



# Covenant & Conversation

FAMILY  
EDITION

Jonathan Sacks  
THE RABBI SACKS LEGACY

METSORA • מצרע

RABİ LORD JONATHAN SACKS'IN (ל"צ) YAZI VE ÖĞRETİLERİNDEN

*Covenant & Conversation* yazılarına sağladıkları ve Harry (Chaim) Schimmel'in anısına adanan cömert sponsorlukları için Schimmel Ailesi'ne teşekkürlerimizle.  
"R. Chaim Schimmel'in Tora'sını, onunla ilk karşılaşım zamandan beri severim. Sadece yüzeysel gerçekle değil, altta yatan daha derin gerçeğe olan bağlantısıyla da ilglenmeye gayret eder. 60 yıldır kendisine eşlik eden olağanüstü eşi Anna'yla birlikte, aile, cemaat ve Tora sevgisine adanmış bir yaşam inşa ettiler. Ortaya koydukları örnek yaşamla beni fazlasıyla etkilemiş müstesna bir çift." - Rabi Sacks

## Laşon Tov Diye Bir Şey Var mıdır?



### Özet

**Tanrı dünyayı sözlerle yaratmış ve bize de sözleri kullanarak ilişkiler yaratma ve mahvetme gücü vermiştir.** Bu hafta konuşmanın gücü hakkında bilgi almaya devam ediyoruz. Birçok kez laşon ara konusunu öğreniriz, ama Hahamlarımız laşon tov, yani "iyi konuşma" hakkında neredeyse hiçbir şey söylememişlerdir. Eğer insanlar hakkında olumsuz konuşmak bir günahsa, o zaman onlar hakkında iyi konuşmak da bir mitsva mıdır? Rabi Sacks öyle olduğunu öğretmekte ve beş öğrencisine kişisel övgüler vermeyi âdet edinmiş olan Raban Yohanan ben Zakay'ı örnek olarak vermektedir. Rav Dimi daha sonraları, Raban Yohanan ben Zakay'ın bu övgülerinin Talmud'daki bir prensibe aykırı olduğu izlenimini veren bir söz söylemiş ve "Kişi hiçbir zaman arkadaşından övgüyle bahsetmesin, çünkü övgü onu yergiye götürülecektir" demiştir. Raşi'nin anlayışına göre bu çelişki, övgünün niteliğine bağlıdır ve durum, övgünün makul, ölçülü, yerinde ve doğru mu, yoksa abartılı mı olduğuna göre değişir. Eğer ilkiyse, o zaman övgüde sorun yoktur; ama ikincisi doğruysa, o zaman övgü yasaktır.

Rambam ise konuyu farklı bir gözle değerlendirir. Şöyle yazar: "Her kim, akranı hakkında onun düşmanlarının bulunduğu bir ortamda iyi konuşursa, ikincil bir laşon ara türünden (avak laşon ara) sorumludur, çünkü onları o kişi hakkında kötü konuşmaya kıskırtmış olacaktır". Rambam'a göre mesele övgünün ılımlı veya aşırı olması değil, hangi ortamda dile getirildiğidir. Eğer hakkında konuştuğunuz kişinin arkadaşlarının önünde yapıyorsa bunda sorun yoktur. Ama başkalarının yanındayken, bir kişiden olumlu bir şekilde bahsetmek bile, dinleyenlerin sizin övgünüze karşı gelmesine ve o kişi hakkında olumsuz bir konuşmaya yönelmelerine yol açabilir.

Acaba bunlar basitçe iki farklı görüş müdür, yoksa burada daha derin bir şeyler mi söz konusudur? Anlaşılan o ki, bu, dilin, yani lisanın doğası hakkındaki bir tartışmadır. Acaba biz dili, sadece doğru veya yanlış ifade ya da tespitlerde bulunmanın bir yolu olarak mı görmeliyiz, yoksa

onu farklı bir gözle de görebilir miyiz? Sözlerimizi, teşvik etmek, empati kurmak, motive etmek ve ilham vermek için kullanabiliriz. Veya onu, cesaret kırmak, yermek, eleştirmek ve can sıkmak için kullanabiliriz. Dil, bilgi iletmekten çok daha fazlasını yapar. Duyguyu da iletir. Bir ruh hali yaratır veya bozar. Konuşmanın duyarlı şekilde kullanımı, sosyal ve duygusal zekâyı gerektirir.

Raşi'ye göre, övgü hakkındaki kritik soru şudur: Doğru mu, yoksa aşırı mı? Rambam'a göre mesele bir ortam ve bağlam meselesidir. Övgü sözleri düşmanlar arasında mı söylenmektedir, yoksa dostlar arasında mı? Sıcaklık ve takdir mi doğuracaktır, yoksa kıskançlık ve hınç mı?

Şimdi gelin, Raban Yohanan ben Zakay'a ve öğrencilerini nasıl övdüğüne geri dönelim. Bu mişna bize gerçekten de derin bir şey öğretmektedir. Pirke Avot, çok öğrenci yetiştirmeyi de içeren talimatlarla başlar. Nasıl öğrenci yaratabilirsiniz? İnsanlara, olabilecekleri kişiler haline gelme, potansiyellerini sonuna kadar gerçekleştirme ilhamını nasıl verebilirsiniz? Raban Yohanan ben Zakay gibi davranarak: öğrencilerinizi överek ve onlara kendi kuvvetli yanlarını göstererek.

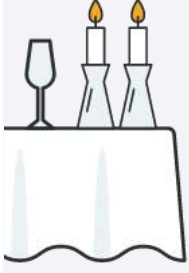
Raban Yohanan ben Zakay, övgü hakkında Rambam tarzı bir görüşü benimsemişti. Övgüyü, tarif etmekten çok, motive etmek için kullanmıştı. Kötü konuşma bizi küçültürken, iyi konuşma gelişmemize yardım eder. Kötü konuşma insanları sindirirken, iyi konuşma onları yükseltir. Doğru hedefe yöneltilen, odaklanmış bir övgü; bireysel kuvvetlere dair dikkatle düşünülmüş bir yargıyla bilinçlendiği ve insanlara ve potansiyellerine yönelik inançla desteklendiği zaman, öğretmenleri büyük ve öğrencilerini, aksi takdirde olacaklarından daha büyük yapan şeydir.

Rambam'a göre laşon tov "Akranını kendin gibi sev" emrinin bir gereğidir. Pirke Avot bunun "çok öğrenci yetiştirmenin" bir yolu olduğunu

söylemektedir. *Laşon ara* ne kadar yıkıcı ise, *laşon tov* da o kadar yaratıcıdır.

İnsanlarda iyiyi görmek ve onlara bunu söylemek, onların kişisel gelişimini besleyerek o iynin

gerçeğe dönüşmesine yardımcı olmanın bir yoludur. Bizler Tanrı'yı överiz. **İnsanları da övmeliyiz.**



## Şabat Sofrası İçin Tartışma Soruları

1. Tanah simalarının birbirlerini yükseltmek için *laşon tov* kullandığını Tanah'ın başka neresinde görüyoruz?
2. Başkalarının size söylemiş oldukları sözler üzerinizde ne kadar etkili oldu? Acaba bunlar sizin tercihlerinizi olumlu yönde şekillendirdi mi?
3. Size yakın olan birine, yükselmesine yardımcı olmak veya moralini düzeltmek için söyleyebileceğiniz gerçek bir şeye örnek verebilir misiniz?



## Kısaca Peraşa

Geçen hafta manevi açıdan saflık eksikliğini temsil eden fiziksel bir cilt bozukluğu olan *tsaraat* ile cezalandırılmış bir kişinin, yani *metsoranın* durumuyla tanışmıştık.

Bu hafta anlatım devam ederek, bu durumdan iyileşmiş olan birinin arınma ritüellerini açıklamaktadır.

Bir *metsoranın* arınması amacıyla bir Koen tarafından yapılan işlem için iki kuşa, kil bir kabın içine alınmış doğal kaynak suyuna, sedir dalına, kırmızı yün bir ipliğe ve zufa otuna ihtiyaç vardır.

*Tsaraatın* başka bir türü, bir evi etkileyebilir ve duvarlarında kızılımsı-yeşil lekelerle kendini gösterebilir. Koen bu lekeleri inceler ve evin tekrar temizlenme ihtimalini değerlendirmek için on dokuz güne kadar erişebilen bir süreç başlar. Bu süreç sonunda ev düzelmediyse yıkılmalıdır.

Tora bunun ardından insanlardan kaynaklanan başka *tuma* (manevi saflık eksikliği) türlerini ele almaktadır. Bunlar arasında erkek ve kadınların bedenlerinden salgılanan çeşitli akıntılar vardır ve bunlardan arınmak için belli süreçlerden geçmek ve sonunda bir *mikveye* dalmak gerekir.



## Peraşadan İlkeler

**Laşon Ara:** Bir dedikodu duyduğun zaman, ister sabah ister akşam, bil ki gerekir ona inanmaman.

**Laşon Tov:** Pozitif ve aydınlık ifadelerle, nezaket içinde konuşur ve hayata tat getirir.

**İyileşen Metsora:** Tecritteydi nazik olmadığı için, şimdiyse yepyeni biri oldu bedeninde, ruhunda ve zihninde.

**Mikve:** Onarılmayı gereken durumdaki bir insanı al. Suyun dokunuşuyla hisset saflığın yükselişini.





## Peraşadan Pratiğe

*Laşon tov*, yani başkaları hakkında iyi konuşmanın, insanları yükseltip onlara güç verebilmesi gibi, kendimizle pozitif konuşmak da kişisel yaşamlarımızda dönüştürücü bir güce sahiptir. Bu, özellikle de şüphe veya zorlukların baskın olduğu anlarda, doğuştan sahip olduğumuz değer ve potansiyelimizin nazik bir hatırlatıcısıdır. Kendimizle kendi hakkımızda pozitif konuşmak alçakgönüllülüğe aykırı değildir ve kusur veya hatalarımızı inkâr etmek anlamına da gelmez. Daha ziyade, güçlü yanlarımızı ve içimizdeki gelişim ve dayanıklılık kapasitesini bilip kabul etmekle ilgilidir.

Sözlerin iç dünyamız üzerinde de derin bir etkisi olabilir. Tıpkı sözlerin realiteler yaratabilmesi gibi, kendi hakkımızda kullandığımız dil de algımızı şekillendirebilir, hareketlerimizi ve başkalarıyla olan etkileşim yollarımızı etkileyebilir. Kendimizle olumlu konuşmak kendimizi sevmenin ve özsaygının bir şeklidir ve bu uygulamaya, her birimizin gelişme, öğrenme ve toplumumuza olumlu katkılarda bulunma gücüne sahip olduğumuzu her gün tasdik etmekle başlayabiliriz.

Tanah'ta bu mesajı içeren güçlü bir pasuk vardır: "Ölüm ve yaşam dilin elindedir ve onu sevenler, meyvelerini yiyecektir" (Mişle 18:21).

Başkalarına ve en önemlisi kendimize söylediklerimiz, içlerinde büyük bir güç taşır! Sözlerimizi bilgece kullanmamız yerinde olacaktır.

- Tam olarak şu anda kendinize söyleyebileceğiniz nazik bir şey ne olabilir?



## Peraşayla Oyun

Haydi "*iltifat Zinciri*" oynayalım. Bu, oyuncular arasında pozitif konuşmayı teşvik eden bir oyun. Oyunculardan biri, başka bir oyuncuyu tarif etmek için pozitif bir sözcük seçerek oyuna başlayacak. Bu "düşünceli" veya "cesur" gibi bir sözcük olabilir. Ardından bu kez iltifatın muhatabı, dairedeki başka bir oyuncu için farklı bir pozitif sözcük seçecek. Böylece oyun, iltifat alan her oyuncunun, henüz iltifat edilmeyen bir oyuncu hakkında yeni bir pozitif sözcük seçmesiyle devam edecek. Kullanılan bir sözcük tekrar kullanılamaz! Eğlenceyi arttırmak için her oyuncuya 10 saniyelik sınırlı bir düşünme süresi tanıyabilirsiniz. Oyun, her oyuncu en az bir kez iltifat aldığı zaman sona erecek!



## Peraşadan Bilmece

**S. Ne tür bir hayvan bir *metsoranın* arınma sürecinin ayrılmaz bir parçasını teşkil eder? Sizce bunun nedeni ne olabilir?**

*Cevap için aşağıya bakın.*



## Peraşadan Felsefe

Rabi Sacks *laşon tovun* gücü hakkında güzel bir bakış açısı paylaşmaktadır. Raban Yohanan ben Zakay, öğrencilerini över, onların kendilerine has güçlü yanlarını ve niteliklerini, onları teşvik eden ve olduklarından da daha yüksek düzeylere ulaşmalarını sağlayan bir şekilde öne çıkarırdı. Bu türdeki *laşon tov* sırf kendilerini iyi hissetmelerini sağlamayı amaçlıyor değildi;

kendi potansiyellerini görmeleri ve bu sayede o potansiyeli gerçekleştirecek şekilde gelişmeleri için onlara yardımcı olmakla ilgiliydi.

Rabi Sacks her ne kadar birçok haham laşon aranın zararlarını ele almışsa da, pozitif konuşmanın inanılmaz gücünü de göz ardı etmememiz gerektiğini söylemektedir. Rabi Sacks başkalarını yükseltmek ve onların gelişip serpilmesine yardımcı olmak üzere onları içten ve düşünceli bir şekilde övmemizi önermektedir. Bu yalnızca nazik davranmakla ilgili değildir; akranlarımızı kendimiz gibi sevmeye *mitsvasının* önemli bir parçasıdır.

- Çevrenizdeki insanların yükselmelerine pozitif konuşmayla nasıl yardımcı olabilirsiniz?



## Peraşa Anlatısı

### Beddua Etmek İsterken...

İşte kulağınıza bir şeyler - belki bir anırma - çınlatabilecek bir hikâye!

Bir zamanlar Balak adında bir kral yaşardı. Kral Balak, Bene Yisrael'in, çöldeki yolculukları sırasında kendi ülkesine yaklaşmakta oldukları için büyük bir korkuya kapılmıştı ve onların kendisi için fazla güçlü olduklarını düşünüyordu. Onları bir orduyla mağlup etmesi olanaksız görünüyordu. Bu yüzden farklı bir plan akıl etti.

Kral, sözleriyle başkalarını mübarek kılma veya lanetleme gücüne sahip olmasıyla ünlenmiş Bilam adlı bir adama başvurdu. Kral Balak, Bilam'ın Bene Yisrael'e beddua etmesini istiyor ve bu sayede onların zayıf düşeceklerini umuyordu! Bilam kabul etti, ama önce Tanrı'ya danışmaya karar verdi. Ve Tanrı ne cevap verdi, tahmin edin! Tanrı, Bilam'a, Bene Yisrael'in mübarek olduklarını ve onlara beddua etmemesi gerektiğini söyledi! Bilam bunu Kral Balak'a ilettiler, ama kral tekrar onları lanetlemesini istedi. Bu kez Bilam kabul etti.

Ve bu şekilde eşeğine binerek yola çıktı. Yolda Bilam'ın eşeği, yollarını kapatan bir melek gördü. Eşek meleği atlatmaya çalışırken, meleği göremeyen Bilam eşeğinin garip davranışından dolayı öfkeye kapıldı. Ancak o zaman Tanrı, Bilam'ın meleği görebilmesini sağladı. Melek Bilam'a Tanrı'nın sözlerini hatırlattı. Ama Bilam yoluna devam etti ve sonra, Bene Yisrael'e beddua etme girişiminde bulunduğu anda, ağzından sadece iyi sözler ve *berahalar* çıktı.



"Hey! Sana Bene Yisrael'i lanetlemeni söylemiştim!" diye bağırdı Balak. Ama Bilam ne kadar denese de, ağzından yalnızca güzel *beraha* sözleri dökülüyordu! Belki de Tanrı, Bilam'a ve krala sadece sözleri olumlu amaçlar için kullanmanın daha iyi olduğunu değil, başkalarına beddua etme planları yapmanın olasılıkla pek iyi bir fikir olmadığını da öğretmek istemişti.



## Peraşadan Düşünceler

### Siz Ne Yapardınız?

Gerçekte çok hoşlanmadığınız birine güç vermek, hatta onlara pozitif dalgalar göndermek için neler söyleyebilirdiniz? Acaba böyle bir görevi yerine getirmek mümkün müdür? Ve bu neden hâlâ önemli olabilir? (Kötü birinden bahsetmiyoruz; sadece sürtüşme yaşadığınız birini düşünün.)

## Peraşadan Bilmece



## Parsha Puzzle

Bu haftaki cevap

C. Kuşlar. Gemara (Arahin 16b) sürekli olarak öten, cıvıldaayan ve circir eden kuşların, gereksiz gevezeliği hatırlattığına işaret eder ve *laşon ara* nedeniyle *tsaraata* yakalanmış olan kişinin arınmasında kullanılmalarının yerinde olduğunu belirtir.

David Woolfun Torah IQ adlı çalışmasından uyarlanmıştır. Tora hakkında 1500 bilmece içeren bu çalışma Amazon'dan temin edilebilir.