

2023 marzo 23. Sesión 1. Tiempo 21:30

<https://www.youtube.com/watch?v=wWeybozSWw0>

“Déjalo todo y abandona el esfuerzo, ahora.”

Pregunta - Hola César, la compasión, ¿no es compasión por el sufrimiento del otro, sino que es compasión por saber que el sufrimiento del otro es el resultado de la ignorancia?

César - No, **el otro es uno mismo**, uno mismo todavía en estado de ignorancia.

Pregunta - Pero, por eso, ¿la compasión es darse cuenta de que el sufrimiento es, básicamente, ignorancia?

César – Correcto.

Pregunta - ¿No es la compasión en relación al sufrimiento?

César - Compasión es empatía, o resulta de la empatía. Y la empatía es reconocer al otro como uno.... **“Ama a tu prójimo como a ti mismo” ... porque eres tú mismo.**

Pregunta - ... Porque se reconoce esa ignorancia como propia también... que no hay...

César - No, el sabio no la reconoce como ignorancia, ... la reconoce como en el aparentemente otro. Es “el otro” el que habla de ignorancia... **el sabio no ve ignorancia en ningún lado, es el ego el que ve ignorancia. El sabio solamente se ve a sí mismo en todo.**

Pregunta - ¿Es como la sensación de que, en realidad, todo está bien más allá de un aparente malestar?

César – Correcto.

Pregunta – Y, ¿es como si la comunicación fuera desde ahí, [desde la compasión]?

César - Correcto, ... llámalo del corazón si quieres.

Pregunta - Claro. Es como si esa comunicación de corazón a corazón es lo mismo que decir...

César - Es lo mismo que decir [comunicación] de yo a yo, no de “yo a tú”, sino de yo a yo.

Pregunta - Todos los días me levanto con el despertador de tu voz que dice: “despierta, despierta”, y me despierto. Al despertarme de esa manera, no hubiera forma de no comenzar atenta el momento de vigilia. Y ese despertador condiciona, de alguna manera, mi atención para que esté más atenta durante todo el día.

César - Correcto.

Pregunta - Es muy loco, porque antes recordaba que vos dijiste: “al despertarnos a la vigilia lo primero que hay que hacer es estar centrado, ensimismado, y ni siquiera moverte de la cama hasta que eso no esté como “colocado” en el comienzo de la vigilia”. Y eso lo estuve haciendo férreamente por la mañana. Y, ahora, desde el sueño onírico pasa el mensaje directo... ya desde el sueño está la alarma con tu voz, que es lo que a mí me recuerda la enseñanza.

César - Correcto, **ese momento al despertarse, donde el “yo” está débil es un punto de referencia** a sostener durante la vigilia, para **recordar** durante la vigilia a dónde va la atención.

Pregunta - Al despertarme **se instaura la prioridad, la atención en mí misma**.

César - Correcto.

Pregunta - Ahora, experimentándolo, me doy cuenta cuando en la vigilia el “yo” se consolida con pensamientos y se fortalece de alguna manera con lo que sea, aferrándose a cualquier objeto temático, y se hace más trabajoso volver al centro. Pero de esta manera, cuando se instala desde el primer momento del día en la vigilia está en primer plano.

César - Correcto, la idea es **que se sostenga o mantenga en primer plano durante toda la vigilia**. Y la intención, **mantener la atención en el “yo” es primordial, lo demás es secundario**. Atender a cualquier otra cosa es secundario.

Pregunta - Sí, eso va sucediendo; y también van apareciendo consecuencias fenoménicas en el cuerpo, por ejemplo, tembleques, cosas así... cosas que no me preocupan por cuestiones médicas, porque me doy cuenta de que cuando la atención vuelve al “yo”, eso pasa. Pero son cosas que llaman a la atención, y si me mantengo férreamente ensimismada...

César - ... **lo ignoras**, indiferentemente de que sea ordinario o extraordinario.

Pregunta - Pero, ¿puede ser que esos fenómenos se acrecienten al estar más ensimismada e intenten exteriorizarme?

César - Depende de las predisposiciones de cada uno.

Pregunta - Y, otra cosa que quería comentarte para que me digas si es así, o qué onda..., no sé si es rendición o qué... me doy cuenta de que cuando mi atención se exteriorizaba, antes usaba la indagación para volver. Y ahora simplemente me doy cuenta [de que me distraje hacia afuera] y desaparece todo, pero sin el mecanismo de la indagación, sin esa parte intelectual.

César - Correcto, ya no es voluntario, sino involuntario.

Pregunta - Parecía que había una voluntad haciéndolo... antes.

César - Ahí ya se puede decir que prácticamente eso es irreversible, es imposible caer en la ignorancia permanentemente... puede que sí [se caiga] impermanentemente, por ratos. Pero, automáticamente, espontáneamente, **sales de ahí sin esfuerzo ni voluntad**.

Pregunta - Sí, no hay esfuerzo, porque no hay alguien haciéndolo, ¿no es cierto?

César - Correcto, nunca lo hubo, pero **pareciera que hubiera un individuo** que, de manera voluntaria, estaba dirigiendo la atención hacia sí mismo; pero nunca ha sido así, pues ha sido la Consciencia la que ha sido consciente de sí misma todo el tiempo. Lo que no permitía ese Conocimiento era la presencia de la misma mente.

Pregunta - Claro. No sé si la última vez que hablé con vos, me dijiste: “déjalo todo” (o algo así), y me quedó resonando eso, como un eco casi permanente. Me pasé un día llorando como una marrana y sin saber por qué, pero como si esa frase hubiese mellado profundo y... van pasando cosas. Vos siempre decís que no hay proceso, y es evidente que no lo hay, pero se va aflojando todo, cada vez todas las resistencias se van cayendo, cayendo, cayendo... y a veces una frasecita que parece muy coloquial lo derrumba todo.

César - **Déjalo todo y abandona el esfuerzo, ahora. El individuo es ilusorio, por lo tanto, el esfuerzo que hace es ilusorio** [risas]. La Consciencia es libre de esfuerzo y, lo que sucede, sucede

de manera espontánea. Por lo tanto, **el esfuerzo es un pensamiento del yo** (que es otro pensamiento): [ironizando] “yo soy César, y estoy haciendo un esfuerzo para ser y para hacer”.

Pregunta - No hay alguien que se rinde porque ese alguien es un pensamiento.

César - Correcto, **lo que se rinde o abandona es el pensamiento “yo”**. Ramana decía que no había tal cosa como Realización, ni una Consciencia que alcanzar, que lo que **había que abandonar era la idea de ser otra cosa** que no fuera ser Consciencia... abandonar la idea de ser esto o lo otro, o esto o lo otro.

Pregunta - Todo el melodrama en torno al duelo de la desaparición del ego y todo eso es construcción del ego, y construcción de un ego inexistente, es muy loco...

César - Parece real...

Pregunta - Tiene una teatralidad tan vívida que...

César - Tanto la mente, como el cuerpo y el mundo parecen reales... ese es **el trabajo del poder ilusorio: manifestar todo esto y que parezca que es real**.

Darse cuenta de lo que es la mente, es darse cuenta de que **no hay una mente que haya que erradicar**.

Pregunta - Sí, ... uno entra en esta enseñanza muy campante con las ideas egoicas [creyendo que sabe] lo que es... y es una bomba atómica que desintegra...

César - ... todo. La esclavitud es una idea, un pensamiento del “yo”, y ¿quién piensa en liberación, o quién quiere la liberación? “yo”.

Pregunta - Es que son todo conceptos que se generan para perpetuar estructuras para que ese “yo” se mantenga como real, ¿cierto?

César - Cierto, [bromeando]: “yo ahora me voy a India, y voy a comprarme “el kit de aniquilación del ego”, voy a comprar todas las armas y voy a armarme con todos los instrumentos necesarios para matar el ego. Y voy a buscar a una cantidad de socios que me ayuden a acabar con el ego”.

Como la historia de la serpiente y la cuerda: creo que hay una serpiente en el suelo debido a la ausencia de luz. **La ausencia de luz es la ausencia de investigación**, no nos hemos aproximado a la serpiente a ver qué realidad tiene. Y voy a la cocina y busco el cuchillo y busco a cuatro a cinco más que me ayuden a matar a la culebra. O, no sé cómo matarla y entonces tengo que buscar a cuatro, cinco, seis o siete expertos que me digan cómo tengo que matar a la culebra, los gurúes.

El gurú real, en su divina compasión, enciende la luz y “clack” te dice: “mira, mira... mira bien lo que hay allí: no hay ninguna serpiente, lo que hay es una cuerda”. Y, después piensas: **“¿cómo podría haberme deshecho de algo que nunca existió?”** ... Y, ¿qué herramientas, incluso qué conocimiento habría sido necesario? Solamente el conocimiento de que la serpiente no es una serpiente. No existe la serpiente.

Pregunta - Lo que pasa es que ante esa “bomba atómica” se terminaron todos los negocios de la espiritualidad y toda la estructura que mantenga el engaño, la ilusión.

César - Correcto. Como la historia del niño que iba a salir con su papá a un bosque, pero ese bosque era muy famoso porque había un demonio que era terrible. El niño le dice: “papá, no podemos ir al bosque porque hay un demonio”. El padre le dice: “no te preocupes, que yo estoy aquí y te defiendo, si sale algún demonio, yo lo mato”. Fueron al bosque y no apareció ningún

demonio. Al día siguiente el niño estaba con el preceptor, con el gurú, que le dijo: “vamos al bosque”. El niño se opuso: “no, no, no, que hay un demonio terrible y mi papá no va a estar con nosotros para defendernos”. Y el gurú le dice: “hijo, los demonios no existen”.

El papá representa a los que se autodenominan custodios de la verdad: el sacerdote que dice que hay una cosa que se llama el ego y que hay que erradicarlo por medio de este mecanismo, por medio de esta práctica.... El gurú te dice: “**el ego no existe, por lo tanto, no hay mecanismo, práctica o conocimiento necesario** (excepto el conocimiento de que el ego no existe)”. Y lo que estás buscando es al ego.

El ego es, básicamente, Consciencia.

Pregunta - Sí, tuviste una charla con una chica de Perú, Talía creo que se llama, y era sobre la devoción y también fue como una bomba que me explotó en mil pedazos... Creo que en esa charla es como si hubieses desintegrado, con la respuesta que le diste, una tendencia devocional, sacra que apareció en mí hace poco tiempo, como la onda beata que en algún momento debo haber sido, una monja o algo...

César - Eso son las tendencias auspiciosas...

Pregunta - Claro, pero vos le respondiste a ella que Dios era una manifestación de la Consciencia.

César - Sí, el individuo, el mundo y Dios **son pensamientos** que aparecen en la vigilia y desaparecen en el sueño profundo. De los tres pensamientos, el primero que aparece es el “yo”. Y el “yo” ve al mundo y, luego piensa que hay una entidad por ahí llamada Dios, y que esa entidad lo creó.

Pregunta - Sí, no recuerdo exactamente cómo se lo dijiste, pero recuerdo que le dijiste que “Dios” es parte de la manifestación de la Consciencia...

César – [No]... “**Dios**” **es parte de la manifestación de la mente**, porque la Consciencia es Dios.

Pregunta - Pero el concepto de “Dios”, dios como un objeto devocional...

César - ... Como una persona. Yo creo que soy una persona, y “yo” creo que Dios es una persona. Yo creo que soy un individuo, y creo que Dios es un individuo. Yo tengo nombre y yo tengo forma, entonces Dios tiene nombre y tiene forma.

Pregunta - Claro, una proyección así.

César - ... Al igual que el mundo. Entonces, el individuo, la mente o **el ego proyecta su ignorancia sobre el mundo y Dios**, o sobre lo que es el mundo y sobre lo que es Dios, cuando **Dios es Yo Soy** (no Él). El Testigo de la mente, indiferente de en qué estado se encuentre la mente (vigilia, sueño onírico o sueño profundo). ¿Quién es el Testigo de los tres estados de la mente? Yo Soy el Testigo. ¿Quién es consciente? Yo Soy consciente de ello... **Yo Soy. Yo Soy el que Soy.**

Pregunta - Es muy didáctico y muy cruento cuando venimos con cualquier película y vos decís: “Bueno, pero, ¿dónde está eso en el sueño profundo?” Y se derrumba todo... porque eso pone en evidencia que...

César - Yo Soy el que Soy, quiere decir que **lo único que es – realmente – es Yo Soy**... Yo Soy el que Soy... lo demás no es...; “no es”, quiere decir que no es real o no es separado de mí mismo. Yo Soy Yo Soy. Yo soy... ¿quién? Yo Soy. ¿Quién soy? No sé, Yo Soy. Yo Soy Yo Soy.

En los Vedas le dicen: “Aham, Aham”, “Yo Soy, Yo Soy” ... Aham, Aham ... ni siquiera Aham brahmasmi o ...

Pregunta - Es muy loco porque cuando desaparecen los conceptos, la vida sigue. La vida tiene su ... todo va sucediendo y se pone en evidencia que lo conceptual no es necesario para que la vida se viva a sí misma. Surge.

César - No es [necesario] el concepto “estoy digiriendo la comida” para que haya la digestión, porque no hay un ...

Pregunta - Claro, porque los conceptos enjaulan situaciones que son absolutamente naturales y dinámicas, ¿no?

César - Ni siquiera tengo que pensar “yo soy” para ser. Eso es a lo que se refiere [la frase]: “cuando “yo” desaparece otro Yo permanece” (que no es un pensamiento, sino que es Consciencia). Ese Yo que queda ahí consciente es Consciencia, es **el Yo Consciencia** que queda cuando el pensamiento “yo” desaparece. Cuando el “yo” pensamiento desaparece, lo que queda como residuo es el Yo Consciencia.

Pregunta - ¿Que no dice nada?

César - Correcto, que no dice nada y que solo es consciente de sí. **La Consciencia solo es Consciente de sí.** La mente es consciente de sí y de algo.

Pregunta - Claro, la mente siempre está refiriéndose a objetos.

César - Correcto, y “consciencia de algo” quiere decir que la mente está afuera. Y, “ser consciente solo de sí” quiere decir que la mente está adentro. Si no hay pensamientos la mente está quieta. La mente quieta es una mente sumergida en su Fuente, el pensamiento “yo” está sumergido en su Fuente, no surge. Cuando [la mente] se inquieta, surge el pensamiento “yo” y con él, todos los demás pensamientos.

Pregunta - Ahora puedo ver claramente esa diferencia: el movimiento de la mente no tiene nada que ver con el fluir de la vida natural. La mente se quiere apropiarse, o conceptualizar, de cosas que están ocurriendo.

César – **[La mente] se apropia de la experiencia:** “esta experiencia es mía”.

Pregunta - Es muy “naïf”, qué infantil el mecanismo, muy primitivo...

César - La Consciencia no puede reclamar ser la dueña de algo porque lo es todo. La Consciencia es indivisible.

Pregunta - Pero, sí es un proceso de purificación de toda esa carga mental, de esa solidificación de lo mental... Yo, por ejemplo, en mi propia experiencia (y con los años que te voy escuchando) veo que esa carga, ilusoria, tal vez porque de sopetón no se pudo asimilar la bomba atómica que es que el ego es ilusorio, que es un pensamiento. Entonces, aparentemente se va haciendo como una descarga de lo ilusorio para que finalmente, cuando está todo más flojito, pueda explotar la bomba esa y desintegrar...

César - Si la mente del buscador es lo suficientemente pura, colapsa con la primera intención de ver al que ve. Si la mente del buscador no está lo suficientemente pura, la indagación la purifica, se van cayendo todas las ilusiones hasta que se cae la ilusión raíz que sostiene a todas las demás: “yo soy el cuerpo”. Es posible, pero es muy raro, esa mente tiene que ser bastante pura: “ve al

que ve”, ok... lo visto desaparece, y el que ve desaparece... y **lo que queda es Ver, donde Ver y Ser son idénticos.**

Pregunta - Aun así, con esa simpleza absoluta que es “ve al que ve, lo visto desaparece y...” Eso mismo, si no está tu guía es impresionante cómo hay mil triquiñuelas para que esa simpleza se embarre, se confunda y se creen mecanismos para algo que no tiene mecanismos.

César - Claro, la mente entonces empieza a brotar (con todas sus creencias erróneas, sus conclusiones erróneas, sus pensamientos erróneos, sus interpretaciones erróneas, sus enseñanzas erróneas) **y se pierde en su propio contenido...** como el loco que está perdido en su propia locura, en su propia mente, y lo único que ve es lo que piensa.

Pregunta - Hace un tiempo, yo no sé por qué, vos apareces en los sueños con los recordatorios... En uno de los sueños que tuve hace un tiempo, estábamos varias personas del satsang, los reconocía, a los que le tengo un cariño profundo e inexplicable. Y había una sala, donde había un hueco en el suelo, que parecía como si hubiera caído algo en el piso y se hubiera creado un hueco. Y parecía como un túnel medio enlodado, oscuro, tenebroso, y vos estabas ahí delante y nosotros veníamos como en una fila, y cada quién argumentaba algo para no entrar ahí... es como que estábamos todos, cada quien con sus tendencias reconocibles... Y queríamos argumentar y vos directamente: “adentro”, nos empujabas y caíamos en ese tobogán. Y, después un alivio, no sé qué pasaba después pero el entrar era un alivio. Lo gracioso, la cosa es que antes era: “no, porque yo creo que a mi no me haría bien..., porque yo creo...” Y tú: ¡pum!, empujón y para dentro.

Muchas gracias por todo César.