

20 abril de 2025. Sesión primera. Minuto 1:53:50

<https://www.youtube.com/watch?v=7BkNfxZDfZw&t=7s>

“Rechazo, juicio, ... al otro o a mí mismo.”

César – (...) Sí, es la mente que reacciona [con rechazo o juicio]. Una parte [de la mente] considera agradable [a una persona o situación], o considera que me beneficia o influencia positivamente y me permite la introspección. Y otra [parte de la mente] genera una sensación de repudio o **rechazo** [a una persona o situación], da como una especie de retorcijón en el “hígado espiritual”.

Hay una franja muy sutil, en la participación [en el satsang], se puede reconocer el interés del buscador o se puede reconocer el ego del buscador.

Cuando hay ego, hay un rechazo total. Cuando no hay ego, no se rechaza el ego [del “otro”], sino que se nota el ego y se busca la manera de que esa persona se libere del ego. La percepción es la misma, con ego o sin ego.

Me acuerdo del señor Ratan Lal que nos decía: “el ego te tira al suelo y te deja ahí tirado, el gurú te tira al suelo y luego te levanta”. El gurú puede decir: “ahhh, uff” ... **pero vuelve y abre la puerta**. El ego hace: “ohh, uff” ... y deja la puerta cerrada.

Acuérdate de que **“el otro” es uno mismo**. El sabio ni siquiera ve el ego del “otro” como separado de sí; lo ve, lo reconoce, y así es como puede orientar a alguien. Yo tengo que saberlo directamente, porque cualquiera puede venir a decirme “ya no tengo ego, bla, bla, bla...” o, atraparte en una conversación espiritual vanidosa, banal, inútil, la cafetería espiritual... Tienes **que sentir al otro como a ti mismo y, desde allí, entonces, aproximarte a esa persona**.

El ego haría lo siguiente: “si lo que percibo es idéntico a mí, si se parece a mí, entonces continuo, dejo la puerta abierta”; pero esto sigue siendo una relación de ego a ego. [El ego también dice]: “si no se parece a mí, o me contradice, o se opone a la idea que tengo, entonces lo rechazo, cierro la puerta y le echo la llave”.

Ahora, si logro ver eso [el rechazo o el juicio] cuando surge en mí, entonces **lo que rechazo también me ayuda** como “lo otro”, porque **ese “otro” es un espejo que te dice: “mira lo que acaba de surgir dentro de ti”**. Eso me permite [indagar]: “a ver, ¿quién siente el rechazo o quién siente la aprobación?” (cualquiera de las dos).

Si llevo la atención al “yo”, y esa persona está allí todavía – quien sea, en la situación o circunstancia que sea – ... puede ser el tío, el primo, la mamá, el hermano, el jefe, el socio, puede ser quién sea... Si yo **le permito despertar eso que está en mí**, que se despierte esa tendencia, ... le permito, dejo que surja, entonces **indago**...

Lo que estoy sintiendo es el resultado de lo que estoy pensando. Entonces, lo que estoy pensando regresa al pensador y el pensador ahora, ya percibe sin pensar. Puede que el pensador no desaparezca, pero **la sensación de incomodidad – no producida por el otro, sino por mi reacción hacia el otro – desaparece**...

Entonces, “éste” [Fulanito] despierta algo en “éste” [yo], ... y “éste” [yo] tiene que ser agradecido a “éste” [Fulanito], ¡qué bueno! ... porque “este” [Fulanito] es el laxante que hace que cualquier

cosa que [yo] tenga ahí taponada, constipada, [estreñida], pueda salir. **Cada momento es una oportunidad, por eso se indaga en cada momento**, ... cada momento en que surja algo.

Si el pensador está quieto, déjalo quieto. Si el pensador se mantiene por un tiempo (x, y, z) quieto ...[desaparece], solo no puede sostenerse.

El pensamiento “yo”, **sin** el pensamiento “tú”, “el”, “ella” o “esto” ... o **sin** los pensamientos acerca de “uno mismo”, ... [desaparece].

... Porque puede que “**el otro**” sea la causa del problema, pero puede que “**yo**” sea la causa de mi problema: esa imagen que puedo tener de “**mí mismo**” ... sobre todo cuando es **culpa**... esa imagen negativa de mí mismo que provoca sufrimiento es lo que produce [la idea] “yo tengo que deshacerme de mí mismo” para evitar el sufrimiento ... Ahí es donde vienen las ideas de suicidio, o las ideas de asilamiento: “no soy una buena persona”, “yo no me merezco esto”, o “ellos merecen algo mejor” o, ... **todo eso son imágenes**, imaginación.

¿**A quién** le surgen?, ¿**de dónde** surgen? Por eso aquí **no hay espacio al juicio, ni juicio al otro ni juicio a uno mismo, ni resentimiento por el pasado, ni arrepentimiento**, ... nada, porque nada de eso realmente sucedió, solamente son pensamientos. Ese “**yo**” y su memoria de lo que hizo o dejó de hacer, o de lo que le hicieron o dejaron de hacerle... **todo eso es imaginación**. O sea que el **olvido es una bendición**, no es la falta de amor por el otro, no, ese olvido es una bendición. Es el olvido de “mí mismo”, **el olvido de “mí mismo” como ego**.

Y lo que queda es el Conocimiento de Mí Mismo, tal cual y como soy... **ni hizo, ni dejó de hacer, ni fue, ni vino, ni nada**.