

התמודדות עם פחד ממחלה וממוות

1. **השכינה למעלה מראשותיו של חולה**
השמן לב העם הזה ואזניו הכבד ועיניו השע פן יראה בעיניו ובאזניו ישמע ולקבו יבין וישב ונרפא לו (ישעיהו, י)
2. **בלע המוות לנצח (ישעיהו כה, ח)**
ויכל יעקב לצות את בניו ויאסף רגליו אל המטה ויגע ויאסף אל עמיו (בראשית מט, לג)
3. **העור השני וחלוקה דרבנן**
ויגע ויאסף ומיתה לא נאמרה בו, ואמרו רבותינו (תענית ה) יעקב אבינו לא מת, לשון רש"י ולדעת רבותינו, הרי יעקב הזכיר מיתה בעצמו (לעיל מח כא) הנה אנכי מת והיה אלהים עמכם ואולי לא ידע הוא בנפשו, או שלא רצה לתת כבוד לשמו וכן (להלן נ טו) ויראו אחי יוסף כי מת אביהם, כי להם מת הוא, או שלא ידעו הם בזה כלל וענין המדרש הזה כי נפשות הצדיקים צרורות בצרור החיים, וזו תחופף עליו כל היום, לובשת לבושה השני שלא יפשטנה ערומה, כיעקב, או תתלבש לעתים מזומנות ויובן הענין הזה במסכת שבת (קנב:): ובמסכת כתובות (קג) (רמב"ן שם)
4. **חינוך כנגד הפחד ממחלה ומוות**
הו מינצו ר' חנינא ור' חייא אמר ליה ר' חנינא לר' חייא בהדי דידי מינצת דאם חס ושלום נשתכחה תורה מישראל מהדרנא ליה מפלפולי אמר ליה ר' חייא אנא עבדי דלא משתכחה תורה מישראל דאייתינא כיתנא ושדיינא ומגדלנא נישבי וציינדא טביא ומאכילנא בישראל ליתמי ואריכנא מגילתא ממשכי דטביא וסליקנא למתא דלית בה מקרי דרדקי וכתיבנא חמשא חומשי לחמשא ינוקי ומתנינא שיתא סידרי לשיתא ינוקי לכל חד וחד אמרי ליה אתני סידרך לחברך והיינו דאמר רבי כמה גדולים מעשה חייא (כתובות קג, ב)
5. **טוב ללכת לבית אבל מבית משתה**
מפני מה האבל שבעה ימים? כנגד ז' ימי המשתה. (פסיקתא זוטרתיא)
6. **פנים חדשות כנגד ההכחשה**
בשר ודם שאינו יודע מה עתיד להיות אינו מתאבל עד שימות המת אבל הקב"ה שהוא יודע מה עתיד להיות שימר על עולמו תחילה אית דבעי מימר אלא שבעה ימי אבלו של מתושלח הצדיק. (מועד קטן ירושלמי, טו א)
7. **מספקות לספקות דעתיק**
המוות הוא חזיון שווא, טומאתו היא שקרו, מה שבני אדם קוראים מוות הרי הוא רק תגבורת החיים ותעצומתם. ומתוך השקיעה התהומית בקטנות, אשר יצר לב האדם השקיע אותו בה, הרי הוא מצייר את תגבורת החיים הזאת בצורה מדאיבה וחשוכה, שהוא קוראה מוות. (אורות הקודש ב, עמ' שפ, הראי"ה קוק)
8. **לעבור מהשכל למדמה**
חזרת יעקב לארץ ישראל אחר פטירתו הוא כמו נישואין שבעודו במצרים לא היה עם המטרונות... וכשחזר לארץ נעשה בחינת הזכר לגבי ארץ ישראל. (אבל יעקב אבינו, כתבים על ארץ ישראל שלא פורסמו, הרב מ. ר. לוריא)
9. **חיבור עמוק לאדמה**
כל מה שקשה יותר לסבול את אוויר חוץ לארץ, כל מה שמרגישים יותר את רוח הטומאה של אדמה טמאה, זהו סימן לקליטה יותר פנימי של קדושת ארץ ישראל. (אורות, הראי"ה קוק, עמ' יא, ו)