



שער הדיבור

12

11

10

9

8

7

6

5

4

3

2

1

כוח הדיבור

כפרק זה נלמד על מעלת הדיבור. מרגע שנכנסת לגיל מצוות יש משמעות גדולה יותר למילים שאת מוציאה מפיו, ולדיבור שלך יש השפעה גדולה עלייך ועל הסובבים אותך.

יפעת ונטע עומדות מחוץ לכיתה אובדות עצות, הן שוב הגיעו מאוחר, צמד חמד שכמותן. איזה תירוץ יהיה להן הפעם לומר למורה?
"אולי נאמר למורה שרצנו כל הדרך כדי להשיג את האוטובוס ובכל זאת הוא נסע", מציעה יפעת.
"לא, זה לא תירוץ טוב", פוסקת נטע.
"אמרת לה ממש ככה גם לפני שבוע. היא לא תקבל את זה. אולי אגיד לה משהו בסגנון: המורה, באמת שרציתי להגיע בזמן אבל לא שמתי לב לשעון..."
"היא לא תאמין לך, וחץ מזה זה לא יפטור אותי מהעונש", מתנגדת יפעת.
"מה את אומרת על זה: המורה, הלכנו לישון מאוחר אתמול בגלל כל הבלבול של שעון הקיץ..."
"זה לא נשמע טוב", פוסלת נטע על הסף, "והרי כולן הגיעו בזמן, חץ מזה ששעון הקיץ הוחלף כבר לפני שבועיים".
בעודן מתלבטות נפתחה הדלת במפתיע ומולן עמדה המורה, והביטה בהן במבט חמור.
"המורה, אין לנו מה להגיד לך..." אמרה לבסוף נטע בראש מורכן, "איחרנו, ואנחנו פשוט מבקשות סליחה".



מעלת האדם בדיבור

התורה בבריאת העולם מדגישה כי מהות האדם היא היותו יצור מדבר.

"וַיִּצְרֶה אֱלֹקִים אֶת הָאָדָם עֶפְרָם מִן הָאֲדָמָה וַיִּפַּח בְּאַפִּיו נֶשְׁמַת חַיִּים וַיְהִי הָאָדָם לְנֶפֶשׁ חַיָּה:" (בראשית ב, ז).
"ויפח באפיו" - עשאו מן העליונים ומן התחתונים, גוף מן התחתונים ונשמה מן העליונים [...]
"לנפש חיה" - אף בהמה וחיה נקראו נפש חיה אך זו של אדם חיה שבכולן שנתוסף בו דעה ודבור (רש"י, שם).

התורה מכנה "נפש חיה" הן את בעלי החיים הן את האדם, אך לאדם יש יתרון גדול עליהם - לאדם יש שכל ודיבור.



אונקלוס מתרגם את הביטוי "נפש חיה" ל"רוח ממללא", כלומר, רוח מדברת.
יש בנבראים ארבע דרגות: דומם, צומח, חי ומדבר.
כל נברא גבוה בדרגתו מקודמו, והאדם שהוא יצור מדבר - הוא הגבוה מכולם.

- מה יש בו, בדיבור, שנתן לאדם יתרון על שאר החיות?
- תנו דוגמאות לדיבורים חיוביים ולדיבורים שליליים.

הדיבור מוציא מהכוח אל הפועל את הפנימיות שלנו. הדברים שאנו אומרות הם תוצר של המחשבות שלנו.
"בעשרה מאמרות נברא העולם" (אבות ה, משנה א) - עשר פעמים נאמר בבריאת העולם "ויאמר אלוקים".
כל דיבור של הקב"ה ברא דבר חדש בעולם, כמו: אור, רקיע, מאורות ועוד.
בדומה לכך גם לדיבור שלנו יש כוח רב, והוא יכול להשפיע לטובה על העולם.

מעלת השתיקה

במסכת אבות נאמר:

שמעון בנו אומר: כל ימי גדלתי בין החכמים ולא מצאתי לגוף טוב אלא שתיקה ולא המדרש הוא העקר אלא המעשה, וכל המרבה דברים מביא חטא (אבות א, משנה יז).



- מה הם היתרונות של השתיקה?
- מתי לדעתך נכון יותר לשתיק ומתי ראוי לדבר?

חז"ל מתייחסים להבדל בין דיבור מגונה ובין דיבור טהור:

דאמר ר' יהושע בן לוי: לעולם אל יוציא אדם דבר מגונה מפיו שהרי עקם הכתוב שמונה אותיות ולא הוציא דבר מגונה מפיו שנאמר: "מן הבהמה הטהורה ומן הבהמה אשר איננה טהורה" (פסחים ג ע"א).

באיזו מילה נמצא התורה מלהשתמש, ובאיזו מילים השתמשה במקומה?



איך לדעתך הדיבור השלילי פועל במציאות? ואילו תוצאות יכולות להתרחש בעקבותיו?

חיים ומוות ביד הלשון

אמר רב חמא ברבי חנינא, מאי דכתיב: "מות וחיים ביד לשון", וכי יש יד ללשון? לומר לך מה יד ממיתה אף לשון ממיתה. אי מה יד אינה ממיתה אלא בסמוך לה, אף לשון אינה ממיתה אלא בסמוך לה? תלמוד לומר: "חץ שחוט לשונם" (ערכין טו ע"ב).



- מדוע נמשלה הלשון לחץ?
- חשבו על מקרה שאירע לכן הקשור לדיבור, מה נאמר בו ומה הייתה הרגשתכן? המקרה יכול להיות חיובי או שלילי. שתפו זו את זו.

כשם שהחץ פוגע וממית, כך גם הלשון. החץ פוגע במהירות ומגיע עד למרחוק, וכך הדיבור השלילי היוצא מפינו עלול לפגוע מיידית ועשויות להיות לו השלכות מעבר לסביבתנו הקרובה. השפעתו של הדיבור השלילי היא גדולה, ולרוב קשה לשנות בדיעבד את מה שכבר נאמר.

כוחה החיובי של הלשון

למילים טובות יש כוח רב, לדוגמה, אם דיברת בנועם אל חברתך ואמרת לה דברי חיזוק או מחמאה, הרגשתה תשתפר והיא תשפיע מהרגשתה הטובה על כל הסובבים אותה. באמצעות המילים הטובות אנחנו יוצרים מעגלים שמרחיבים ומעצימים את הטוב בעולם. אין גבול לשפע הטוב שנוצר בעולם בזכות הדיבור החיובי שלנו. אך חשוב גם לא להרבות בשבחים לחברתך כדי שלא לגרום לה להתגאות חלילה.

רבי אלימלך מליזנסק חיבר תפילה כדי לאומרה לפני תפילת שחרית.
המילים הללו מתוך תפילתו, הן הידועות:

אֲדַרְבָּה, תָּן בְּלִבִּי שִׁנְיָה כָּל אֶחָד מֵעֲלֻת חֲבֵרֵינוּ וְלֹא חֲסֹרֹנָם, וְשִׁנְדֹּבְר כָּל
אֶחָד אֶת חֲבֵרוֹ בְּדֶרֶךְ הַיָּשָׁר וְהַרְצוּי לִפְנֵיךְ, וְאַל יַעֲלֶה שׁוֹם שִׁנְיָה מֵאֶחָד עַל
חֲבֵרוֹ חֲלִילָה (תפילת רבי אלימלך, תפילה קודם התפילה).

רבי אלימלך מדגיש בתפילתו את ראיית הטוב שבאחר.
אם נצליח לראות בעיקר את המעלות הטובות של חֲבֵרֵינוּ, ממילא נדבר איתה בדרך חיובית וטובה.

• חֲשִׁבוּ עַל דִּגְמָאֵת לְשִׁימוֹשׁ חִיובִי בַּשָּׁנָה.



משמעות הדיבור מגיל בת מצווה

המשנה מקשרת בין משמעות הדיבור ובין הכניסה לגיל מצוות:

בת אחת עשרה שנה ויום אחד, נדרה נבדקין.
בת שנים עשרה שנה ויום אחד, נדרה קימין.
ובודקין כל שנים עשרה. [...]
קדם לזמן הזה, אף על פי שאמרו יודעין אנו לשם מי נדרנו,
לשם מי הקדשנו, אין נדרהם נדר ואין הקדשן הקדש.
לאחר הזמן הזה, אף על פי שאמרו אין אנו יודעין לשם מי נדרנו,
לשם מי הקדשנו, נדרן נדר והקדשן הקדש (נידה ה, משנה ו).

- מה ההבדל בין "נדרה נבדקין" ל"נדרה קימין"?
- מה משמעות הדיבור לאחר גיל שנים עשרה?
- חֲשִׁבוּ עַל דְּרָכִים כִּי צִדְּלָהֶימוֹעַ מֵהַבְטָחוֹת או הצהרות שיש בהן מן הנדב, לֹאִשָּׁל: "אִיךָ לֹא חֲבֵרָה שֶׁל מִיכָל יוֹתֵר, וְלֹא אֶדְבֵּר אִתָּה לְעוֹלָם!"

כאשר נכנסים לגיל מצוות יש משמעות רבה יותר לדיבורים היוצאים מהפה.
דיבור חיובי כמו מילה טובה, לימוד זכות ודיבור בנחת יכולים לחולל פלאים.
אך חלילה לשון הרע, כעס או הלבנת פנים יכולים להרוס.
זכרו: "שֶׁמֶר פִּי וּלְשׁוֹנִי שֶׁמֶר מִצְוֹת נֶפֶשׁוֹ" (משלי כא, כג).

• מְשִׁימָה: כְּתִיבוּ לוֹ לֵב עַל פִּתְּךָ מִשְׁפָּט מְחַזֵּק עִם מִלִּים טוֹבוֹת.



כל מילה בסלע

לדיבור שלנו יש כוח רב. יש דיבור שמעלה ומרומם,
ולעומתו – דיבור שמוריד ומנמיך.

הדיבור מבטא את המחשבות שלנו.

ולד קטן לדוגמה אומר בדיוק את מה שהוא חושב. הוא לא תמיד מסנן
את דבריו, ולא חושב לפני כן כיצד הם ישפיעו על מי שעומד מולו.
כעת את נכנסת לשלב חדש בחיך שבו את מודעת לכוחן של המילים –
לכוח החיוכי של מילה טובה ומחזקת, או חלילה לכוח הרע
של ביקורת שלילית, לשון הרע ודברי אג.

מה עושים?

השפעת הדיבור היא עצומה!

כדי שהדיבור יהיה נכון כדאי להקפיד על כמה כללים חשובים:

- חשוב להדגיש את הטוב באחר, ולא לחפש את הנקודות השליליות.
- לפתוח בדברי שבח לפני השמעת דברי ביקורת.
- לדוגמה: "הציור שלך יפה מאד, אך הייתי משנה את הצבע של..."
- לא לדבר בהכללה אלא להתייחס לנושא המדובר באופן ענייני ולתת הסברים במידת האפשר.
- במקום לומר: "תמיד את...", עדיף לומר: "לפעמים את..."
- ולמשל במקום לומר: "השיעור של המורה תמיד משעמם", עדיף לומר: "הפעם השיעור לא היה מעניין כי חזרנו על חומר מוכר".
- לא לקבוע עובדה אלא לומר את הדברים מנקודת מבט אישית.
- במקום לומר: "האוכל לא טעים!" עדיף לומר: "האוכל לא כל כך לטעמי".
- אם יש ביקורת כדאי להציע שינוי מעשי ולא רק להתלונן.
- להציע שינוי בענווה.
- למשל כדאי להשתמש במילים כמו: אולי, הייתי מציעה, רצוי ש...



פעילות אישית משקפיים ורודים

לפניך משפטים מהחיים, נסי לנסח כל משפט מחדש כדי שהדיבור יהפוך לטוב ולמועיל.

את תמיד מפריעה לי לשחק בחדר.

בכל פעם את מכינה את אותו האוכל לארוחת הערב.

זה לא הגיוני שרק את מחליטה מה קורה בכיתה.

הרעיון שלך לפעילות למסיבת הפרידה ממש גרוע.

התספורת הזאת די מיושנת.

אני לא רוצה לנסוע השבת לבני הדודים האלו. בכלל לא כיף אצלם.

אתם מתנהגים כמו תינוקות.

למה קנית את החולצה הזאת? היא משמינה אותך מאוד.

בכל שנה אנחנו נוסעים לאותו מקום בקיץ. נמאס לי!

אני לא רוצה ללכת יותר לסניף. הפעולות לגמרי משעממות.



פעילות משותפת

1

משחק "טאבו" - לאימא ולבת

לפניך רשימות מילים, עליך להגדיר את המילה שתבחרי בלי להשתמש בה בשום דרך, ולאפשר לאימך לנחש מה היא המילה. תוכלי כמובן לחשוב על מילים נוספות וכן להחליף עם אימך את התפקידים.
לדוגמה, כדי להגדיר את המילה כיסא את יכולה לומר: חפץ שיושבים עליו, וכן הלאה.
נסי להגדיר אותן בכמה שפחות מילים.

מילים לבחירה:

תקווה, אמונה, אהבה, מחשבה טובה, רעיון, תפילה, מסירות נפש, חסד, פריחה, מטרה.

חגים לבחירה:

סוכות, ט"ו בשבט, פורים, שבועות, ל"ג בעומר.

דמויות לבחירה:

חוה, הגר, רבקה אימנו, תמר, דבורה הנביאה, נעמי, ערפה, בתיה בת פרעה, יעל, מיכל בת שאול.



2

משחק פנטומימה

לעיתים המילים לבדן אינן מספקות ואנו מפעילים שפת גוף שמדברת בעד עצמה.
לפניך רשימת מילים, נסי להמחיש אותן בפנטומימה.
שימי לב, מה את מרגישה כאשר אי-אפשר לדבר?

חפצים לבחירה:

מיטה, כיור, מסמר, סולם, מחק, מחט, מנורה, מחשב, סיר, תנור.

מאכלים לבחירה:

פלאפל, פיצה, סלט ירקות, ספגטי, שניצל, ענבים, תפוז.



3

משחק האסוציאציות - אפשר לשחק משחק זה עם שאר בני המשפחה.

כל אחד מקבל דף ועט. בוחרים מילה וכל משתתף כותב את כל האסוציאציות שעולות בראשו בקשר למילה זו.

לאחר כשלוש דקות מפסיקים, וכל אחד מקריא את המילים שכתב.

מילה שנכתבה אצל כולם מזכה את כולם ב־5 נקודות. מילה שרק שני משתתפים כתבו מזכה אותם ב־10 נקודות. מילה שרק משתתף אחד כתב מזכה אותו ב־15 נקודות.

בסוף מסכמים את הנקודות וחוזרים על המשחק עם מילה אחרת.

המנצח הוא בעל הניקוד הגבוה ביותר.

מילים לדוגמה:

טיול, סעודת שבת, חנוכה, סבא וסבתא.



מעניין לגלות שיש מילים שמעלות מחשבות דומות בקרב בני המשפחה, מילים כאלו יוצרות עולם שלם משותף.

סוד פמוטי הנחושת

סוף השנה הגיע. בנות כיתה ח' נערכו לקראת מסיבת סוף השנה וגייסו סכום כסף מכובד כדי לקנות מתנה למורה. "אלישבע", פנתה אליה רוני, ראש ועד התלמידות, "עדיין לא העברת לי עשרה שקלים בשביל המתנה למורה". אלישבע השפילה עיניה במבוכה ונשכה את שפתיה בכל הכוח לבל תמעד בלשונה. כיצד תסביר מדוע אין באפשרותה להעביר לה כסף כמו יתר הבנות? כיצד תתווה ותספר על המצב הכלכלי העגום שאליו נקלעה משפחתה, על אביה שפוטר לאחרונה מעבודתו ויושב מובטל וחסר אונים, על אימה שמתרוצצת בין הגמ"חים השונים כדי לקנות מוצרים בסיסיים ועל החוב במכולת ההולך ותופח...? לא, היא לא תרשה לעצמה לעורר כלפיה את רחמיהן של בנות הכיתה. מוטב שידעו שהיא מתמהמהת סתם ככה מתוך שכחה. היא מקווה לדחות את התשלום עד לאחר שתסתיים השנה, ואיש לא יזכור אותה עוד.

"את יודעת מה?" הציעה רוני, "אני מוכנה לוותר לך על הסכום הזה אם תהיי מוכנה לקנות את המתנה למורה בעצמך. יהיה לך זמן לזה?"

"בטח! בשמחה!" אורו עיניה של אלישבע והיא הושיטה את ידה לקבל את מעטפת הכסף הכבדה.

"יש פה הרבה כסף", הזהירה אותה רוני בעודה נוקבת באוזניה את מלוא הסכום, "תשמרי עליו היטב!"



אלישבע נשמה לרווחה. עכשיו, לאחר שירד ממנה עול התשלום, כל מטלה נראית לה קלה ביותר. עוד היום, הבטיחה לעצמה, תפנה את שעות אחר הצהריים לטובת נסיעה לקניון וחיפוש אחר מתנה הולמת. אולם כאשר שבה אל ביתה צרמו באוזניה הדברים הקשים שהוטחו בין כותלי הבית.

"הוא לא מוכן שנקנה יותר בהקפה?" נשמע קולה המודאג של האם, "מה נעשה? אולי תנסה בכל זאת לשכנע את מושיקו מהמכולת? הבית ריק, הילדים רעבים ומחר שבת..."

"לכי אליו ותנסי לשכנע אותו בעצמך", התרעם הבן הגדול, "עליי הוא צעק ואיים שאם לא אביא סכום כלשהו של כסף, אפילו חמש מאות שקלים, הוא לא יהסס לקרוא למשטרה".

דמה של אלישבע קפא בעורקיה. באמתחתה נמצאת מעטפה עם סכום גדול. סכום של חמש מאות שקלים שיספיק בשביל לדחות את רוע הגזרה, אולם כיצד תשלח יד בכסף שאינו שלה? כיצד תאכזב את חברותיה הנותנות בה אמן מלא?

היא יושבה על מיטתה אובדת עצות. ידה נשלחת מאליה אל התיק, ושבה רועדת וריקה מבלי לגעת בכסף האסור. לו ידעה שהפיתוי יהיה גדול כל כך, חשבה לעצמה במרירות, לא הייתה ממהרת להיענות לבקשה.

"אימא, קיבלנו התראה נוספת מהבנק", נשמע קולה של אחותה הגדולה, "מה נעשה?"

ובתוך בליל הקולות לא פסקו יבבותיו של שמעון, אחיה הקטן, מפני ששקית הבמבה לא הצליחה להשקיט את רעבונ.

אלישבע עצמה עיניה בייאוש, סבלם של בני משפחתה נגע לליבה והכאיב לה ביתר שאת.

לפתע צץ במוחה רעיון מבריק. הרעיון היה מורכב אבל היא הרגישה שזו הדרך היחידה להציל את משפחתה. אמנם אלישבע התלבטה, כי המעשה לא היה קל. אבל מצד שני, ייסורי משפחתה עמדו לנגד עיניה והכריעו את הכף.

היא נטלה את המעטפה מתיקה בנחישות וניגשה אל אימה.

"קחי, אימא, יש לי פה בדיוק סכום כסף שיוכל לפי שעה להניח את דעתו של מושיקו מהמכולת".

ובטרם יעלה בידי האם לפצות את פיה ולברר מאין לאלישבע הכסף, מיהרה אל הבוידם - המחסן בעליית הגג שדחוסים בו חפצים רבים שאין בהם שימוש - וחיטטה בו במשך שעה ארוכה עד שהעלתה בחכתה את מבוקשה.

"ידעתי שזה שם!" קראה בהקלה והוציאה זוג פמוטים ישנים עשויים מנחושת ועוטי חלודה ירקרק. בנחישות החלה להבריקם באמצעות מטלית וחומר ניקוי עד שהוסרה מהם שכבת החלודה, והנחושת נצצה והבהיקה לעומתה כשם שהייתה לפני.



למחרת, דחקו בה כמה מבנות הכיתה להראות להן את מה שקנתה.

"לא כדאי", ניסתה להתחמק, "כבר ארזתי אותם, חבל שנייר העטיפה ייהרס..."

אולם הבנות לא הרפו ממנה. סקרנותם בערה, עד שהסירה את העטיפה וגילתה לעיניהן את הפמוטים המוארכים.

"וואו, איזה יופי של מתנה", קראה אחת הבנות, "הם נראים כמו פמוטים של פעם".

"איפה מצאת דבר עתיק ומקורי שכזה?"

רק שירה לבדה לא הצטרפה לקולות ההתפעלות. היא נטלה את הפמוטים ובחנה אותם באריכות. חדת עין הייתה, והצליחה להבחין בסימני חלודה זעירים שחמקו מעיניה של אלישבע. מבטה החטטני עורר באלישבע חוסר נוחות. היא ביקשה להשיב את הפמוטים אל מקומם, אולם שירה עצרה בעדה. "אכפת לך אם אקח את המתנה אליו? יש לי בבית קופסת אריזה חדשה ונהדרת, שמתאימה לפמוטים כמו כפפה ליד. אכתוב פתק ברכה מכולנו כמובן, ואביא למורה ביום המסיבה". אלישבע התרצתה ואבן כבדה נגולה מליבה, היא שמחה להיפטר מהמתנה המעיקה והמפלילה.



ביום האחרון של השנה נפרדו בנות הכיתה מנאוה, המורה האהובה שלהן, בדמעות ובהתרגשות. על אף המילים החמות והעלאת הזיכרונות המשותפים מהשנה הארוכה שעשו יחד, הייתה אלישבע מוטרדת. בדמיונה ציירה את הנורא מכל - המורה נאוה תפתח את המתנה לפני כולן, ואחת הבנות תגלה את התרמית ותלעג לה באוזני חברותיה. למרבה המזל, לא עשתה המורה כן. לאחר שקיבלה את המתנה הודתה לבנות והניחה אותה בתיק מבלי לברר את תכולתה.



עברו השנים. מצבם הכלכלי של בני משפחתה של אלישבע הלך והתייצב. אלישבע התקבלה ללימודים באולפנה טובה ובעלת שם, ועשתה חיל בלימודיה. ורק דבר אחד מעיק המשיך לייסר את מצפונה. באחד הימים החמים, בשלהי הקיץ, פגשה באקראי את המורה נאוה. ברגע הראשון ביקשה לברוח בטרם תבחין בה המורה ותחשוף את קלונה. אולם מצפונה שב וייסרה - זוהי ההזדמנות שלך להתוודות על פשעיך, אין רגע מתאים מזה לגולל בפני המורה את המעשה שהיה, לבקש את סליחתה ולהציע לה מתנה אמיתית אחרת במקום הפמוטים המשומשים העלובים...

"אלישבע", קראה נאוה בהפתעה, "איך בגרת וגבהת! אני שומעת עליך דברים טובים בלי סוף!" אלישבע הסמיקה והשפילה עיניה במבוכה. כיצד יעלה בידה לגרור את המורה לשיחה על המתנה? ואולי תבקש ממנה את כתובתה ותניח מתנה חלופית בתיבת הדואר בחשאי, בלי צורך להסביר את אשר אירע? "איזה יופי שאני פוגשת אותך", המשיכה נאוה, "כבר מזמן רציתי לדבר איתך. את זוכרת את המתנה שהבאתן לי בסוף השנה?" פניה של אלישבע החליפו צבעים. הגיע הרגע הגורלי וליבה דפק ביתר שאת. עכשיו תתברר האמת ובלי ספק יתגלה קלונה. לא ניתן יהיה להסתיר יותר את האמת... "בהתחלה לא הבנתי מה עלי לעשות עם זה", המשיכה המורה, אך משום מה גוון קולה לא התאים לתוכחה העתידה להיאמר. "הקופסה הזאת עמדה לי בפניה כאבן שאין לה הופכין עד שהבת הגדולה שלי התחילה להתעניין בתפירה ומצאנו לה שימוש. ומאז היא נדבקה בחדוות התפירה והכול בזכותך". "סליחה, המורה, על איזו קופסה את מדברת?" "על קופסת כלי התפירה הנהדרת שקניתי לי. את בעצמך הלכת לקנות, נכון? מי היה מאמין שתהיה לי מזה כל כך הרבה תועלת!" נשימתה של אלישבע נעתקה. על איזו קופסה היא מדברת, המורה? האם השתבשה עליה דעתה, חלילה, או שהיא התבלבלה עם מתנה של כיתה אחרת? פניה המשולהבות של נאוה לא הסגירו כל נימה של כעס או לעג. שום צליל בדבריה לא הסגיר את קיומם של פמוטי נחושת עתיקים, שאלישבע מירקה ככל שניתן... אין זאת, כי אם... במאמץ רב הסתירה אלישבע מעיני מורתה את ההתרגשות שפשטה בה. שירה האהובה... הרהרה לעצמה ונשכה בשפתיה בכל הכוח לבל יסגירו את הסוד. שירה חדת העין... מעיניה חששה אלישבע יותר מכול. רק עכשיו היא מבינה את גודל מעלת החסד שעשתה עימה. את חסכוניותה הפרטיים הוציאה כדי לקנות למורה נאוה מתנה חדשה אחרת במקום הפמוטים העלובים. במשך שנים ארוכות היא נוצרת את לשונה כדי שאלישבע תוכל להמשיך לשמור על סודה ועל כבודה.

איזו מעלה יש לה, לשתיקה.

רגעי הלל

יש רגעים בחיים שהם מעבר למילים, ואין שום מילה שיכולה לתאר אותם. איזו מילה תתאים, איזה רגש, איזה צבע... רק קול זעקה. צרחה שעולה ומגעת עד כיסא הכבוד.

הייתי בחדר לידה, מחכה שעות לזמן הלידה. ראיתי נשים עוברות סביבי, חולפות. כל אחת עטופה בעולמה וכל אחת עם סיפור חייה המלווה אותה. פגשתי אישה לא צעירה שחששה מהלידה. היא כבר איבדה שני ילדים... סיפור חייה לא קל... ורק רצתה להיות אחרי הלידה. הייתה בחרדה שתלד שוב בלידה שקטה, וחששה מה יהיה...

דיברנו. לאחר זמן היא נכנסה ללדת. עקבתי בדמיוני אחריה. כעבור זמן שמעתי מכיוון חדרה זעקה אדירה. הזעקה הייתה מעבר למילים... חדה... הפעם היא התברכה וזכתה, נולד לה ילד בריא ואף הוא יצא לעולם בזעקה...

יש רגעים של זעקה אבל לאחריה יש צורך בדיבור, בעיבוד. אנו שונים מבעלי חיים שרק זועקים. אנו זן אחר - מְדַבֵּר. והשפה משמשת אותנו דווקא ברגעים האלו שבהם נדמה שאין מילים. כי לאחר הזעקה מגיע הצורך לעבד את החוויה, לתת מקום לחלקי הנפש להתבהר, למכלול של רגשות לעלות, ולהבין שלכל אחד מהם יש מקום. הדיבור מבהיר ומונע מהנשמה להישאר אטומה, מיוסרת ולא מובנת. הדיבור דורש את הירידה לפרטים, הדייקנות וההמשגה. האין סוף הפנימי המעורבל מקבל שם, מקבל מילה.

כך לאחר הרצח של הלל, וכך לאחר אתגרים רבים, התהליך כואב אך מרפא. לעיתים האדם יכול לעשותו לבדו, לחשוף את צפונות נפשו, לספר את סיפור חייו שוב ושוב ולתת מילים לעוצמות פנימיות מודעות ושאינן מודעות. אבל לעיתים הסבל גדול והאילמות רבה ואז יש צורך בסיוע - במטפל, מדריך, מאמן או יועץ.

"אֶשְׁפֹּךְ לִפְנֵי שִׁיחִי צָרְתִּי לִפְנֵי אֲגִיד" (תהלים קמב, ג) - אומר דוד המלך. הוא מסוגל לדבר עם ריבונו של עולם, לספר הן את שיחו הן את צרותיו. התפילה הפנימית האישית היא דרך אחת לדבר, להתחבר.

הדיבור הוא בין האדם לנפשו וגם בין האדם לחברו. על אחי יוסף נאמר "וַיִּשְׁנָאוּ אוֹתוֹ וְלֹא יָכְלוּ דַבֵּר לְשָׁלֹם" (בראשית לז, ה), כי יש קשר הדוק בין חוסר היכולת לדבר ובין השנאה. הדיבור קשה דווקא אצל הקרובים -

הורים וילדיהם, בני זוג וחברים. מדי פעם בפעם אין יכולת לדבר, להסביר ולבקש. יש ציפייה שהשני יבין בלי מילים, אך כשהדבר אינו קורה - נוצר כעס רב ואפילו משבר.

ברור שהדיבור דורש זהירות ודיוק. אין ספור הגבלות ואזהרות נאמרו על איך, מתי וכמה לדבר. יש חשיבות לעצם היכולת לדבר ולנהל שיח פנימי וחיצוני, אך לפעמים יש מחיר לדיבור.

שלמה המלך מלמד אותנו את סוד האיזון: "עֵת לַחֲשׁוֹת וְעֵת לְדַבֵּר. עֵת לֵאמֹר וְעֵת לִשְׁנֹא" (קהלת ג, ז-ח). אחרי הדיבור שלמה המלך מייד עובר לאהבה. האהבה דבוקה לדיבור כי דיבור ממקור פנימי וטוב מוביל להתקרבות ולאהבה.

העולם נגאל בזכות הדיבור. הוא נברא בעשרה מאמרות: "וַיֹּאמֶר אֱלֹקִים יְהִי אוֹר" (בראשית א, ג). כלומר, הראשית התחילה בלי דוֹשִׁיחַ וכלי צורך באדם. אך העולם עבר מסע מעשרה מאמרות לעשרת הדיברות, שבהם האדם נוכח ופעיל. המסע לקח זמן, ובדרך האדם נדרש לדבר ולהיפתח. פסח היה תחנה חשובה במסע. הפה שסח, שלומד להגיד לו ולבנו... ליצור שפה חדשה.

ככל דור אנו נדרשים ליצור שפה חדשה ודברים חדשים.



לפני שיוצאים מהשער



מה תרצי לשפר עוד באופן הדיבור שלך
בעקבות הלימוד המשותף?

דוגמא * לא להפצה

דוגמא * לא להפצה

דוגמא * לא להפצה



מה הם הצדדים החזקים שלך בתחום הדיבור?
מה תרצי לקבל על עצמך בתחום הדיבור?

דוגמא * לא להפצה

דוגמא * לא להפצה

דוגמא * לא להפצה

"דברי חכמים בנחת נשמעים מוועקת מושיל בכסילים" (קהלת ט, יז).