

10 de julio de 2025. Minuto 16:50 a 28:25

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

“El único que puede indagar eres tú.”

Participante – [Llevo dos o tres años ya con este problema de andar buscando alimentos que no me sienten mal y probando diferentes dietas] ... Y 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?

Participante – Pero, César, con el “*entendiendo, entendiendo...*” no se va a acabar el ego.

César – “Entendiendo” quiere decir: **sabiéndolo, sabiendo** que no existe.

Participante – Pero, eso no depende de mí [erradicar el ego].

César – Claro que sí.

Participante – Sí, ... me vas a decir que “*depende de mí como Absoluto, como Consciencia Absoluta, pero no como individuo*”.

César – **¿Quién es el único que puede indagar sino tú?** Tú eres la Consciencia, pero surgiste como ego. Entonces, tienes que sumergirte **en el mismo lugar** de donde surgiste. Y, eso solamente lo puedes hacer **tú**. Y eso sucede cuando el ego **está harto** de sí mismo.

Porque, a veces, el ego – inconscientemente – **disfruta** de estar harto de sí mismo, y lo que hace es **quejarse**, y **quejarse**, y **quejarse**, y **quejarse**... pero, **no** se rinde, **no** se sumerge en su Fuente, **no mira hacia adentro**. Porque siempre considera que **hay algo más importante afuera**: en el mundo, en el cuerpo, en otra galaxia, en un mundo paralelo [bromeando] ...

Participante – Para simplificar, uno ve que en el sueño profundo no hay ningún cuestionamiento. Entonces, se trataría de lo que siempre dices, de no dejar a la mente que mire a ningún otro pensamiento que no sea de orden práctico, ¿no? Lo que sucede es que el comer [y elegir los alimentos] es algo práctico (...) pero, en la supuesta **elección** del alimento ahí viene **mi problema**. (...)

César – **¿Cuál es el problema y quién lo tiene?**

Participante – Claro, por eso digo, no hay elección ...

César – No entiendes lo que te acabo de decir. Es muy simple.

Te doy la misma respuesta y la misma solución, pero **no** la aceptas: si la Consciencia es una... entonces, ¿cuál es el problema y quien lo tiene? **¡Indaga!**

Participante – César, desde hace algún tiempo... cuando me viene un dolor me río... confío en que hay una mano invisible que nos va guiando... Igual entiendo que “todo lo que nos sucede es para que nos rindamos”.

(...)

César – Teoría, teoría, teoría, teoría, teoría...

[Silencio].

Práctica, práctica, práctica, práctica... **El tiempo en que teorizas es el tiempo que debieras utilizar practicando**. La práctica es **fijar** la atención en el que practica, en el practicante, en el buscador, en el pensador.