ספר המידות — שינה

א. מִי שֶׁהוּא מְקֻדָּשׁ יוֹתֵר, הוּא רָחוֹק מֵהַשֵּׁנָה יוֹתֵר.

ב. עַל יְדֵי רִבּוּי הַשֵּׁנָה וְהַתְּנוּמָה, עַל יְדֵי זֶה דּוֹחֲפִין אוֹתוֹ מִמֶּרְכָּבָה דִּקְדֻשָּׁה, וְנִשְׁתַּנֶּה פָּנָיו, וְנִתְקַלְקֵל צֶלֶם. אֱלֹהִים.

ג. חֲמִשָּׁה עָשָׂר "שִׁיר הַמַּעֲלוֹת" שֶׁבַּתְּהִלִּים מְסֻגָּלִים לְבַטֵּל הַשֵּׁנָה.

ד. מִי שֶׁאֵינוֹ יָכוֹל לִישֹׁן, יַעֲלֶה עַל מַחֲשַׁבְתּוֹ אֱמוּנַת תְּחִיַּת הַמֵּתִים.