קואוצ'ינג על הפרשה · עלון שבת

פרשת תולדות

שבת 14 בנובמבר 2026 · ד׳ בכסלו תשפ"ז · הרב יצחק לסרי

הדלקת נרות · ערב שבת	צאת שבת · הבדלה
5:14 PM	6:08 PM

זמנים למיאמי, פלורידה, לפי Hebcal.com.



למה יצחק אבינו, קודש קודשים, אהב את עשיו? איך יעקב, איש האמת, אמר לאביו "אנוכי עשיו בכורך"? ומתי בפעם האחרונה מישהו הקשיב לך כשבאת אליו "מלמעלה"?

הקושי

התורה מספרת: "ויאהב יצחק את עשיו כי ציד בפיו". אהבה מיוחדת, דווקא לעשיו. וכשיעקב נכנס לאביו, יצחק שואל "מי אתה בני", ויעקב עונה "אנוכי עשיו בכורך".

רש"י מפרש: "אנוכי" - אני; "עשיו בכורך" - הוא הבכור שלך. אבן עזרא, כך הרב מספר בשיעור, דוחה פירוש כזה בחריפות. והשאלה נשארת: איך יעקב אבינו, איש האמת, אומר דבר כזה לאביו?

אותה שאלה עולה אצל יוסף. התרגום אומר שיעקב אהב אותו כי היה "בר חכים". ובפסוק אחר כתוב "והוא נער", ובעל הטורים מביא שגימטריה של "והוא נער" כמניין "והוא טיפש". אז חכם או טיפש? ורש"י מסביר שיוסף היה "מסלסל בשערו". למה צדיק עושה מעשה נערות?

הכלל מ"כל שמחה"

הרב מביא את ספר "כל שמחה" של רבי מפשיסחא, מתלמידי דרכו של הבעל שם טוב. יסוד גדול, הוא אומר: מי שרוצה להשפיע על אדם, לקרב אותו או להעיר לו, אם יבוא מלמעלה, מתוך תחושת עליונות, לא ישמעו לו. כי הצד השני חושב: מי אתה בכלל? אתה יודע מה אני עובר?

הדרך, כך הרב מסביר, היא לרדת לרמה שלו. "לנעול את הנעליים שלו", להקשיב, לכאוב את כאבו. רק אחרי שיש חיבור, אפשר להשפיע. בשפה של ה-NLP קוראים לזה "ראפור". בלי ראפור, יש חומה.

חיזוק לשבת

הבארות לא נפתחות מעצמן

הרב מצביע על שלוש דמויות בפרשה, וכל אחת היא גם אפשרות בתוכנו: מי שמחכה, מי שפועל בלי כיוון, ומי שחופר בעצמו. ישמעאל, בתיאור הרב, אומר "השם יעזור" ואינו זז. הרב אינו מבטל את האמונה, אלא מבקש שלא תהיה תירוץ לישיבה בלי תנועה.

יצחק, לעומתו, לא חיכה שמישהו יפתח את הבארות שנסתמו: הוא פתח אותן בעצמו, והתפלל עשרים שנה. התפילה לא באה במקום המעשה, והמעשה לא בא במקום התפילה.

לשיעור המלא

יצחק, יוסף ורבי יוחנן

- **יצחק:** מה יש לו לדבר עם עשיו? דברי תורה? אז הוא מתחבר דרך מה שעשיו אוהב: ציד ומטעמים. לא כי זה מעניין אותו, אלא כדי להגיע אליו ולהרים אותו משם.
- **יוסף:** "בר חכימא" - חכמתו הייתה בכך שהתחבר לבני השפחות כדי להשפיע עליהם. לכן "מסלסל בשערו". וזה "מרמה של תורה" - חכמה של תורה.
- **רבי יוחנן ורבי אליעזר:** הרב מספר את הגמרא בברכות. רבי יוחנן נכנס לבקר את רבי אליעזר החולה, בבית אפל. שאל: למה אתה בוכה? על תורה? על פרנסה? על ילדים? ורבי יוחנן הביא את עצמו: את העצם של בנו העשירי שקבר. ואז הושיט לו יד והקים אותו.

הרב מדגיש: הוא לא אמר לו "תהיה בשמחה, אין לך אמונה?". הוא הזדהה, וזה מה שהעיר אותו.

"אנוכי עשיו בכורך" - מבט פנימי

מכאן הרב עובר לפירוש עמוק יותר, בשם אותו ספר. כדי להתחבר לאחרים צריך להתחבר קודם לנקודה הפנימית שלנו. יעקב נקרא יעקב כי ידו אוחזת בעקב עשיו, ופירושו: הוא זוכר כל הזמן שיש בו עשיו. "אנוכי עשיו" - גם בי יש עשיו, אני לא יותר טוב ממך.

ומי שזוכר זאת יודע: כל טוב שעשיתי הוא מרחמי השם, לא מגדולתי. מי שהתפלל הבוקר, נתן צדקה, עשה חסד, זה לא "אני הצדיק". ומי שאינו מרגיש טוב יותר מהשני, יכול להתחבר אליו באמת.

למה זה קשה

קל לשבת מלמעלה ולהגיד "אתה לא בסדר". קשה יותר לרדת, ובשיעור הרב אומר זאת במפורש: לפעמים צריך "להתלכלך", לשמוע דברים לא נעימים, ולא להתרחק. אבל זו הדרך להרים אדם, לעורר את הניצוצות שבו, ולא רק להרוויח נצחון בוויכוח.

חיבור לחיים

הרב נותן דוגמאות מהבית והעבודה:

- **ילד שלא רוצה ללכת לבית ספר:** "חייב ללכת, אין דבר כזה" - ואתה מאבד אותו. לעומת זאת: "מה עבר עליך? ישנת טוב?" - ואז הוא מרגיש שאבא מבין.
- **זוגיות:** להתחבר לבן הזוג דרך מה שהוא או היא אוהבים, ורק אחר כך להגיד את מה שמפריע.
- **העמדת הערה:** "הוכח לחכם ויאהבך". תן מחמאה: "אתה בן אדם שמעריכים אותך, לא יפה לך לאחר".
- **מי שמספר לך על משבר:** לפעמים צריך לשמוע גם דברים לא נעימים, כדי להתחבר ולעזור.

מעובד מתוך שיעורו של הרב יצחק לסרי
לשיעור המלא: https://youtu.be/X0VJ4WQ49wk

סיפור עם מסר

החסיד שהתרחק

הרב מספר על אחד האדמו"רים: חסיד שהתרחק מהדרך היה מגיע אליו ומבקש ברכה. האדמו"ר כיבד אותו שוב ושוב, ואמר לחסידים שתמהו על כך שהוא מקרב אותו כדי להציל אותו. אם אזרוק אותו, זה נגמר. כשהוא יראה חום ואהבה, יהיה לו מאיפה לגדול.

ומשל החימום: אדם רועד מקור. אפשר להלביש עליו סוודרים וכובעים, ואפשר להסיט את הווילון ולהראות לו את השמש. מי שמראה את היופי, ולא רק מעמיס הוראות, מזמין את האדם להתחמם לבד.

לשיעור המלא



קריאה בפרשת תולדות על דרך הבעל שם טוב

כשאתה עומד בבוקר בתפילה, מי הוא האדם שעומד שם? וכשאתה חוזר הביתה עייף ופתאום מרים את הקול, מי האדם הזה? ואם שניהם אתה, איזה מהם האני האמיתי? ולמה התורה טורחת לספר לנו מה קרה בבטנה של רבקה, כשעל אמהות השבטים היא שותקת?

הקושי בפרשה

"ויתרוצצו הבנים בקרבה, ותאמר: אם כן, למה זה אנכי?" רש"י מסביר שרבקה הייתה עוברת ליד פתחי עבודה זרה והעובר רוצה לצאת, ועוברת ליד בתי מדרשות והוא רוצה לצאת. היא הולכת לדרוש את ה', ומקבלת תשובה: "שני גויים בבטנך... ורב יעבוד צעיר".

הרב מעלה כמה שאלות. איזו נחמה יש בכך שיש לה שני בנים? למה היא אומרת "למה זה אנכי", ולא "למה הוא"? למה כתוב "תומם" בלי אל"ף, ובתמר כתוב "תאומים"? ולמה "ויקראו שמו עשו", כשאת יעקב קרא הקדוש ברוך הוא?

התשובה המוכרת, והשאלה שנשארת

הרב מזכיר את הפירוש המוכר: עדיף לרבקה אחד צדיק ואחד רשע, מאשר אחד "פושר", שאינו סגור על עצמו ונמצא יום כאן ויום שם. כדברי אליהו הנביא: "עד מתי אתם פוסחים על שתי הסעיפים".

אבל השיעור ממשיך אל הבעל שם טוב, שקורא את הסיפור כסיפור על כל אחד מאיתנו. בכל אדם יש נשמה אלוקית ונפש בהמית, ומלחמה ביניהן שאינה נגמרת. ו"למה זה אנכי" היא שאלה שהאדם שואל על עצמו: מי אני בעצם?

בשיעור אחר הרב מדגים מהי "עבודה זרה" בימינו: לפעמים זה הכסף, כשאדם מקריב עליו את המשפחה ואת השבת. ויש גלגל שמסתובב, כסף כדי לאכול ואוכל כדי לעבוד, בלי רגע לשאול "מה אני עושה כאן בעולם". לדבריו, כשאדם עוצר לרגע אחד של חשבון נפש, הוא יכול להחליט מה הוא באמת רוצה.

החידוש: מה שטוב בי אינו שלי

לפי הדרך שהרב מביא, כשאדם יודע שיש בתוכו גם "בהמה מהלכת", כעס, תאווה וגאווה, זו המציאות שלו כשהוא לעצמו, ולא רק צד זמני. ומה שהוא עושה טוב, הנחת תפילין, שיעור תורה, שלום בית, הוא רחמי שמים. אינו הוכחה שהוא "בן אדם טוב".

כלי מעשי לחיים

שתי רשימות לשינוי

לפי הרב, אדם לא משתנה כל עוד השינוי נראה לו כואב יותר מהמצב הקיים. לכן הוא מציע שלושה צעדים. ראשית, זהות: לא לספור ימים של הימנעות, אלא להחליט מי אני.

שנית, רשימת הנאה: לכתוב מה ארוויח מהשינוי, והתשובות צריכות להיות גדולות מההנאה של ההרגל הישן. שלישית, רשימת מחיר: מה המצב הנוכחי עולה לי, היום ובעוד חמש או עשר שנים. כך כוחו של הכאב וההנאה עובד בשבילי.

לשיעור המלא

לשולחן השבת

שאלות לשיחה

1. עם מי בחיי אני מדבר "מלמעלה", ומה היה קורה אילו ירדתי אליו?
2. איזו באר בחיי סתומה, ומה הצעד הקטן שאני יכול לעשות השבוע בעצמי כדי לפתוח אותה?
3. חשבו על אדם אחד שאתם רוצים לקרב: האם אני מלביש עליו עוד סוודר, או פותח לו את הווילון?
4. איזה הרגל אחד אני רוצה לשנות, ומה ההנאה שהוא נותן לי היום?

הרב מזכיר את הבעל שם טוב על יום כיפור: מדוע הוידויים כה ארוכים וחוזרים שוב ושוב, ולמה לא תיקנו סידור נפרד לצדיקים? כדי להזכיר לאדם מי הוא כשהוא לעצמו. וכאן "ורב יעבוד צעיר": מי שחשב עצמו גדול יורד להכרה שהוא קטן, ואז הוא עולה.

כשאין "אל"ף"

"והנה תומם", בלי אל"ף. הרב קורא זאת כך: כשאדם חושב "אני מחזיק, אני חזק, אני מצליח להילחם", אלוקים אינו בתוך המלחמה, והמלחמה נמשכת. אדם יוצא משיעור או מתפילה, וכעבור זמן קצר צועק על בני ביתו, ושואל: איך זה קרה לי? על פי הבעל שם טוב, זו תזכורת שהכוח לא היה שלו.

אם האדם אינו קולט את ההודעה, "ויקראו שמו עשו": הסביבה מחזירה לו את התמונה. אבל אם הוא קולט, "ואחרי כן יצא אחיו, וידו אוחזת בעקב עשו". הצד האחר שבו יוצא, אך ידו עדיין אוחזת בעקב: הוא זוכר כל הזמן שעשו קיים בו. ואז "ויקרא שמו יעקב", והקדוש ברוך הוא הוא שקורא לו כך.

מה זה משנה בחיים

הרב מדגיש את התוצאה: מי שמבין זאת אינו שופט אחרים. הבעל שם טוב, כפי שהרב מביא, אומר שכשאתה רואה אדם שאינו שומר, הדבר בא להזכיר לך שגם אתה לא תמיד שומר. מי שהגיע לשיעור או קם לתפילה אינו "מעל" אחרים, כי ה' הוא שהביא אותו.

מכאן גם הכרת הטוב: לא מגיע לנו הכול, ולכן כל מה שיש לנו, בית, ילדים, פרנסה, הוא מתנה. ומכאן גם התפילה: "ריבונו של עולם, בלעדיך אני לא יכול". הרב אומר שהתפילה היא הדרך כשהאדם מגיע לחוסר אונים.

לשבת

בשבת, כפי שהרב אומר בשיעור אחר, אפשר לעצור, להתנתק מהמסכים ולשבת עם המשפחה. שאלה להתבוננות: על מה אני לוקח קרדיט, כשבעצם ה' הוא שזיכה אותי? ובפעם האחרונה שהתרגזתי או נפלתי, האם שמעתי בכך גם הזמנה לבקש עזרה?

מעובד מתוך שיעורו של הרב יצחק לסרי
לשיעור המלא: https://youtu.be/B1pHwHzbcxc