




¡Ponte en Marcha!

Revela la grandeza de la seguridad en uno mismo, de la que depende todo el éxito del hombre en lo material y espiritual, y da el consejo de cómo llegar a esto.

Basado en las enseñanzas de
Rabí NAJMAN DE BRESLEV

Su mérito nos escude
Y en las enseñanzas de su alumno,
Rabí NATAN DE BRESLEV.

En conjunto con versículos de la Torá, los Nebiím (profetas), Ketubim (Hagiógrafos), escritos y dichos de nuestros santos sabios de la Guemará, Midrashim y el Zohar.



To obtain this and other Breslev Publications:

היכל הקודש בארא פארק
Heichal Hakodesh Boro Park
1011 41 Street
718-384-1652

היכל הקודש וויליאמסבורג
Heichal Hakodesh Williamsburg
27 Skillman Street
718-384-1652

היכל הקודש קרית יואל
Heichal Hakodesh Kiryas Joel
8 Premishlan Way.
845-243-0563

היכל הקודש קרית יואל
Heichal Hakodesh Kiryas Joel
8 Hayes Ct.
845-467-5299

היכל הקודש מאנסי
Heichal Hakodesh Monsey
32 Dolson Rd.
347-733-7551

היכל הקודש בלומינגרוו
Heichal Hakodesh Blomingrove
24 Merriewold Ln S
845-379-1161

Visit Our Web Site:
www.BreslevCenter.com

To listen to the beautiful Shiurim given by the Rosh Yeshiva

Chizuk for the
Jewish home
212-444-9169

Kol
Breslev
212-444-9169

Chizuk Yomi

To receive Chizuk Yomi by

WhatsApp
347-630-2876

Email
chizikyomi@gmail.com

Chizuk to your doorstep!

You can now receive Breslev Seforim, Kintriesim, Shiurim, Music
CD's, USB's, and much more
conveniently delivered to your door! call now: 347-509-4908



¡Ponte en Marcha!

1

“¡**L**evántate! ¡Es tarde!” – escuchas la voz rugiendo por la frazada. Después de repetidos intentos de esfuerzo y tembladera, todavía no logras levantarte de tu sueño dulce. Finalmente, tambaleas de la cama y miras al reloj con dificultad, te das cuenta que estas atrasado una hora para el trabajo. No estás desconcertado; te vistes lenta y deliberadamente como si estuvieras

en un trance, todo mientras que piensas sobre cual excusa usaras con tu jefe esta vez. Esta no es la primera vez, y probablemente no será la última – pero querido amigo, si quieres llegar a cualquier parte en la vida y tener éxito, debería ser la última vez. El secreto detrás de lograr cualquier objetivo y esfuerzo en la vida, ya sea material o espiritual, es ser proactivo. La diferencia entre una persona proactiva y una perezosa es que cuando es presentado con un desafío u oportunidad en la vida, la persona proactiva dice: “Puedo”, pero el perezoso dice: “No puedo!” El proactivo intenta todo, pero el perezoso se encoge de miedo,

percibiendo cada pequeña tarea como una montaña enorme para escalar. Porque, lo que subyace al comportamiento evasivo del perezoso es en realidad una forma de rendirse; se ha renunciado a sí mismo y por lo tanto renuncia a la vida misma. Esta es la razón por la cual la pereza es un rasgo tan insidioso que debe evitarse a todo costo. La prontitud, por otro lado, es un rasgo de afirmación que es precioso y siempre debe ser buscado, porque es sinónimo del éxito. La pereza, como todos sabemos, sólo genera fracaso. La decisión es tuya. ¿Vas a tirar las frazadas sobre tu cabeza y renunciar a la vida, o vas a saltar de la cama y ponerte en marcha en el camino hacia el éxito!

2

¿Estás cansado de sólo vivir en auto-piloto en la vida? ¿Estás harto de tu hábito de arrastrar los pies cuando se trata de hacer algún cambio en la vida? ¿Acaso no has tenido suficientes excusas como “esto no es para mí, y eso no es para mí” para justificar tu falta de progreso en la vida? Aunque parezcas darle a los demás la impresión de que eres perezoso, dentro de ti sabes que no lo eres. Entonces, ¿por qué te sientes tan excluido en el frío, incapaz de lograr tus aspiraciones en la vida? Debes saber que la pereza y las crónicas excusas solo cubren el miedo basado

en una creencia profundamente asentada que, las cosas nunca funcionarán para ti, como dijo el Rey Solomon, “El perezoso dice, ‘Hay un león joven en el camino, un león entre las calles’; la puerta da vuelta a sus bisagras y el perezoso en su cama” (Mishlei 26:14-16). La única manera de combatir el penetrante sentimiento de pesimismo que te hace un participante renuente en la vida es ser proactivo y ponte en marcha. No pienses tanto en tus miedos. No le des la oportunidad a crecer. Sigue avanzando en la vida de una tarea a otra con energía y entusiasmo, sin atascarte por temores irracionales y dudas innecesarias, que sabotean

tu impulso. No podemos siquiera comenzar a apreciar cuán vital es para nuestra salud y bienestar emocional el abrazar la vida con vivacidad y regocijo. La pura energía y el entusiasmo de un ritmo rápido y el nivel de actividad impulsa tu estado de ánimo y te infunde con alegría, esperanza y optimismo. Como un repentino baño de agua fría y fresca, sentirás esta explosión refrescante de energía emocional y alerta mental. Estarás optimista y en un alto espiritual, la frialdad que sentías hasta ahora sobre los asuntos de fe se convertirán en una erupción de excitación apasionada por Dios. Tu mente también se expandirá

para acomodar más conocimientos e ideas nuevas, y comprenderás ideas nuevas y conceptos abstractos más fácilmente. Desde el punto de vista material y socialmente, tu estatus también se verá mejorado. Aquellos que operan en un alto nivel de energía, con avidez y entusiasmo, se sienten seguros de tomar riesgos. También, las personas son naturalmente atraídas a ellos debido a su optimismo, mente abierta, y entusiasmo que los hace divertidos de rodear. Las puertas del éxito seguramente se abren para ellos. Una vez más, la elección es tuya: puedes ponerte en marcha y, finalmente, hacer que vida comienza a moverse, o puedes permanecer en un estado de frialdad.

3

La mayoría de nosotros hemos sido criados con la idea errónea de que la religión es cosa seria y que sólo podemos relacionarnos con Di-s con solemnidad piadosa y de manera sombría. Para muchos, el concepto de Di-s está arraigado en los recuerdos de la infancia de la educación religiosa que consiste en servicios aburridos tediosos y el estudio aburrido del salón. Nada puede estar más lejos de la verdad. Para realmente conocer a Di-s y desarrollar una conexión íntima con Él, debes ser capaz de sentir Su presencia y participación en tu vida. Para llegar más allá de lo ordinario,

y experimentar esta conciencia superior, debes despertarte a ti mismo a través de la alacridad y la alegría apasionada, como dijeron los Sabios: “La Presencia Divina no descansa sobre una persona triste o perezosa” (Shabát 31b). Al hablar en términos del descanso de la Presencia Divina sobre uno, se refiere al sentido profundo y palpable en que sientes que Di-s está presente e íntimamente involucrado en tus asuntos diarios. Cuanto más uno puede salir de sí mismo y sus preocupaciones egoístas y reconocer decidida y completamente que no hay nada más que Di-s, que sólo Él está allí y sin Él no hay nada más, y que Él está detrás de cada

acontecimiento y fenómeno que ocurre – más permites que la parte de Di-s que está en ti se revele. Los dos están entrelazados; cuanto menos percibas la realidad en términos de ti mismo, más percibirás la realidad en términos de Di-s, porque Él es la única realidad. Pero, ¿cuántos de nosotros estamos lo suficientemente seguros con nosotros mismos para dejar nuestro propio interés y entregarnos a Di-s? Por eso es que necesitamos las emociones de la alegría y el regocijo que tienen el potencial de inspirarnos poderosamente para superar el temor que se disfraza de pereza. Este método se remonta a los días de los profetas antiguos, que estaban

acostumbrados a despertarse con instrumentos y canciones para que la Divina Presencia descanse sobre ellos. Por lo tanto, pon la pasión de nuevo en tu relación con Di-s, evitando la pereza y la depresión. **¡Ponte en marcha!** Mantente en movimiento y se demasiado ocupado para notar cualquier nube oscura que se avecina en el horizonte. Mantén aquella disposición soleada y se de buen carácter. ¡Por supuesto que es una lucha! La vida puede ser muy frustrante y no siempre estarás de humor para forzar la alegría. ¡No te rindas y abandones a Di-s! Todo lo contrario, es precisamente en estos momentos cuando debes derramar

tu corazón a Di-s, como lo harías con un buen amigo, contándole todas tus faltas y fatigas en avanzar tanto en lo espiritual como en lo material. Esto te acercará a Di-s y automáticamente se sentirás mejor y alentado. Mientras que al principio era una gran lucha para pronunciar una sola palabra a Di-s, porque te sentías tan bajo, ahora las palabras de oración fluirán animada y apasionadamente de tus labios, porque te sentirás tan aliviado y lleno de esperanza. No hay duda, la vivacidad y la alegría infunden nueva vida en la oración, haciéndola apasionada y sincera, como dijeron los Sabios: “Uno no se levanta para orar por medio de la tristeza y la

pereza” (Berajot 31b). Así que, ponte en marcha y acércate a Di-s. ¡Hazlo alejándote lo más que puedas de la tristeza y la pereza, y tan cerca como puedas a la verdadera alegría!

4

El nivel de energía de uno casi puede predecir si tendrá éxito en la vida o no. Los movedores y los agitadores toman el toro por los cuernos y el éxito se es parte de ellos; pero el perezoso está condenado desde el principio. Debajo de sus sabanas se lamenta que ahora hace demasiado frío para salir a estudiar; luego se lamenta que hace demasiado calor afuera para trabajar. Lleno de

excusas, se encuentra inmóvil en la cama cada vez más desanimado y pesimista sobre avanzar en la vida. Finalmente, se pregunta abatido, “¿Cuál es el punto?”, y se renuncia a sí mismo y a su futuro. ¡Qué tonto! No se da cuenta de que es su imaginación. La pereza es un estado mental que proviene de una mala actitud hacia uno mismo y hacia la vida. Una vez que renuncias a tu voluntad, sólo te conduce a una profunda e ineludible depresión, como dijo el Rey Salomón: “¿Hasta cuándo permanecerás reclinado, oh perezoso? ¿Cuándo te despertarás de tu sueño? Un poco de sueño, un poco de dormir, y un poco de cruzar las manos para

reposar”, (Mishlei 6:10-11). ¡Sé valiente! Remueve las sabanas, sal de la cama y **ponte en marcha**. Para estar seguro, ya has sido pesado por muchos años por la amargura y de la decepción, y no puedes reunir la voluntad o la fuerza para levantarte de la cama. Sin embargo, debes dar el primer paso. ¿Qué esperanza habrá si sólo permaneces en un estado deprimido, sin nunca hacer algún movimiento para mejorar tu situación? ¡No estás solo! Dios está a tu lado. Así que mientras que luchas para salir de la cama, ¿por qué no clamar a Él y pedirle ayuda. ¡Sí! ¡Es así de simple! Recuerda, la gloria de Dios llena el universo, y no hay alguna

realidad excepto Él; Su espíritu impregna todo lo que te rodea. Sin embargo, “¿a quién le importa de todos modos?” murmuras, mientras que sales de entre las sábanas. “¿Quién puede entender por las cosas que yo he pasado?”, te quejas, mientras que te obligas a salir de la cama. La respuesta es que Dios si se preocupa y sólo Él puede entender plenamente tu dolor. Es cierto que has soportado el peso de las burlas y los comentarios sarcásticos de los demás sobre tu pereza e inercia. Te sientes totalmente rechazado por la sociedad; no obstante, ¿qué importa? Dirígete a Di-s, busca refugio y apoyo sólo de Él, porque al final de todo, Él es

el único que se preocupa lo suficiente por ti y te ama. Es importante que domines el arte del desapego de los demás y sólo te aferres a Di-s. Una vez que tu mente se libere de la necesidad neurótica de la aprobación del mundo – porque sólo la opinión de Di-s es la importante – te encontrarás automáticamente saltando de la cama con entusiasmo, alegría y alacridad para volver al mundo exterior que ahora, parece menos intimidante. ¿Que estas esperando? Comienza ahora al abrir tu boca y habla con Di-s, como lo harías con un amigo o como un niño con su padre. Sin estar convencido aun, te viras de lado y te hundes una vez más entre

las cobijas. En tu mente, no puedes sacudir tan fácilmente las décadas de tu juventud ennegrecida por la depresión y profunda desesperación que te había convencido de que Di-s se olvidó de ti. ¿Cuántas horas te acostaste en silencio, sin moverte en la cama, pensando en tu destino inmóvil, preguntándote por qué Di-s estaba enojado contigo? ¿Por qué parecía que te estaba rechazando? “Debe ser”, concluiste, “que Di-s no me quiere; Él no me necesita”. Desgarrado por el conflicto interno y la lucha psicológica que renunciaste y dejaste de intentar. ¡No tan rápido! Otros pueden herirnos y decepcionarnos, pero no Di-s. Le

debemos toda nuestra existencia y supervivencia. Si hay alguien de cual debes renunciar es los demás; pero no a Di-s. ¿Dónde estaban todos los parientes y amigos cuando estabas decayendo en tu estado decaído, incapaz de salir de allí? ¿Qué aliento y apoyo te brindaron en tu estado desesperadamente necesitado, además de un suspiro y un minuto de su tiempo? Tu error es que perdiste tanto tiempo de tu vida esperando que los demás tuvieran piedad de ti y te rescataran de los problemas. Entonces recuerda, cómo en tu estado de amargura y resentimiento, pensabas que era genial andar con los cínicos que te dieron aquel falso

sentido de poder por rechazar a Di-s y degradar a la religión. Ahora mira dónde te han dejado, como dijo el más sabio de todos los hombres, el rey Salomón: “Has sido atrapado por las palabras de tu boca, atrapado por las palabras de su boca. Por lo tanto, haz esto hijo mío y sálvate, porque has entrado en la mano de tu prójimo. Humíllate ante Él y habla con Él. No des sueño a tus ojos, ni dormir a tus párpados; ser libre como el ciervo de la mano [del cazador], y como el pájaro del cazador” (Mishlei 6:2-5). Mi querido amigo, no es Di-s quien te rechazó; tú le has dado la espalda a Di-s. El momento en que sentiste la más leve punzada de frustración

y dolor, tú te dejaste engañar por tu mala inclinación y comenzaste un patrón de culpar a Di-s. Tú caíste en la trampa, y te dejaste convencer de que Di-s está contra ti; cayendo en la desesperación y te rendiste. Mi amigo, todo está en tu mente; Di-s es, y siempre permanecerá tu Padre celestial compasivo que espera en cada momento que regreses a Él. ¡Él quiere ayudarte, pero tienes que pedirlo! **¡Ponte en marcha!** Dale una oportunidad; ¿Qué tienes que perder?

5

¿Cuántas veces te has sorprendido riéndote tímidamente de comentarios irreverentes de un

programa de radio o de un comediante de televisión? Hoy en día hemos sido arrastrados por una fiebre cómica que no tiene nada demasiado sagrado para ser una broma y el objeto de una buena burla. La contagiosa risa y el cacareo en cada asunto serio ha removido la inocencia de una sociedad una vez sincera y creyente. Debajo de todo su burlón humorista y sarcástico se encuentra un pozo letal de corrupción amargo y una actitud fatalista sobre la vida. Por supuesto, en el exterior parecen tenerlo todo; fama y fortuna, pero todo es una fachada. ¿Cómo pueden experimentar alguna satisfacción o significado verdadero con un estilo de vida tan

decadente y cuyos valores están tan confusos? El creyente también puede estar muy lejos de Di-s, pero por lo menos no se engaña a sí mismo. Debido a que sabe dónde está, sigue siendo objetivo sobre la vida y vive en la realidad. Aunque mira hacia el cielo, está muy consciente de su cruda fisicalidad y de sus humildes orígenes, aceptando con humildad que hay mucho del misterio de Di-s que nunca podrá comprender. Mirando hacia atrás en un pasado promiscuo donde se entregaba a cada placer imaginable sin restricción ni disciplina, él razona, “¿cómo es que mi mente contaminada puede expresar opiniones sobre temas tan

elevados como asuntos espirituales”? Más bien, se da cuenta contritamente de que su tarea es suspender su propio juicio y recuperar su inocencia perdida al adherirse a una fe pura y simple en Di-s. También debe echar a un lado su soberbio a los pies de los Sabios que se han dedicado incansable y totalmente a santificar el nombre de Di-s, sirviendo como modelos ejemplares de los niveles espirituales de lo que puede alcanzar al vivir de una manera disciplinada y restringida, completamente por el amor del cielo. Penetrando el misterio de Su ocultamiento, los *Tzadikim* contemplan una visión mucho mayor de Di-s, que para nosotros permanece

oculta detrás de la vestidura de la capa terrenal. Viviendo a la luz de esta visión, las vidas de los fieles son más significativas y completamente satisfactorias porque ven su existencia como algo completamente relacionado con Dios. Para la mente racional, todas estas palabras sobre la fe parecen irrazonable y para algunos, absolutamente absurda e irrelevante. Preferimos seguir la línea de pensamiento que se encuentra en los editoriales de periódicos conocidos, expresados en términos altamente intelectuales. Sus argumentos parecen racionalmente sólidos y convincentes; además de que aparentan tener mucho sentido.

¿O sí? Hablando objetivamente, ¿has observado una gota mejoramiento en un rasgo de carácter como resultado de sus artículos pulidos con todo su idioma sofisticado? Se honesto y pregúntate, ¿Qué impacto significativo tienen sus noticias en cualquier área importante de tu vida? ¿Alguna vez te has preguntado qué tipo de persona está escribiendo estos artículos? ¿Tienen buenos valores? ¿Acaso creen en Di-s? ¿Te sientes espiritualmente elevado ahora que has bebido de sus palabras por tantos años? ¿Estás más cerca de Di-s ahora que antes de haber leído el periódico? ¿Cómo no estas molestad por la incongruencia de una sociedad que

a la vez es tan culta y alfabetizada, pero como lo revela cada página del periódico, es tan insensible, apática y francamente cínica sobre asuntos tan esenciales como la fe y Di-s? ¡Lo que el mundo necesita ahora es inspiración! Ha llegado la hora de dejar de ignorar a los Sabios de la Torá y comenzar a escuchar su mensaje liberador de esperanza y fe. Donde la razón y la lógica terminan, su mensaje comienza. Después de años de trabajar en sí mismos y habiendo refinado su carácter, sus mentes son capaces de ir más allá de la comprensión humana para aprehender el conocimiento íntimo de la Divinidad. Contrarrestando el

asalto al espíritu humano perpetrado diariamente por los medios de comunicación – que ha dejado a la sociedad desesperadamente deprimida y pesimista por el futuro – los Sabios recuerdan felizmente a la gente que Di-s está en control y todavía se preocupa. Sus palabras optimistas encienden la chispa de esperanza en el alma sitiada para que una vez más se levante y se **ponga en marcha**. Disipando toda duda y temor, que hacen que uno se sienta deprimido y perezoso, te sientes vigorizado y refrescado como si se ha removido una carga de ti, y ahora puedes moverte y **ponerte en marcha** con tu vida.

6

¿Recuerdas en tu juventud idealista cómo soñabas ser policía, bombero o incluso un astronauta? Ahora, el salir de la cama es tu mayor esfuerzo. ¿Qué falta ahora? La respuesta es que ya no estás enérgico y entusiasmado con la vida. Ves, simplemente el actuar animado, enérgico y entusiasta tiene el poder para motivarte y **ponerte en marcha** en la vida. La persona que siempre está ocupada y en movimiento – nunca dejando que la hierba crezca bajo ellos – siempre descubre nuevos caminos e ideas innovadoras en la vida. Descubren innovaciones,

diseñan programas de mejora para el bien mayor de la sociedad y siempre están expandiendo sus propios horizontes, tanto en lo material y en lo espiritual. En cuanto a la pereza, por el contrario, el rey Salomón, el más sabio de todos los hombres dijo, “La pereza hace caer [a uno] en profundo sueño” (Mishlei 19:15). “El perezoso pone su mano en el plato, y [es demasiado perezoso] para devolverlo a su boca” (ibid., 24). La pereza es un estado mental tan insidioso, porque te engaña al pensar que tu vida está terminada, por lo que creces más descuidado y autodestructivo en tu comportamiento. Te conviertes tan disgustado con la vida que,

por amargura y enojo, comienzas a comportarte imprudentemente. Sin embargo, cada persona tiene talentos ocultos y tanto potencial – sí, incluso tú. Si sólo creyeras en ti mismo, puedes revolucionar el mundo y traer a cada judío de vuelta a Di-s. Porque encerrado en la composición espiritual única de cada judío hay un enorme potencial para lograr cosas extraordinarias. Puede que no lo veas así, porque no puedes imaginar que alojado en tu forma física cruda, con todos tus impulsos primitivos, hay un alma maravillosamente noble que es un reflejo de Di-s. Sin embargo, es verdad, y si sólo creyeras y actúes con ello, no sólo la luz de Di-s brillaría

de ti, sino que inspirarías al mundo entero a volver a Di-s. Tu solo serías responsable de abrir los ojos de las masas a la realidad de la presencia de Di-s en sus vidas. Sin embargo, esto depende de que tal dispuesto estás para levantarte y **ponte en marcha** para alcanzar tus metas. Cargado con la misión de cumplir la voluntad de Di-s, te encontrarás corriendo para ayudar a otros.

7

¿Tienes problemas en la vida? ¿Por qué perder tanto tiempo analizando tus problemas cuando la matemática simple lo hará por ti? En pocas palabras: la pereza más la

tristeza es igual a la desesperación. ¡La razón principal por la que tu vida no se mueve es porque tú no te estas moviendo! La típica persona deprimida es lenta y pesada. Necesita cada onza de esfuerzo para que salga de la cama y se vista. Se sienta inmóvil, vagabundeando, y mirando fijamente al espacio, ajeno al paso del tiempo. Él no tiene prisa para levantar ponerse los pantalones o fijar su botón porque está convencido de que nunca llegará a ningún lado en la vida de todos modos. Lo tiene todo mal. El secreto para salir de la depresión y de su abismo de desesperación no quedarse acostado y rendirse. Por el contrario, la solución es levantarse

y **ponerse en marcha**. Como el arte de caminar sobre carbones calientes, tienes que aprender a jugar, saltar y brincar sobre los problemas en la vida – y no morar en ellos demasiado tiempo o bien te harán descender a profundidades irrecuperables. La vida es demasiada dura y llena de problemas. O superas los problemas o ellos te superan; depende de ti. Si te mueves, y te **pones en marcha**, tú ganas; pero si te acuestas, te vuelves perezoso y te entregas a la desesperación, ¡pierdes! La pereza nacida de la desesperación genera fracaso, mientras que la energía y el entusiasmo producen éxito; es tan simple como eso. Así que, la

próxima vez que te encuentres con una enorme montaña bloqueando tu camino, no te quedes solo y te rindas. Supérala, escálala dale la vuelta, o has cualquier cosa; el mero hecho de que te mantengas en movimiento sin rendirte, y deja que Di-s haga el resto. Si no te rindes, Di-s no se rendirá en ti y los milagros sucederán.

8

Confrontado con problemas y dificultades en la vida, la mayoría de la gente prefiere el camino de menor resistencia y se rinde ante la tristeza, la depresión y la pereza – a pesar del malestar y el dolor que estas conllevan. Para enfrentar tus problemas y

resolverlos requiere fuerza y esfuerzo sostenido, a los que muchos no están dispuestos a gastar. Es más fácil tirar la toalla y declarar “¡Me rindo!” – pero esto es autodestructivo y conduce a la disfunción. Nos guste o no, hay dos caminos ante cada hombre en la vida: el camino hacia la satisfacción, viajado por la gente exitosa, siempre en movimiento, y cuya personalidad burbujeante y viva refleja su actitud positiva hacia la vida. O el camino que conduce a la pérdida y el fracaso viajado por el perezoso que sabotea cada oportunidad de crecer y ganar, por su mala actitud y auto-entrega. Ahora, ¿Cuál camino elegirás?

9

Hay otro lado de la moneda para ser rápido y veloz en la vida, y es: no ser demasiado rápido. Aunque Rabí Najmán recomendó que para servir a Di-s con éxito uno tiene que hacer y lograr – es decir, aprender con diligencia, realizar tantas “*mitzvot*” como sea posible, dedicar muchas horas a la oración formal e informal, incluyendo conversaciones con Di-s, tomando cada oportunidad que se presentan. Sin embargo, necesitas la sabiduría y el buen sentido para saber a qué ritmo es adecuado y no actuar precipitadamente. En un apuro por lograrlo, es típico

frustrarse y proclamar: “¿Cómo es posible para mí lograr incluso uno de estos grandes e increíbles metas, que requieren tanta disciplina, refinamiento y autocontrol?” Es un asunto complicado, pues mientras que la demanda es grande, no debes pensar que se espera que entiendas y alcances todo a la vez. El progreso se mide en movimiento constante, paso a paso; de lo contrario, en la loca carrera para salvarlo todo del fuego, sales con las cosas equivocadas o incluso con nada en absoluto. La idea es seguir moviéndote de una manera organizada, pulgada a pulgada – no frenéticamente o en un estilo casual. A veces, te sorprenderás al

descubrir que no importa cuánto intentes, no podrás moverte; ¡estas atorado! ¿Y qué? Recuerda que “De las circunstancias fuera de tu control la Torá te exenta” (Baba Kama 28b). La misma filosofía aplica también a los asuntos mundanos. A pesar de que tengas las mejores intenciones – y has desarrollado un estilo eficiente, sin dejar perderse si quiera un momento para lograr, todavía las cosas no siempre funcionan de la manera que planeaste o esperabas. El alcanzar tus metas requiere tiempo y paciencia. El secreto es: no dejarte caer por la espera o la decepción. Si dominas estas ideas al internalizarlas, y te aferras y esperas,

finalmente triunfarás. Por lo tanto, mi querido amigo, recuerda: se rápido, pero constante – porque lo principal nunca rendirse o dejar de crecer. Tienes toda una vida por delante, así que, ¿por qué no “**ponerte en marcha**”?



TESOROS DE BRESLEV

HITBODEDUT: La "Meditación Solitaria", la base central del jasidismo de Breslev.

Nos enseñó el santo Rabi Najman de Breslev (Likutei Moharan, segunda parte, discurso 25), que es la más elevada virtud, buscar un lugar solitario, sea en la casa, en el templo, en algún bosque o algún campo, y hablar con Dios francamente, como le habla uno a su más íntimo amigo, contarle todo, alabarlo, darle gracias, pedirle misericordia y ayuda, cada uno lo que necesita, sea en asuntos materiales, y por supuesto en asuntos espirituales.

Y dijo, que desde el más pequeño hasta el

más grande, deben ocuparse en esto cuanto más es posible, cada uno en el idioma en el cual está acostumbrado a hablar, pues Dios Bendito Sea escucha a cada uno, en cualquier idioma.

Incluso si uno está entre gente, puede hablar a Dios silenciosamente, sin que nadie se de cuenta, y a través de esto llegará hasta los más elevados niveles espirituales.

TORA: La Tora es la vida de la persona. Sin estudiar la Tora, cómo puede una persona vivir (Likutei Moharan, parte 2, discurso 78).

Nos instruyó Rabi Najman a estudiar todos los libros de Tora, el Tanaj, Mishna, la Guemara, los Midrashim de los sabios, y todos los libros sagrados de los sabios de todas las épocas, sin despreciar a ninguno, Dios prohíba. De esta manera, cuando la persona devuelva su alma, se podrá

vanagloriarse de que estuvo en todos los libros sagrados (Sijot Haran 28).

Era su deseo de estudiar cada libro en forma ordenada, desde el principio, hasta el final, y luego comenzar de vuelta, de esta manera cada uno puede llegar a estudiar toda la Tora, todo el Talmud, el Tanaj, el Talmud Yerushalmi, la Tosefta, el Shuljan Aruj, el Tur, el Rambam, los libros de Jasidismo, de Musar, etc.

ALEGRÍA: Dijo Rabi Najman que es una grán Mitzva estar continuamente alegre (Likutei Moharan, parte 2, disc. 24).

El que está siempre alegre, tendrá grán éxito (Sefer Hamidot).

ESPERANZA: Dijo cierta vez ante toda la congregación, con una suma voz profunda que salía del corazón: "NO EXISTE EN EL MUNDO NINGUNA DESESPERACION".

Incluso del más profundo poso uno

logrará salir, si no pierde su esperanza y su coraje.

Y en otra oportunidad dijo: "Si tienes fé en que se puede destruir, ten fé en que también todo se puede reparar" (Likutei Moharan, 2, disc. 112).

TIKUN HAKLALI: Rabi Najman reveló el maravilloso remedio para los pecados del BRIT (el Brit Mila), de decir estos 10 capítulos de Tehilim: 16, 32, 41, 42, 59, 77, 90, 105, 137, 150; especialmente en el mismo día en que le ocurrió un pecado.

Y dijo que esto es un "REMEDIO GENERAL" para todos los pecados, como está explicado con amplitud y profundidad en Likutei Moharan 1, disc. 29.

Y dijo que muchos Tzadikim buscaron este "remedio", durante varias generaciones, y a él Dios Bendito Sea le entregó la llave para encontrarlo (Sijot Haran 141).

LA TUMBA DE RABI NAJMAN:

Prometio ante dos de sus más grandes alumnos con una severa promesa, que el que llegue a su santa tumba, y diga alla los diez capítulos de Tehilim, el "Tikun Haklali", que Rabi Najman revelo, le ayudará en todo lo que pueda, le arreglará y reparará su pecada y sufriente alma, y prometio que de los "Peot" lo sacara del profundo abismo.

Y siguio diciendo que promete esto con una severa y verdadera promesa, que ayudará a cada uno que venga a su tumba (Sijot Haran 141).

Durante decenas de años, judios de todo el mundo viajaron a Rusia, a la ciudad de Uman, bajo los más grandes peligros. Hoy en día, gracias a Dios, se abrieron las puertas de hierro, y se puede viajar a Ukrania sin problemas.

La tumba de Rabi Najman se encuentra en Ukrania, en la región de Kiev, en la ciudad

de UMAN (Uman es a 3 horas de Kiev en auto).

El santo lugar es visitado por decenas de miles durante todo el año, principalmente en ROSH HASHANA.

ERETZ ISRAEL: Era su deseo de que cada judío haga todo lo posible para viajar a Eretz Israel (Likutei Moharan 1, 20).

Rabi Najman mismo viajó en su tiempo bajo los más feroces peligros, y agradecía a Dios durante toda su vida por el mérito de llegar a la Santa Tierra.

Hoy en día, bajo la guía del Tzadik Moharosh, guía de los jasidim de Breslev en esta generación, autor de cientos de libros que revelan y explican los tesoros del jasidismo de Breslev, comenzamos a desarrollar la ciudad de YAVNIEL, CIUDAD DE BRESLEV, en el Galil, en la santa tierra de Israel.

הספר הקדוש הזה

נדפס לטובת נשמת בעל מחבר
של הספר הזה מאור עינינו,
חיות נפשינו, עטרת ראשינו, כבוד

קדושת מרן הגה"ק רבי

אליעזר שלמה

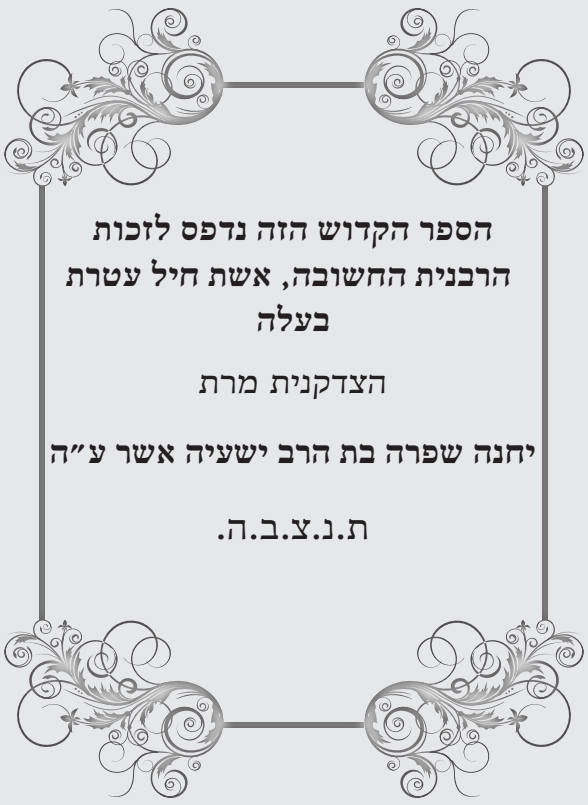
בן רבי

מנחם זאב

זצוקללה"ה

נלב"ע י"ז שבט תשע"ה

ת.נ.צ.ב.ה.



הספר הקדוש הזה נדפס לזכות
הרבנית החשובה, אשת חיל עטרת
בעלה

הצדקנית מרת

יחנה שפרה בת הרב ישעיה אשר ע"ה

ת.נ.צ.ב.ה.

B"H

ESTE LIBRO
ES TOTALMENTE GRATUITO.
TRATELO CON RESPETO YA
QUE CONTIENE CITAS SAGRADAS.
PARA COMENTARIOS O FINANCIAR
LA DIFUSIÓN DE
LAS OBRAS DE RABI NAJMAN
Y DEL JASIDUT BRESLEV:
CONTACTAR:

www.en.breslevcenter.com

AGRADECIMIENTOS:

A TODOS LOS QUE APOYARON ECONÓMICAMENTE
LA IMPRESIÓN DE ESTA OBRA DE TORA,
QUE BORE OLAM LOS COLME
DE BENDICIONES SIN LIMITES.

AL SEÑOR I. R. T.

QUIEN TRABAJO CON ÍMPETU EN LA CORRECCIÓN
DE LA TRADUCCIÓN AL ESPAÑOL.

FUNDACIÓN: NAJAL NOVEA MEKOR JOJMA.



All Mohorosh's books are now easily available online,
so you can find the one that speaks to you!
Choose from over 300 titles on a breathtaking variety of topics

FAITH | HAPPINESS | SELF-ESTEEM
SUCCESSFUL RELATIONSHIPS | INNER PEACE
EASY MONEY | FAMILY MATTERS | ETC.

Many titles are available in several languages, including
Hebrew, English, Yiddish, Spanish, Russian, and Portugese

For quick search, just enter
"MOHOROSH" ON AMAZON.COM

Fast shipping directly from Amazon

