



מודעות עצמית על פי הקבלה · שיעור רביעי: כח המילה

ברית כרותה לשפתיים

שיעור 4 מתוך 10 בקורס מודעות עצמית על פי הקבלה. הסרטון המלא, ומתחתיו השיעור כתוב ומעובד לקריאה.

מן המחשבה אל הדיבור

בשיעורים הקודמים למדנו לקחת אחריות מלאה על צורת החשיבה שלנו. ראינו שכאשר האדם חושב נכון הוא מגביר את החסדים שבספירת הדעת, ומשם האור מוקרן אל הלב, משכן הרגשות והרוח, ומן הרוח אל הנפש הצמודה לגוף. כך משתפרים גם הרגשות וגם הבריאות. עכשיו אנחנו עולים מדרגה אחת, אל מה שהמחשבה הופכת להיות כשהיא יוצאת מן הפה: המילה.

רבותינו מלמדים שכוחו של הדיבור גדול מכוחה של המחשבה. מחשבה לבדה כבר מחוללת פלאות, וכשהיא מתלבשת במילים היא מקבלת עוצמה גדולה בהרבה. ובאותו משקל שבו חילקנו את המחשבה, נחלק גם את הדיבור לשתי טריטוריות. יש דיבור ששייך לעולם הדין והגבורות, ויש דיבור ששייך לעולם החסדים והרחמים. בדיבור נכון אנחנו מגבירים את החסדים שבדעת, והאור יורד מן הדעת אל הלב ומן הלב אל הגוף.

מוות וחיים ביד הלשון

על שלמה המלך נאמר "ויחכם מכל האדם" (מלכים א ה, יא). והחכם מכל האדם, כשהוא מדבר על הדיבור, אינו מרכך את הדברים. הוא קובע: "מות וחיים ביד לשון, ואהביה יאכל פריה" (משלי יח, כא). אין מדובר כאן בעניין קטן. מוות וחיים הם הקצה של הסולם, הקיצוניות שאליה יכול להגיע דיבור לא נכון מצד אחד, והפסגה שאליה מגיע דיבור נכון מן הצד השני, ברוח ובגשמיות כאחת.

הגמרא מדייקת בלשון הפסוק: "וכי יש יד ללשון, לומר לך: מה יד ממיתה, אף לשון ממיתה" (ערכין טו, ב). היד פועלת רק במה שקרוב אליה, ואילו הלשון מגיעה רחוק מאוד. ובין המוות לחיים יש מדרגות רבות, ועליהן נדבר

לנפש ממללה

התורה מתארת את בריאת האדם: "וייצר ה' אלוקים את האדם עפר מן האדמה, ויפח באפיו נשמת חיים, ויהי האדם לנפש חיה" (בראשית ב, ז). אונקלוס מתרגם "לרוח ממללא", לרוח מדברת. ורש"י מבאר: "אף בהמה וחיה נקראו נפש חיה, אך זו של אדם חיה שבכלן, שנתוסף בו דעה ודבור". מעלתו של האדם על כל בעלי החיים עומדת אפוא על שני עמודים, הדעת והדיבור, וזה בדיוק המסלול שאנחנו הולכים בו בקורס הזה: קודם הדעת, ועכשיו הדיבור.

הדיבור הוא התגשמות של כל מה שיש באדם. כל האמונות שלו נמצאות בו, האמיתיות וגם השקריות שעליהן דיברנו, וכל החוויות והרגשות שהוא נושא. הקול יוצא מן החזה, מקבל לבוש בגרון, שהוא צינור ההגשמה, ושם נוצרות המילים והמשפטים. המילים שאדם מוציא מפיו הן השתקפות הפנים שלו, המסקנה של כל המכלול שנקרא אדם.

לכן מן הדיבור אפשר לדעת על הפנימיות. בעולם הטיפול פותחה שיטה שנקראת אסוציאציות חופשיות. המטפל אומר לאדם לשפוך כל מה שעולה על רוחו בלי סדר ובלי סינון, והוא מקשיב וכותב. אחר כך הוא מתבונן במילים ויכול לזהות היכן יושבים הקודים השליליים ומה גרם לירידה במצב הרוח. מזהים נכון, מטפלים נכון, והסתיומות נפתחות.

עולם שנברא באותיות

כל מילה בנויה מאותיות, והאותיות אינן סימנים בעלמא. במשנה שנינו: "בעשרה מאמרות נברא העולם" (אבות ה, א), ודוד המלך אומר "בדבר ה' שמים נעשו, וברוח פיו כל צבאם" (תהלים לג, ו). בספר יצירה כתוב על אותיות לשון הקודש: "עשרים ושתים אותיות, חקקן חצבן שקלן והמירן צרפן, וצר בהם נפש כל היצור" (ספר יצירה ב, ב). כשהקדוש ברוך הוא רצה להוציא את מחשבת הבריאה אל הפועל, הוא עשה זאת באמצעות האותיות.

והבעל שם טוב העמיק בזה, כפי שמביא בעל התניא בשער היחוד והאמונה. על הפסוק "לעולם ה' דברך נצב בשמים" (תהלים קיט, פט) הוא מבאר שהתיבות והאותיות של המאמר "יהי רקיע" עומדות לעולם בתוך הרקיע ומחיות אותו, ואילו היו מסתלקות אפילו לרגע, היו השמים חוזרים לאין ואפס. האותיות הן החיות של הבריאה.

ומכאן אלינו. אם העולם עומד על אותיות, גם האותיות שאנחנו מוציאים מפינו נושאות כוח. כל אות וכל מילה הן כלי שמרכז בתוכו ים של אנרגיות. יש מילים שאוצרות אנרגיה של דין וגבורות, ויש מילים שאוצרות אנרגיה של רחמים וחסדים.

מילים מרחיבות ומילים מקבצות

בקבלה החסד הוא כוח של התפשטות, והגבורה היא כוח של צמצום. ולכן למילים ששייכות לצד הימין, לחסדים ולרחמים, אני קורא מילים מרחיבות, ולמילים ששייכות לצד הדין והגבורות אני קורא מילים מקבצות.

נסו להרגיש את זה בעצמכם. רצח, דם, תאונה, חושך. די לשמוע אותן כדי להרגיש איך משהו בפנים מתכווץ. ועכשיו: זריחה, שקיעה, חתונה, שמחה, שלוה, ים, אופק. ההרגשה מתחלפת מיד. הצירוף והאותיות של המילה חובקים בתוכם את האנרגיה שלה.

הלשון הזאת אינה המצאה חדשה. חז"ל אמרו: "שלשה מרחיבין דעתו של אדם, אלו הן: דירה נאה, ואשה נאה, וכלים נאים" (ברכות נז, ב). יש דברים שמרחיבים את הדעת, ויש דברים שמצמצמים אותה, וכך גם המילים.

שימו לב מה קורה כשיושבים ליד אדם. יש אנשים שאתה משוחח איתם חצי שעה ויוצא מאושר, קל ומרומם. ויש אנשים שאחרי שיחה איתם אתה יוצא נפול ועצוב. אם נרד לעומק ונקשיב למה שהם אמרו, נגלה שרוב המילים של הראשון היו מעולם החסדים, ורוב המילים של השני היו מעולם הדין. מילה שלילית פועלת קודם כל על מי שאומר אותה, ואחר כך על הסובבים אותו. מילה מרחיבה מגבירה את האור אצלנו ואצל הזולת, ומילה מקבצת מנמיכה אותו אצל שנינו.

המילה הכבדה במשפט

כדי להבין את החוק הראשון צריך להזכיר מהו התת מודע. המודע הוא מה שאנחנו משתמשים בו ביום יום. התת מודע הוא מעין מערכת סינון: מה שנראה פחות חשוב, מה שלא נעים לנו, טראומות וחוויות קשות, הכל נדחק פנימה. יש לנו מאגרים שם עוד מן הילדות, ולפי הקבלה גם מגלגולים קודמים. והתת מודע הוא אחד הכוחות החזקים ביותר שמעצבים את המציאות שלנו.

כל עולם הפרסום בנוי על החדירה הזאת. חברה גדולה למוצרי חשמל משקיעה הון עתק בפרסומת שחוזרת שוב ושוב לפני מהדורת החדשות, אף שלרוב הצופים כבר יש מקרר בבית. הפרסומת אינה מכוונת אל השכל. היא מכוונת אל התת מודע. כעבור זמן הבן מתחתן, צריך לקנות מקרר, ופתאום כולם יודעים בדיוק איזו חברה לקנות. מה שחדר חזק אל התת מודע צף בשעת הצורך.

והחוק הוא זה: התת מודע אינו מבין את המילה "לא" ואת המילה "אל". הוא קולט את המשקל הכבד ביותר במשפט, את המילה הבולטת שבו. אדם אומר "קשה לי", והתת מודע קולט קושי. קושי שייך לעולם הדין, ובאמת מצב הרוח יורד והכל נעשה קשה יותר. אם יאמר אותו אדם "לא קל לי", הוא מוסר בדיוק את אותו מידע, אבל הפעם התת מודע קולט קלות, ששייכת לעולם הרחמים.

וכך בכל דבר. במקום "אני עייף" אפשר לומר "אני לא ערני", והנפש קולטת ערנות. במקום "מכוער" אפשר לומר "לא יפה", והנפש קולטת יופי. כל אחד יכול למצוא לעצמו משפטים חלופיים שמבטאים את אותה משמעות במילה מרחיבה. המילה פועלת עלינו בראשונה, ואחר כך היא פועלת גם על הסובבים אותנו.

אני בוחר

יש מילים של כפייה: אני צריך, אני חייב. עצם החיוב, עצם התחושה שמהו כופה עליי, כבר מקבץ. אני חייב ללכת לעבודה, אני חייב להגיע בזמן. כשאדם מחליף את המילים האלה ב"אני רוצה" ו"אני בוחר", הוא יוצא מנקודה של חופש.

והחופש הזה הוא האמת. הרמב"ם פותח את הפרק החמישי בהלכות תשובה בדברים "רשות לכל אדם נתונה, אם רצה להטות עצמו לדרך טובה ולהיות צדיק הרשות בידו" (הלכות תשובה ה, א). האדם עושה את מעשיו

מתוך בחירה ומתוך שמחה. כשהוא אומר לעצמו שהוא בוחר ללכת, המילה מחזירה לו את מה שהיה שלו מלכתחילה.

הסלנג שמסתיר את הלב

הסתכלו על הסלנג שלנו. כשאדם רוצה לבטא את הרגש החיובי ביותר כלפי אשתו, הוא אומר לה שהוא מת עליה, חולה עליה, משוגע עליה, שרוף עליה. מוות, חולי, טירוף ושיגעון, דווקא ברגע שבו הוא רוצה לומר אהבה.

ההסבר לכך נמצא בנפש. אדם מפחד להיחשף, מפחד לגלות את הרגש הפנימי שלו. וכשהוא בכל זאת מגלה אותו, הוא מתגונן מיד בעזרת מילה שלילית. והתת מודע קולט את החולי ואת הטירוף. המילה שהייתה אמורה להרחיב ולהעיר רחמים פועלת בדיוק להפך. צריך להיות כנים ולומר בפשטות: אני אוהב אותך, נעים לי בחברתך. וכך גם עם הילדים. "כפרה עליך" היא מילה של אהבה, אבל פירושה שאני מוכן ללכת כפרה במקומך, ואין שום צורך בכך.

צריך פשוט להחליף את המילון, לסלק מן הלקסיקון שלנו את המילים ששורשן בדין ולהכניס במקומן מילים ששורשן ברחמים. מספרים על הרבי מלובביץ' שנזהר מאוד שלא להוציא מפיו מילה שלילית, ובמקום לומר בית חולים נהג לומר בית רפואה.

בנחת נשמעים

גם הטון הוא חלק מן המילה. צורת הדיבור עצמה מבטאת דין או רחמים. אפשר לומר דברים טובים לגמרי, וברגע שהם נאמרים בצעקה הם נעשים דין. שלמה המלך אמר: "דברי חכמים בנחת נשמעים, מזעקת מושל בכסילים" (קהלת ט, יז). החכם מדבר בנחת, כי רק דיבור בנחת נכנס אל אוזני הזולת.

כמה פעמים אני שומע אצל זוגות שהוא אמר לה כבר אלף פעמים, ושהיא אמרה לו כבר אלף פעמים. וכמה הורים אומרים לילדיהם שכבר אמרו להם כל כך הרבה פעמים. הם אינם מבינים שכל הפעמים האלה נאמרו בדין, ברוגז ובצעקה, ולכן איש לא שמע אותן. רק הנחת יוצרת שמיעה.

הרמב"ם כותב בהלכות דעות: "תלמיד חכם לא יהא צועק וצווח בשעת דבורו כבהמות וחיות, ולא יגביה קולו ביותר, אלא דבורו בנחת עם כל הבריות. וכשידבר בנחת יזהר שלא יתרחק עד שיראה כדברי גסי הרוח. ומקדים שלום לכל האדם כדי שתהא רוחן נוחה הימנו. ודן את כל האדם לכף זכות. מספר בשבח חברו ולא בגנותו כלל. אוהב שלום ורודף שלום. אם רואה שדבריו מועילים ונשמעים אומר, ואם לאו שותק" (הלכות דעות ה, ז). הדברים נאמרו על תלמיד חכם, שצריך להיות דוגמה לעם, אבל ברור שהם דרך חיים לכל יהודי.

והרמב"ן כתב באגרתו המפורסמת לבנו: "תתנהג תמיד לדבר כל דבריו בנחת, לכל אדם ובכל עת, ובזה תנצל מן הכעס". שלמה המלך מוסיף: "בארץ אפים יפתה קצין, ולשון רכה תשבר גרם" (משלי כה, טו). גרם הוא עצם. לשון רכה שוברת את הקשה שבקשים, ויש אנשים שפתרו בכוח הדיבור הרך בעיות שנראו בלתי פתירות. וחז"ל לימדו: "לעולם יהא אדם רך כקנה, ואל יהא קשה כארז" (תענית כ, א).

יהיו דבריו מעטים

ועוד מלמד אותנו שלמה המלך: "אל תבהל על פיך, ולבך אל ימהר להוציא דבר לפני האלוקים, כי האלוקים בשמים ואתה על הארץ, על כן יהיו דבריו מעטים" (קהלת ה, א). ובמשנה אמר רבן שמעון בן גמליאל: "כל ימי גדלתי בין החכמים, ולא מצאתי לגוף טוב אלא שתיקה" (אבות א, יז). שימו לב שהוא מדבר על הגוף. עוד לפני הרוח והנשמה, אפילו לגוף אין דבר טוב יותר מן השתיקה.

מילים הן עוצמה, ועוצמה אין משחררים סתם כך. כמה אנשים מרגישים ריקים. הם מדברים כל היום, מדברים דברים בטלים, מדברים בלי לדעת לדבר, מילים שליליות ומשפטים שליליים, וכל היום הם מקובצים ומכווצים ואינם מבינים למה רע להם. על האנרגיה הזאת שנקראת מילים צריך לשמור ולהוציא אותה בצורה מסודרת. וכך אמרו חכמי ארץ ישראל: "מלה בסלע, משתוקא בתרין" (מגילה יח, א), מילה שווה סלע, ושתיקה שווה שניים.

ודווקא משום כך, משפט אחד מרוכז של גדול בישראל מהדהד דורות אחרי שנאמר. פסוק בתורה עובר אלפי שנים, לומדים אותו בכל מקום ובכל דור. אנרגיה מרוכזת, מסודרת ונכונה נשארת בבריאה עד סוף כל הדורות.

חץ שננעץ בנשמה

"דברי נרגן כמתלהמים, והם ירדו חדרי בטן" (משלי יח, ח). דברי קטרוג ודין, שנובעים מן הגבורות שבדעת, חודרים אל חדרי הבטן של השומע ויכולים להזיק לו בגוף ובנפש. ולכן החמירו חז"ל כל כך במי שפוגע בזולתו במילה. במשנה נמנה "המלבין פני חברו ברבים" בין אלה שאין להם חלק לעולם הבא (אבות ג, יא).

הנזק של מילה פוגעת עצום. היא כמו חץ שננעץ בנשמה. יש אנשים שהיו מעדיפים לספוג מכה פיזית ובלבד שלא לשמוע מילה משפילה, כי לאלימות המילולית יש נזקים לטווח ארוך. ילדים ששומעים כל הזמן מילים שליליות נפגעים בביטחון ובעצמאות שלהם לשנים ארוכות. דוד המלך אמר: "בני אדם שניהם חנית וחצים, ולשונם חרב חדה" (תהלים נז, ה). הלשון חותכת בבשר החי.

מספרים על זוג שהכיר מתחת לעץ גדול. אחרי חמש עשרה שנות נישואין עברו שוב ליד אותו עץ, והבעל ראה שכל הגזע מלא מסמרים. הוא התפלא מי עשה כך לעץ שלהם, ואשתו אמרה לו שבכל פעם שפגע בה, בכל פעם שזרק מילה שלא במקום, היא באה לכאן ותקעה מסמר. הבעל נבהל והציע לה הסכם: מעכשיו, על כל מילה טובה שיאמר לה, היא תוציא מסמר אחד. עברו שלוש שנים, הם חזרו אל העץ, ולא נשאר עליו אף מסמר. היא אמרה לו שהוא אדם נפלא, ובכל זאת ביקשה ממנו להתבונן: החורים נשארו.

פגיעה של מילה מלווה את האדם שנים רבות. לרפא פצע בעולם הרוח קשה הרבה יותר מלרפא פצע בגוף. ומאותו מקום עצמו בא גם הריפוי, כמו שכתוב "מרפא לשון עץ חיים" (משלי טו, ד).

נצור לשונך

דוד המלך כלל את כל העניין בפסוק אחד: "מי האיש החפץ חיים, אהב ימים לראות טוב. נצר לשונך מרע, ושפתיך מדבר מרמה. סור מרע ועשה טוב, בקש שלום ורדפהו" (תהלים לד, יג עד טו). מי שרוצה חיים ומי שרוצה למשוך טוב מן הספירות, צריך להתחיל בלשון. ולא בכדי קרא החפץ חיים את ספרו על הלכות שמירת הלשון בשם הלקוח מן הפסוק הזה.

לשון הרע ורכילות הן מן העבירות החמורות בתורה. בגמרא אמרו שהמספר לשון הרע "מגדיל עונות כנגד שלש עבירות, עבודה זרה וגילוי עריות ושפיכות דמים", ועוד אמרו: "לשון תליתאי קטיל תליתאי, הורג למספרו, ולמקבלו, ולאומרין עליו" (ערכין טו, ב).

ויש שדרשו שהמילה פרנסה בנויה מאותיות "פה רסן". מי שמרסן את פיו ואינו מוציא ממנו לשון הרע וקללות, ומשתמש במילים טובות, מושך אליו שפע.

בוקר או קבר

שלמה המלך מלמד אותנו כיצד להעיר לאדם: "אל תוכח לץ פן ישנאך, הוכח לחכם ויאהבך" (משלי ט, ח). כשבעל רוצה להעיר לאשתו, או הורים לילדיהם, יש דרך שבה ההערה נכנסת ויש דרך שבה היא דוחה. אם תפתח באמירה שהאדם לץ ושהוא אינו בסדר, ורק אחר כך תבקר אותו, הוא ישנא אותך ולא יקבל דבר. אבל אם תאמר לו קודם שהוא חכם ומבין עניין, שהתפעלת ממה שעשה לפני כמה ימים, ורק אחר כך תעיר, הוא יאהב אותך ויקבל.

במילה ביקורת טמונות שתי מילים. יש בה אותיות קבר, ויש בה אותיות בוקר. אפשר להעיר לאדם ולקבור אותו, ואפשר להעיר לו ולהאיר לו בוקר חדש. כשאתה פותח במחמאה הוא מבין שאתה בא מתוך חיבה, בלי גאווה ובלי רצון להשתלט עליו. אם נשים לב, רוב המריבות בבית נולדות מצורת הדיבור. כל הדיבור שלילי, ואין בו מילה אחת חיובית.

ויש דבר שנעלם מבתיים רבים, והוא המחמאה. לפני החתונה, בתקופת השידוך, יש הודעות נפלאות ומתנות. אחרי החתונה הכל נגמר, ויש בעלים שבמשך עשרות שנים לא שמעו מאשתם מחמאה אחת. כדאי לכל אישה להיזכר מתי אמרה לבעלה לאחרונה כמה הוא חכם וכמה טוב לה בחברתו. רוב הטלפונים לבעל בעבודה עוסקים במה שנגמר ובמה שהילד עשה. אילו הייתה מתקשרת רק כדי לומר לו שהתגעגעה ושהיא רוצה לשמוע את קולו, כל היום שלו היה נראה אחרת. וכך הבעל כלפי אשתו, וכך ההורים כלפי הילדים.

בבית שאין בו פרגון ואין בו מחמאות מרגישים כבר בכניסה כאילו נכנסים למקרר. בית שהדיבור בו חיובי, שיש בו מחמאות ופרגון, הוא בית חם, ומרגישים את זה באוויר. רבי יוחנן אמר: "טוב המלבין שינים לחבירו יותר ממשקהו חלב" (כתובות קיא, ב), ולמד זאת מן הפסוק "ולבן שנים מחלב" (בראשית מט, יב). חיוך הוא שפה בפני עצמה, וכבר לימד שמאי: "הוי מקבל את כל האדם בסבר פנים יפות" (אבות א, טו).

כשגגה שיצא מלפני השליט

הדיבור שלנו לא רק לספירות הפרטיות שלנו, אלא גם לספירות הכלליות של העולם. בתיקוני הזוהר נאמר: "מלכות פה, תורה שבעל פה קרינן ליה" (תיקוני זוהר, הקדמה, יז, א). הפה הוא המלכות, המוציאה לפועל של כל המערכת. מה שעולה במחשבה ובלב יורד דרך הפה אל המציאות. והתורה מביאה לכך דוגמאות מבהילות.

כשיעקב אבינו ברח מבית לבן אחרי הולדת יוסף, גנבה רחל את התרפים של אביה, ורש"י מביא בשם המדרש: "להפריש את אביה מע"ז נתכונה". לבן רדף אחריהם וחיפש בכל האוהלים, ויעקב, שעבד אותו בנאמנות ונפגע מן החשד, אמר לו: "עם אשר תמצא את אלהיך לא יחיה" (בראשית לא, לב). ורש"י כותב שם: "ומאותה קללה מתה רחל בדרך". במדרש נאמר שהדבר היה "כשגגה היוצא מלפני השליט" (בראשית רבה עד, ד), על פי הפסוק בקהלת (קהלת י, ה). צדיק גדול הוציא מילה מפיו בלי לדעת, והיא התקיימה.

וכשעמד יעקב לפני פרעה, שאל אותו פרעה "כמה ימי שני חיך", ויעקב ענה: "ימי שני מגורי שלשים ומאת שנה, מעט ורעים היו ימי שני חיי, ולא השיגו את ימי שני חיי אבתי" (בראשית מז, ח עד ט). בעלי התוספות מביאים מדרש בפירושם דעת זקנים: אמר לו הקדוש ברוך הוא, הצלתי אותך מעשו ומלבן והחזרתי לך את דינה ואת יוסף, ואתה מתרעם על חיך שהם מעטים ורעים. וכמספר התיבות מן "ויאמר" ועד "ימי מגוריהם", שלושים ושלוש תיבות, כך נחסרו משנותיו. יצחק חי מאה ושמנים שנה, ויעקב חי מאה ארבעים ושבע. כשאדם מתרכז בשלילה ומוציא אותה מפיו, מוות וחיים ביד הלשון כפשוטו.

הגמרא מספרת על פנחס, אחיו של שמואל, שאירע לו אבל. שמואל בא לנחמו וראה שציפורניו ארוכות מאוד, ושאל אותו למה לא נטל אותן. ענה לו פנחס שאילו קרה הדבר לשמואל עצמו, ודאי לא היה מזלזל באבלות כל כך. ובאמת, כעבור זמן נכנס שמואל לאבלות. כשבא פנחס לנחמו, נטל שמואל את ציפורניו וזרק אותן לעברו, ואמר לו שהיה צריך לדעת שברית כרותה לשפתיים. ומביאה הגמרא את דברי רבי יוחנן, שלומד זאת מאברהם אבינו. בדרך אל העקדה אמר אברהם לנעריו: "שבו לכם פה עם החמור, ואני והנער נלכה עד כה, ונשתחוה ונשובה אליכם" (בראשית כב, ה), ומפני שאמר "ונשובה", חזרו שניהם (מועד קטן יח, א). ברית כרותה לשפתיים פועלת לרעה ופועלת לטובה.

ומכאן אמרו חז"ל: "לעולם אל יפתח אדם פיו לשטן" (ברכות יט, א), אל יפתח פתח לעולם הדינים. ומשום כך גם ההורים צריכים להיזהר. יש מן החכמים שהזהירו שלא להפחיד ילד ולומר לו שאם לא יבוא, הכלב ייקח אותו. מילים כאלה נכנסות עמוק אל התת מודע של הילד, ויש בהן פתיחת פה לשטן.

החלומות הולכים אחר הפה

חז"ל אמרו: "כל החלומות הולכים אחר הפה" (ברכות נה, ב). ומסופר בגמרא על אביי ורבא שחלמו חלום אחד והלכו אל פותר חלומות אחד. לאחד פתר לטובה, ולשני פתר לרעה, וכך היה לכל אחד מהם כפי שנפתר לו (ברכות נו, א). בכוח הדיבור אנחנו פשוט חורצים את הדין.

מספרים על חכם אחד שנפרד מחברו, וכשכבר התרחק נזכר שעוד לא אמר לו דבר מה וקרא לו. החבר הסתובב והתחיל לחזור אליו, והחכם רצה לומר לו שאין צורך שיחזור. ברגע האחרון נזכר במה שאמרו רבותינו, שברית כרותה לשפתיים, ושתק. הוא המתין עד שהחבר הגיע אליו, כדי שלא תצא מפיו המילה "אל תחזור". ומכאן גם עניין הקללות. לעולם לא לקלל. מי שמקלל עסוק בקללות, נמצא בעולם השלילה ומושך אליו גבורות, וקודם כל הוא עצמו מתכווץ מן המשפט השלילי שהוציא. כמה פעמים אמא אומרת בכעס לבנה שהלוואי ויעשו לו ילדיו צרות כמו שהוא עושה לה. וכך נהיה. ובסוף היא סובלת פעמיים, פעם את הצרות של הבן ופעם את הצרות של הנכד, שבשעת משבר בדרך כלל בא לבית סבתא. הקללה חוזרת אל המקלל.

טוב עין הוא יברך

הדרך ההפוכה היא לברך. כתוב: "טוב עין הוא יברך, כי נתן מלחמו לדל" (משלי כב, ט), ודרשו חז"ל על הפסוק: "אל תיקרי יבורך אלא יברך" (סוטה לח, ב). טוב העין אינו רק מתברך. הוא מברך אחרים. רבותינו תמיד דיברו טוב, תמיד ברכו, ולא הקפידו.

וכך גם בשיפוט. הלל אמר: "אל תדין את חברך עד שתגיע למקומו" (אבות ב, ד). אל תוציא עליו משפט שלילי, אל תדון אותו, כי המילה יכולה למשוך עליו דין.

אני זוכר שהייתי במקסיקו סיטי בסדרת הרצאות, ובאחד המקומות הציבוריים ראיתי שלט על הקיר: "פור פאבור, נו פומאר", כלומר בבקשה, אל תעשן. כמה חוכמה יש בשלט כזה. פונים לאדם בבקשה, במילה חיובית, והוא נמנע מלעשן ומרגיש טוב. אצלנו כותבים על אותו שלט שהעישון אסור ושהעברייני יענש. גם כך האדם לא יעשן, אבל ההימנעות שלו מלווה באנרגיה של דין שהשלט מקרין עליו. כי ברגע שקוראים שלט, אומרים את המילים בתוך הראש. ומחשבה במילים שליליות מקבצת גם היא, כמו שלמדנו בשיעור על החשיבה החיובית.

דיבור ובידור

אפשר להכניס לבית גם מעט הומור. המילים דיבור ובידור בנויות מאותן אותיות. כשמכניסים הומור לבית מפגינים את המתח ויוצרים אווירה נינוחה.

ובימינו, לצערנו, יש הרבה אלימות מילולית סביבנו, בכל כלי התקשורת, באווירה הכללית. דינים מתוחים באוויר. ככל שנמתיק את הדינים האלה בצחוק, בחיוך ובדיבור בנחת, יחזור השקט. אדם שמדבר בשקט וברוגע, גם כשהמתח באוויר, מרגיע את כל מה שסביבו.

האווירה שאנחנו יוצרים במילים שלנו, האנרגיות שאנחנו מורידים דרך האותיות שבמשפטים, הן החוויות שאנחנו עוברים בחיים. אדם שבוחר לדבר בשלילה וליצור סביבו, בבית, עם אשתו, עם ילדיו ועם חבריו, אווירה של דין, חי בעצמו בתוך האנרגיה הזאת.

גן העדן שבפה

החוכמה איננה לשמוע ולהתפעל. צריך להפוך את הדברים לאורח חיים. מעכשיו, בכל פעם שיוצאת מפינו מילה שלילית, מילה או משפט מעולם הגבורות והדינים, אנחנו מתקנים מיד במקום ואומרים במקומה מילה חיובית. בדיוק כמו שלמדנו לעשות עם המחשבה: כשעולה מחשבה שלילית, הופכים אותה מיד לחיובית. כך עושים גם עם המילים.

גן העדן והגיהנום, האור והחושך, הכל נמצא במחשבה שלנו, בראייה שלנו, בשמיעה שלנו ובדיבור שלנו. מי שרואה את חצי הכוס המלאה חי בחלק המלא של העולם, בגן העדן שבו. מי שבוחר לראות את השלילה חי בחושך. וכך בדיוק גם בדיבור. ומה שאנחנו חווים על בשרנו הוא במידה רבה הדרך שבחרנו לעצמנו.

התורה כבר אמרה: "החיים והמות נתתי לפניך, הברכה והקללה, ובחרת בחיים" (דברים ל, יט). מוות וחיים ביד הלשון, והחיים הם החסדים, השפע, המילים הטובות, המשפטים הנכונים, טוהר המילה. כשהמילים יבואו מתוך טוהר, נחוה את הטוב.

יהי רצון שנזכה להכניס אל בתינו את המחמאה ואת אור החסדים, ושיהיו כל דברינו בנחת, לחיים טובים ושלווים.

המימד הנוסף · הרב יוסף ביטון שליט"א

050-590-1349 · ravbiton.com · מודעות עצמית על פי הקבלה, שיעור 4