

04 de julio de 2025. Tiempo - Minuto 6:45 a minuto 13:07.

<https://www.youtube.com/watch?v=buolZ0y-m6c&t=5519s>

“El conocimiento de no diferenciación”.

Participante – En una conversación que tuvimos me dijiste: *“sí, es verdad, que eso no es... tienes que seguir profundizando”* ... Entonces, (...) quiero contrastar esto contigo para que me aclares...

Me daba cuenta de que en los momentos en que era atraída a ese espacio del corazón (que ya sé que todavía no es lo que tiene que ser), en un principio me era muy difícil hacer esa distinción entre la que está experimentando Eso y Eso... Es decir, que ahí hay un “yo” que está experimentando Eso. Se volvía algo tan completo que no era capaz de decir: *“tengo que seguir profundizando”*; y entonces, me daba cuenta que había esa distinción entre quien estaba observando Eso y Eso.

Por lo tanto, si me doy cuenta de que hay alguien que está observando Eso, ya puedo ir a ese “yo”, ... lo que siempre decimos: *“ve al yo”* (“ve” no de ver, sino de ir).

César – “Ve” de ser el Yo. Como Consciencia Absoluta, ver es Ser. Como Consciencia Absoluta, ser consciente [de ser] es ser Consciencia.

Participante – Cuando estoy ahí es muy... yo decía: *“si me atrapa Eso que no deja que mi atención vaya a otro sitio más que ahí, no puedo distinguir a ese “yo” que está experimentando Eso”*. Y, si hay un “yo” que esté experimentando Eso, significa que todavía hay un “yo” ... Entonces, ¿tengo que ir a ese “yo”? ... eso te quería preguntar.

César – *“Tengo que ir”* es [significa] **ponerle atención**.

Participante – Así es. Y luego, el poner atención hay veces que me doy cuenta de que estoy poniendo la atención en algo; y, otras veces en mi atención no hay una distinción entre esa observación y lo que está observando (que no es lo mismo que te comentaba el otro día como no diferenciación, eso fue un regalo... de poder tener esa experiencia que me permitía tener más claro lo que era la no diferenciación).

Y de la no diferenciación o del ser Consciencia, ya no puedo decir nada porque no sé, no te puedo decir. Sé hablarte de estos momentos que te digo donde puedo distinguir que soy consciente de ser Consciencia, porque no hay una dualidad ahí, sino que todo está aquí... [risas]

César – Es interesante, porque obviamente la experiencia es real, pero al principio para poder hablar de ello es imposible, difícil (si no imposible) [risas].

El objeto **no es diferente** del sujeto, [eso es] no diferenciación. Y ese Conocimiento de no diferenciación hace que **el sujeto se sepa no diferente de la Consciencia**.