



בידה הקלשון

לימוד יומי בנושא שמירת הלשון

מידע איש החכפץ חיים
אוהב ימים
לראות טוב
נצור לשונך מדע

ביד הלשון

מילים.

כל כך הרבה כוח בכל כך מעט מאמץ.

הן יכולות לתת תקווה ואמונה, אך עלולות גם לרפות ידיים ולייאש. הן חושפות בדיוק את מי שאנחנו; הן יכולות להיות חדות ופוצעות, והן יכולות להיות גם עדינות ונוגעות.

מה מייחד את כוח הדיבור? ומה הופך אותו לכוח משמעותי ומרכזי כל כך בחיינו?

כוח הדיבור הוא מתנה נפלאה שנתן לנו ה' בטובו; מתנה שחייבים ללמוד כיצד להשתמש בה בצורה נכונה.

בחוברת 'ביד הלשון' נבקש לגעת בהיבטים שונים של הנושאים הקשורים בדיבור שלנו; ללמוד איך להסתכל על המציאות בצורה אחרת ואיך לדבר בצורה אחרת; נלמד מה ההשפעות של הכוח הזה שקיים בנו ואיך אפשר להשתמש בו ולכוון אותו באופן הטוב ביותר.

"מִן־תּוֹת וְחַיִּים בִּיד לְשׁוֹן". החברה שלנו יכולה וצריכה להיראות אחרת, המפתח נמצא בדינו.

ביד הלשון.



בידה הקלשון

לימוד יומי בנושא שמירת הלשון

מי האיש החפץ חיים
אזהב ימים
לראות טוב
נצור לשונך מרע



לעילוי נשמות הקדושים:

דורון מהרטה
 רועי אהרון רוט
 יונדב חיים הירשפלד
 יוחאי ליפשיץ
 יונתן יצחק אלדר
 אברהם דוד מוזס
 שגב פניאל אביחיל
 נריה כהן



ה' יקום דמם
 נרצחו על קידוש ה'
 באהלה של תורה
 ל' באדר א' ה'תשס"ח



בעזרת ה'
 מערכת: **ליין עוקשי, ליאור לביא וחדה גלילי**
 עורך: **משה שטרנברג**
 דברים שבלב: **ליין עוקשי וליאור לביא**
 ביאורים: **אופיר פריד ושילה גוטמן**
 עריכה לשונית: **יערה פריד - 02-6515786**
אלישבע טויק - 050-674-1966
 עיצוב גרפי: **יצחק למפרט - 054-804-6613**
 הוצאה לאור: **'עטרת' 02-6519520**
 הפקה והפצה: **בשביל הנשמה (ע.ר.)**

תודה למכון הר ברכה בראשות הרב אליעזר מלמד על קטעי ההלכה.
 תודה לרב משה הררי על קטעי ההלכה לסליחות.
 תודה לרב אלישע אבינר על הייעוץ וההכוונה במהלך כתיבת הדברים.
 תודה לחברים משיבת מרכז-הרב על עזרתם הרבה.

© כל הזכויות שמורות לע.ר. בשביל הנשמה.
 מותר להעתיק ולצלם לצרכי לימוד פרטי בלבד
 לפרטים ולהזמנות מרוכזות:
דוא"ל: b.haneshama@gmail.com
 טלפון: 053-831-5644 (שלומי)

רוצים להיות מעודכנים ראשונים?
 שלחו לנו מייל "רוצה להצטרף לקבוצת העדכונים"
 או חפשו אותנו ב : בשביל הנשמה

לעילוי נשמת
'ורצא בת שמואל יוסף ע"ה



לעילוי נשמת
משה אריה בן שמואל ז"ל



לעילוי נשמת
אהרן גדליהו בן חיים יהודה ז"ל

לעילוי נשמת
חנה אלה בת ברוך ז"ל



לעילוי נשמת
רועי מרדכי וינברג ז"ל



ביד הלשון

"הדיבור הוא קולמוס הלב". במילים אלה מתמצת רבנו בחיי, בספרו 'חובות הלבבות', את עצמתו של כוח הדיבור. המילים שלנו הן **הביטוי המסכם** של מה שאנחנו, של מה שמסתרת עמוק בתוך לבנו.

מה מעצב את המילים שלנו? מאיפה הן נובעות? מה עושה אותן משמעותיות כל כך?

דוד המלך אמר בתהלים: **"מי האיש החפץ חיים אוהב ימים לראות טוב, נצור לשונך מרע ושפתך מדבר מרמה [...]"**. המבט שלנו מעצב את הדיבור - **כדי לדבר טוב צריך לראות טוב**.

כשהלב והעיניים מחפשים רק את הרע והמכוער בכל פינה - ממילא יוציא הפה רע.

העישון מזיק לבריאות, את זה כולם יודעים. כאשר נושמים את עשן הסיגריות, הריאות מתמלאות פיח, וגם מעשן פסיבי עלול לחלות במחלות קשות כתוצאה מכך. מה שלא כולם יודעים - **גם דיבור שלילי הוא מזהם סביבתך**.

מילים עלולות לגרום לאווירה עכורה ושלילית - לזהם את האוויר. בכוחן של המילים לחבר ולקרר בין אנשים, ובכוחן גם להפריד ולסכסך.

"מוות וחיים ביד לשון"

בכוח העצום הזה, שקיים בכל אחת ואחד מאתנו, עלינו ללמוד איך להשתמש.

צריך לדעת איזה דיבור נכון ואיזה שגוי, מה בונה ומה הורס, מה אסור ומה מותר.

בנוגע למה שנכנס לתוך הפה שלנו רובנו מסכימים שיש להקפיד על הכשרות המהודרת ביותר, אך לצערנו, בנוגע למה שיוצא לנו מהפה לא תמיד מוסכם שיש להקפיד אפילו על כשרות מינימלית.

החברה שלנו יכולה להיראות אחרת, להישמע אחרת. אפשר לדבר אחרת, והאוויר יכול להתנקות מכל זיהום האוויר הרוחני שאופף אותנו.

זה בידיים שלנו, ביד הלשון.

בחוברת 'ביד הלשון' נבקש לגעת בהיבטים שונים של הנושאים הקשורים בדיבור שלנו; ללמוד איך להסתכל על המציאות בצורה אחרת ואיך לדבר בצורה אחרת; נלמד מה ההשפעות של הכוח הזה שקיים בנו ואיך אפשר לנצל אותו באופן הטוב ביותר.

בשביל כולנו, בשביל הנשמה.

בשבוע הראשון נעסוק בכוח הדיבור, בחשיבותו, בערכו ובמרכזיותו בחיי האדם. **בשבוע השני** נעסוק בהשפעת המבט שאֵתו אנו בוחנים את העולם על הדיבור שלנו. **בשבוע השלישי** נעסוק בהשפעה החברתית של כוח הדיבור. **בשבוע הרביעי** נלמד על ערכם של השתיקה ושל הסבלנות כחלק מדיבור מתוקן. **בשבוע החמישי** נעסוק בסיבות שגורמות לנו לדבר לשון הרע. **בשבוע השישי** נלמד על חשיבות הדיבור החיובי, ועל הדרכים לתקן את הדיבור. **בשבוע השביעי** נעסוק בקלקול שבדיבור גם ונמוך ובערך הדיבור הנקי והמתוקן. **בשבוע השמיני** נציע עצות שונות לתיקון הדיבור ולהימנעות מדיבורים שליליים.

מ-12:45 עד 13:15, כל יום, לימוד קבוע של הספר 'חפץ חיים' ושמירת הלשון'. כך חזר הרב צבי יהודה קוק זצ"ל, ראש ישיבת מרכז הרב, והדגיש לתלמידיו. זהו סדר הלימוד היחיד שנקבע כחובה בישיבה עד עצם היום הזה. 'אפשר ללמוד הרבה מאוד תורה - ולהמשיך לפטפט ולפגום בדיבור', כך הסביר.

כדאי לעשות לנו מנהג קבוע; מעבר ללימוד בחוברת, ללמוד מהספר המקורי של 'חפץ חיים'. זה לימוד שממש יכול לשנות את החיים; את המבט, את הגישה, ובעצם את כל היחסים שלנו עם החברה.

מכילת כהן שארית

כוח הדיבור וערכו

ה', הצילה נפשי משפת שקר, מלשון
רמיה.
מה יתן לך ומה יסיר לך לשון רמיה.
חצי גבור שנוגים עם גחלי רתמים...
(תהלים קכ)



ביאורים | "לא תלך רכיל בעמך"

הפסוק המרכזי שממנו לומדים חז"ל על איסור לשון הרע הוא: "לא תלך רכיל בעמך", אך המעייין בפסוק רואה שכלל לא מוזכר בו האיסור לומר דברים רעים על האחר (שזוהי הגדרת לשון הרע), או לומר למישהו שמישהו רוצה להרע לו (שזוהי הגדרת רכילות). מהו וכולל? האם וכולל הוא סוחר העובר בשוק מאדם לאדם, או שהוא עומד בדוכן ומציע את סחורתו לעוברים ושבים? האם וכולל מוכר דווקא דברים רעים? האם השיחות של הרוכל עם העוברים ושבים הן דווקא דיבורים רעים על האחר או דיבורים שיוצרים סכסוך? ודאי שלא.

אם כן מדוע אמרו חז"ל שהפסוק הזה עוסק באיסורי לשון הרע ורכילות? חוץ מזה, צריך להבין לפי זה מהו האיסור להיות וכולל? למה התורה ניסחה כך את האיסור? ננסה לעמוד על כך מחר.

דברי גנאי אמיתיים וכוזבים | הלכות

אסור לדבר בגנותו של הזולת, בין שהדברים הנאמרים עליו הם נכונים ובין שהם כוזבים. אם הדברים נכונים הם נקראים **לשון הרע**, ואם הם דברי שקר וכזב הרי המספר אותם נקרא **מוציא שם רע** וחטאו חמור הרבה יותר.

חשוב במיוחד להדגיש כי **דברים בגנות הזולת**, על אף היותם נכונים, הם הם הנקראים **לשון הרע**.

מקובל לחשוב כי **לשון הרע** מוגדרת כעלילת דברי שקר בגנותו של אדם, ואילו כאשר הדברים אמיתיים הרי הם מותרים. התשובה השכיחה ביותר בפי המדבר **לשון הרע** כאשר גוערים בו היא: "אבל זה אמת!". לאמתו של דבר, זוהי טעות גדולה. דווקא דיבורים אלו, על אף שהם אמת, נקראים בפי חכמינו ז"ל **לשון הרע**.

(מתוך 'צפור לשונך' עמוד 60)

דברים שבלב | העיקר סמוי מן העין

"**העיקר סמוי מן העין**", כך קבע אכזופרי בספרו היפה והקלאסי 'הנסיך הקטן'. גם אנחנו יודעים שהעין שלנו קולטת מעט מאוד ממה שקורה באמת: אנחנו לא מסוגלים לראות גלי קול וגלי רדיו, אין לנו אפשרות לראות מה מתרחש בגוף שלנו בכל רגע, ויש עוד דוגמאות רבות לעיוורון שלנו בתחומים רבים.

בכל זאת, אם היינו צריכים 'לשים את האצבע' על הדבר העיקרי שאנחנו לא מסוגלים לראות, נראה לי שהיינו מסכימים פה אחד שמדובר ברגשות ובמחשבות של הסובבים אותנו. מה היא חושבת על מה שאמרת? מה הם אומרים על הבגדים החדשים שלי? היא אוהבת? הוא שמח? לפעמים אנחנו יכולים להעביר ימים שלמים בניסיון להבין מה הכוונה של מעשה כזה או אחר, למה הוא התכוון במה שהוא עשה? למה היא לא חייכה הבוקר? למה הוא לא מתקשר כבר שעתים? כל הדוגמאות האלה מראות לנו 'על קצה המזלג' עד כמה מה חשוב לנו באמת מוסתר מעינינו.

למה? למה העולם בנוי בצורה כזאת? לכולנו, כידוע, יש גוף ונשמה. חיצוניות ופנימיות. החיצוניות פחות או יותר גלויה לכולם, אבל מה שמתרחש אצלנו בפנים - חתום ושמור מעיני כולם. הדרך להביע את עצמנו ולהסביר את המעשים שלנו נמצאת בפה. הסבר אחד יכול לפתור מיליון השערות ומחשבות; משפט אחד יכול להתיר סבך של 'התבכבשויות' לאין סוף.

מאחר שיש לנו נשמה אנחנו צריכים דרך לבטא אותה. לבעלי חיים אין אפשרות להתבטא במילים מפני שאין להן עולם פנימי כמו לבני אדם. לחיות אין עולם רגשי עשיר ורב-גוני כמו שיש לנו, לכן נהימות ותנועות גוף מספיקות להן כדי להסביר את הרצון שלהן.

לאדם יש עולם מלא של רוח, רגשות ומחשבות. על ידי כוח הדיבור יש לנו אפשרות לשתף אחרים, להסביר, לתת לאחרים אחיזה בעולם הפנימי שלנו.

העיקר באמת סמוי מן העין, אבל בעזרת האוזן אנו יכולים להקשיב למה שיש לפה שלנו לומר, וזה - העיקר!

אמר ר' יוחנן משום ר' יוסי ז' זמרא: "כל המספר לשון הרע כאילו כופר בעיקר שנאמר 'אשר אמרו ללשונו נגביר שפתינו אתנו - מי אדון לנו'".

(ערכין 70:)

ביאורים | "לא תלך רכיל בעמך" – המשך

שאלנו אתמול, איך מהפסוק "לא תלך רכיל בעמך" לומדים חז"ל את איסור לשון הרע, ושאלנו גם מהו האיסור להיות רוכל? התשובה: האיסור להיות רוכל אכן רחב הרבה יותר מהאיסור לדבר דברים רעים. האיסור הוא להימנע מלעסוק בחייו של האחר. אך כיוון שרוב בני האדם לא יכולים להגיע למדרגה הגבוהה הזו, שבה הם אינם מתעסקים באחר כלל, הגדירו חז"ל שהאיסור הוא רק לדבר דברים רעים על החבר או לסכסך בין אנשים.

אך למה בדיוק התכוונה התורה שאסרה על האדם להיות רוכל? התורה מחנכת אותנו **שהעבודה השלימה העומדת מאחורי איסור לשון הרע** היא לא רק לא לומר דברים רעים אלא **לעקור מהנפש את תכונת ה'רוכל'**, את הרצון להיות תמיד במרכז העניינים, לדעת תמיד מה קורה אצל כולם, ולהעביר שמועות וידיעות אפילו שאינן רעות. התורה רוצה שנתרגל להיות אנשים שאינם עוסקים באחר כלל אלא רק לצורך רווחתו וטובתו. חשוב מאוד להיות מעורה במה שקורה בקרב החברים, אך חלילה אין להפוך זאת להיות "מוקד טלפוני" שכל מי שרוצה יוכל לפנות אליו כדי לקבל מידע על האחר.

לשון הרע סתור אונס | הלכות

אין כל הבדל בין המספר לשון הרע מרצונו החופשי ובין המספר מתוך הכרח כלהו. אם יפתה אותך אדם לאכול מאכל לא כשר, האם ייתרה מתוך לך לאכול ממנו? ודאי שלא! אותו עיקרון חל גם על **לשון הרע**. דויד להוט ברוב סקרנותו לגלות את זהותו של מי שעשה איזו שהיא עוולה, והוא מפציר בחברו: "תראה, אתה יכול לספר לי, אנחנו הלא ידידים טובים. אני מבטיח לך שלא אספר לאף אחד. תן לי רק רמז. אם לא תספר לי אתה עוד תצטער על כך. לא אזוז מכאן עד שתספר". דויד מנסה את כל סוגי השכנוע - מפיתוי ועד איום. למרות עקשנותו, חייב חברו להימנע בכל תוקף מלספר את הידוע לו. (מתוך 'נצור לשונך' עמוד לב)

דברים שבלב | שמים וארץ

כל הזמן הם מתווכחים. הוא רוצה ימינה, היא - שמאלה. הוא למעלה, היא דווקא נשארת למטה. יש מקום שבו הם תמיד נפגשים... אנחנו אוכלים אוכל, אבל גם אוהבים לשמוע מוזיקה טובה. קשה לנו הרבה פעמים לקום מן המיטה, אבל לקרוא ספר טוב או לעזור למישהו - ממש יכול לעשות לנו את היום.

אז מה אנחנו? שם או כאן?

אז כמו שאומרים: גם וגם. גם שם וגם כאן, גם למעלה וגם למטה. יש בנו, כמו שאינו כבר, נשמה שרוצה למעלה ולא מסתפקת בפחות מזה. יש בנו גם גוף שרוצה ליהנות מאוכל טוב ולהמשיך לישון עוד קצת. יש מקום אחד בגוף שבו יש פגישה בין שני הצדדים האלה; מקום שיש בו גם מהארץ וגם מהשמים.

הפה שלנו הוא נקודת המפגש. מצד אחד הוא איבר פיזי ככל האיברים בגוף שלנו, מצד אחר אנחנו משתמשים בו כדי לבטא את החלק הרוחני שבתוכנו. העבודה הרוחנית שלנו קשורה לנקודת המפגש הזאת: לימוד תורה נעשה בדיבור, התפילה שלנו והעזרה לזולת בעצה ומילה טובה. והנה כמה דוגמאות קטנות נוספות לעצמה של הדיבור שלנו: ברכה של 10 מילים מעניקה ללחם רגיל קדושה, 130 מילים הנאמרות מתחת לחופה יוצרות את הקשר המקודש בין חתן לכלה, 85 מילים הופכות כוס יין לכוס של קידוש. המילים מרוממות את המציאות הרגילה.

הפה הוא המקום שבו נפגשים השמים והארץ. זה מקום עדין, ועם זאת - בעל עצמה אדירה. שימוש זהיר ונכון יכול לחבר בין הפכים ממש, בין הגוף לנשמה, ואילו שימוש שגוי עלול לסכסך, להפריד וליצור מריבה. הגבול בין חיבור לניתוק הוא דק מאוד. המשימה שלנו היא לשמור עליו...

אמר רבי מנא: "כל שאומר לשון הרע מסלק השכינה מלמטה למעלה".



(דברים רבה ה')

"לעולם אל יספר אדם בטובתו של חברו, שמתוך טובתו בא לידי גנותו". מלמדים אותנו חז"ל שלא רק הסיפור בגנותו של חבר אסור, אלא אפילו לספר בטובתו אסור. מדוע? כיוון שהעיסוק בטובתו של החבר יכול להביא את האדם ששמע את הדברים לעיסוק גם בגנותו. אף על פי שהאדם שמספר לא מתכוון כלל לרעת חברו, האדם ששומע יכול להיות אדם ש"לא לגמרי מחבב" את מי שמדברים עליו, ויכול להגיע לסיפור בגנותו.

חז"ל רוצים ללמד אותנו בדברים אלה שנחשוב היטב לפני שאנו מוציאים דבר כלשהו מהפה. לדיבור שלנו יש השלכות מרחיקות לכת, אפילו אם זה לא נראה בטווח הקצר. גם אם כוונתי טובה לגמרי, יכול להיות שמהדיבור שלי יצא רע, וצריך להיזהר זהירות יתרה שלא להגיע למצב זה.

לסרב להורים או לחברה | הלכות

מי שהוריו, רבו או מורו שואלים אותו על מקרה כלשהו והוא יודע שבתשובתו יוכרח לבוא לידי **לשון הרע**, אסור לו להשיב להם על אף חובתו לכבד אותם. עם זאת, מובן שעליו להיות זהיר בכבודם ולסרב באדיבות, נימוס ודרך ארץ.

לעומת זאת, אם הדברים שהוא נדרש לספר עשויים להביא תועלת ולמנוע נזק או רעה כלשהי, והוא עצמו אינו מסוגל לנזוף בעושה הרעה או למנוע את הנזק - מותר לו לספר את הידוע לו.

(מתוך 'נצור לשונך' עמוד לב)

"עליה לא הייתי מאמינה";
 "שמעת? מה שמספרים עליו זה נכון...";
 "הוא סתם שקרן";
 "היא משעממת לאללה, את ישנה אצלה חופשי...";
 "ראית מה היא לבשה?";
 "ראית איזה מכנסים הוא מצא? מסבא שלו הוא לקח אותם".

מזכיר משהו? מעלה חיוך? קל מאוד להיות בצד המחייך, פחות נחמד להיות בצד השני. מספיקה מילה אחת כדי לחרוץ את גורלו של מישהו או מישהי. משפט שקובע מה האופי יכול ללוות הרבה זמן. לעומת זאת, מילה טובה יכולה באמת להפוך למישהו את היום. מחמאה שבאה במקום יכולה להרים למישהו את מצב הרוח ולהזרים לו חיים ממש.

לפעמים עולה מחשבה: "כולה מה אמרתי?". מילה יכולה להגדיר מחדש התייחסות למצב, לאדם ובעצם לכל דבר. אפשר לחשוב בלב הרבה מחשבות, בסופו של דבר הדיבור הוא מה שיקבע את ההתייחסות שלנו, את זווית המבט. מה שאנחנו אומרים יכול להפוך יום בינוני ליום מוצלח, השאלה היא איך מגדירים מה שקורה.

הכלי הזה שיש לנו הוא מתנה נפלאה, אבל חשוב להשתמש בו בזהירות. להיזהר מלומר מילים פוגעות שעלולות לגרום לרצח אופי, ולהפך - לראות איך אפשר להשתמש במילים כדי לשמח אנשים. להחיות אותם.

אפשר להרים את הארץ לשמים ואפשר גם להוריד את השמים מתחת לארץ. הכל תלוי בגישה.

אמר רב חסדא אמר מר עוקבא: "כל המספר לשון הרע אמר הקב"ה: אין אני והוא יכולין לדור בעולם, שנאמר: 'מְלִשְׁנֵי בַסְתָּר רַעוּהוּ [...] אֹתוֹ לֹא אוֹכֵל אֶל תִּקְרָא 'אוֹתוֹ' אֶלֶּא 'אוֹתוֹ'".

(ערכך טו:)

ביאורים | "לא תשא שמע שוא"

גם מהפסוק "לא תשא שמע שוא" למדו חז"ל איסור לשון הרע. כך הם הסבירו את הפסוק: אל תקבל לשון הרע, ואל תאמין לשמועות שקריות.

לפי ההסבר הזה, האיסור לשמוע דברים רעים שאינם נכונים הוא איסור הוצאת שם רע, שזהו שקר ממש. אך איך למדו מכאן שאסור לשמוע דברים רעים שהם נכונים, כלומר לשון הרע? ישנו פסוק אחר: "לא תשא את שם ד' אלוקיך לשוא כי לא ינקה ד' את אשר ישא את שמו לשוא".

חז"ל שאלו למה כתוב פעמיים 'לשוא', ולמדו ששני פירושים למילה 'שוא': (א) לשקר (ב) לחינם. מי שמצביע על עץ ונשבע בשם ד' שזה עץ - אינו משקר, אך זה לחינם, וגם זה נקרא לשוא. יוצא שגם לפסוק שלנו כוונה כפולה; אל תשא [תקבל] על עצמך: (א) שמועות שאינן נכונות (הוצאת שם רע). (ב) שמועות רעות שהן מיותרות ואין בהן עניין (אפילו שהן נכונות), שיכולות בסופו של דבר להזיק (לשון הרע).

הפסד כספי בעקבות הימנעות מלשון הרע | הלכות

אין כל הצדקה והיתר לדבר לשון הרע, גם כאשר ההימנעות מכך עשויה לגרום הפסד כספי גדול. אדם מחויב לוותר אף על כל רכושו ולא לעבור אפילו על איסור תורה אחד!

מעכידו של מר גולדברג דרש מהעובדים בבית מסחרו ללעוג על מתחרהו, בעל בית מסחר סמוך, ולהעיר הערות בגנותו בפני הקונים. ככל שהפגיעה הייתה חריפה ועוקצנית יותר - כן גדל כבודו של אותו עובד בעיני המנהל. מר גולדברג פוטר מעבודתו משום שסירב לדבר לשון הרע. אבדן הכנסתו של מר גולדברג עקב פיטוריו גרם לו ולמשפחתו קשיי פרנסה וסבל רב. אף על פי כן, אסור היה לו, אפילו בנסיבות אלו, לנהוג אחרת מכפי שנהג. (מתוך 'נצור לשונך' עמוד לב)

דברים שבלב | אלימות ואילמות

"מדי פעם הוא היה מתפרץ; צועק, מנופף בידיים, מאיים. פחדתי נורא מהרגעים האלה. אחר כך הוא היה נרגע. תמיד כשהוא היה מתחיל הייתי רצה מהר לחדר, מחביאה את הראש מתחת לכרית, ומתפללת לה: רק שהוא לא ירביץ לי שוב...".

היום, עשרים שנה אחרי, עוד מציפות דמעות את עיניה כשהיא מספרת על הפחדים ועל האווירה המתוחה שיצר בבית אחיה הגדול. "הוא בעצם לא ממש ידע לדבר", היא אומרת. "תמיד צעק כשהוא רצה משהו, כשהוא לא קיבל הוא צעק חזק יותר ואחר כך נתן מכות. צריך ללמד כבר מגיל צעיר שחייבים לדעת לדבר. **אלימות ואילמות הולכות ביחד**; מי שלא מסוגל להסביר את עצמו, מהר מאוד יגיע למכות. כשאני אומרת 'לדבר' אני מתכוונת ליכולת פשוטה להסביר מה רוצים בשקט ובסבלנות".

אם שמעתם על מקרה של אלימות - דעו שהייתה חסרה שם יכולת דיבור. זאת מיומנות שכדאי לרכוש מגיל צעיר מאוד. לא לצעוק ולא להפעיל כוח. להסביר ולדבר. האדם הופך להיות נעים יותר לסביבה, עדין ומתחשב.

המקרה הזה אולי נשמע רחוק מאתנו, אבל ההתמודדות הזאת מתבטאת ביום בהמון מצבים; ויכוח במשחק כדורסל או כדורגל עלול לגלוש לצעקות או אפילו למכות, הכול נובע מחוסר יכולת לתקשר בצורה נורמאלית. כדי לדבר צריך להתחשב בשומע, צריך להסביר בהיגיון.

בצעקות מנסים להטיל פחד, וכך - להטיל מרות. גם אלימות מילולית היא אלימות - שימוש בכוח כדי שיתקבלו דבריי. "דברי חכמים בנחת נשמעים", הכוונה היא שאפשר לשמוע באמת רק דברים שנאמרים בנחת.

דיבור עדין ופועל פעולה אמיתית מכיוון שהוא נוגע בלב ובשכל של האדם. דיבור אליים ואלימות של ממש נובעים מקוצר רוח ומחוסר סבלנות, מניסיון לקבל תוצאות מיד. אפשר לדבר על זה, רק צריך סבלנות.



ארבעה דברים שהם נפרעים מן האדם בעולם הזה והקין קיימת לו לעולם הבא, ואלו הם: עבודה זרה וגילוי עריות ושפיכות דמים, ולשון הרע כנגד כולם.

(ירושלמי פאה פרק א הלכה א)

ביאורים | המלבין פני חברו כאלו שופך דמים

לכל אדם יש שני גורמים המרכיבים אותו: גוף ונפש. אדם חולה שגופו נפגע או נחלש מאוד, ייראה כפוף ומסכן כי גופו פגוע. בנוסף לכך, גם אם אדם בריא לחלוטין בגופו, אם הוא יאבד את המוטיבציה לחיות, או את האמון בחייו וכוונותיו, גם הוא יראה כפוף, שבור ומסכן. שתי דרכים יש 'למחוק' אדם מעל פני האדמה. דרך אחת היא לפגוע בגופו, בחץ או במכה - ואז הוא ימות. אך יש דרך נוספת, והיא אולי קטלנית הרבה יותר: לפגוע בנפשו, בזקיפות הקומה שלו, בערכו, ולהפוך אותו לשבר כלי. הוא ימשיך לחיות, אבל ניטלה ממנו החיות. גופו ימשיך לנוע, אך הוא יהיה כמו שקית ריקה שאיבדה את כל ערכה. **המלבין פני חברו ברבים הוא אחיו התאום של שופך הדמים**, שניהם עושים את אותה פעולה. שניהם נוטלים את החיים מקורבנם.

דברים שבלב | זאב!!! זאב!!!

"זאב!!! זאב!!!" צעקה נוראית הפרה לפתע את השלווה. שלושה גברים חסונים יצאו לדרך ודרכו את נשקם. בהגיעם אל המקום שממנו בקעה הצעקה, ראו את יוסי הרועה יושב לו ליד הכבשים ומתלגלג מצחוק... מיד הבינו שנפלו קורבן לעוד אחת מהבדיחות הלא מוצלחות שלו. הם חזרו כלעומת שבאו, אך לא לפני שהעמידו את יוסי במקומו בצעקות ובתוכחות, והלה כבש פניו בקרקע בבושה. לאחר שעתיים נשמעו שוב צעקות איומות: "זאבים!!! הצילו!!!". לאחר שהחליפו מבטים זה בזה דרכו את הנשק והחלו לרוץ, משוכנעים שהפעם זה אמתי. כשהגיעו לא האמינו למראה עיניהם: יוסי שוכב על הדשא, מנסה לבלום את פרצי הצחוק בחוסר הצלחה, הכבשים רועות להן בנחת, ומסביב שלווח...

בפעם השלישית, כשצעק יוסי בקולי קולות לאחר שזאב הסתער על העדר, אף אחד כבר לא הקשיב. המילים שלו נשארו תלויות באוויר... מילים. כל כך הרבה כוח יש בהן - לטוב ולרע. הכול תלוי בגורם חשוב אחד: האם שומרים עליהן או לא. מי שזורק את המילים שלו סתם כך, מספר סיפורים מנופחים בלי כיסוי, מבטיח הבטחות ולא עומד בהן - הופך את הדיבור שלו לזול. אף אחד כבר לא מתייחס אליו ברצינות. רק מי ששומר על כל מילה שלו, מי שיודעים שכשהוא מדבר זה רציני, רק אצלו הדיבור יוכל להיות משמעותי ומלא כוח. ממש כמו סכין חדה מאוד; אם שומרים אותה היטב - היא חותכת מצוין, אך אם מבזבזים אותה על דברים פשוטים היא מתקרה ונהרסת. חז"ל אומרים שהשתיקה יפה לחכמים, קל וחומר לטיפשים; אז אם אין מה לומר - באמת חבל לקשקש, זה פוגע במילים שאנחנו רוצים לומר באמת.

לשון הרע בכתב | הלכות

על חטא **לשון הרע** אפשר לעבור הן בדיבור והן בכתבה. מידע מבזה ודברי גנאי במכתבים אישיים, SMS, אי-מייל, ספרים, עיתונים, כרוזים ומודעות קיר - גם הם **לשון הרע**. שרה יקרה,

... מאז שנסעת מתנהגת לאה חברתנו גרוע יותר מאשר בעבר. חנה ורחל נכשלו במבחנים רבים. קשה להאשים אותן מכיוון שהמורים לא הכינו את הכיתה כראוי... אל תשכחי לכתוב את המתחדש אצלכם - בעברו השני של האוקיינוס. שלך בנאמנות, רבקה

לפני שליחת מכתב או דואר אלקטרוני - בדוק אותו **מלשון הרע!** (מתוך 'צפור לשונך' עמוד לג)



והרי דברים קל וחומר, מה מרים שלא דיברה אלא שלא בפניו של משה ולהינתן של משה ולשבחו של מקום ולבנינו של עולם כך נענשה, כל המדבר בגנותו של חברו ברבים - על אחת כמה וכמה. (ספרי כי-תצא)

ביאורים | לשון הרע שקולה כנגד ג' העבירות החמורות

חז"ל אומרים שלשון הרע שקולה כנגד גילוי עריות, שפיכות דמים ועבודה זרה. ה'חפץ חיים' מסביר שזה נכון רק ב'בעל לשון הרע', דהיינו מי שמדבר לשון הרע בקביעות, שאצלו הקלוקל גדול מאוד. אדם כזה, שבעצם כל חייו הם עיסוק בלשון הרע, אינו גרוע מאדם שעובר על עבירות חמורות אלו.

בנוסף לכך אפשר להסביר שדברים אלו נאמרו על האומה כולה. חז"ל משווים את בית המקדש הראשון, שנחרב בגלל עבודה זרה, גילוי עריות ושפיכות דמים, לבית המקדש השני שנחרב בגלל... לשון הרע ושנאת חינם! כשם שעבירות חמורות אלו גרמו לגלותו של עם ישראל, גם לשון הרע ורכילות גרמו לחורבן הבית ולגלות.

ה' ברא את עם ישראל בגלל התפקיד המיוחד שנקבע לו, לקדש את העולם. אם האומה מתנתקת מתפקידה ועוברת על ג' העבירות האלה היא מתמלאת טומאה, וממילא ראויה לרדת לגלות כי היא מועלת בתפקידה.

אבל יש גורם נוסף לירידה לגלות. חברה שמלאה בשנאת חינם ולשון הרע פשוט מתפוררת, כך שבפועל היא לא יכולה לעשות את תפקידה, ואז ה' עוזב אותה, והיא יוצאת לגלות. אי אפשר לחיות כאומה כשיש לשון הרע, רכילות ומלשינות.

פרסום מכתב לשם השפלת כותב | הלכות

המקבל מכתב מחברו, אסור לו להראותו לאחרים, אם כוונתו בכך ללעוג לכותבו. גם אם אינו אומר אף מילה רעה על אודות הכותב, אך הקורא יכול בעצמו לקבל את הרושם כי הכותב אינו נבון או לוקה בבעיה אחרת, הרי שזה **לשון הרע** ברמז ואינו שונה מכל **לשון הרע**.

מרדכי קבל מחיים מכתב שהיו בו ציטוטים לא נכונים מהתורה, רעיונות לא הגיוניים ושפע של שגיאות כתיב. אסור לו להראות את מכתבו של חיים למישהו אחר ולגרום לו בכך לעג וביזיון.

(מתוך 'נצור לשונך' עמוד לד)

דברים שבלב | תרופה חזקה

באחד ממסעותיו נסע ה'חפץ חיים' בעגלה עם עגלון. משך כל זמן הנסיעה לא הוציא העגלון מילה מפיו. ה'חפץ חיים' שאל את העגלון לפשר התנהגותו. הלה, שלא ידע שהנוסע השואל הוא לא אחר מאשר ר' ישראל מאיר הכהן מראדין, החפץ חיים בכבודו ובעצמו, ענה: "לאחרונה יצא ספר בשם 'חפץ חיים' העוסק בהלכות שמירת הלשון. מאז שקראתי את הספר אני שותק". אמרו לו ה'חפץ חיים': "אם כך - לא הבנת את מטרת הספר. לפני שלומדים באמת עדיף לשתוק כדי לא להיכשל. אחרי שלומדים אפשר לדבר בחופשיות, כי יודעים מה אפשר לדבר".

באמת הדיבור הוא כוח שקשה לעצור אותו. הוא מתפרץ בלי ששמים לב. לא צריך להפעיל מאמץ מיוחד, המילים פשוט זורמות. הן גם פועלות במהירות רבה וגם מגיעות למרחקים. פעולה של יד מוגבלת במקום; המילים, לעומת זאת, עפות להן למרחקים ברגע.

כשחושבים על כל זה בא לשתוק. לא להסתבך, לא להיכשל. אבל זאת טעות. דווקא מפני שהמילים הן כל כך משמעותיות ומשפיעות צריך להשתמש בהן, להשתמש בהן בצורה נכונה. מילים הן ממש כמו תרופות - שימוש במקום הנכון ובזמן הנכון יכול להציל חיים, שימוש בצורה שגויה עלול להרוס חיים. כדי להשתמש בתרופות חייבים ללמוד. ללמוד מה מתאים, מה מסוכן, מה מתאים לזמן ולמקום.

יש לזה ביטוי עממי ונחמד: **"מדל - מקום, זמן, לשון**. אדם בר מזל הוא כזה שיודע לומר את המילה הנכונה במקום ובזמן הנכון. ה' נתן לנו את כוח הדיבור אבל גם נתן לנו הדרכה איך בדיוק להשתמש בו בצורה נכונה.

אז כדאי ללמוד טוב ובאופן קבוע את הלכות שמירת הלשון של ה'חפץ חיים', כי גם בשביל מזל צריך שכל...

מות וחיים ביד לשון.



(משלי יח, כא)

לב
הדברים

הדיבור הוא כוח מיוחד שנתן לנו ה'; הוא חושף את הצד הפנימי והנסתר שקיים בתוכנו. זהו גם הכוח המבדיל בינינו לבין בעלי החיים, החסרים את העולם הפנימי הנסתר.



כוח הדיבור מאפשר לנו להפוך מציאות חולין לקודש. על-ידי הדיבור אנו הופכים מעשי חול למעשים בעלי ערך רוחני מקודש.



מילים מגדירות את היחס לסיטואציות שאנו חווים, לבני אדם ובעצם לכל דבר. הדיבור הוא מה שיקבע את ההתייחסות שלנו, את זווית המבט. מה שאנחנו אומרים יכול לקבוע את היחס למציאות שסביבנו.



כדי שכוח הדיבור לא יפגע חשוב ללמוד איך להשתמש בו בצורה נכונה; צריך לדבר בעדינות ובסבלנות. אלימות - פיזית ומילולית - היא ביטוי לחוסר יכולת להסביר את עצמנו בצורה בוגרת וסבלנית.



כדי לא לשחוק ולהזיל את כוח הדיבור יש להישמר מדיבורים חלולים וריקים, ללא משמעות וללא מחשבה.



מפני שהמילים הן כל כך משמעותיות ומשפיעות צריך להשתמש בהן, להשתמש בהן בצורה נכונה ומחושבת.



אמרו חז"ל: "דורו של דוד כולם צדיקים היו, וע"י שהיו להם דילטורין (מלשינים) היו יוצאים למלחמה והיו נופלים... אבל דורו של אחאב עובדי עבודה זרה היו וע"י שלא היה להם דילטורין היו יורדים למלחמה ונוצחין".

אחאב היה מלך רשע. הנביא אומר עליו שהכעיס את ה' יותר מכל מלכי ישראל שהיו לפניו. הוא ואשתו איזבל רדפו הרבה שנים אחרי נביאי האמת ולומדי התורה ובתקופת מלכותם עם ישראל היה במצב רוחני איום ונורא, שכן המלך והמלכה עודדו לעבוד עבודה זרה ולחטוא. מנין, אם כן, נובעת זכותם לנצח במלחמות??

לנצח במלחמה אפשר רק כאשר האומה באמת מאוחדת. חטאים ועוונות הם דברים נוראיים שצריך לשוב עליהם בתשובה, אך לשון הרע פירושו חורבן האומה! כאשר אין שלום בין איש לרעהו, אין משהו שמאחד ומחבר בין כולם, וממילא אי אפשר לנצח במלחמה. נמשך גם מחר להרחיב בעניין זה.

שפת רמזים | הלכות

כשם שאין לספר **לשון הרע** במפורש, כן אין להביע אותה בכל צורה של רמז; דרך סימנים, תנועות יד או רגל והעוויות פנים.
 "מר וייס נאמן תמיד לחבריו" (בנעימת לעג).
 "דני הוא בחור ישר מאוד" (שיעול).
 "שרה היא פקחית יוצאת מהכלל" (קריצת עין).
 "כעת איני אומר דבר על אודותי" - אין זה משנה את העובדה שבכל זאת הבעת בדרך כלשהי ידיעה מבזה ופוגעת.
 (מתוך 'נצור לשונך' עמוד לד)

סיפור לשבת | החזן העיוור (מסיפורי ר' שלמה קרליבך)

לפעמים כועסים על אדם, ואחר כך מתביישים: "איך כעסתי עליו? איזו טעות, איזו טעות, איזו טעות..."

לי הייתה אחת הפעמים בחיים - לצערי יש לי הרבה מה להתבייש - אבל באותו הרגע התביישתי, כמעט לא רציתי לחיות.

באיזה מקום יש בית כנסת, ושם מתפללים ממש עם כל הלב, עם כל הנשמה. במיוחד שיש שם הרבה ילדים קטנים, והם שרים ממש כמו מלאכי השרת.

פעם באתי לשם בשבת בבוקר. לצערי, החזן - מעולם לא שמעתי דבר כזה. אין לו קול, אין לו שום דבר. לא זוכר את המנגינות - טוב, אז אני סולח לו. אבל המילים, הוא אפילו לא אומר את המילים טוב. הוא אומר: "שוכן, מרום, קדוש, לישרים, תהילה, תהלה, ובמקהלות, משיחך..."

ממש לא רציתי להתפלל אתו.

הייתי בטוח, מסתמא הוא אדם עם הרבה כסף, יש לו יארצייט, או משהו, והוא נותן כמה מאות שקלים לבית הכנסת ומרשים לו להתפלל... איזה גועל נפש.

עמדתי לי בפניה והתפללתי לעצמי: אבל מה אפשר לעשות, כשמוציאים את הספר תורה, מוכרחים, מוכרחים, מי לא רוצה לנשק את הספר תורה?

אז טוב, אני ניגש לארון הקודש לנשק את התורה, וארון הקודש שם יש לו מדרגות עד למעלה, ואני רואה ששני יהודים מחזיקים בחזן. ואני שואל אותם: "הוא לא יכול ללכת?", והם אומרים: "לא, אתה לא מכיר אותו? הוא החזן העיוור..."

הוא היה חזן ראשי בלעמברג, והיה לו קול ממש כמו ללויים בבית המקדש, והיה באושוויץ ארבע שנים, ומרוב מכות אין לו עוד עיניים, אין לו קול, וגם, נעבעך, שכח את המילים של התפילה... והיום ביקשו ממנו שיעבור עוד פעם לפני התיבה.

אתם מבינים? איזה תפילות, איזה תפילות...

אם פעם אחת ביום הכיפורים, או דקה אחת, אזכה להתפלל כמו שהוא התפלל אז בשבת בבוקר... מסתמא הוא זכר את כל התפילות בלעמברג. כשהיה לו קול, איך שהוא ראה את הכול, ועכשיו הוא שבור, לא נשאר רק שברי שברים. אם יש אדם אחד עם לב נשבר, זהו החזן העיוור.

איך זה לא הרגשתי? איך לא הרגשתי את עומק התפילות שלו? ממש לא רציתי לחיות. חשבתי איך אני חיצוני חיצוני, אין לי שום פנימיות. עמדתי ככה ולא ידעתי מה לעשות עם עצמי.

בינתיים החזן התקרב עם שני היהודים ששומרים עליו, וכל אחד מהמתפללים מנשק את התורה. כשהוא עבר על ידי, במקום לנשק את ספר התורה נישקתי את ידיו הקדושות.

לשבת טוב

השפעת המבט על הדיבור

"מי האיש החפץ תיים
אהב ימים לראות טוב,
נצור לשונך מרע וישפתיך מדבר מרמה..."
(תהלים לד)