

20250716. Segunda reunión. Tiempo – Minuto 25:48 a minuto 31:30

<https://www.youtube.com/watch?v=irKvEUrnrs4&t=5062s>

“Ya son Consciencia, pero piensan que solo son un cuerpo.”

Participante – ¿Son todo creencias, nada más? La estopa... que dijiste una vez.

César – Que yo sepa, sí. “La estopa” es cuando le meten demasiado la cabeza, a veces tanta intelectualización, racionalización, interpretación, descripción, definición...

Participante – César, ahora la indagación es donde necesito apoyarme.

César – La indagación, la autoatención se llama práctica si hay esfuerzo. Pero autoatención es autoconocimiento. Autoconocimiento es autorrealización. La Consciencia siempre es consciente de sí, pero como uno cree ser el ego... La Consciencia ya es consciente de sí libre de esfuerzo.

Cuando hay atención al sí mismo a través del esfuerzo se llama práctica; cuando es sin esfuerzo se llama realización.

Todo el mundo sabe “yo soy”, todo el mundo es consciente de que es, y todo el mundo es consciente de que es consciente. Todos saben que son conscientes, pero la gran mayoría piensan que son el cuerpo, y que el cuerpo es el que sabe qué es, y que el cuerpo es consciente de sí, etc., etc., etc. Eso es todo: una confusión del sí mismo con el cuerpo o de que el sí mismo está limitado al cuerpo.

Como Ramana decía: *“Te reirás y te reirás de todos tus esfuerzos cuando te des cuenta de que eres la Consciencia que estás buscando, que siempre has sido la Consciencia que has estado buscando”*.

Si Yo soy la Consciencia, y la Consciencia existe libre de esfuerzo y es consciente de sí sin esfuerzo, entonces ¿quién cuernos está haciendo el esfuerzo?

Participante – Es el que se cree que es este “yo”. Cuando amanece y aparece este “yo” que dice *“ay, no quiero levantarme”* ...

César – El mismo que dice que no quiere levantarse es el mismo que quiere levantarse y experimentar “esto” y “lo otro”; es el mismo “yo”, es el mismo juego de la mente. Uno es la mente activa y otro es la mente *tamásica* [perezosa].

Participante – Bien. Gracias César.