

Solo Hoy



ESTE LIBRO REVELA A LA PERSONA
LA LLAVE DEL EXITO EN LA VIDA, Y
COMO PUEDE CADA UNO ALEJAR DE
SI MISMO EL ABURRIMIENTO Y LA
VAGANCIA QUE LO RODEAN.

ESTO SE LOGRA A TRAVES DE QUE SE
ACOSTUMBRE A VIVIR SOLO CON EL
DIA DE HOY Y NO SE FIJE EN EL DIA
DE MAÑANA O EL DIA DE AYER.



Basado en las enseñanzas del
Grán Rabino, el Santo
RAV NAJMAN DE BRESLAV
y su alumno
RAV NATAN DE BRESLAV



הכתובת להשיג את הספר הקדוש הזה וכל ספרי
אדמו"ר מוהר"ן מברסלב זי"ע וספרי תלמידיו הקדושים

To obtain this and other Breslov publications:

חיבל הקודש מאנסי
HEICHAL HAKODESH MONSEY
32 Dolson Rd.
347-733-7551

חיבל הקודש וויליאמסבורג
HEICHAL HAKODESH WILLIAMSBURG
27 Skillman Street
718-384-1652

חיבל הקודש קרית יואל
HEICHAL HAKODESH KIRYAS JOEL
8 Premishlan Way
845-243-0563

חיבל הקודש קרית יואל
HEICHAL HAKODESH KIRYAS JOEL
8 Hayes Ct.
845-467-5299

בארץ ישראל:

מוסדות "חיבל הקודש" חסידי ברסלב
שע"י עמותת "ישמח צדיק-קהילת ברסלב בגליל"
בהסיונות ע"י כ"ק מוהרא"ש וצוק"ל
רחוב רבי נחמן מברסלב 1 ת.ד. 421 יבנאל 15225
טלפון רב קווי 04-6708356
פקס: 04-6708359

Visit our website: www.breslevcity.co.il

לשמוע השיעורים: 212-444-9191

Find our entire book selection at:

AMAZON.COM

To donate and/or sponsor one of our books please call: 845-248-1651

SOLO HOY

1.

Querido hermano judío; si deseas vivir una vida real y feliz, debes saber, que no tienes "sólo el día de hoy".

Es la naturaleza de la persona preocuparse siempre por lo que pasó ayer, y lo que le espera mañana; pero si se graba en la mente que no tiene "sólo hoy", vivirá siempre con tranquilidad y mucha paciencia, no tendrá miedo o temor de ninguna criatura en el mundo, y su vida será una vida real, sin ninguna ansiedad o preocupación.

Nuestro santo rabino, el Rav Najman de Breslav reveló, que debe ser una regla general para la persona, no poner delante de sus ojos sólo el día presente en el que se encuentra. Es decir, que sepa, que no tiene "sólo hoy", y entonces ¿por qué preocuparse por el día de mañana?

Sea en mis diarias tareas, y sea en el servicio a Dios y el cumplimiento de la Tora y las Mitzvot, debo saber que no existe "sólo hoy", y solamente entónces tendré éxito, pues de otra manera, estaré continuamente atemorizado por todas mis preocupaciones materiales y espirituales.

Muchos de los que se alejan de la Tora es por este temor. Pero si sabrían que no tienen "sólo hoy", tendrían éxito, pues por un día una persona puede aceptar sobre si mismo incluso lo que está encima de sus fuerzas. Lo principal es que trates de introducir bien en tu mente que no tienes "sólo hoy", y entonces lograrás ver maravillas, y aceptarás con paciencia todo lo que te ocurre.

2.

Querido hermano judío; debes

acostumbrarte a vivir sólo con el día de hoy, y no dejarte molestar por el día anterior o el día siguiente; solamente entonces serás digno de vivir una vida de riqueza, honor y alegría, y serás el más feliz.

No pienses para nada en el ayer, eso ya desapareció absolutamente, y nunca volverá a tí. Tampoco pienses en el día de mañana, pues no sabes lo que puede acontecer en cada día. Por lo tanto, piensa sólo en el día presente, y llegarás a sentir la dulzura y el placer de la vida de este día.

Incluso si en estos momentos estás muy afligido, y te parece que no tienes escapatoria; incluso si este mismo día está lleno de desgracias, sufrimientos, angustias, amarguras y problemas, debes fijarte minuciosamente en tí mismo, y verás que todos estos problemas,

amarguras y confundimientos que tienes hoy, son solamente causa de los problemas que cargas sobre tí del día anterior, o te preocupas por lo que pasará mañana

Pues si te fijas detenidamente en el día de hoy, verás que en este día te puedes arreglar con las situaciones más difíciles; tu principal preocupación es porque recuerdas tus problemas de ayer o temes de los que tendrás mañana

Por lo tanto, no te fijas ni en el pasado ni en el futuro, sino en el día de hoy únicamente y entonces siempre tendrás éxito.

3.

Querido hermano judío; debes saber que el secreto del éxito de la persona en su vida material y espiritual es "solamente

el día de hoy", es decir que piense y planee todos sus planes y programas sólo para el día de hoy.

Por el contrario, todos sus tropiezos son causa de que siempre piensa en el día de ayer, en el pasado, lo que lo destruye totalmente.

Por eso, si quieres comenzar a tener éxito en tu vida, y deseas vivir una vida quieta y tranquila, acostúmbrate a pensar sólo en el día de hoy, y trata de enterrar al día anterior, que ya desapareció completamente, y no es posible hacerlo volver de ninguna manera, así como no se puede revivir al muerto que ya está enterrado en su tumba.

Si olvidas y entierras todos tus "ayeres", justamente entonces comenzarás a vivir una vida placentera y tranquila, una vida exitosa y feliz.

4.

Querido hermano judío; si deseas tener éxito en tu vida y vivir una vida placentera, debes saber que tienes que separar el día de hoy del ayer y del mañana, e inculcar en tu mente, que no tienes "sólo el día de hoy", y esto es toda tu vida y toda tu esperanza; de esta manera tendrás mucho éxito.

Pues la mayoría de las personas que se desaniman cayendo en la angustia y la tristeza, y la conciencia los destruye, es porque piensan en lo que les ocurrió el día de ayer, anteayer o hace una semana, etc., y asimismo temen de lo que pasará el día de mañana, pasado mañana o la semana que viene. Pero si separarían el día de hoy de todo el pasado y de todo el futuro, vivirían una vida eterna, y percibirían la veraz existencia de Dios,

con una revelación asombrosa.

Pues en realidad no hay ninguna existencia fuera de Dios y absolutamente todo es viva y espiritual Presencia de Dios. También el tiempo es una creación de Dios Bendito. Sea, pues El se vistió en los días, horas y minutos. Sin embargo, cuando la persona piensa en todos sus ayeres y todos sus mañanas y su futuro, a causa de la excesiva luminosidad que esto ocasiona, se rompe su poder mental, y no puede sentir a Dios, hasta que se olvida de Dios por completo.

No así si separa el día de hoy de todos los demás días, y sabe que no tiene sólo el día de hoy, entónces se le revelará una luz Divina maravillosa, ¡dichoso sea!

5.

Querido hermano judío; debes

olvidarte completamente del mañana, y por supuesto del pasado, que ya desapareció, y así llegarás a sentir el placer de tu vida.

Pues debes saber, que justamente de este día, depende todo tu éxito material y eterno.

Trata de hacer todo lo que puedas en este mismo día, y no postergues las cosas para el día de mañana, pues no debe existir para tí ningún mañana.

Esto vale tanto para tus necesidades materiales, como para las espirituales, pues no tienes sólo el día de hoy.

Si sabrás esto con conciencia pura, y grabarás en tu corazón con una seguridad total y sin duda alguna, que no tienes "sólo hoy", justamente entonces tendrás éxito en lo espiritual y material, y toda tu forma de pensar cambiará completamente.

Pues todo aquel que vive sabiendo que "Bendito es Dios cada día y día", ve una vida eterna delante suyo.

La mayoría de los miedos, preocupaciones, tristezas y decaimientos que la persona tiene, son por causa de que no piensa en el día de hoy. Cuando tiene que hacer algo, lo posterga para mañana, mañana lo posterga para el día siguiente, y así día tras día, sin hacer nada por negligencia, hasta que al fin le parece que todo lo que tiene que hacer es muy difícil y complicado, pues ya se le han juntado tantas cosas, que no las puede hacer en un sólo día, y a través de esto pierde todas sus ganas.

Y esto es solamente en lo material. Más aún en lo espiritual, la principal causa de la caída de la persona es sólo porque empuja sus estudios para mañana, luego al día siguiente y así de día en día,

hasta que se cumple en él lo que Dios dice: "Si Me abandonarás un día, Yo te abandonaré dos", y mientras tanto no estudia nada. Puede pasar un día después del otro, semana tras semana y mes tras mes, que no abre un libro de Tora, hasta que hay personas, Dios nos salve, que a través de esto se alejaron completamente de la Tora, cayendo en el infierno.

Pues la principal protección de la persona y su éxito en este mundo y en el mundo venidero, en lo espiritual y en lo material, es solamente la Tora. Pero cuando uno se aleja totalmente de la Tora, Dios prohíba, lo rodean viboras y escorpiones, que son la impureza y la suciedad, etc., hasta que es arrancado de su raíz completamente, y cae en las profundas tinieblas malignas.

Por lo tanto querido hermano judío, trata de acostumbrarte a vivir sólo con el

día de hoy, y sabe que no tienes en el mundo "sólo hoy". Entonces harás lo que necesitas hacer este día en lo material, y asimismo tratarás de estudiar por lo menos un poco de Jumash, Mishna, Guemara, Midrash, etc., pues sólo tienes el día de hoy, y así tendrás éxito, sea en lo material y sea en lo espiritual.

6.

Querido hermano judío; debes saber, que si te acostumbras a conducirte en este camino, pensando que no existe "sólo hoy", podrás concentrarte en lo que verdaderamente tienes que hacer hoy, y entonces, aunque sólo logres hacer una pequeña parte de tus tareas materiales y deberes espirituales, comprenderás y entenderás que no se puede empujar la hora, y tratar de hacer absolutamente

todo hoy.

Pues a través de que la persona se adhiere a Dios en el día de hoy, alumbrá sobre él una iluminación tã maravillosa, que lo ayuda a comprender lo que es necesario hacer hoy sin falta, qué no se puede dejar para mañana y que sí.

Porque cuando la persona se graba en la mente que no tiene "sólo hoy", y vive de esta manera, toda su vida cambia totalmente. Sabe que hacer en cada situación e incluso puede aconsejar a otros como obrar.

La principal forma de tener una paz mental y tranquilidad, es sólo si se vive únicamente con el día de hoy.

7.

Querido hermano judío; debes saber que cada día viene con sus problemas e

indecisiones.

Cada día, al comenzar está cubierto con todo tipo de pesadumbre, ocupaciones, etc., hasta que a la persona le parece que este día ya no es un buen día, y decide postergar todo para el día siguiente.

Por lo tanto debes saber, que este día también es un día, y puedes en este día tener mucho éxito, y realizar grandes e importantes obras, pero solamente si serás persistente en buscar lo bueno que esta oculto en este día, y no mirarás a las confuciones y pesadeces que te rodean.

Así, cuando pasará el día, verás que era todo una fantasía, para cubrir de tí la luz de este día.

Pues en realidad debes saber que Dios Bendito Sea alumbraba e ilumina con una renovada luz Divina cada día y día, y El renueva totalmente toda la creación en

cada día. Pero a la persona, a causa de sus problemas y ocupaciones, le cuesta comprender esto.

Sólo si se acostumbra a conducirse en el camino de "sólo hoy", es decir, que no tiene en su vida "sólo hoy", entonces se une a la espiritual vivencia Divina, que alumbra en este día, y ve maravillas inconcebibles, ¡¡dichoso sea!!

8.

Querido hermano judío; trata de introducir profundamente en tu mente la idea de que no tienes "sólo hoy", y verás como todo el día pasará de una manera completamente diferente.

Cuando la persona continuamente espera con impaciencia al día de mañana, con seguridad echará a perder todo su tiempo, pues piensa que aún tiene tiempo

hasta mañana, y mañana estudiará, mañana cumplirá las Mitzvot, mañana hará Teshuva (arrepentirse y retornar a Dios), mañana hará dinero para mantener a su esposa e hijos, y así derrocha todo el día, acabando sin nada en la mano.

Pero si tu te grabas en la cabeza que no tienes "sólo hoy", serás entonces muy persistente y consecuente en cada detalle, sea en hacer Teshuva y retornar a Dios, sea en el estudio de la Tora, sea en rezar a Dios y cumplir las Mitzvot, y sea para traer dinero y mantener a tu familia. Para vagar y holgazanear todo el día ya no tendrás tiempo.

9.

Querido hermano judío; introduce en tu mente que solamente existe "el día de hoy", y toda tu forma de pensar

cambiará totalmente, de tal manera que empezarás a vivir una vida agradable y placentera.

Todas las amarguras, desgracias y preocupaciones que atraviesan a la persona, son solamente por causa de que se deja influenciar por el día de ayer o el día de mañana, y esto lo destruye y desmoraliza completamente, hasta que ya le cuesta escapar de todas sus presiones y dificultades.

Hay personas que han decaído moralmente de tal manera, que se desesperan completamente, y andan tristes, depresionados y afligidos. Esto es por causa de que se dejan confundir por el día de ayer o por el día de mañana.

Sin embargo, si se acostumbrarían a conducirse siguiendo esta revelación maravillosa, sabiendo que no tienen "sólo hoy", estarían siempre contentos y alegres

y vivirían una vida dulce y agradable, pues por un día se puede aguantar cualquier cosa que pueda ocurrir.

10.

Debes saber, querido hermano judío, que todos aquellos que sufren de los nervios y tienen almas enfermas, llegaron a ello principalmente a raíz de que se dejaron confundir por el pasado y el futuro. Esto produjo en aquellas personas la crisis y el malestar, pues la conciencia los destruye cuando recuerdan que hicieron algo incorrecto, de lo que ahora se arrepienten. Siempre andan pensando cómo pudieron haber hecho una cosa así, y esto los come vivos. Asimismo, se preocupan por el futuro, pensando qué pasará si mañana será descubierto el error que han cometido. Tanto han

penetrado en pensar en el ayer y el mañana, que ya no pueden salir de esto. Los nervios les revientan, caen en una desesperanza, melancolía y decaimiento interno, Dios nos salve, hasta que pueden llegar a enloquecer.

Hay personas que penetraron tanto en esto, que ya no pueden salir de ninguna manera, y están en el hospital bajo tratamiento médico.

Pero en realidad, puede la persona recuperarse de todo tipo de desequilibrios mentales y problemas nerviosos, si solamente comienza a olvidarse del pasado y del futuro, del día de ayer y del día de mañana, y empieza a vivir su vida de día a día, sin dejarse confundir para nada por el pasado, por más desagradable que sea, o por el futuro, aunque sea revelado ante todo el mundo; tiene solamente "el día de hoy".

Si vives de esta manera, pensando siempre que "Bendito es Dios día a día", te curarás de todos tus problemas mentales y nerviosos, pues estos conocimientos son el remedio principal para los desequilibrados mentales y los que sufren de los nervios.

11.

Debes saber, querido hermano judío, que si deseas sentir un gusto real en tu vida, tienes que pensar sólo en lo que concierne a este presente día, desde el momento en que abres los ojos a la mañana, hasta que los cierras para dormir a la noche, y vivir día por día, desde que amanece hasta que oscurece.

Es decir, que existe para tí "sólo hoy", desde que sale el sol hasta que se oculta, y por supuesto que por un sólo día

puede cualquier persona aceptar sobre sí incluso los trabajos más difíciles.

Asimismo por un único día es más fácil proponerse algo, por ejemplo no pelearse con nadie, estar alegre y contento y convertir la pena y tristeza en una grán alegría. Aún si esto le cuesta mucho, sin embargo por un día, se puede aceptar todo.

Vivir de esta manera, es el significado verdadero de la vida, y sólo esto se llama vida, pues no existe para él "sólo hoy" y nada más.

12.

Querido hermano judío; debes saber que cada día, es para la persona sabia e inteligente, una nueva vida.

Si tú también serás digno de introducir este conocimiento en tu mente

y corazón, dirás cada día: hoy comienza para mí una vida totalmente nueva. De esta manera vivirás realmente una vida nueva cada día, y alumbrarás sobre tí una luz Divina y maravillosa.

Dichoso aquel que se acuerda de su Creador cada día y día nuevamente, y sabe que existe "sólo hoy".

13.

Querido hermano judío; debes entonar para tí el cántico de la vida, el cántico que la creación canta a Dios Bendito Sea cada día y día renovadamente.

Dichoso aquel que puede decir de este día que es "su día", y canta en este día el cántico del día a Dios Bendito Sea, como dijeron nuestros sabios (Suca 46): "Cada día y día, dale a Dios de Sus

bendiciones".

Si te introdujeras en el cántico del día, y entonaras para tí las palabras: "este día es mi día", verías cada día milagros descubiertos a cada paso y paso que darías, así como dijeron nuestros sabios (Tana Debei Eliahu Raba, cap. 2): "Cada día y día Dios hace con la persona milagros como los que hizo cuando los judíos salieron de Egipto".

De esta manera te conducirás como un rey al cual no le falta nada, y todo te irá bien. Lo principal es que te grabes en la mente que no tienes "sólo hoy", y te repitas la frase: "este día es mi día".

14.

Debes recordar, querido hermano judío, que no tienes "sólo hoy", y entonces tendrás éxito en tu vida, que será

una larga cadena llena de felicidad y alegría.

La peor tragedia que puede ocurrir a la persona desde su niñez, es que no viva con la realidad, sino con la imaginación. Esto es cuando no mira al día presente, que es la realidad, sino al futuro; el chico siempre dice lo que hará cuando será un muchacho, el joven muchacho habla siempre de lo que hará cuando será mayor, y cuando es mayor habla siempre de lo que hará cuando se case. Ya cuando se casa y tiene que trabajar y alimentar a su familia, aún habla de lo que hará cuando deje de trabajar; y al fin, cuando deja de trabajar y ya es un anciano, entonces comienza a mirar para atrás, y se pregunta ¿por qué tuve que empujar tanto mis días y años?, ¿donde estan aquellos buenos años a los cuales ansié y esperé?, y finalmente queda totalmente

destrozado y apenado.

Esto ocurre pues vivió su vida con una fantasía, es decir que no vivió con la realidad, que es "sólo hoy", pues sólo esto es la realidad, que no tiene "sólo hoy".

Si uno vive de esta manera, cada día es suyo, sea si es un niño, sea si es un adolescente, sea si está casado y sea si ya es un anciano, cada día es su día.

Dichoso aquel que vive su vida de esta manera, sabiendo que no tiene "sólo hoy", y así será el más feliz, y sentirá la alegría de la vida diariamente.

15.

Querido hermano judío; debes saber que cada día atraviesan a la persona otro tipo de desgracias y problemas, y la principal sabiduría de la vida, es saber sobrellevar las desgracias y problemas, y

encontrar dentro de ellos el alivio.

No es ninguna grandeza arrastrarse tras de las penas y apegarse a ellas, pues ya dijeron nuestros sabios (Midrash Agada): "Si uno se deja llevar por las penas, estas se apoderan de él".

Sí es una virtud, cuando uno puede transformar todas sus desgracias, apremios y sufrimientos, y convertirlos en alivios, victorias y alegría.

Debes saber que no hay ningún día que no comience sin problemas y amarguras, e incluso durante el mismo día existen todo tipo de insatisfacciones, y esto es semejante a la cáscara que cubre a la fruta, que es la luminosidad del día.

En cada día y día alumbra y brilla la luz de Dios con una nueva revelación, pero está rodeada por una 'cáscara', para que no hagan uso de ella los malvados. Y aquel que logra mantenerse firme, y no se

desanima a pesar de todo lo que le ocurre, él es meritorio de percibir la luz del día, que alumbra diariamente, y se deleita con la dulzura, el placer y el brillo de la Presencia Divina, que ilumina toda la tierra, como dice el versículo (Yejezquel 43): "Y la tierra se iluminó de Su gloria".

16.

Querido hermano judío; acostúmbrate a repetir siempre el versículo (Tehilim 118): "Este día hizo Dios, alegremosnos y regocigemosnos con El", es decir, que te grabes bien en tu corazón, que no tienes "sólo el día de hoy", y debes tratar de vivirlo con alegría y buen humor. Este día es tú día, para alegrarte y deleitarte en él con la dulzura, el placer y el brillo de la Presencia Divina que

alumbra en este día.

Debes saber que el placer que tú buscas se encuentra en este día justamente, por lo tanto recuerda que el día de ayer ya pasó y no existe más, y el mañana es sólo una visión y pura fantasía, que todavía no llegó; pero el día de hoy, si lo pasas con calma, te convertirá el ayer en una riqueza exitosa, y el mañana en un día de feliz esperanza. Por lo tanto querido hermano judío, trata de empezar a vivir sólo con este presente día, y tu vida se convertirá en una vida eterna.

17.

Querido hermano judío; recuerda que el día de hoy es para tí completamente nuevo, y si lo utilizas como es necesario, es decir, con el cumplimiento de las Mitzvot con alegría,

simpleza e integridad, con el estudio de la santa Tora, con rezar y derramar tu corazón ante Dios, serás digno de elevarte hasta los más altos niveles, pues todo depende de como utilices el día.

Debes saber, que cada día y día se extienden sobre la persona una nueva vida y una influencia renovada para adherirse y acercarse a Dios, y alcanzar todos los niveles espirituales, si no es vago y holgazán.

Por eso trata de utilizar este día de la mejor manera, y verás las maravillas de que serás digno en él. Lo principal es ser muy obstinado en no abandonar tu lugar, incluso si mientras tanto te caes, sea donde sea, y sea como sea.

18.

Querido hermano judío; siempre

debes pensar, que es posible que hoy sea el último día de tu vida, pues ya ocurrió que mucha gente hizo todo tipo de planes para el futuro, y de repente recibieron una invitación del cielo, fallecieron en paz y desaparecieron del mundo.

¿Cómo sabes con tanta seguridad que esto no te puede ocurrir a tí?. Entonces déjame preguntarte, ¿acaso por un día, el último día de tu vida, es razonable pelearse con alguien o pensar en divorciarse de tu esposa?, ¿acaso en el último día de tu vida, es razonable alejarse de Dios?.

Comienza inmediatamente a arrepentirte ante Dios de tus acciones, y El te recibirá. No amargues tu vida por ningún motivo en el mundo, pues es una lástima por tus buenos días que pasarán vacíos y sin utilidad.

Trata de vivirlos con santidad y

pureza, adhiriendote a Dios y haciendo Teshuva, y sin ninguna duda Dios te aceptará, y retornarás a El totalmente limpio. Pues incluso aquel que cometió pecados durante toda su vida, Dios prohíba, y se arrepentió en el último día de su vida, Dios Bendito Sea le perdona.

Por lo tanto recuerda que hoy puede ser tu último día, y trata de hacer Teshuva y retornar a Dios, pues El con seguridad te perdonará, y saldrás limpio de este mundo, sin pecados, así como naciste.

19.

Querido hermano judío; trata de introducir en tu mente que no tienes "sólo hoy", y solamente entonces lograrás vivir una vida dulce y feliz, te fortalecerás aunque te ocurra lo peor, y no te dejarás

deprimir por ningún motivo en el mundo.

La principal causa por la cual una persona se aleja de Dios, es sólo porque recuerda siempre el día de ayer, y asimismo se deja confundir por el día de mañana.

Pero, cuando introduce en su mente, que no existe en el mundo "sólo hoy", justamente entonces vive una vida feliz, una vida placentera, una vida larga, pues cada día se le alarga, y es digno de sentir el placer del día, ya que en cada día hay otro placer. Dichoso aquel que se adhiere al placer y la dulzura de este día, y se convertirá en otra persona, sin estar desesperado.

20.

Querido hermano judío; no te dejes confundir de un día al otro, pues cada día

tiene su abundancia, y sin ninguna duda para el día de hoy tienes preparada una grán abundancia, si serás digno de recibirla.

Y la principal manera de recibir la abundancia del día de hoy, es cuando grabas en tu mente que no tienes en el mundo "sólo hoy", pues solamente así puedes llegar a recibir en él todas las bondades ocultas.

Esta es la virtud de los grandes Tzadikim (justos, rabinos píos), que saben que no tienen "sólo hoy", y por lo tanto son meritorios de que se les revele la luz oculta que alumbrá cada día y día, recibiendo una elevada y grán abundancia maravillosa. Dichoso aquel que es digno de inculcar en su mente que no tiene "sólo hoy", y entonces también él será meritorio de recibir las grandes bondades ocultas, ¡¡dichoso sea!!.





**LA TUMBA DEL SANTO
RABI NAJMAN DE BRESLEV
EN LA CIUDAD DE UMAN**