

10 de julio de 2025. Minuto 1 a 17:30

<https://www.youtube.com/watch?v=vYXqN9N0qwc>

“El problema no es equivocarse con la elección. El problema es no erradicar el ego.”

Participante – Tengo claro que el objeto de estas reuniones no es hablar de temas como el de la salud. (...)

Mi problema es elegir el alimento que favorezca al cuerpo para no agravar los problemas de salud que tiene. Esto que te voy a comentar es algo intelectual, no está experimentado: **el individuo no existe**, solo existe la Consciencia. Por lo tanto, no hay nadie que pueda elegir [un alimento].

Como hay identificación con el cuerpo tengo la creencia de que yo elijo y, si uno se equivoca experimento el malestar... Entonces, **si no hay nadie** que elija y el cuerpo está programado de nacimiento a muerte, ¿es cierto que no me debería preocupar si elijo esto o lo otro? (ya que **no existo** como individuo, entonces no hay nadie que pueda elegir). (...).

Entonces, las elecciones no serían tales elecciones. Por lo tanto, no habría errores porque la Consciencia es siempre libre de elección, ¿verdad, César?

César – Si no hay individuo, entonces, ¿**quién** hace la pregunta? Si el sentido de individualidad desapareciera, ¿**quién** estaría allí para hacer la pregunta?

Participante – No entiendo la respuesta que me acabas de dar, porque aquí está claro que está el sentido de individualidad, porque el que te hace la pregunta, “yo”, obviamente que tengo sentido de individualidad. Si no estuviera este sentido de individuo no te habría preguntado nada.

César – Si no hay individuo, entonces, ¿**a quién** le estoy hablando?

Participante – Intelectualmente, lo entiendo.

Al estar la identificación con el cuerpo aparece el que cree que elige entre “a” o “b”. La pregunta es que, si no hay individuo, ¿no me tendría que preocupar por elegir un alimento que me haga mal o bien?...

César – Entonces, **erradica** tu sentido de individualidad y todo va a estar bien.

Participante – Sí, es decir, tenemos un dicho acá: “muerto el perro se acabó la rabia”.

César – Pero ese perro parece un gato porque tiene como siete vidas, no se termina de morir nunca [risas].

El otro día estaba escuchando a uno de los asistentes de Annamalai Swami, tuve la oportunidad de conocerlo en Tiruvanamalai, él estaba encargado en aquella época de cuidar la cueva de *Skandasharaman* (la última cueva en la que vivió Ramana), que está un poquito más arriba de *Virupaksha*, la otra cueva donde vivió Ramana.

Y le preguntaron acerca de la rutina en la que vivía Annamalai Swami. Decía que Annamalai se levantaba muy temprano y ... hay una comida que se llama *Haldi Doodh* [leche dorada], que es una especie de polvo que lo mezclas con la leche y te lo tomas (es muy conocido en India, lo consideran un superalimento). Pero él se lo tomaba con agua porque era intolerante a la leche,

no digería bien la leche. Ahora, Annamalai Swami **no tenía la pregunta** de si estaba bien tomarlo con leche o con agua. Obviamente, **escogía** el agua y no la leche.

La pregunta es “¿quién?”. **No había un “quién”**, que eligiera entre una cosa y la otra. Al final murió de tuberculosis (si lo que leí es correcto). ¿Entiendes lo que te quiero decir?

Si el sentido de individualidad es el **problema**, entonces, **¿por qué no deshacerse del problema**, que es ese sentido de individualidad?

Pero, el individuo está tratando de resolver esto y lo otro, tratando de entender esto y lo otro... y eso lo que hace es **darle vida al aparente individuo, es alimentar el sentido de individualidad**.

Participante – Entiendo, y no tengo ninguna duda de que la solución a todos los problemas es el sentido de separación producido por la identificación con el cuerpo. Pero, como todavía está el sentido de separación, hay que aceptar el error del individuo que supuestamente elige algo y no le va bien, pues hay alimentos que no es nada fácil saber si me sientan bien o mal. (...)

Estoy tratando de encontrar una solución pues estoy cansado de comer un alimento y que luego me siente mal, por ejemplo, el comer fruta. (...)

Por supuesto, tengo que erradicar el ego, pero aparentemente el ego ahora existe para mí, porque si no estuviera el ego no te haría ninguna pregunta.

Sigo indagando, pues ya me di cuenta que si indago se termina todo ante una posible elección., **El “¿quién quiere elegir?” anula todo lo demás**, ¿tal vez es esto lo que tendría que hacer?

César – **Eso es lo que hay que hacer**, bien sea que haya o no haya problemas de salud. Se trata de eso, de erradicar el sentido de individualidad.

Participante – Entiendo desde dónde hablas vos, pero desde el punto de vista del buscador no es fácil erradicar el sentido de individualidad. ¿Sabes por qué no lo es? Porque si no, de los miles de buscadores que hay en el mundo estarían realizados... ¿cuántos se realizan de entre todos ellos?

Después toda la teoría me la sé, la de que “estamos todos realizados desde el punto de vista del sabio”, pero el ignorante todavía está viviendo en esa ignorancia.

En mi cabeza está el: “¿qué hago?”, “¿compro esto o lo otro?”. Si no estuviera el ego o la mente no haría esta pregunta, no estaría este conflicto cuando me equivoco y después lo paso mal. (...)

Mi problema es cuál sería la elección correcta [respecto a los alimentos a tomar], pues cuando me equivoco, después lo paso mal (...).

Por lo menos me quiero quedar con esto (aunque no lo realice), mi comprensión es que al no existir el individuo no hay nadie que pueda elegir, entonces no pasa nada en caso de que haya una elección equivocada. Cuando la elección es acertada no hay ningún problema, pero sí hay **problema cuando se trata de una elección equivocada**, con lo cual viene el sufrimiento.

Pero si tengo en cuenta que el individuo no existe (por tanto, no hay nadie que pueda elegir porque todo es Consciencia) al final no me tengo que preocupar, sino confiar y ya está. Hay elección, pero no hay nadie que elija, ¿correcto?

César – ... En **teoría, intelectualmente** [con un poco de ironía].

Participante – Pero, aunque fuera en teoría a **mí** me serviría, porque cuando me sintiera mal me diría: *“tenía que haber sucedido esto”* ..., tal como decís vos: *“si no tenía que haber sucedido esto, por qué sucedió esto”*. Entonces aplicaría eso y diría: *“bueno, tenía que suceder así, tal cual...”* (...) Estoy cansado ya, estoy agotado.

César – ¿No estás cansado del ego?

Participante – Sí, eso lo número uno.

César –¿Por qué no te deshaces de él entendiendo que, realmente, no existe? “Entendiendo” quiere decir: **sabiéndolo, sabiendo** que no existe.