

# Enfócate solamente en el presente

Autor:: Chaya Rivka Zwolinski  
marzo 14, 2021



Al Rebe Najman le resultaba sumamente difícil hacer hitbodedut cuando era joven. Y si bien tenía una habitación especial destinada específicamente para hacer hitbodedut, no lograba cumplir su cometido. Era algo que iba en contra de su personalidad y su carácter. Sin embargo, él no se dio por vencido y se forzó a sí mismo a pasar muchas horas en esa habitación, hablando con Hashem.

Eso fue lo que ocurrió con todo su servicio Divino y todas sus tareas espirituales, que eran para él una tremenda carga. Rebe Najman dijo que sentía que lo iban a aplastar. Pero, en lugar de bajar los brazos, se esforzó mucho por encontrar una manera de servir Hashem de modo tal que pudiera crecer espiritualmente. Y se decía a sí mismo: “Tengo solamente este

día de hoy. Voy a ignorar el mañana y los otros días del futuro. Solamente me voy a concentrar en este día día”.

*Al Rebe Najman le resultaba sumamente difícil hacer hitbodedut cuando era joven. Y si bien tenía una habitación especial destinada específicamente para hacer hitbodedut, no lograba cumplir su cometido. Era algo que iba en contra de su personalidad y su carácter. Sin embargo, él no se dio por vencido*

De esa manera, al decirse a sí mismo que solamente tenía que enfrentar ese solo día, adquirió los hábitos espirituales que con el tiempo lo convertirían en el enorme tzadik que llegó a ser.

Nosotros también podemos aprender una lección para nuestro propio servicio Divino. Si eres una persona con orientación al crecimiento, sabrás que no es suficiente tan con solo sentarte y pensar en ser una persona espiritual. Necesitas meditar, y rezar. Necesitas estudiar mucho acerca de la dirección en la que quieres ir. Necesitas hallar la manera de conectarte con Hashem y necesitas actuar.



De hecho, este proceso puede resultarte abrumador. Pero si te despiertas cada mañana y te dices: "Hoy me voy a concentrar en el día de hoy y nada más. No me voy a preocupar por mañana", esto te va a ayudar a adherir a los objetivos que te planteaste. No importa cuántas tareas son. Aunque sean cien, o aunque sean solamente dos. Solamente recuerda que únicamente tienes que encargarte de lo que tienes que hacer, un día cada vez.

Esta no es una promesa así nomás, sino que realmente funciona. Los seguidores del Rebe usan esta técnica para mantenerse enfocados. Es mucho más fácil invertir un montón de energía en un solo día que decirse a uno mismo que tiene que invertir un montón de energía en una semana o un mes o un año.

Y al acercarnos a la Fiesta de la Libertad, a Pesaj, recuerda que solamente tienes que enfocarte en este solo día.