

Metsora | Jouw woorden kunnen opbouwen of verwoesten



Met woorden kun je mensen maken of breken. Kwaadspreken zegt meer over de spreker dan over diegene over wie hij vertelt. Reis met ons mee en ontdek hoe de Torah op subtiele wijze ons uitlegt wat de oorzaak van kwaadspreken is en hoe het te genezen. Hoe zit het met jou? Probeer jij jezelf boven anderen te verheffen door kwaad over hun te spreken of stralen jouw woorden zelfrespect en liefde uit?

Twee broers speelden met elkaar. De oudere broer was kleiner dan de jongere broer. De oudere broer plaatste zijn langere broertje in een kuil. Hierop vroeg zijn vader, de Rebbe Maharash, waar hij mee bezig was. "Het is niet eerlijk dat hij jonger is en toch langer dan ik. Dus heb ik hem in een kuil gezet zodat ik de langste ben." Zijn vader zei daarop: "Als je hier last van hebt, ga dan zelf op een berg staan."

Maar een berg beklimmen is lastig en vermoeiend en dus geven wij meestal de voorkeur aan een gemakkelijkere weg. Bewust of onbewust kiezen wij er vaak voor om een ander persoon te verlagen in plaats van onszelf te verheffen.

Woorden hebben scheppingskracht

Spreken is een krachtig middel. De wereld is geschapen door gesproken woorden, Bereeshiet (1-3): 'En G-d **zei**, '...er zij licht', en er was licht'.

Woorden hebben een scheppende kracht. Ze zijn door G-d gebruikt om de wereld te creëren. De letters van elk Hebreeuws woord vormen samen een code, de DNA van elk schepsel. Denk je dat het niets uitmaakt wat je zegt, of meen je dat enkel acties betekenis hebben? Spreken lijkt misschien geen consequenties te hebben, maar in het Joodse leven is elk woord waardevol en cruciaal.

Met woorden kun je scheppen of kapot maken. Je kunt ermee bouwen of verwoesten, je medemens groot maken of hem helemaal afbreken. Niet alleen dat, het zou zo maar kunnen zijn dat als je iets zegt, dat het gaat gebeuren. Zeg je positieve dingen, dan zal er iets positiefs uit voortvloeien. Spreek je op een negatieve, dan kan de uitkomst precies zijn zoals je voorspeld hebt.

Zo gaat het ook als je over een ander spreekt. Doe je dat op een positieve manier, dan ondersteun en benadruk je zijn goede kant. Mooie aspecten worden door jouw compliment - ook al hoort die ander het niet - belicht en versterkt. Als vanzelf wordt het negatieve zwakker. Spreek je negatieve woorden, dan versterk je juist het aspect waar je zoveel last van hebt. Niet slim!

Laster brengt scheiding

In de tijd van de Tempel waren de mensen spiritueel zo gevoelig dat zij zelfs wanneer ze kwaadspraken een bepaalde spirituele huidziekte kregen die Tsaraat heette. De zieke werd Metsora genoemd en zo heet de Parasha van deze week. Metsora betekent letterlijk 'hij uit iets slechts'.

Zo zien we dat Moshe door deze ziekte getroffen werd toen hij bij de brandende struik kwaadsprak over het Joodse volk (Shemot 4):

וַיַּעַן מֹשֶׁה וַיֹּאמֶר יְהוָה לֹא-יֵאֱמְיִנוּ לִי וְלֹא יִשְׁמְעוּ בְקוֹלִי כִּי יֹאמְרוּ לֹא-נִרְאָה אֱלֹהֶיךָ ה':

En Moshe antwoordde en hij zei, zij zullen mij niet geloven en zij zullen niet naar mijn stem luisteren, want zij zullen zeggen G-d is niet aan jou verschenen.

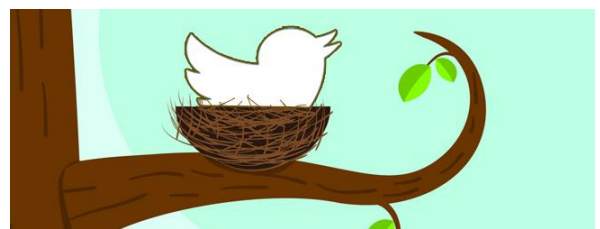
Daarna moest Moshe zijn hand op zijn borst plaatsen en toen hij zijn hand weghaalde was er *Tsaraat* op als sneeuw.

Was deze 'ziekte' eenmaal geconstateerd, dan werd de persoon onrein verklaard en moest hij tijdelijk buiten de stad in quarantaine. Door zijn laster waren mensen uit elkaar gehaald en gescheiden. Als rectificatie moest hij zelf isolement ervaren. Wanneer de ziekte over was, moest de gewezen kwaadspreker een offer brengen om zijn reiniging te voltooien.

Dit offer bestond uit twee duiven; één werd geslacht en de tweede vogel werd na een bepaald ritueel vrijgelaten. Waarom vogels? En waarom werd de tweede vogel niet geslacht?

Vogels

De Talmoed geeft antwoord: vogels fluiten en kwekken aan één stuk door. Zoals de kwaadspreker zijn mond niet kon houden, zo zingen vogels non-stop! Laster moet stoppen, vandaar dat de ene vogel geslacht wordt. De tweede, die bij het ritueel gebruikt werd, bleef leven; een mens is namelijk niet alleen verantwoordelijk voor de slechte woorden die hij uitgesproken heeft. Ieder mens moet ook verantwoording afleggen voor wat hij níet gezegd heeft wanneer hij zijn mond wél open had moeten doen



Kwaad kan slechts gedijen wanneer men zwijgt.

Ijow, adviseur van Farao, werd gestraft omdat hij zweeg toen de Endlösung van het Joodse volk in het Egyptische paleis besproken werd. Awiehoe vond de dood omdat hij niet protesteerde toen zijn broer Nadav kwaadsprak over Moshe en Aharon.

Heel veel ellende had in de Tweede Wereldoorlog voorkomen kunnen worden als de vrije landen tijdig op waren gekomen tegen de bezetting en het uitroeien van miljoenen!

Kwaadspreken

Tsaraat was niet alleen een ziekte die zich op de huid manifesteerde. Ook kleding of de muren van je huis konden bepaalde vlekken vertonen die door de priesters geanalyseerd moesten worden. Soms werd er een week gewacht om te kijken of er veranderingen in de *Tsaraat* te bespeuren waren. Als de ziekte aanhield moest aangedane kleding weleens verbrand worden en bevlekte muren verwoest om op een afdoende manier de ziekte en de zieke te genezen.

De Rambam vertelt ons dat kwaadspreken, ook al is wat wij zeggen waar, even erg is als moord, verboden relaties en afgodsdienst samen!

Iedereen weet het. Kwaadspreken is verboden, maar toch wordt het zo veel gedaan. Wat is het toch dat men de verleiding niet kan weerstaan?

Men zou kunnen denken dat er een of ander mystiek verband bestaat tussen lasteren en *Tsaraat* en die zal er heus wel zijn. Er bestaat echter een direct verband. Iemand die kwaadspreekt doet dit niet zomaar. Hij denkt daar iets mee te bereiken. Wat hij zeker bereikt is een misvorming van zijn huid. Deze huid verminking weerspiegelt de vervorming van zijn eigen ziel.

Gezonde mensen hebben namelijk geen behoefte aan kwaadspreken. Ze hoeven zichzelf niet te verheffen door een ander te vernederen. Ze zijn zelf al op een berg, misschien niet bovenaan, maar ze dromen wel van een ladder die aan de onderkant op de grond staat en aan de bovenkant de hemel bereikt.

וַיַּחְלֵם יְהוָה סֹלֶם מִצֵּב אֶרְצָה וְרֵאשׁוֹ מִגֵּיעַ הַשָּׁמַיִם

En hij (Yakov) droomde over een ladder die op de aarde stond waarvan de bovenkant de hemel bereikte...

Stevig in je schoenen

We leven in de realiteit, maar we weten deze realiteit te combineren met een hoger doel, met een ideaal. Iemand die zich verbindt met de hemel, weet dat G-d van hem houdt en heeft geen behoefte om een ander met woorden te verlagen. Hij staat met beide benen op de grond en ziet heus wel dat een ander niet altijd even goed bezig is. Het is niet zo dat hij zich weerhoudt van laster omdat hij bang is van een G-ddelijke straf. Hij ondersteunt de verkeerde handelingen die hij bij een ander waarneemt absoluut niet. Dit motiveert hem echter niet om er met anderen over te spreken. Nee,

hij gaat juist actie ondernemen om zijn vriend te helpen om de situatie te corrigeren. Bij hem is er geen behoefte aan laster! Want kwaadspreken over een ander heeft in de geschiedenis nog nooit een probleem opgelost, een wond genezen of een negatieve situatie verbeterd.

Als je behoefte hebt om kwaad te spreken is dat waarschijnlijk uit onzekerheid en arrogantie. Die twee gaan altijd samen. Maar als je gezond bent en stevig in je schoenen staat dan heb je geen laster nodig om een diep en ongelukkig gat in jezelf op te vullen.

Dan ben jij een ladder-persoon. Iemand die weliswaar aards is, met alle problemen die daarbij horen, maar ook iemand die zich tegelijkertijd bewust is van het feit dat je de hemel kan raken. Niemand kan jouw waardigheid en zelfrespect afnemen. Je hebt een bepaald doel waar je op focust en het kwaad dat om je heen gebeurt is geen reden voor jou om tot kwaadspreken over te gaan.

Drie vormen van laster

De Torah noemt drie soorten *Tzaraat* in Wajiekra 13-2. De aandoening kon drie vormen aannemen:

- שִׁאֵת > een zwelling
- פֹּחַח > een vlek
- בְּהָרַת > een lichtverkleuring

Alle drie reflecteren direct de toestand waarin de kwaadspreker verkeert, zijn huidtoestand en zijn gemoedstoestand.

De zwelling is de persoon die zich onzeker voelt en zich verheft door een ander in een kuil te plaatsen. De ene verdooft zijn onaangename gevoelens door een driedubbele maaltijd te eten en een ander gebruikt laster als uitlaatklep.

De vlek is iets dat op de huid is. Deze laster is niet van hem afkomstig, maar zit er als een extraatje bovenop, net als de wond die iets vreemds is voor de huid. Het hoort er niet te zijn. Het is een weefsel dat niet bij het lichaam hoort. Dit vertegenwoordigt diegene die graag meedoet. Zelf is hij niet begonnen met kwaadspreken, maar

eenmaal in de sociale groep durft hij het spannende gesprek niet te stoppen of weg te lopen. Bij hem ontbreekt de wilskracht om te zijn wie hij eigenlijk wil zijn.

De lichtverkleuring is de persoon die alles duidelijk ('licht') denkt te weten over de ander. Hij ziet een bepaald gedrag en weet al meteen waarom die persoon dat gedaan heeft en trekt zijn conclusies. Hij is zo zeker van zijn zaak, hij is zo arrogant dat hij niet

eens navraagt wat er aan de hand is. In plaats van kwaad te spreken kan hij ook even bellen, om te vragen wat er gebeurd is. Misschien kun je helpen oplossen in plaats van het probleem en diegene die eronder lijdt nog verder de grond in te boren. Het geven van het voordeel van de twijfel getuigt van grootsheid en bescheidenheid.

Ben je zelf gezond, dan heeft laster jou niets te bieden. Ben je een zuurpruim, dan zie je bij jezelf en bij anderen een berg van negativiteit. Ben je een levensgenieter, dan zijn de moeilijkheden niet verdwenen, noch van jezelf noch van een ander, maar je kijkt er wel anders naar.

Hoe je kijkt

Ook daarover geeft de Torah ons een subtiele boodschap: soms moest een kledingstuk waar *Tsaraat* op geconstateerd was gewassen worden - waarna er een week gewacht moest worden:

וְרָאָה הַכֹּהֵן אַחֲרָיָהּ | הַכֹּבֵּס אֶת־הַנִּגְעַת לְאֶ־הַפֶּה הַנִּגְעַת אֶת־עֵינָיו

En de Kohen zal kijken nadat de vlek gewassen is en zie, het oog van de vlek was niet omgewenteld...

Hoezo het oog van de vlek? Daarmee wordt natuurlijk bedoeld hoe de vlek er uit zag, maar waarom het woord עין (*ajien*) gebruiken dat oog betekent en dat tevens de 16de letter van het Hebreeuwse alfabet is. Omdat het verschil tussen kwaadspreken en stil zijn direct verbonden is met je oog, met hoe je naar dingen kijkt. Het is het verschil tussen נגע een plaag, vlek of letsel en ענג dat plezier betekent.

De twee woorden נגע, plaag en ענג, plezier hebben beide dezelfde letters, alleen zit de letter ע (oog) op een andere plaats in het woord. En daar moest de Kohen naar kijken: had je de ע van het woord נגע, plaag, weten om te draaien naar het begin van het woord om zo plezier, ענג te verkrijgen? Was je van een ongezonde negatieve zuurpruim een levensgenieter geworden?



Als je jezelf genezen had van je onzekerheden en leegtes, dan was je weer in staat om in de maatschappij toe te treden. Wanneer je jezelf op een positieve manier kan bekijken, dan kun je dat ook bij je medemens. Je behoefte en beweegredenen tot kwaadspreken is dan verdwenen.

Het grootste plezier, ענג (*oneg*), dat ouders kunnen hebben, is wanneer ze van iemand anders horen dat hun kind zich goed gedragen heeft. Misschien wisten zij al dat hun zoon of dochter deze karaktereigenschap had of zich zo gedroeg, of misschien klopt het zelfs helemaal niet. Maar het hart van Papa en Mamma zwelt op van liefde, trots

en plezier wanneer zij op een ouderavond goede geluiden over hun kind(eren) te horen krijgen.

Evenbeeld: liefde verspreiden

Wij zijn naar het evenbeeld van G-d geschapen. We kunnen G-d geen groter plezier schenken dan op een positieve manier over Zijn kinderen te spreken. En dan dames en heren, zult U zien dat het goede zich gaat uitbreiden. Het negatieve heeft dan geen ruimte meer en verdwijnt vanzelf.

G-d is diegene die het spreken in ons geschapen heeft. Dat was een gigantische maar ook riskante investering. We zijn de enige schepselen op aarde die deze gave bezitten. Laten we deze instrumenten, onze tanden, keel, gehemelte en tong die tot onze beschikking gesteld zijn, optimaal gebruiken. Laten we woorden en zinnen benutten om goede en liefdevolle gevoelens weer te geven. Een lief woordje hier, een vriendelijke Whatsapp daar, een respectvolle email of een leuk ansichtkaartje maken allemaal een wereld van verschil.

Denk na voor dat je iets zegt. Heb je kritiek? Kijk eerst eens waar het vandaan komt. Zeg je het uit liefde of heb je behoefte om te laten zien dat je beter bent? Ben je de andere persoon aan het helpen of voel je jezelf onzeker?

Zorg ervoor dat je jezelf voldaan en gelukkig voelt en dan zal je een ander ook op een positieve manier zien.

De mens is het enige schepsel dat kan spreken. Zorg ervoor dat jouw woorden laten zien dat je een mens bent, iemand die grootsheid, waardigheid en zelfrespect uitstraalt. Met onze woorden en zinnen kunnen wij hele werelden creëren, liefde verspreiden en genezing bewerkstelligen. Wat zeg jij?

Bracha Heintz

Gebaseerd op een les van Rav YY Jacobson

Opmaak Rianne Meijer en Sonja Tamam



Help jij mee om de continuïteit van deze artikelen te waarborgen? Door te sponsoren word je een actieve partner en steun je ook verdere activiteiten! Doneren kan hier op chabadutrecht.nl/doneren.

Beeld: chabad.org