

מִצְדַּת הַסְּתַפְקוֹת

צָרִיךְ שְׂיֵהִיָּה לְהָאָדָם הַסְּתַפְקוֹת לְהַסְתַּפֵּק
 רַק בַּמָּה שֶׁצָּרִיךְ לוֹ בְּהֶכְרַח מִזֶּה הָעוֹלָם, וְלֹא
 לְנַהֵג אֶת בֵּיתוֹ בְּגִדוּלִים דְּיוֹקָא פִּנְהוּג עֲכָשׁוּ
 בַּעֲוֹנוֹתֵינוּ הַרְבִּים בְּהַרְבֵּה אֲנָשִׁים.

כִּי אֵלּוּ שְׂאִין לָהֶם מִצְדַּת הַסְּתַפְקוֹת, עָלֵיהֶם
 נֶאֱמַר וּבִטּוֹן רְשָׁעִים תִּחְסָר, כִּי לְעוֹלָם חָסֵר
 לָהֶם הַרְבֵּה. עַל־כֵּן צָרִיךְ שְׂיֵהִיָּה לוֹ
 הַסְּתַפְקוֹת לְהַסְתַּפֵּק בַּמָּה שֶׁחָנְנוּ ה',

וְאַפְלוּ מִזֶּה הַהַסְּתַפְקוֹת צָרִיךְ לְהַפְרִישׁ מִמֶּנּוּ
 לְצַדָּקָה, וְעַל־יַדֵּי זֶה נַעֲשֶׂה יַחֲוֵד גָּדוֹל
 לְמַעַלָּה וְנִמְשָׁכִין כָּל הַהַשְׁפָּעוֹת טוֹבוֹת.

לִיקוּטֵי עֲצוֹת פֶּרְנִסָּה לֵט

~ געגועים אל הלב ~
חיזוק יומי ממישנתו של ר' נחמן מברסלב

להנצל מנזק

כָּל הַהִזְקוֹת הֵם עַל-יַדֵּי
קְלָקוּל הַשְּׂמִיחָה,

וּבְנִשְׂזוּכֵיךְ לְהַתְפַּלֵּל בְּשִׂמְחָה...
עַל-יַדֵּי זֶה נִצֵּל מִכָּל הַהִזְקוֹת,

כִּי תִפְּלֶה בְּשִׂמְחָה הִיא
רְפוּאָה וִישׁוּעָה לְכֹל.

ליקוטי הלכות ק"ש ב

להתכונן למישפט

הָאָדָם צָרִיךְ עֲצוֹת הַרְבֵּה בְּזֶה הָעוֹלָם כָּל יְמֵי חַיָּיו
כִּי שִׂינֵכֵל לְהַצִּיל עַצְמוֹ מִמָּה שֶׁצָּרִיךְ לְהִנָּצֵל,
שֶׁלֹּא יֵאָבֵד שְׂתֵי עוֹלָמוֹת חַס וְשָׁלוֹם,

כִּי מִי שֶׁיֵּשׁ לוֹ מַח בְּקִדְקִדּוֹ רָאוּי לְשִׁית לֵב עַל
אוֹדוֹתָיו מַה נַּעֲשֶׂה עִמּוֹ בְּזֶה הָעוֹלָם, וְעַל מַה בָּא
לְזֶה הָעוֹלָם לַעֲבֹר בְּדַאגוֹת וְצָרוֹת וְיִגּוֹנוֹת וְכַעַס
וּמְכַאוֹבוֹת פְּאֵלָה וְסוּפּוֹ לְעַפָּר יָשׁוּב לְמִקּוֹם עַפָּר
רָמָה וְתוֹלְעָה. וְמִי יוֹדֵעַ אֵיךְ יֵצֵא מִשְׁפָּטוֹ וְדִינּוֹ
בְּיוֹם הַדִּין הַגָּדוֹל וְהַנּוֹרָא, כִּי גָדוֹל יוֹם הַהוּא וְנּוֹרָא
מְאֹד, כִּמּוֹ שֶׁפֶתוֹב: "אִים וְנּוֹרָא הוּא" "וְמִי יכִּלְנוּ"

בּוֹדְאֵי צָרִיךְ כָּל אָדָם לְפַקֵּחַ עַל עַסְקָיו וְלְשִׁית
עֲצוֹת בְּנַפְשׁוֹ אוֹלֵי יוֹכֵל לְמַלֵּט נַפְשׁוֹ.