



כשאתה מתעורר בבוקר יש לך שתי אפשרויות:
להמשיך לישון ולחלום חלומות;
או להתעורר ולהגשים אותם.

לשאלה

האם בכל יום אני מתקדמת


או הולכת לאחור

יש תשובות רבות.

תלוי אם אני עומדת עם הפנים אלי

או נגדי

(עידית ברק)



ספר לאלוקים
כמה גדולות
הצרות שלך,
אבל יותר מזה;
ספר לצרות שלך
כמה גדול
אלוקים

Shira natavsky 52540481500@GMAIL.COM

יש יומיים בשנה שבהם
אי אפשר לעשות כלום.
אחד מהם נקרא אתמול
והשני נקרא מחר.

היום הוא היום הנכון לאהוב,
להאמין, לעשות ובעיקר לחיות.

(דלאי למה)

כשנדמה שהכל פועל נגדכם
תזכרו שמטוס ממריא נגד הרוח,
ולא לצידה.

(הנרי פורד)

Shira nakovsky 50548481508@GMAIL.COM





גלים (נועם חורב)

כָּכֹל שֶׁהִזְמַן עוֹבֵר
אֲנִי מִבֵּין יוֹתֵר וְיוֹתֵר
מִתִּי לְהִלָּחֵם בָּהֶם עַד הַסּוֹף
וּמִתִּי לְהוֹרִיד אֶת הָרֹאשׁ,
וְלָתֵת לָהֶם לַחֲלֹף.

Shira nakovsky 50548481508@GMAIL.COM

אָדָם חֲזָק

זֶה לֹא אָדָם שֶׁלֹּא נוֹפֵל

זֶה אָדָם

שֶׁקָם כָּל פֶּעַם מִחֲדָשׁ



אל תִּשְׁוּה אֶת
הַהִתְחַלָּה שֶׁל
עֲצָמָךְ
לְאִמְצֵעַ שֶׁל
מִי־שֶׁהוּ אַחֵר



הָרַפּוּי מִתְחִיל בְּהִבָּנָה
שֶׁהָעֵבֶר נִשְׁאַר אֶתְךָ
אֲבָל אֶתָּה לֹא
נִשְׁאַר בְּעֵבֶר

(הדר טל)



אדם צריך לפעמים,
קצת זמן איכות עם עצמו.
לשבת איתו לכוס קפה,
ולשמוע אותו אומר לעצמו
עד כמה הוא יפה.
להקשיב למה שיש לו להגיד
על דא ועל הא
וגם סתם
על אהבה.
להתעניין בשלומה של הנשמה,
ולהתפעל עד כמה היא גדלה.
לדעת לדמוע כשמספר כמה קשה לו,
ולצחוק איתו בקול על בדיחות החיים.
לתת לו מקום,
לאפשר לו לנשום
ולהגשים לו חלום...
אדם צריך לפעמים,
קצת זמן איכות עם עצמו.

(משה ולרשטיין)

Shira Nakovsky 57542461503@gmail.com