קואוצ'ינג על הפרשה · עלון שבת

פרשת מקץ

שבת 12 בדצמבר 2026 · ב' בטבת תשפ"ז · שבת חנוכה · הרב יצחק לסרי

הדלקת נרות · ערב שבת	צאת שבת · הבדלה
5:12 PM	6:08 PM

זמנים למיאמי, פלורידה, לפי Hebcal.com. שבת חנוכה: מדליקים נרות חנוכה לפני נרות שבת.



כולנו רוצים לשפר משהו: את הפרנסה, את השלום בבית, את מצב הרוח. ולרוב מחליטים "מהיום הכול משתנה", ובשבוע השני חוזרים לשגרה. למה זה קורה? ומה חנוכה מלמד על זה?

הקושי

הרב פותח בשאלה ששואלים אותו הרבה: איך אפשר לראות אור בכל מצב? לאנשים יש קשיים בפרנסה, בבית ובחיים, והם אומרים שקל לדבר על אור אבל קשה ליישם.

הוא מוסיף שאלה על חנוכה. אם החג הוא מעל הטבע, ומספר שמונה מסמל את מה שמעל הטבע, למה לא מדליקים את כל הנרות בבת אחת? הוא מזכיר שבית שמאי אכן אומרים להתחיל משמונה ולרדת. אבל ההלכה כבית הלל: כל יום מוסיפים עוד נר.

הרעיון: חושך לא מגרשים במקל

הרב מביא את דברי חכמים: חושך לא מגרשים במקלות, אלא באור. "באנו חושך לגרש, בידינו אור ואש". לא צריך הרבה, צריך אור קטן, אבל עקבי.

למה לא בבת אחת? כי אדם שמקבל הרבה אור בפעם אחת אין לו כלים להכיל אותו. הרב נותן דוגמה: אם יודיעו לך עכשיו שזכית בלוטו, קשה להכיל את זה. כך גם שינוי קיצוני. מי שמשתנה פתאום, בדרך כלל לא מחזיק מעמד. זה בא בבום והולך בבום.

מי שמוסיף כל יום עוד מעשה חיובי, עוד מחשבה חיובית, פתאום יש לו מנורה שלמה. והרב אומר ש"חושך הוא לא מציאות". זו פשוט הנקודה שבה אין אור.

הרב מוסיף שגם האור צריך להיות במידה. לא יותר מדי, אלא כל יום קצת, כדי שהנרות לא ייפלו זה על זה ויעשו שריפה. ואם קורה משהו בבית, כמו צעקה, אפשר מיד לבקש סליחה

אמונה ומעשה

בטחון והשתדלות

יוסף ביקש מהשר המשקים רק שיזכיר אותו, ונשאר בבית האסורים עוד שנתיים. הרב שואל איך זה מתיישב עם השבח על הבטחון שלו, ומסביר שאדם נתבע לפי הדרגה שלו, וש"מי מנהל את העולם" היא השאלה האמיתית.

לשיעור המלא

הכרת תודה

למה שמונה ימים?

פך השמן הספיק ליום אחד ודלק שמונה, אבל היום הראשון הרי היה טבעי. הרב מסביר שחוגגים שמונה כדי ללמד שגם מה שנראה מובן מאליו הוא נס, ושלא מחכים לבעיה כדי להעריך.

לשיעור המלא

ולחזור למצב הנורמלי.

לא להדליק ולברוח

הרב מצביע על הלכה בחנוכה: אחרי שמדליקים צריך להישאר מול הנרות. הוא אומר שכך גם בחיים. לפעמים אדם אומר משהו חיובי לאשתו או לילדים, ובורח, "יאללה, ננסה". זה לא מספיק. צריך לעמוד שם, להיות נוכח, לראות שזה באמת נדלק.

הפתילה היא המשמעות

הרב מסביר שנר צריך פתילה, והפתילה היא המשמעות החיובית שאנחנו נותנים למה שקורה לנו. הוא מציע כלי: לקחת אירוע שקשה לסלוח עליו, ולהסתכל עליו מהצד, כאילו אדם שלישי. ואחר כך לשאול איך ה' רצה שזה יהיה לטובתי, ואיזה כלים למדתי משם.

הוא מזכיר ש"כאב הוא חלק מהחיים, אבל סבל הוא בחירה". ומי שחושב שדבר לא הלך, יכול לשאול מה הוא למד ממנו, ולדון לכף זכות.

מי שמחפש, מוצא

הרב מזכיר את פך השמן. לפי ההלכה אפשר היה להדליק גם בשמן שאינו טהור, ובכל זאת הם חיפשו, וחיפשו, ולא התייאשו. מכאן הוא לומד שמה שאדם ממוקד בו, הוא מוצא. אם אני מחפש איך לשפר את הפרנסה או את הבית, אני אמצא דרך. אם אני רק מסתכל על מה שחסר, לא אראה אור, גם אם הוא שם.

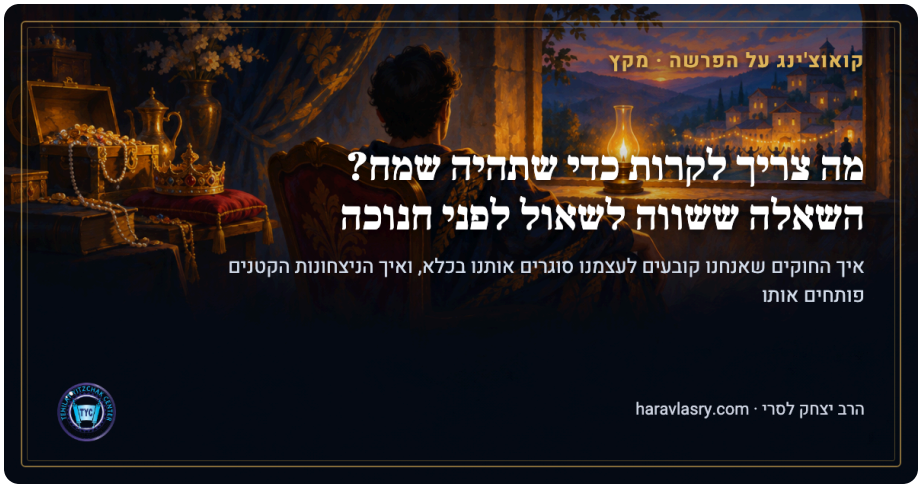
חיבור לחיים

שלושה צעדים קטנים לשבוע הקרוב:

- **נר אחד היום:** לבחור תחום אחד, ולעשות בו היום מעשה חיובי אחד קטן. למחרת, עוד אחד.
- **לעמוד מול הנר:** אחרי שעשיתי, לעצור דקה ולהרגיש שזה אמיתי, ולא לברוח הלאה.
- **להדליק שוב:** אם נפלתי, לא נורא. הרב אומר: גם אם נכבה האור, מדליקים שוב.

הרב מסכם שחנוכה הוא לא רק שמונה ימים, אלא כלי לכל השנה: כל יום להוסיף קצת, ובסוף נעשה אור גדול.

מעובד מתוך שיעורו של הרב יצחק לסרי
לשיעור המלא: https://youtu.be/7xpiKPW59TA



יש אנשים שיש להם פרנסה, משפחה ובריאות, ועדיין הם לא שמחים. ויש אנשים עם פחות, ששמחים. מה ההבדל? הרב מציע לשאול שאלה אחת.

הקושי

הרב אומר שיש אנשים שיש להם כסף, הצלחה וילדים, והם עדיין מתוסכלים ועצבניים. הוא מספר שפעם שאל אדם עשיר למה הוא לא שמח. האיש ענה שלא יודע, שמשהו חסר.

הרב שאל אותו: מה צריך לקרות כדי שתהיה שמח? האיש ענה שצריך שהוא ירוויח כך וכך, ושהילדים ילכו בדרך כך וכך. היו לו ציפיות שלא תאמו את המציאות, ולכן הוא לא ראה את כל האור שכבר יש לו.

הרעיון: החוק שבראש

הרב מסביר שלכל אדם יש חוק בחיים: מה צריך לקרות כדי שאהיה שמח, חיובי ובאור. כשהחוק גבוה מדי, אנחנו נכנסים לכלא. אם הבעל לא מתנהג אליי כמו נסיכה, אם האישה אינה מושלמת בכל דבר, אני כועס ולא רואה אור. אבל אין פרפקט בחיים, ולכל אחד יש משהו שהוא עובר.

לכן הרב מציע לשנות את השאלה. מה צריך לקרות מעכשיו כדי שאהיה מאושר? ואת התשובה הוא לוקח מחנוכה: נר הוא קטן, וגם האור שלנו יכול להיות קטן. לשמוח בניצחונות קטנים. הצלחתי להכין ארוחת ערב. הילדים ישנו בזמן. הבת ציירה דף. עוגייה בבית.

הוא אומר: "אל תחכי לבעלך, אל תחכה לאשתך". ומי שמחכה שהשני ישתנה, לא יעזור לו כלום. אפשר רק למצוא את הדרך שלי.

הרב מוסיף שמה שיגרום לאושר הוא שאהנה מהדברים הקטנים, ושאדע את הערך של עצמי, בלי להזדקק לכך שיאהבו אותי. מי שמעריך את עצמו, גם האנשים סביבו מתחילים להתייחס אליו אחרת. מוטב להדליק קודם אור בשבילי, ואז אפשר להאיר גם לאחרים.

מצב רוח אפשר לשנות

הרב מסביר שהסיבה שאני לא רואה אור היא לא שאין אור בחוץ, אלא שאני במצב רוח שלילי. איך משנים אותו? מחשבה על רגע של הכרת תודה. הוא מספר שהוא עושה זאת בעצמו בכל בוקר: "רבונו של עולם, אני מודה לך על אשתי, על הילדים, על הפרנסה, על זה שישנתי בלילה בבית שלי". כשאני במצב כזה, אני מוצא דרכים. והוא מדגיש שזה תלוי בי ובי בלבד.

להפסיק להכות את עצמנו

העצמה אישית

חלום שמתגשם וחלום שנעצר

הרב מחבר בין וישב, מקץ וחנוכה: שר המשקים הוא חלום שיש בו פעולה, ושר האופים חלום בלי פעולה. מה שנשאר הוא להתמקד במה שאפשר לעשות היום.

לשיעור המלא

לשולחן השבת

שאלות לשיחה

1. באיזה תחום ניסיתי לשנות הכול בבת אחת, ולמה זה לא החזיק?
2. מהו הנר הקטן שאני יכול להדליק מחר בבוקר?
3. מה החוק שלי? מה צריך לקרות כדי שאהיה שמח?
4. מה אני מקבל כמובן מאליו, ומה יקרה אם ייעלם?

הרב אומר שהרבה פעמים אנחנו לא שמחים כי אנחנו מאשימים את עצמנו: כמה אני לא מוצלח, כמה נכשלתי. כשאני חשוך, גם האנשים סביבי חשוכים. מי שנמצא במצב שלילי מושך אליו אנשים שמדברים רק על צרות, לשון הרע ורכילות. מי שקם עם אנרגיה, מזיז את הגוף ומודה, מושך אחרת.

הוא משתמש בדימוי: שמן תמיד צף למעלה. "אל תיתן לשטויות להידבק בך". ההוא אמר, ההוא עשה, די. החיים קצרים.

חיבור לחיים

שלושה צעדים קטנים לשבוע הקרוב:

- **לכתוב את החוק שלי:** להשלים את המשפט "אהיה שמח כאשר...", ולשאול אם הוא תלוי באדם אחר או במצב שאינו תלוי בי. ולנסח אותו מחדש.
- **לרשום ניצחון קטן בכל ערב:** דבר אחד שהצלחתי היום, גם אם נראה זניח.
- **הכרת תודה בבוקר:** שלושה משפטים של תודה לפני שמתחילים את היום.

הרב מסכם: אנחנו אחראים לשמחה שלנו, ואנחנו קובעים אם זה טוב או לא. אם נכניס טיפה אור, נראה אותו.

מעובד מתוך שיעורו של הרב יצחק לסרי
לשיעור המלא: https://youtu.be/7xpiKPW59TA