארים ומרוממים ונותנין שיר ושבח וגדולה ותפארת למי שהמלחמות שלו, באותה שעה פתחו ישראל פיהם ואמרו שירה "אשירה לה' כי גאה גאה" אם כך גם כאן רואים שכשאדם נמצא בצרה גדולה ולא רואה כל דרך איך ייצא ממנה - העצה והסגולה היא לתת שבח והודאה לה' ועל ידי כך בס"ד ייצא מהצרות.

דוד המלך אמר (תהילים קי"ח, כ"א) "אודך כי עניתני ותהי לי לישועה". הביאור, שדוד אמר בשעה "שעניתני" כשהייתי מלא ייסורים, בזה ש"אודך" היא היתה לי לישועה. בזכות שהייתי מודה היא גרמה לי לצאת מהייסורים ולהושיע;

וכן כתב רבינו יונה בספרו שערי תשובה (ש"ד, יב) "ואם תמצא את החוטא תלאה ותקרה אותו צרה, ויצדיק עליו את הדין ויקבל המוסר באהבה והיה זה לו למגן מן הייסורים הרבים הראויים לבוא עליו, כמו שנאמר "כי חמת אדם תודך שארית חמות תחגור" פירוש, כאשר צער האדם יודה אותך, כלומר "שיודה אותך האדם בעת צערו וכו'", ובעבור זה שאודך על שאנפת בי, ישוב אפך תנחמני".

לסיכום, ודאי מוכרת לנו המשנה במסכת ברכות: "חייב אדם לברך על הרעה, כשם שהוא מברך על הטובה", אך מה שאולי לא כלולנו מבחינים במאמר מוכר זה, הוא כי המשנה קובעת זאת כחובה מוחלטת המוטלת על כל יהודי: להודות לאלוקיו גם על הפורענות, על הקושי ועל הצרה, שצריך לקבלם בשמחה, ממש כמו שהוא מקבל טובות מהקב"ה. ואם המשנה מעמידה זאת כחובה, ודאי הדבר מעיד כי בכל אחד ואחד מאיתנו טמונים הכוחות הדרושים לכך. משימתנו, איפוא, היא להמשיך ללמוד ולהתחזק בחשיבות ההודאה בכל מצב, וכן להשיב את הדברים אל הלב. ובעת הגיעה עת קשה - זו ההזדמנות להתאמץ בהודיה להשם בכל כוחנו מתוך אמונה שלמה שכל מה שהשי"ת עושה איתנו זה ודאי לטובתנו כדי לקרב אותנו, להחזירנו בתשובה, ולכפר על עוונותינו. וכל זאת, כמובן, באהבה וברחמים אינסופיים.

רבות כתבנו ודיברנו על החשיבות והמעלה העצומה שיש בהודיה לה'. ההודיה היא עיקר מהותו ותכליתו של היהודי. אמנם לא תמיד קל לאדם להודות לה'. כי יש לאדם הרבה צער ומכאובים וכן ייסורים וקשיים שונים. כפי שכתב מרן רבי יעקב ישראל קניבסקי הסטייפלר זצ"ל בספרו "חיי עולם" (פ"ו) "שרוב ימי חיי האדם הם בצער ומכאובים שונים ומשונים, אם בחולי הגוף, וכן רוב בני אדם מתייסרים וסובלים ממחסור בפרנסה או עומס החובות, וצער גידול בנים בקטנותם ובגדלותם וכו' ובהתקרב ימי הזקנה וכו' נדחה לקרן זוית, ורואה אחרים יורשים מקומו, ואח"כ נעשה משא ועול למשפחתו ואח"כ עוסק ברופאים ורפואות וכו' והדבוק בהשי"ת ובתורתו הקדושה יקבל באהבה כל פגעי הזמן יהיו מה שיהיו, בודעו כי השי"ת איתנו...וכל מה דעביד רחמנא לטב עביד, כשאחז"ל (ברכות ס, ע"ב) "ע"כ.

אמנם דוקא כשאדם נמצא באפילה וחושך ומסובב בצרות ודאגות הדרך לזכות לצאת מזה הוא דוקא ע"י שיודה וישבח לה' על הכל, וכפי שכתב בספר מסילת ישרים שגם בתוך האפילה והצרות יש על מה להודות וכן כתב (פ"ח) "ואין לך אדם באיזה מצב שיימצא אם עני או עשיר אם בריא

ואם חולה, שלא יראה נפלאות וטובות רבות במצבו, כי העשיר והבריא כבר הוא חייב לו יתברך על עושרו ובריאותו, העני חייב לו שאפילו בעניו ממציא לו פרנסתו דרך נס ופלא ואינו מניחו למות ברעב, החולה על שמחזיקו בכבד חוליו ומכותיו ואינו מניחו לרדת שחת, וכן כל כיוצא בזה, עד שאין לך אדם שלא יכיר עצמו חייב לברואו וכו' "ע"כ.

אכן חובה גדולה יש לאדם להודות לה' תמיד ובכל מצב, ואמנם האדם בזה שיודה וישבח להקב"ה אפילו בעת שנמצא בחושך ואפילה הודאה זו היא סגולה גדולה, שעל ידה יצא ממצבו הקשה ומהמכאובים הסובבים אותו, כפי שכתב גיסי, הגה"צ רבי שמשון פינקוס זצ"ל, בספרו "שערים בתפילה" בשער רינה, שהביא שם את הפסוק באיכה (ביט) "קומי רוני בלילה לראש אשמורות, שפכי כמים ליבך נוכח פני ה', שאי אליו כפיך על נפש עולליך העטופים ברעב בראש כל חוצות". והקשה, לכאורה רינה היא תפילה הבאה מתוך שמחה ושבח להקב"ה, ואם כך איך נמצאת מקומה כאן בתפילה "על נפש עולליך העטופים ברעב בראש כל חוצות". ומבאר, שבאמת מיוחדת היא תפילה של רינה, **דוקא בזמן רעב וצרות נוראות**, כשנסגרו שערי שמים וצריכים לפתוח שערי ברכה "אין לך פותח שערי השפעה טובה מן השמים כמו שירות ותשבחות, שמיד כאשר מראה פנים צהובות כלפי מעלה מקיים בו ה' צילך" ומראה לו אף הוא פנים צהובות ופותחים לו שערי ברכה וישועה. וסגולה עצומה היא זו כאשר האדם בצרה ושערי ברכה סגורים לפניו שיתבונן ברוב טובותיו יתברך על כל העולם בכלל ואליו בפרט וכו' עד שיבוא לידי שירה, ואין ספק שיש מצבים שקשה מאוד לבוא לידי זה, אבל כך היא עצתו הנפלאה של ירמיהו הנביא, שאם עוללים עטופים ברעב, ירונן בחשכת לילה ואז לילה כיום יאיר לו כחשיכה כאורה" ע"כ.

ראינו ולמדנו עד כמה חשובה ומסוגלת היא

ההודאה להשם בעת הצרה,

אמנם כיצד אפשר באמת להודות על הצרות?

נשמע קשה? בלתי אפשרי?

הנה כאן לפנינו כמה רעיונות מעשיים,

שהמה למעשה דרכים להתבוננות

במעלותיהם ובתוצאותיהם המבורכות של היסורים.

- * להודות להשם על כך שהיסורים האלו גרמו לי להתקרב אליו ית';
- להודות על שהיסורים הללו חדשו את הקשר שלי אל הבורא ית'.
- * להודות להשם שבזכות היסורים, הנני מוכרחה להרים עיניי להשם יתברך. (ולא עוד, אלא פעמים רבות היסורים כל כך "תוקפניים" עד שאם אסיח דעתי מהבטחון והאמונה בו ית', מיד ארגיש שאני נופלת ולא מחזיקה מעמד. אודה להשם על שזכיתי למצב בו אני צריכה להתמיד את התקוה והתלות שלי ברבונו של עולם, יומם ולילה.)
- * להודות להשם על כמה שהתעליתי בתיקון מידותיי בעקבות היסורים:

למדתי להיות סבלנית, להיות ענוה עם לב נשבר, למדתי להרגיש את כאב הזולת, משום שהרגשתי זאת על עצמי. למדתי לרחם על הבריות.

- * להודות להשם שבזכות היסורים האלו למדתי להתבונן יותר על תכליתי ועל מה באמת חשוב כאן בעולם הזה, למדתי להתמודד ולעבוד את השם גם במצבים פחות נוחים ונעימים.

* להודות להשם על שלמדתי להבין שאין ביכולתו של האדם לעשות מאומה, ואין כלל 'כוחי ועוצם ידי', אלא הכל בגזרת עליון. (ובעיקר אם מדובר בנסיון ברפואה, חס ושלום, להודות על שלמדתי כמה חשובה היא התפילה להשם, וכמה שרק היא מועלת).

- * להודות להשם כי בזכות היסורים האלו גיליתי יותר את פנימיותי האמיתית ומצאתי בעצמי כוחות חדשים שלא הייתי מודעת לקיומם.
- * להודות להשם על כי בזכות היסורים האלו אני זוכה לרכוש כלים כיצד לעזור לאנשים הסובלים ממצבים דומים.

* להודות להשם אף על פי שאיני מבינה ואיני רואה את הטוב, כי בטוח מה שעושה השם זה לטובתי הנצחית.

* להודות להשם על כי ודאי השם רוצה לרומם ולהעלות אותי במדרגה רוחנית ע"י שהוא ית' בוחן ומנסה אותי.

* להודות לה' על כך שהיסורים מכפרים לי על עוונותיי ומתקנים את נשמת.

* להודות לה' על כי היסורים שקיבלתי ודאי מתאימים לי בדיוק, והינם שקולים ומדודים בצדק וביושר. להודות לו ית' על כי ודאי חנן אותי גם בכלים המתאימים לסבול את מכאוביי ולהוושע מהם.

* להודות לה' על שאני סובלת יסורים בעולם הזה, כי יסורים מועטים בעולם הזה מונעים יסורים רבים בעולם הבא.

* להודות לה' על היסורים, כי הם מעידים שאני בת אהובה וחיביבה להקב"ה, והוא ית' רוצה לקרב אותי אליו.

* טוב וראוי שכל אחת תוסיף ותפרט בלשונה את כל ההטבות וההרחבות הפרטיות שהיא זוכה למצוא בתוך הצרה.

מעובד מתוך הספר: "נו לרגלי" של הרב לוגאסי שליט"א

בביא הרב פריש זצ"ל בספרו "וספרתם לכם" כי בהיות האדם מקדים להודות לבורא יתברך על מה שעדיין לא היטיב לו, זוכה הוא בזה לטוב וחסד מהודאתו, שבאמת השם יתברך ישלים לו את חסרונו. ומצטט שם מהספר "עומר התנופה":

"אמר דוד המלך בתהילים"מהולל אקרא ה' ומן אויבי אוושע" וגו', לפי שכל כך היה בטוח בחסדי השם יתברך, שלא יעזבנו, ויושע מכל צרותיו, שלא המתין להודות לו ית' עד לאחר הישועה, אך מיד בבא למסגר נפשו התחיל להודות לה' יתברך, כאילו כבר יצא מן המסגר, לרוב בטחונו החזק בחסדי השם יתברך, ועל ידי זה באמת כן נעשה, שמתחתיו נצמח לו הישועה, וזה אומרו "מהולל אקרא ה'", רוצה לומר מידתו היה להשים ההילול במקום הקריאה, וע"י זה נושע מאויביו...וכן ראוי לכל אדם לאחוז במידה זו, לאחר בטחונו החזק באלוקיו..."

רש"י במקום מפרש: "מהולל אקרא ה', ומן אויבי אוושע": בהילולים אקרא ואתפלל לפניך תמיד, כלומר אף לפני התשועה אני מהללו, לפי שבטוח אני שאוושע מאויבי. וכן ביאר ר' לוי יצחק מברדיצ'ב בספרו "קדושת לוי" (פר' בשלח) על הפסוק שמובא לפני קריעת ים סוף: "וירא ישראל את היד הגדולה וכו' אז ישיר משה", שמרב בטחונם ירד נחשון לתוך הים קודם הבקיעה, וכיוון שהיה בטחונם גדול כל כך שבודאי יעשה השם ית' תשועה להם - עלתה בלבם מיד לומר שירה קודם התשועה."

אם כך רואים אנו מכל אלו כי לאו דוקא יש לשבח ולהלל את השם לאחר שניצלים מן הצרה אלא "בהילולים אקרא" היינו להלל ולשבח את השם אף לפני הישועה, וזאת משום שמי שדבוק בהשם ובטוח שבודאי יושיעהו מכל צרה, מקדים לומר שירה עוד טרם הישועה.

וכן פירש השל"ה הקדוש את דברי המדרש רבה "תשורי מראש אמנה" עתידין ישראל לומר שירה לעתיד לבוא, שנאמר "שירו לה' שיר חדש כי נפלאות עשה".

כלומר, עתידין כשיתבשרו לגאולה, יאמרו שירה על מה שעתיד להיות, דהיינו יקדימו לשורר מיד על הניסים שיתבשרו עליהם, ויהיו בחוזק אמונתם כאילו נעשה אע"פ שעדיין לא נעשה. וזהו "תשורי מראש אמנה", כלומר **תתחיל לשורר "מראש"**, מקודם שנעשו הניסים וכל זה מכוח האמונה.

יהי רצון שנזכה להודות להשם בשבח והילולים אף כי הישועה עוד אינה נראית באופן ראייתנו מתוך אמונה ברה ואיתנה כי לוודאי הוא יצילנו, וישיענו מכל צרה וצוקה, ויגאלנו גאולה שלמה במהרה. אכ"ר.

הערת המערכת: מומלץ וכדאי מאוד להאזין לסיפור מס' 11 בסיפורי הישועות של "קול תודה" שם יש תיאור חם ואמיתי מאישה שזכתה לניסים גלויים לאחר שהודתה על ישועות העתיד.



כותב הג"ר יצחק הוטנר זצ"ל בספרו "פחד יצחק" (חנוכה, מאמר ב' פ"ב) "שהנה הלשון 'הודאה' שייך לשני מושגים שונים, אחד, הודאה על העבר, שפירושה הוא הבעת הכרת הטוב על מעשה חסד, והשני, הודאת בעל דין, שפירושה הוא הסכמה לדבריו של הצד השני. וההסבר לזה הוא, שהאדם מחמת טבעו ותכונת נפשו שואף ורוצה להיות סמוך על שולחן עצמו מבלי להזדקק לעזרתו של הזולת. ולכן כשאדם מכיר טוב לחבירו ונותן לו תודה, יש בזה הודאת בעל דין שבפעם הזאת לא היה יכול לעשות את זה לבד והוצרך להשתמש בטובתו של חברו. ועל אחת כמה וכמה שכך הוא הענין בבין אדם למקום, שהנה כתיב (איוב יא, יב) זעיר פלא אדם יולד, ובטבע הפראי של כל אדם גנוזה ההנחה של כוחי ועוצם ידי עשה לי את החיל הזה, ולכן כשהוא נותן תודה למקום יש בזה מעשה הודאה ש'לית ליה מגרמיה כלום' (אין לו מעצמו כלום). נמצא שכדי להיות מכיר טוב לחבירו, על האדם להתגבר על טבעו ולהיות מודה שחבירו הטיב עמו, וכדי להיות מכיר טוב לה', עליו להתגבר על טבעו ולהיות מודה שלבד אין לו כלום וכל מה שיש לו הוא ממנו". עכ"ל.

למעשה אנו לומדים מכך כי מושג ההודאה והכרת הטוב הינו עבודה פנימית עמוקה, שמשמעותה כי האדם מכיר הטובות שהבורא עושה עמו, ומשעבד את עצמו לגמרי אליו ית'. כשאדם מודה להשי"ת הוא למעשה מודה בכך שבלעדיו ית' אין לו כלום וכל מה שיש לו הוא ממנו. הוא מכיר שהקב"ה אינו חייב לו כלל ולא מגיע לו שום דבר, אלא שהקב"ה עושה עמו חסד חינוס, ולכן הוא מרגיש עצמו חייב לבורא. ואמנם קשה לאדם להגיע להכרה זו. האדם מטבעו היה רוצה להרגיש חופשי, עצמאי ובלתי תלוי בזולתו. אינו רוצה לחוש "אסיר תודה".

וכך גם מסביר בעמקות ר' חיים פרידלנדר בספרו "שפתי חיים" כי כך הטביע הקב"ה בבריאה ובכוחות הנפש של האדם את ענין הבושה, שאינו רוצה להרגיש את עצמו "מקבל". והבושה הזו לקבל אינה נובעת מפגם או מחסרון באדם אלא היא ממעלת האדם שנברא כ"נותן" ולא כ"מקבל", וזאת כדי שיהיה עצמאי ומשפיע לאחרים. וממשיך ומבאר שם כי הקב"ה הטביע באדם את כוח הבושה גם כדי שיהיה מוקיר ומכיר טובה על הקבלה שקיבל. אמנם, מאידך גיסא הבושה להיות מקבל עלולה לגרום לתוצאה הפוכה, מפאתה עלול האדם לפתח מידה רעה של כפיות טובה או ע"י שמשכיח ומדחיק את הקבלה או ע"י שמקטין את ערכה וחשיבותה, וזאת כדי למנוע מעצמו תחושה של בושה ואי נעימות.

אם כך, עבודת ההודאה מחייבת את האדם להתגבר ולאזור כוח להיות "מקבל" אע"פ שמידת הבושה מושרשת בו בטבעו. עליו לא להיות כפוי טובה אלא להודות בפה מלא ולהכיר טובה ל"נותן" ואף לא להקטין את ערך הקבלה למרות תחושת הבושה. כדי שיהיה אפשר להודות ולשבח להשי"ת יש צורך תחילה בהכרה וביכולת להודות על האמת-שקיבלתי, וזה מחייב אותי להודות ולשבח להשי"ת.



מסופר על הגאון רבי ישראל מסלנט זצ"ל שנכנס פעם לבית קפה, וביקש כוס תה. נתנו לו את מבוקשו בצירוף חשבון לשלם סכום נכבד למדי. ר' ישראל שאל את בעל המקום: 'מדוע אני צריך לשלם כל כך הרבה עבור כוס תה פשוטה? הרי המים והתה וכפית הסוכר כמעט ואינם עולים מאומה?'

אמר לו בעל בית הקפה: 'אמת, לו היית שותה כוס תה בביתך, כך היה החשבון. אבל כשאתה שותה בבית קפה, אינך משלם רק עבור התה, אלא על כל התפאורה שמסביב. יש כאן תזמורת, יש כאן מלצרים, וגם עבורם צריך לשלם.'

אמר ר' ישראל, עכשיו מבין אני מדוע כששותים כוס תה תקנו חז"ל לברך "שהכל נהיה בדברו". הרי איני בא לשותת אלא כוס תה, מדוע צריך אני להזכיר בברכתי שכל העולם נהיה בדברו?

אלא שהתשובה היא שלא רק על כוס התה צריך אני להודות, אלא גם על התפאורה אשר מסביבה. ה' ברא עולם שלם, הרים וגבעות, הרים ונהרות, אילנות עשבים ופרחים.. ואם כך גם עליהם עלי להודות בבואי לשתות כוס תה, שכן כל אלו משמשים כ"תפאורה" לכוס התה אותה אני עומד לשתות..



סיפור הגאון ר' שמואל גריינמן זצ"ל:

"רבים מבאי ביתו של מרן ה'החפץ חיים' היו עדי ראייה ושמיעה, אין שבחצות הלילה, כאשר כל בני הבית ישנו את שנתם ובחוץ שררה דומיה, היה ה'חפץ חיים' נכנס לחדרו, סוגר הדלת על מפתח ובריח ולא נותן לשום אדם להכנס, ואף לא היה מעלה אור בחדרו. אחדים ממקורביו היו עומדים לפעמים מאחורי הדלת וברתת היו מקשיבים איך ה'חפץ חיים' היה שופך שיח ורחשי ליבו לפני הקב"ה.

בתחילת דבריו היה נותן שבח והודיה לבורא עולם על כל החסדים שגמלהו. הוא היה מפרט כל מאורע בחייו, על כל פרט ופרט היה מסתכל כעל זכות גדולה, והיה נותן שבח והודיה על החסד הגדול שעשה עמו הקב"ה, שעזר לו ביתמותו, שסייע בידו ללמוד תורה ולחבר ספרים, שנתן לו חתנים טובים וכו' וכו'.

הגאון ר' יחזקאל אברמסקי זצ"ל סיפר שבימי צעירותו נזדמן לו ללון באיזה מלון. והנה בבוקר השכם הופתע לשמוע דרך הקיר מהחדר השני קול יהודי האומר תפילת "נשמת כל חי" במתיקות רבה ומתרגם באידיש מילה במילה את כל ההודאות והתשבחות בהתלהבות גדולה ובבכיות, עד שהזדעזע כולו. למחרת נודע לו שבחדר הזה התאכסן ה'חפץ חיים' והוא נהג כדרכו בלילות להביע הודאות לפני ה'.

להגביל "גוזה" ולהאדירה!

אם את כבר אברה באראן ו/או אם הגעצקת מקריאת האלון-

אנו מציינות אותך להגביל את גמאן ההודיה של הקב"ה!

הצטרפי לאלפי נשים שמודות להקב"ה לפחות דקה בכל יום.

תוכלי לבחור באחד משני מסלולי ההודיה:

א. קבוצת הודיה:

בקבוצה 5 נשים, כ"א לוקחת על עצמה להודות לה' בכל יום, מוסרת שם לישועה, ובסמוך להודיה - חברות הקבוצה מתפללות על חמשת השמות.

ב. האלון האישי:

קחי על עצמן זמן יומי של הודיה להשם, מסרי שם לישועה

וקבלי שם אחר לתפילה.

לפרטים ולהצטרפות במערכת "לעולם אודך"



קרובה ישועתך לבוא

ראיתין בתי,

מתמודדת עם קושי, מצפה לישועה,
ואל משאלת ליבך עינך נשואה.
ומכל התחינות,
מנחת תודתך לפני אז ערבה,
עד כיסא כבודי היא נגעה וקרבה.

ראיתין בתי,

כשהבכי את גרונו כמעט חנק,
אך אותו את הפכת לרגע ענק.
כשבמקום לבכות, רק התחלת להודות,
והשמחה אותך מילאה שם עד כלות.
כשמכל טובה וחסד שלי ניסית להתרגש,
על העוד והיש להשים הדגש.
כשגם, כשלא ברורה דיה התמונה,
הבטת בתודה דרך משקפי אמונה.

ראיתין בתי,

כשגלי החיים אותך איימו להטביע,
גם אז פיך לא פסק תודות להביע.
ולמרות ועל אף, את כל כוחך אז אזרת,
וזר הודיה נרגש לי את שזרת.
הודית על נקודות אור שבקושי,
על העזרה,
על שבצר לך הרחבתי בתוך הצרה.
ראיתין לרגעים מנסה בעייתך לשכוח,
ומודה לי על שבכלל אני נותן לך כח.
על כל שסביב בחיוך רק מודה,
ובדמיון מציינת ישועה עתידה.

אני מבטיח בתי,

רק בצלילי תודתך הענוגים אני מבחין,
ומהם ישועתך אני עכשיו כבר מכין.
יום יבוא, על לוח ליבך חרתי ורשמתי,
שאוציא ממסגר נפשך להודות את שמי.
יום יבוא, בתי, ויחדיו נשיש ונגיל,
אני ואת, שלשוך תודה זכית להרגיל.
את תתיצבי ותראי את הישועה לה חיכית,
תודי שזה מעבר למה שחלמת וציפית.
ועד אז בתי...

המשיכי בניגוני תודה, אמצתי וחזקי,
כי קרובה ישועתך לבוא... את תזכי...

מוקדש בהערכה עצומה
לכל אותן שמצפות לישועה
וממשיכות להודות ולהודות....



חברות "לעולם אודך" מספרות על ניסים וישועות בעקבות ההודיה להשם:

הצטרפנו כמה אחיות לקבוצת
הודיה ותוך זמן קצר ראינו ישועות
נפלאות בבית: אחינו התארס ואימנו
ראתה ניסים בעיני בריאות.
אישה מהמרכז

זמן רב הייתי בשידוכים.
עם כל הקושי הכרוך בכך הודיתי לה'
מכל הלב ואף ערכתי פנקס עם רשימה
של הדברים הטובים שקורים לי
כל יום. זכיתי להתארס עם בן תורה
אמיתי, כשאיפתי.
ר. מבאר שבע

שנים רבות שאפתי להיות גננת
בגן חרדי במקום מגוריי ולא עלה בידי.
הצטרפתי לקבוצת הודיה, ומיד קיבלתי
טלפון מהמפקחת שבקשה שאבוא
לעבוד בדיוק בגן בו חשקתי.
כמובן שההודיה שלי התעצמה והוכפלה...
יעל מטבריה

עברתי ניתוח מאוד לא נעים
ברגל. מהרגע שהתאשפזתי הקפדתי
להודות לה' בלי סוף, וראיתי בס"ד
עצומה בהחלמה מהניתוח וכן בסיוע
הסביבה בתקופה שאחרי
ג.ז. מבני ברק

התחלתי להודות לאחר שאבי
החלים מהתקף לב.
החלטתי להודות גם על מה שחסר לי,
ומצאתי את עצמי מודה להשם בשמחה
אמיתית על כך שעדיין לא זכיתי לפרי
בטן. כעבור תקופה לא ארוכה נפקדתי,
והיום אני מודה להשם על תינוקת
מקסימה...
ורד מהצפון

הייתי חולה. הרופאים נבאו
עתידי מייאש וכמעט חסר תקווה.
התחזקתי בהודיה לה' בכל העוצמה
והכוח: על שהמצב לא גרוע יותר,
על העזרה שקיבלתי וכו'. בזמן קצר
יחסית החלמתי והתאוששתי כנגד
כל הסיכויים, וזכיתי לניסים גלויים.
ההודיה גרמה לכל השפע הטוב
לגבור על הרע. היום, כדי להכיר
טובה להקב"ה אני יוצרת בעצמי
קבוצות הודיה ומחזקת את הנשים
שסביבי להודות ולהודות...
זהבית מנתניה

עברתי התקף לב. בזמן בו
הייתי חולה הבנתי עד כמה צריך
להודות ולהלל על הבריאות,
והודיתי לה'
עוד ועוד...
בעקבות ההודיה ראיתי ניסים
והחלמתי לגמרי!
רבקה מירושלים

**אם גם לך יש סיפור ישועה
בעקבות ההודיה להשם
ואת רוצה לפרסמו
לזיכוי הרבות
אנא התקשרי:
054-8491273
בין השעה 3 ל-7 אחה"צ**

**לסיפורים אלו ועוד נוספים
תוכלי להאזין מ"כלי ראשון"
בקו הטלפון שלנו:
"קול תודה"
03-6171180**

העוץ רבים אהללנו...
אם את מעוניינת לאכות ולזכות ולארגן **כנס הודיה מחזק**
בבית או באולם - את מוזמנת ליצור קשר, ואנו נשתדל בס"ד לסייע
במתן רעיונות לתוכניות, הרצאות וכן בהעברת מאגר של חומר
קריאה ודיסקים להפצה.
כמו"כ אם יש לך רעיונות לתוכנית, לאולם ולמרצות באיזור מגוריך
אנא התקשרי: 077-5524045 או 054-8497810

בחרנו לראיון בגיליון הנוכחי קבוצת הודיה מיוחדת, ש"פרשה כנפיים" – כהגדרתן: כבר לא מדובר על תזכורת יומיומית, אלא על הרבה מעבר...

■ מה מיוחד בקשר ביניכן?

שהתפילה הכתובה עוזרת לי לבטא את כל מה שיש לי בפנים. אחרי זה אני מבקשת על השמות של בנות הקבוצה, התפילות הללו גם פתחו לי משהו בלב: התרגלתי לשים לב יותר למצוקות של השני, זה פיתח בי רגישות לזולת".

■ יש לכן טיפ לקבוצות חדשות איך לשמר את הקבוצה לאורך זמן? שושי מבני ברק: "קשה לתת לזה טיפ, כי בעצם זה תלוי מי המשתתפות בקבוצה, אבל מה שכן חשוב בעיני זה אחריות. אם את משתתפת בקבוצה ואם אכפת לך, קחי מדי פעם אחריות על הקבוצה, כדאי להתקשר מדי פעם לכל החמש נשים, ליזום, לעשות, אם לא זואגים לקבוצה - היא לא תתקיים."

עוד דבר חשוב: ליזום קשר, לא להישאר רק ברובד של התזכורת וגמרנו. אנחנו לדוגמא בברנו את ימי ההולדת של כולן - ואנחנו מתקשרות לברך, בימים מיוחדים סיימנו ספרי תהילים ביחד וכו'". מלכה מביתר: "אנחנו די מהר החלטנו שלא נתקשר ומיד ננתק, אלא נשמור גם על קשר - אפילו מינימאלי. להתעניין מה נשמע, מה חדש וכו'. אם יש קשר אז גם אם שכחתי להתקשר יום או יומיים, אני אתקשר בסוף כי מדובר מעבר לתזכורת ולנושא ההודיה - גם בחברות. בקבוצה שלנו נוצר באמת קשר מאד חזק - וזה מה שמחזיק אותנו כל כך הרבה זמן."

■ משהו לומר למצטרפות חדשות או לנשים ששוקלות אם להצטרף?

מלכה מביתר: "כדאי להשקיע בהודיה. כמה שיותר מודים מרגישים כמה שלא חייבים לנו שום דבר, וממילא יותר מודים! מתחילים להעריך כל דבר, פשוט להודות!"

שושי מבני ברק: "ההתחייבות להודות לה' באופן יומיומי מאמנת אותנו לחיות בהודיה, ולחיות בהודיה זה דבר מיוחד. הודיה היא עוצמה. הודיה היא המהות שלנו."

שושי מבני ברק: "נוצר בינינו קשר מיוחד מאד, בגלל שאנחנו מדברות כל יום, העקביות תורמת המון. אנחנו מחזקות אחת את השנייה ומתחזקות. יש בזה הרבה בדיקה עצמית; כמה התקדמנו, כמה עלינו. מדובר כאן על משהו יומיומי, קבוע. אנחנו כל הזמן מתחזקות בעוד דברים, מתרעננות ומתחדשות, אנחנו מתחילות לדבר על ההודיה, גולשות לאמונה... מלבד זאת נוצר בינינו קשר מאד אישי, מאד תומך, אנחנו משתפות בהכל, כמו אחיות, אי אפשר לתאר! זה פשוט מדהים! אנחנו מתפללות אחת על השנייה. פרשנו כנפיים..."

מלכה מביתר: "ברוך ה' הקשר בינינו מאד חזק, נוצר לנו קשר שהוא הרבה מעבר לתזכורת היומית, ממש התיידדנו, אנחנו משוחחות הרבה, מקשיבות, מתעניינות...יש בזה משהו מיוחד, כי לא מדובר כאן על עוד אישה מהמעגלים החברתיים הקרובים אלא על מישהי אחרת וזה מוסיף מאד, אנחנו מעודדות אחת את השנייה, משתתפות בשמחות ועוד."

■ האם אתן שמות לב לשינוי בעצמכן בזכות ההודיה?

סמדר מקרית אתא: "בהחלט, אני מרגישה שגדלתי, שהתקדמתי המון, קבלתי יותר הבנה במשמעות העמוקה של ההודיה, ירדה עלי שלווה גדולה, אני פחות מופתעת ממה שקורה, פחות ממורמרת"

מלכה מביתר: "ההתחזקות בהודיה גרמה לי לשים לב לכל דבר שאני מקבלת, אני יותר שמה לב על מה להודות - במשך כל היום. אני מרגישה ממש בחוש איך החיים שלי רצופים בהשגחה פרטית מדוקדקת. אם פעם הייתי פחות מרוצה מההספקים שלי למשל, היום אני שמחה על מה שהספקתי, ההודיה נתנה לי מבט אחר על החיים. החסרונות לא נעלמו אבל המשקפיים השתנו..."

שושי מבני ברק: "ודאי, ההודיה נתנה לי המון: אמונה, שמחה, קשר לעצמי ולהקב"ה, ראיית הטוב בכל דבר, עידוד ועוד... אני חושבת שכל הלך המחשבה השתנה, והספור הבא יוכיח: לפני כמה שבועות ישבתי על ספסל בגינה הציבורית, באיזשהו שלב הגיעה לגינה כיתה של ילדות. והמורה התיישבה לידי. התחלנו לשוחח ואחרי דקות ארוכות של שיחה, היא שואלת אותי: "אולי את משתתפת ב"לעולם אודך?" ההודיה כל כך נטבעה עמוק בנפש, שאפילו אדם זה, יכול לשים לב לכך."

■ איך את מודה?

שושי מבני ברק: "דקת ההודיה יכלה לקחת לי גם חצי שעה ויותר, אני מדברת ומתפללת עם התפילה ועם המילים שלי, אבל - צריך להיזהר לא לקחת את זה בתור מחויבות לשבת כל יום הרבה זמן - כי אז זה נהפך לעול ומחויבות וזה לא טוב, אלא לזרום עם זה, כל יום והתודה שלו..."

סמדר מקרית אתא: "לפעמים במילים שלי, ולפעמים את התפילה הקבועה, בליל שבת כשהכל שלו ורגוע, אני יושבת עם עצמי שעה שלמה, לפעמים יוצאת החוצה למרפסת. בזמן של ההודיה אני זוכה ברוך ה' להודות על כל מיני דברים שמעולם לא הודיתי עליהם, פתאום הכל מקבל משמעות אחרת, פתאום אני שמה לב שהקב"ה מחיה אותנו כל יום ויום, אני מודעת לזה שהכל פועל מכוח פעולתו, אני שמה לב יותר לחסדים שמקיפים אותנו, אני רואה את הטוב, את החסד - החסד שבטוב והחסד שברע..."

מלכה מביתר: "לא תמיד קל לי להודות במילים שלי, בדרך כלל אני פותחת בתפילה הכתובה של 'מלך מלכי המלכים', אני מרגישה

כמה מסרים חשובים
בנוצו לקבוצת ההודיה:

- * קבוצת הודיה יכולה לעבוד יפה מאוד גם עם שלוש נשים בלבד!
- * ה"צנתוקים" (התזכורות היומיות בטלפון) הן רק "אופציה" ולא העיקר. תוכלו להשתמש בתזכורות בהתחלה, אך העיקר הוא להקפיד להודות לה' ולהתפלל.
- * גם אם החברה שאמורה להתקשר אליך לא מתקשרת אל תפסיקי את הקשר: "הגדילי ראש" והתקשרי אל בנות הקבוצה מדי פעם!
- * כשיש ישועה או בשורה טובה - העבירי קשר בין בנות הקבוצה. זה ודאי יתן להן הרבה כוח להמשיך!
- * אם הדבר מתאים לכן - תוכלו להוסיף כמה מילים של שיחה וחיזוק בין אישה לחברתה. (לפי מעגל הקשר)
- * אם הקבוצה "רדומה" תוכלי לנסות לעורר אותה, להתקשר אל בנות הקבוצה ולבדוק אם הן מעוניינות לחדש את הפעילות.
- * תוכלי לזכות "להפריח" קבוצות הודיה חדשות של בנות משפחה וחברות. נוכל לעזור לך בס'ד בהעברת חומר החיזוק.

חשק חשק ונתחשק!



כל התחיל כמה שבועות לאחר שזויד הקטן נולד. היא ובעלה הבחינו שמהו לא תקין בעיניו של תינוקם הפעוט. לא היה קשה לשים לב כי עיניו מרצדות, מעפעפות ולא מתמקדות בשום כיוון. ב"טיפת חלב" הפנו אותם לרופא המשפחה, ורופא המשפחה הפנה לרופא העיניים. רופא העיניים, לאחר בדיקות מקיפות, החליט ואמר להם בטון חמור סבר:

"תראו, אין ברירה. חייבים לשלוח אותו לביה"ח "אסף הרופא" באופן דחוף. נקווה ששם יקבל את הטיפול הטוב ביותר עם רופאים המומחים בתחום."

ביה"ח, אחרי סדרת מיונים וביורורים נוספים סברו כי יש לקבל תמונה נוירולוגית, והחלו בסדרה של בדיקות והפניות.

ומאותו הרגע החל מסע מתיש, שאמנם על גבי לוח השנה התארך רק חודשים ספורים- אך בעיניהם של ההורים המודאגים, ובמיוחד בליבה של מרים, האם הדואגת, זמן זה התארך כמו נצח.

אורח החיים הרגיל שלה השתנה כמעט ללא היכר. את יומנה "עטרו" כעת שלל פגישות עם רופאים מומחים ובדיקות עם שמות מסובכים שמעולם לא ידעה על קיומם. ימים שלמים היה עליה לפקסס הפניות, לעמוד על קו הטלפון דקות ארוכות, המתנות, נסיעות לביה"ח וחזרה ועוד... בין לבין גם היה עליה לטפל בשני ילדיה הנוספים. היא

בקושי הצליחה להכניס דבר מאכל בפיה, מדי פעם "חטפה" משהו מהמקרר, אך לשבת לאכול ליד שולחן היה נראה לה כחלום רחוק ובלתי מושג.

ובלילות, קשה היה עליה למצוא מרגוע. אלפי מחשבות מודאגות ותסריטים קשים שהצטברו מכל היום, מלאו את ראשה עד שמצאה עצמה ערה במיטתה בשעות מאוחרות- מוקדמות בבוקר, כאשר רק בעוד שעות ספורות יצטרכו להתייצב שוב בבית החולים.

לאחר סדרה מקיפה של בדיקות נפגשו הם שוב עם הנוירולוג, שהמליץ להם לערוך עוד כמה בדיקות לשלול ליקויים במוח. היה זה אחר הפגישה הזו שמרים הרגישה כאילו "השמיים נופלים עליה".

"לא שמת לב?" אמרה לבעלה בלהט בדרכם חזרה. "אין שהרופא דיבר אלינו ברחמים... אין שהוא נסח את המילים... כנראה הם חושבים שזו בעיה במוח ולא נעים לו להגיד לנו!" הדמעות שהיו אצורות בה כבר חודשים, מהולות בדאגה ובלחץ שליוו אותה לאורך כל התקופה- הצטברו כעת כמקשה אחת בגרונה והכל פרץ בדמעות נמרצות. "זה פיגור... אני יודעת שהם חושבים שזה פיגור..."

בעלה ניסה להרגיעה, אך ללא הועיל. היא הסיתה מבטה לעבר חלון המכונית. ובמשך דקות ארוכות הביטה במסלול הנסיעה כשהדמעות זולגות מעיניה ללא הרף.

הם הגיעו לביתם בשעת לילה. לאחר שנפרדו מהשמרטפית פנה אליה בעלה:

"היה לשנינו יום לא קל. אולי פשוט נשכב לישון כעת..."

מרים לא הגיבה. היא כבר ידעה שלא בקלות היא תרדם. כעת הרגישה שאין בה כוח אפילו להלחם, ולנסות להרדים את עצמה.

היא נפלה בכבדות על הכורסא הכחולה הישנה בסלון, הסיטה ממנה ערמות של בגדים, וחלקי צעצועים שהיו מפוזרים עליה אולי

עוד משבוע שעבר. השעה כבר היתה מאוחרת, ובלילה התפשטה אנחת רווחה על שהיום המתיש הזה סוף סוף מאחוריה. מעולם לא העלתה על דעתה איך תינוק כה קטן יכול להוציא ממנה כל כך הרבה כוחות, כל כך הרבה דאגה... עם שני ילדיה הראשונים הכל היה כל כך הרבה יותר פשוט וחלק. נכון, היו מדי פעם בעיות קטנות או מחלות קלות אך הכל עבר מהר ובפשטות. 'כמה חבל שתמיד אפשר להעריך את הדברים כשהם אינם...' היא הרהרה בליבה.

היא נזכרה בשיחתה האחרונה עם רותי, חברתה הטובה, בעוד זו סיפרה לה על קבוצת הודיה חדשה שהחלה להשתתף בה.

"כל אחת צריכה להודות להשם לפחות דקה אחת ביום וגם למסור שם לישועה. כל הנשים בקבוצה מתפללות על השמות... תאמיני לי מרים, את לא יודעת מה זה עושה לי ההודיה הזאת. התחלתי להודות על הכל! פשוט להתמכר לזה! החיים משתנים לי מול העיניים. אני נהיית רותי שאף אחד לא הכיר, רותי שאני עצמי לא הכרתי!" היא נזכרת בקולה המרוגש של חברתה.

להודות... היא הרהרה בליבה... 'אין אפשר להודות על הכל?' .. 'בורא עולם!' היא נבהלה קמעה מעוצמת קולה שנשמע.

'אתה שומע אותי, בורא עולם? אתה באמת מצפה ממני שאודה לך עכשיו? אין

אני יכולה להודות לך עכשיו? ממש ברגע זה...?' הדמעות שהספיקו להתייבש מעט החלו שוב לזרום ולהציף את עיניה. אך כעת היו הן דמעות אחרות. דמעות מלאות געגוע. כמו געגוע אל חבר ותיק ואהוב ששב מן המרחק ומרגיש עתה קרוב כל כך.

היא חשה חמימות בכל גופה, פורקן ומרגוע כמו שמזמן לא חוותה. משהו כמו דחף בה להמשיך בשיחה ראשונית ומפתיעה זו.

'אני יודעת, בורא עולם, שמעולם לא דיברתי אליך ככה בעצם... אבל אני יודעת שאתה שומע אותי... אני יודעת עכשיו וגם מבניה שבעצם קצת שכחתי ממך בתקופה האחרונה, בורא עולם... קצת שכחתי אותך...' באומרה מילים אלו הדמעות הציפו את גרונה, שוטפות, מנקות, מרפאות.

עייפות כבדה הציפה כעת את כל איבריה. היא נרדמה על הכורסא שינה טובה ועמוקה כמו שהרבה זמן לא ישנה.

למחרת היא צפתה לזמן שכולם כבר יירדמו ועטתה במהירות לעבר הכורסא הכחולה בסלון. היא הרגישה כמו ממתיקת סוד, המצפה לפגישה עם ידידה הסודי, ידיד נפשה, בורא עולם. הפגישה של אתמול כה רגשה ושמחה אותה עד שבקושי עמדה בציפייה לפגישתם הבאה.

'בורא עולם... אני יודעת שאתה שומע אותי' היא פתחה 'אני יודעת שאתה גם אוהב אותי. אני יודעת שכל מה שקורה לי זה ממך. בהשגחה פרטית. אני יודעת שאתה עושה הכל לטובתי. לטובתנו. לטובת כולם... אבל השם... תן לי להאמין שגם כל הקושי הזה הוא לטובה. ואם אתה מצפה שגם כעת אני אודה לך אז תן לי את המילים. תן לי את הכוח...'

היא נרדמה על הכורסא שינה טובה ועמוקה כמו שהרבה זמן לא ישנה. למחרת היא צפתה לזמן שכולם כבר יירדמו ועטתה במהירות לעבר הכורסא הכחולה בסלון. היא הרגישה כמו ממתיקת סוד, המצפה לפגישה עם ידידה הסודי, ידיד נפשה, בורא עולם. הפגישה של אתמול כה רגשה ושמחה אותה עד שבקושי עמדה בציפייה לפגישתם הבאה.

'בורא עולם... אני יודעת שאתה שומע אותי' היא פתחה 'אני יודעת שאתה גם אוהב אותי. אני יודעת שכל מה שקורה לי זה ממך. בהשגחה פרטית. אני יודעת שאתה עושה הכל לטובתי. לטובתנו. לטובת כולם... אבל השם... תן לי להאמין שגם כל הקושי הזה הוא לטובה. ואם אתה מצפה שגם כעת אני אודה לך אז תן לי את המילים. תן לי את הכוח...'

המשך בעמ' הבא

מטבח להמטבח היינע



הרי לפנייך מתכון מושקע ומיוחד, שביכולתו להמתיק את הדינים, הצער והיסורים למעדן נפלא, מרענן ומשמח-לב. שווה להשקיע!

הרכיבים:

לשכבת הבסיס: ככל שיותר אמונה ממגוון סוגים (כפי המפורט בהמשך)
לשכבת המילוי: מנת קבלת הדין באהבה,
מנת הצדקת הדין, חופן תשובה.
לשכבה העליונה: מנת הודיה, חופן שמחה, ריקודים.

אופן ההכנה:

הכיני את שכבת הבסיס: ערבבי אמונה שהכל מאת ה' בצדק וביושר, הוסיפי אמונה בהשגחה פרטית ואמונה שהכל לטובה.
שטחי את הבצק לתבנית והתפיחי ככל שיותר.
להכנת המילוי- ערבבי חזק את מנת קבלת הדין באהבה, מנת הצדקת הדין ("צדיק אתה ה' על כל הבא עליי!") עם חופן גדוש של תשובה על העוון שבסיבתו באו היסורים. (אם לא יודעים על מה בא העוון להוסיף תפילה לרחמי שמים). מרחי את המילוי מעל הבסיס.
הכיני את השכבה העליונה: הקציפי את חופן השמחה לקציפה יציבה וחזקה, הוסיפי בהדרגה ריקודים, ואת הדובדבן שבקצפת: הודיה להשם על הטוב ועל הרע. מרחי את הכל מעל המילוי.
הכניסי לתנור עד שהעוגה תכפיל את נפחה ו..בתיאבון!
הערה: לא ניתן להקפיא.
נ.ב. אל תדאגי לדיאטה. כאן הקלוריות רוחניות, וכדאי להרבות בהן ככל שיותר!

המשך הסיפור "לראות טוב":

'תודה, אלוקי' היא התחילה, מגמגמת קמעה. 'תודה שיש לנו בית חם לישון בו. תודה על האוכל במקרר. תודה על בגדים חמים ונוחים'.. ולפתע, חשה כאילו נפתחו שפתייה והמילים החלו זורמות ממנה בשטף כמעט ללא שליטה. 'תודה על הבריאות שלי, אני מרגישה ממש טוב! תודה על הבריאות של בעלי. תודה על שני ילדים בריאים ומקסימים שכמעט שכחתי להודות עליהם..' היא המשיכה, השתדלה לפרט עוד ועוד. 'תודה שאתה נותן לי כוח לעשות את עבודות הבית בתוך הבלגן, תודה שהיום שטפתי כלים, קיפלתי כביסה, סידרתי את חדר הילדים אחרי זמן כה רב ששרר בו בלגן מוחלט... תודה שהילדים גדלים ותודה, בורא עולם, תודה גם על דוידי הקטן. אתה בטוח מרחם עליו ברחמים אינסופיים. אנחנו לא מבינים ולא יודעים אבל בטוח אתה עושה הכל באהבה גדולה והכל לטובתנו וגם לטובתנו.. אז תודה בור'... תודה... 'תחושה כה מתוקה התפשטה בכל גופה, והיא חשה כאילו גופה ונפשה נטענים בכוחות חדשים, ברענונות ובחיות מחודשת. כעת גמלה בליבה החלטה. החלטה נחושה שמלאה בה שמחה. היא גמרה בליבה להקדיש כל יום זמן להודות להשם. אולי אפילו תבקש מחברתה רותי שתשרום אותה לקבוצת הודיה, אולי זה יחייב אותה אף יותר. ביום שלמחרת היא נרשמה לקבוצת הודיה, ובסוף השבוע קבלה 'פרח הודיה' עם שמות לתפילה ומאותו השבוע היא כבר חיכתה נרגשת לזמן הפגישה שלה עם בורא עולם. כל יום היתה מבקשת שהוא ית' יפתח את שפתייה ויעזור לה להודות ולראות את הטוב. ואכן הוא ית' עזר.

היה לה סדר קבוע בו הודתה לו כל יום. ראשית היתה סוקרת את כל איברי גופה- מודה לו ית' על כל איבריה מכף רגל עד ראש ככל שעולה על דעתה, לאחר מכן נזכרה בכל מאורעות יומה והודתה על כל דבר שקרה, ולאחר מכן היתה מודה על דברים כללים יותר, מודה על בעלה על ילדיה, על השכונה בה היא גרה, על שילדיה לומדים תורה, ואפילו על זה שהיא יהודיה וזוכה להודות לו ית'... היא השתדלה בכל יום למצוא מילות תודה גם על דוידי הקטן אפילו שהיה זה הדבר הקשה לה יותר מכל: 'תודה, אלוקים, ששאר איבריו בריאים ומתפקדים, תודה שהוא אוכל, נושם ומתנועע..'



אף אחד לא יכול היה להצביע מתי בדיוק חל השיפור. יום ועוד יום שעובר, והבעיה החלה להראות פחות חמורה ופחות מדאיגה. ועוד שבוע שעובר, נדמה כאילו תינוקם אפילו ממקד לפרקים את עיניו. ועוד חודש, והנה העיניים כבר לא מרצדות במהירות.

בדיקת המעקב החודשית הראתה שיפור ניכר בכל הממצאים, ובשיחה התקופתית עם הניירולוג הוא אמר להם: 'אני חושב שאפשר לסגור לדוידי את התיק ולשחרר אותכם. העיניים התחזקו, המבט התמקד. הוא ימשיך להתחזק ולהתפתח וזה יעבור. אתם צריכים להודות הרבה לאלוקים'. מרים חיכה בליבה. הרופא הזה לא ידע כמה הוא צודק הפעם. 'צריכים להודות הרבה לאלוקים'. מילותיו הדהדו בה לכל אורך הנסיעה הביתה. היתה בה תחושה חזקה וודאית שהנס והישועה שארעו לדוידי הקטן- היו קשורים בקשר חזק וישיר לזמן ההודיה היומי שלה לבורא עולם. דברי הרופא היוו בשבילה סימן ברור לכך. היא הביטה דרך החלון בעוד שפתייה ממלמלות:

'תודה, אלוקים... תודה שעזרת לי להודות לך ולראות את הטוב..ותודה...'
מחנק של התרגשות עלה בגרונה
'תודה שכעת גם דוידי הקטן רואה טוב...'

קו הטלפון הגדש שלנו:

קול תודה

☆ התחזקות יומית לך באידיש!
☆ סיפורי ישועות
☆ שיעורים
☆ ועוד..

ההודיה לה'

03-6171180

קול תודה - קו ישיר במסגרת "קול הלשון"

החלצה אמה:

חזרי וקראי את העלון כמה פעמים
כעבור כמה ימים או חודשים..
אם סיימת- אל תזרקי:
העבירי אותו הלאה
למען חיזוק ההודיה לה'
וזיכוי הרבים.

הלון מוקדם ל:

חזרה בתשובה ולגאולה שלמה במהרה לכל עמ'י
יאשיה בן שושנה- לחזרה בתשובה
שרה פערל בת אסתר- להתחזקות וירא"ש
לכל יוצאי חלציה
ציפורה בת בתיה- לכל הישועות
לעילוי נשמת רבקה בת דוד ע"ה

אזרה יקרה!

אם גם את רואה חשיבות נעלה
בהפצה וחיזוק של ההודיה לה'-
תוכלי גם את להיות חלק מהפרוייקט הגדול הזה
ולאפשר לנו להרחיב את פעילותנו למען חיזוק
ההודיה. כל תרומה תתקבל בברכה!
ניתן להקדיש ברכה או לע"נ בעלוני "לעולם אודך"
טל' לתרומות: 052-7665443