

19 de agosto, 2022. Minuto 9:23 a minuto a minuto 12:00

<https://www.youtube.com/watch?v=7mExyw4uUk0>

“Hacer cualquier cosa refuerza al ego.”

¿Por qué pareciera que fuera tan complicado?, ¿por qué a veces no se acepta que es tan simple? Porque tenemos cualquier cantidad de información que dice que nos dice: *“que no, que es muy difícil, que tienes que reencarnar treinta mil veces, que tienes que expandir tu consciencia, que tienes que subir tu nivel de energía, y dale que te pego” ... Y no tienes que hacer nada, no hace falta absolutamente nada* porque ya el Absoluto es y todo es el Absoluto. No se puede hacer nada para que lo que ya es, sea.

¿Y quién lo va a hacer?, “yo”. **Hacer cualquier cosa no destruye al ego, sino que refuerza al ego:** *“Yo soy Guillermo y me voy a poner a hacer algo, una sadhana, una práctica espiritual, una austeridad, una cuestión...”* y, ¿para qué? No, no funciona. Simplemente, no funciona.

Ignorar, dejar al cuerpo que haga lo que tenga que hacer. El cuerpo va a hacer lo que tiene que hacer, **no hace falta controlar** el cuerpo, y sentarse con el cuerpo tieso, quieto, ... porque reafirmas la idea *“yo soy el cuerpo, que está sentado ahí no haciendo nada”*. Y está haciendo un esfuerzo para no hacer un esfuerzo, etc.

Entonces, que el cuerpo haga lo que tenga que hacer, ... porque lo va a hacer porque está **destinado** a hacerlo; que la mente haga lo que le dé la gana, bien sea que el pensamiento sea práctico o una proyección mental. Es decir, no aceptar ni rechazar, **a eso se le llama ignorar**. No quiere decir controlar, rechazar, suprimir... Y, automáticamente, te pones en la **posición de la “conciencia testigo”** que eres de forma **relativa**, pierdes la identificación con el cuerpo, pierdes la identificación con la mente, se revela el Absoluto y sabes que eres “los dos”: la consciencia relativa y Aquello que ve (que tiene Existencia Absoluta). Y, que **todo eso es una y la misma cosa**.