

A ese “yo” o “yo soy” hay que quitarle todo lo que le está agregado.

9 de marzo de 2025. Segunda sesión. En el tiempo: 1:52:45

<https://www.youtube.com/watch?v=5Cpc5lQa680>

Pregunta – Hola César, buenas noches. Tengo una pregunta corta. Yo, cuando indago, tengo mucho sueño, ¿qué hago? ¿lo dejo pasar?

César- Sí, no pelees con ello.

Pregunta – Ya, ok. Tengo otra pregunta: ir a la casa de un santo, por ejemplo, de alguien que ya murió hace mucho tiempo pero que es considerado un santo, ¿puede ayudar en la indagación?

César- Sí.

Pregunta – Ok, listo, eso era todo. Muchas gracias.

César- Si fue un santo de verdad, sí.

Pregunta – Acá, en Lima, hay una casa de una santa, es Santa Rosa de Lima, y su casa está abierta, a veces voy. Me gusta.

César- Por eso los santos, en India, no los queman, los entierran... porque queda una especie de vibración allí que ayuda a calmar la mente del buscador, si no es que hace que la mente del buscador se calme sola. Por eso la gente sigue yendo a un ashram, aun cuando el sabio haya muerto. Por eso la gente va a lo que se llaman lugares de peregrinación o centros de poder, como Varanasi, o Rishikesh, o Tiruvanamalai, Arunachala...

Aun así, **es muy raro el [buscador] que puede pasar solo por todo esto**. Es bueno si hay alguien vivo que me puede ayudar a conocerme a mí mismo como aquello que está mas allá de la mente. Pero, ciertamente, esos lugares son beneficiosos, se llaman lugares auspiciosos.

Pregunta – Si estás en un momento en que no tienes un maestro cerca, ahí, ... ¿qué es lo que te queda? ¿solo indagar?

César- Sí, sola se puede... pero tienes que tener un intelecto muy, muy, muy refinado para que no caigas en las trampas de la mente, para que puedas siempre discriminar entre lo Real y lo ilusorio, entre lo que es Permanente y lo que es impermanente, entre lo que aparece y desaparece y la Consciencia de lo que aparece y desaparece.

Pregunta – Pero, por ejemplo, si uno está en una situación en la que no tiene un maestro... no sé, siempre debe de haber, supongo, alguna salida, algo que te pueda ayudar. No creo que la vida te deje sin ninguna salida, ¿no?

César- **La vida te va a poner el maestro delante** [risas]. Cuando el buscador realmente quiere saber cuál es la Verdad, esa Verdad misma, que es **la Consciencia, se manifiesta en forma humana**, aparece en forma humana. Y la Consciencia, sin nombre y sin forma, a través de esa forma [la del maestro], ayuda al buscador – que cree ser el nombre y la forma – a conocerse a sí mismo como la Consciencia sin nombre y sin forma.

Pregunta – Y si uno, en este camino, siente que no le importa iluminarse, ¿eso está bien, o es resignación?

César- No. Eso es la mente apática, es la mente indolente: “no me importa”. Eso, generalmente, sucede por frustración, porque “por más que trato... no me ilumino..., por más que practico, por más que voy a centros espirituales, no me veo a mí mismo como Consciencia”; todavía me veo a mí mismo como cuerpo, como ego.

Pregunta – Me parece que mi mente va de un extremo a otro, porque a veces hay momentos en que quiero hacer cualquier cosa para conseguir despertar, y otras veces, ya no quiero hacer nada y olvidarme de todo esto...

César- No es que no hace nada, sino que se pone apática. Es diferente. El estado de quietud mental, es inclusive más allá del estado de pureza... la mente pura todavía es actividad mental.

Cuando la mente está completamente quieta, no está manifiesta en ninguna de sus tres características, entonces, ahí no puede sostenerse en pie y se disuelve en la Consciencia.

Y, repito, **la Consciencia – en la cual la mente se disuelve – se revela como Yo.**

Pregunta – Tengo una última pregunta, ¿puede ser que la alimentación vegetariana no sea para todos?

César- Ayuda, pero no es absolutamente necesaria.

Pregunta – Pero, ¿puede ser que para algunas personas el no comer carne sea perjudicial?

César- Físicamente, sí.

Pregunta – Porque yo tengo anemia, y no comía mucha carne... y, no sé si tenga algo que ver con eso.

César- Yo no soy médico... y uno tiene que tener cuidado hoy en día con lo que diga por estos medios... no tengo las calificaciones... Pero, por ejemplo, a nosotros en India, cuando se nos bajaba la hemoglobina o nos sentíamos débiles, íbamos al médico y lo que nos recomendaban era que tomáramos espirulina (un preparado a base de algas) y nos mandaban tomar un complejo de vitaminas B, o cápsulas con hierro, para complementar la alimentación.

Pero, la alimentación vegetariana **no es una condición sine qua non [indispensable]** para el autoconocimiento.

Lo que sucede es que la alimentación vegetariana **promueve, desarrolla** la actividad de la mente pura. Entonces, la mente pura que, generalmente, es la que menos funciona en el ser humano, comienza a subir y puede que, inclusive... “ésta” [señala una mano] es la mente impura [activa], y ésta [señala la otra mano] es la mente torpe... [y, la tercera, la mente pura] produce un estado de equilibrio entre las tres [pura, apática y activa], o si no, la mente pura es la que lleva la batuta.

Entonces, ese nivel de equilibrio mental, o si la mente pura prevalece, hace mucho más fácil la indagación (dirigir la mente hacia el interior), porque si la mente está torpe, no la puedes llevar hacia ningún lado, es preferible que te acuestes y descanses. Y, si estoy buscando algo [la mente activa, hacia afuera], entonces no estoy buscando la Fuente... Entonces, esas dos características mentales [apática y activa] no ayudan para nada. Aun así, **la mente pura debe ser trascendida**, tienes que dejarla de lado, tienes que **ver de quién es la mente, o sea, qué es la mente.**

Pregunta – Cuando dices que [la mente] está buscando algo, ¿a qué te refieres?

César- A que está buscando algo material.

Pregunta – Pero, buscar la iluminación también puede ser...

César- Buscar la iluminación te lleva al gurú, al maestro.

Pregunta – Pero, el ponerme una meta de **querer iluminarme** eso también es un deseo que puede ser perjudicial, ¿no?

César- No, **ese deseo te lleva al maestro**, y cuando llegas al maestro te dice “olvídate de ese deseo, también”. De manera que el “yo” se quede libre también de ese deseo, libre de pensamientos, para que la mente se quede **quieta**, y a lo que la mente se queda quieta, la mente es absorbida en su Fuente, por su Fuente. La indagación es para aquellos que no se pueden quedar mentalmente quietos de buenas a primeras... no es la panacea de la espiritualidad.

Pregunta – Pero, por ejemplo, si uno come carne ¿no estás cometiendo ningún pecado, o sí?

César- El único pecado que uno puede cometer es **creer que eres un pecador**. Es creer que uno es otra cosa que lo que uno realmente es, [creer que] “yo soy esto”. Incluso si piensas que eres un santo, eso es un “pecado” [risas] porque te identificas como algo... “soy santo, soy pecador”. A ese “soy” hay que **quitarle todo lo que le está agregado**. A ese “yo”, o “yo soy” hay que quitarle todo lo que está agregado: “yo soy esto”, “yo soy aquello”. Si a ese “yo soy” **se queda sin** “esto” ni “aquello”, ese “yo soy” falso desaparece, y lo que yo soy se revela como Yo Soy, tal cual como soy: Consciencia.

Pregunta – Muchas gracias.

César- A la orden.

