

מסכת אבות

פרק ו משנה ז

כֹּה הִיא דִּרְכָּהּ שֶׁל תוֹרָה, פֶּת בְּמַלְחָה תֹאכֵל, וּמִים בְּמִשְׁוֹרָה
תִּשְׁתֶּה, וְעַל הָאָרֶץ תִּישֹׁן, וְחַיֵּי צֶעַר תִּתְּנָהּ, וּבִתְוֹרָה אַתָּה עֹמֵל,
אִם אַתָּה עוֹשֶׂה כֵן, (תהלים קכח) אֲשֶׁרִיךְ וְטוֹב לָךְ. אֲשֶׁרִיךְ
בְּעוֹלָם הִנֵּה וְטוֹב לָךְ לְעוֹלָם הִבָּא: