

Kinder Torah

ת"ב

No Words

"Cursed is the one who strikes his fellow secretly" (Devarim 27:24). Rashi explains that this curse is given to those who speak loshon hora. Loshon hora is referred to a "secret potch." The one who is being spoken about may not even be aware that he is being degraded with harmful words. Loshon hora is a serious *aveyra* that can lead to terrible consequences. The following story presents a solid piece of advice to reduce one's loshon hora.

☪ ☪ ☪ ☪ ☪

"I'm home, Yaakov."
"Shalom my dear wife, Rachel. How was your day today?"
"It was great. I made a tremendous savings today."
"Fantastic, Rachel. It is always good to find a bargain and save money. What did you buy?"
"I didn't buy anything, Yaakov. Money was not what I saved today."
"Oh. You must have saved time. Did you find a new shortcut that saved traveling time? Did you take care of several errands in one trip and cut out a lot of running around?"
"Not really. I did not save time either."
"I know what you saved – energy. You took care of some business by phone and fax and saved making a tiring trip to the bank or the office."
"I'm afraid that I did not save energy either, Yaakov."
"You are really testing my creativity, Rachel. Did you save stress and aggravation by avoiding or overcoming a difficult situation?"
"Not exactly."
"My dear wife, if you did not save money, time, physical or emotional energy, then what did you save?"
"Words."
"Words. You saved words. Let me think about that a moment. That is a very interesting concept. How do you save words?"
"I was on my way to work. I saw a few friends of mine standing and talking. I could have gone over to them and joined their conversation. I probably would have spoken a few hundred words, perhaps even some loshon hora. Instead, I smiled, waved at them, and kept walking. I saved hundreds of words today!"
"I am very proud of you Rachel. How did you tune in to this idea of saving words?"
"I heard a lecture a few weeks ago. The speaker mentioned the Rambam's discus-



sion of the subject of silence (Hilchos Deos, chapter 2, halacha 4). 'A person should always produce an abundance of silence.' Silence is something that must be produced. It takes a conscious effort to keep silent. The Gemora (Chullin 89a) states that a person's profession in this world is to conduct himself like a person who cannot speak. A profession is something that takes time, patience, and practice to learn. After much hard work, the professional has mastered his profession and can produce beautiful things. A physician can heal people, a chef can make delicious food, and an artisan can make handcrafted objects. What should we produce? Silence. Rav Shimshon Pincus refers to silence as a beautiful song."

"This is fascinating. Please tell me more."
"The Rambam continues... 'He should only speak words of wisdom, or words which are necessary to sustain his life. It was said about Rav, a student of our holy Rebbe (Yehuda HaNasi) that he never spoke an unnecessary word his entire life.

Most people's conversation consists of unnecessary words. Even when speaking about one's physical needs, one should not say too much.' This is based upon the Gemora (Berachos 61a) which states that a person's words should always be few (in number. He should always realize that) he is standing before Hashem. The Almighty is in the heavens, and he is here in this (lowly) world. Therefore, his words should be few."

"I am beginning to realize what a savings you made today, Rachel. What else did the Rav say?"

"He quoted the Mishna (Pirkei Avos 1:17). 'All my life I have grown up among wise men, and have found nothing better for the physical welfare than silence... Too much talk brings sin.' The latter statement is logical. One can understand that silence is good for the *neschama* (soul). It prevents the sins of loshon hora, hurtful words, and *machlokes* (unjustified argument). However, the first part of the Mishna is truly astounding. Silence is also good for the health!"

"Indeed. Many physical ailments are caused by stress. People get worked up when they keep talking. They become angry, their blood pressure rises, and they become ill. Sadness and complaining can also bring a person down physically. Silence is a healing tonic for the body and soul."

"The Rav also mentioned the Gemora (Kiddushin 71b) which states that a person's quietness is sign of his pure lineage. Keeping quiet was a noble quality. Thousands of years ago, in Bavel, they would identify the

aristocratic families by their silence."
"Pirkei Avos (3:17) mentions another benefit of silence. It preserves one's wisdom. A wise person listens more than he speaks and carefully considers what he will say before responding. He does not talk pointlessly or carelessly. He will remain wise because his thoughts and words will retain their precision."
"Silence has a bounty of benefits. May we enjoy them all! "

Kinderlach . . .

Let us all begin a savings plan. We will try to save as many words as we can. We will think before we speak. Are the words that we are thinking about really necessary? What purpose do they serve? Are they words of wisdom? Are they necessary for physical needs? Are they decisions that need to be made or problems that need to be solved? If so, say them in as few words as possible. If not, keep quiet. Save those unnecessary words. They are bad for your body and soul. Enjoy the silence. No words can express the beauty of the song of silence.

Pray for Me Too

"Then we cried out to Hashem, the God of our forefathers and Hashem heard our voice" (Devarim 26:7). The Chofetz Chaim explains that we should cry out to Hashem in prayer during times of trouble. The request should be made on behalf of the entire Jewish people. It should also be made after we have performed a mitzvah. The Chofetz Chaim often repeated the advice given to us by our sages when praying for a sick person. We should include him "amongst other sick ones of Israel." When comforting mourners we should comfort them "amongst the other mourners of Zion and Yerushalayim." Hashem will more readily accept a prayer offered on behalf of the nation than a prayer for an individual. The person is not alone. He is a member of the Jewish people. It is easy to turn away a single person. A whole nation cannot be denied.

Kinderlach . . .

The Chofetz Chaim gives us a key to help us along the way in preparing for Rosh Hashanah. Praying for fellow Jews who are suffering. We probably all know of someone who is in need of special prayers. We also have our own personal requests. We should include them all in our prayers. Make sure that you pray as our sages say, "amongst the nation of Israel." Besides making your prayers more effective, it will make you feel more empathetic with other Jews who are suffering. Empathy towards others is a big step towards unity. May our efforts this month of Elul herald the coming of Moshiach.

והגדת לבנו

היופי שבשתיקה

"ארור מכה רעהו בסתר" (דברים כ"ג, כ"ד). רש"י מסביר שהפסוק מתייחס לדוברי לשון הרע, שהיא כעין מכה שניתנת בהיחבא. מי שמדברים עליו אינו יודע בהכרח שמדברים עליו דברים מזיקים. לשון הרע היא עבירה חמורה העלולה להוביל לתוצאות רעות אסון. הסיפור הבא מציג עצה מעשית כיצד להמעיט בדיבורים אסורים.

סג סג סג סג



"שלום, יעקב - חזרתי הביתה!"
"שלום, אשתי היקרה, רחל. כיצד עבר עלייך היום?"
"נהדר. חסכתי המון היום."
"מצוין, רחל. תמיד טוב למצוא מציאות ולחסוך כסף. מה קניתי?"
"לא קניתי דבר, יעקב. ומה שחסכתי לא היה כסף."

"אה. כנראה חסכת זמן. האם מצאת קיצור דרך שחוסך את זמן ההליכה? האם טיפלת בכמה עניינים בנסיעה אחת העירה וחסכת לעצמך ריצות מיותרות?"
"לא, לא. לא חסכתי זמן."
"אני יודע מה חסכת: אנרגיה. טיפלת באיזה עניין דרך הטלפון והפקס, וחסכת את הנסיעה המעייפת לבנק או למשרד."
"אני מצטער, אבל גם לא חסכתי אנרגיה, יעקב."
"כעת את באמת מציבה אתגר ליצירתיות שלי, רחל. האם חסכת לעצמך לחץ ועצבים כאשר נמנעת ממצב בעייתי או התגברת עליו?"
"לא בדיוק."
"אשתי היקרה, אם לא חסכת כסף, זמן, ואנרגיה פיזית או נפשית, מה כן חסכת?"
"מילים."

"מילים. חסכת מילים. תני לי לחשוב רגע. זהו מושג מעניין ביותר. כיצד חוסכים במילים?"
"הייתי בדרך לעבודה. ראיתי כמה מחברותי עומדות ומשוחחות. יכולתי לגשת אליהן ולהצטרף לשיחה. ואז הייתי בוודאי מדברת כמה מאות מילים, ואולי גם לשון הרע. במקום זה הייתי אליהן, נופפתי להן לשלום, והמשכתי ללכת. חסכתי היום מאות מילים!"
"אני מאוד גאה בך, רחל. כיצד חשבת על הרעיון הזה?"
"שמעתי הרצאה לפני כמה שבועות. המרצה הזכיר את דבריו של הרמב"ם בנושא השתיקה (הלכות דעות, פרק ב', הלכה ד'): 'לעולם ירבה אדם בשתיקה. ירבה - לשון פעולה. יש צורך במאמץ מודע - בפעולה - כדי להימנע מדיבור. בגמרא (חולין פ"ט ע"א) נאמר: 'מה אומנותו של אדם בעולם הזה? ישים עצמו כאילם.' יש להשקיע זמן וסבלנות כדי ללמוד אומנות. וצריך גם להתאמן בה. לאחר עבודה רבה, האומן המיומן שולט במלאכתו ויכול לעבוד בה היטב. רופא יכול לרפא חולים, טבח יכול להכין אוכל משובח ואמן יכול להכין יצירות אמנות יפות. מהי האומנות המוטלת על כולנו? השתיקה. הרב שמשון פינקוס זצ"ל מכנה את השתיקה 'שירה יפה'."

"כמה מעניין. ספרי לי עוד ממה שלמדת."
"הרמב"ם ממשיך: '...ולא ידבר אלא או בדבר חכמה או בדברים שצריך להם לחיי גופו. אמרו על רב, תלמיד רבינו הקדוש (ר') יהודה הנשיא) שלא שח שיחה בטלה כל ימיו. וזו היא שיחת רוב כל אדם. ואפילו בצרכי הגוף לא ירבה אדם דברים.' כל זה מבוסס

על הגמרא (ברכות ס"א ע"א) האומרת שלעולם יהיו דבריו של אדם מועטין [כי עליו לדעת שהוא תמיד עומד] לפני הקב"ה, שנאמר (קהלת ה', א'): '... כי האלוקים בשמים ואתה על הארץ על כן יהיו דברייך מעטים.'"
"אני מתחיל להבין את החסכון הגדול שהשגת היום, רחל. ומה עוד אמר הרב?"

"הוא ציטט מהמשנה (אבות א', י"ז): 'כל חיי גדלתי בין חכמים ולא מצאתי לגוף טוב משתיקה... וכל המרבה דברים מביא חטא.' משפט אחרון זה הוא הגיוני ביותר. אפשר להבין שהשתיקה טובה לנשמה. היא מונעת את החטאים של לשון הרע, אונאת דברים ומחלוקת. אך החלק הראשון של המשנה הוא מדהים באמת: השתיקה טובה גם לבריאות!"

"אכן כן. הרבה מחלות גופניות נגרמות מלחץ נפשי. וכאשר אנשים ממשיכים לדבר הם מתרגשים עוד יותר - ומתרגזים עוד יותר. לחץ הדם עולה, ומתפתחות מחלות. הנטייה להתלונן תמיד - יותר מדי - גם כן יכולה לפגוע בבריאות האדם. בכוחה של השתיקה להיות סם מרפא לגוף ולנשמה."

"הרב הזכיר גם את הגמרא (קידושין ע"א ע"ב) האומרת ששתיקתו של אדם היא סימן לייחוס שלו. השתיקה היא תכונה אצילית. לפני אלפי שנים, בבבל, היו מזהים את המשפחות המיוחסות על פי יכולת השתיקה שלהן."

"בפרקי אבות (ג', י"ז) מופיע עוד יתרון של השתיקה: 'סיג לחכמה שתיקה'. השתיקה שומרת על חכמתו של אדם. החכם מקשיב יותר ממה שהוא מדבר, וחושב על מה שיאמר לפני שהוא אכן פותח את פיו. אין הוא מדבר סתם או מתוך קלות ראש. הוא יישאר תמיד חכם, כי מחשבותיו ודבריו יהיו תמיד מדוייקים." "לשתיקה שפע של יתרונות. יהי רצון שנהנה מכולם."

ילדים יקרים...

הבה נפתח תוכנית חסכון. ננסה לחסוך במילים עד כמה שאפשר. נחשוב לפני שנדבר: האם הדברים שאנו חושבים לומר אכן נחוצים? איזה תועלת יש בהם? האם הם דברי חכמה? האם הם דרושים לצורך גופני? האם הם החלטות שיש לקבל, או בעיות שיש לפתור? אם כן, יש לבטא אותם במילים מעטות ככל האפשר. אם לא, עדיף לשתוק, ולחסוך את המילים המיותרות הללו. הן מזיקות הן לגוף והן לנשמה. הבה נהנה מן השתיקה. אין מילים היכולות לבטא את היופי שבשירת השתיקה.

התפללו גם עלי

"ונצעק אל ה' אלוקי אבותינו, וישמע ה' את קולנו" (דברים כ"ג, ז'). החפץ חיים מסביר שעלינו לצעוק אל ה' בתפילה בכל עת צרה. הבקשה צריכה להיות עבור כל העם היהודי וכמוכן יש לאומרה אחרי שקיימנו מצווה. החפץ חיים חזר פעמים רבות על העצה שנתנה לנו על ידי חז"ל. כאשר מתפללים על חולה, יש לכלול אותו 'בתוך שאר חולי ישראל'. כאשר מנחמים אבלים, יש לנחם אותם 'בתוך שאר אבלי ציון וירושלים'. תפילה על רבים מתקבלת יותר מאשר תפילה על יחיד. אף יהודי אינו בודד. הוא חלק מן העם. אפשר לדחות את בקשתו של אדם יחיד. אומה שלמה - אי אפשר לדחות.

ילדים יקרים...

החפץ חיים נותן לנו עצה שתעזור לנו בהכנותינו לראש השנה. להתפלל על יהודים אחרים שסובלים. מסתבר שכולנו מכירים מישהו הזקוק לרחמים ולתפילה. יש לנו גם את בקשותינו האישיות, נכלול את כולן באותה תפילה. נזכור להתפלל על האדם בתוך הכלל, "בתוך שאר חולי ישראל" וכו', לא רק שהתפילות שלנו תהיינה יעילות יותר בדרך זו, אלא זה גם יעזור לנו לחוש את סבלם של יהודים אחרים. נשיאה בעול עם הזולת היא צעד גדול לקראת אחדות. שמכה שמאמצינו בחודש אלול זה יקרבו את ביאתו של משיח צדקנו.