1 de octubre de 2026. Primera reunión. Tiempo – Minuto 1:01:59 a minuto 1:26:07

“Querer eliminar las tendencias es una tendencia.”

https://www.youtube.com/watch?v=QmjuCD4tgfI&t=4567s

Participante – Hola, César, ¿me escuchas?

César – Hola. Sí, te escucho.

Participante – César, escuché la conversación que tuvimos hace unos días y me di cuenta que estaba todo el tiempo repitiendo lo mismo. Tú decías lo mismo y yo estaba repitiendo lo mismo, como si no estuviera escuchándote; con esa insistencia de la mente que se mantiene queriendo aferrarse a algo para seguir existiendo, algo así.

Te quería preguntar, … sé que tiene que ver con las tendencias y con todo lo que uno no sabe que puede salir [de la caja de Pandora], como dices, y también tiene que ver con las experiencias familiares que uno ha tenido de niño, con la forma en que uno se ha vinculado [con la familia], y es algo que se repite…, un hábito en una forma de responder, un modo de ser, … ¿tiene que ver también con eso?, ¿o no tiene nada que ver? ¿o no importa?

César – No entiendo…

Participante – Pregunto que si las experiencias que uno ha tenido de niño con la familia, con los padres, ¿eso también es una manera… un hábito que se repite?, ¿si esto tiene algo que ver con las tendencias que uno tiene? ¿o no tiene que ver?

César – No, todavía no entiendo que … De nuevo, vamos a ver si trato …

Participante – Que si las tendencias que uno tiene también tienen la raíz en las experiencias que uno ha tenido [en la infancia].

César – Todas las tendencias son improntas mentales basadas en identificación con el cuerpo… o debido a la identificación con el cuerpo se generan las improntas; indiferentemente de que sean causadas por la familia, los amigos, la sociedad, la cultura, la tradición, la religión, la economía, la política, etcétera, etcétera, etcétera, … Son todas las experiencias personales, son todas las experiencias del “yo”, del ego.

Por eso, ¡uy!, irse por las tendencias es irse por las ramas. Y tratar de saber algo (si esta tendencia es por esto, o si es por aquello, o si es por eso…) es otra tendencia. Indagar acerca de las tendencias o tratar de erradicar a las tendencias, también son otras tendencias.

Participante – Sí, veo que eso aparece otra vez…

César – Entonces, [dices:] “eso aparece otra vez” ... No importa. Yo no estoy lidiando con lo que aparece, sino: “¿a quién le aparece?”. “A mí”.

Entonces, la atención está, cae, o es dirigida hacia el yo, “a quién le surge” y no [se lleva] a lo que surge. [La atención va] a la fuente de lo que surge...

Participante – Sí. He escuchado varias veces la charla que hemos tenido y cada vez que la escucho, de a poquitos voy entendiendo algo más.

César – Correcto. Muy bien.

Participante – Porque tú siempre estás repitiendo lo mismo.

César – Correcto. Correcto: ¿A quién le surge? ¿De dónde surge? ¿A quién le surge? ¿De dónde surge? … ¿Quién está teniendo esta experiencia? ¿Quién tiene este conocimiento, … este pensamiento, … este sentimiento, … esta emoción, … esta percepción, … esta sensación …?

Yo, ese "yo" es la mente. Ahora; "déjame ver, investigar qué es ese "yo", cuál es la naturaleza de ese "yo", cuál es la realidad de ese "yo"."

A ver, … te das cuenta de que no existe, desaparece, solamente es un pensamiento. Te das cuenta que, realmente, no hay nadie que esté experimentando nada. O sea, que del "yo" en adelante son todos pensamientos, son todos mente, la mente.

Participante – También noto que a veces uno piensa cuando está hablando contigo. Piensa: "pero yo estoy preguntando desde el ego", algo así y tú dices, "pero hazlo ahora" [la indagación]. Entonces, se me genera un conflicto en la mente porque pienso, que si yo estoy preguntando desde el ego es porque todavía creo que soy el cuerpo.

César – Si estás si estás indagando todavía te identificas como la que indaga, ¿no? La que indaga es el ego.

Participante – Claro, lo digo porque cuando noto esa tendencia a querer eliminar las tendencias. Eh, … No, ya me olvidé lo que iba a decir.

César – ¿Así de importante era?

Participante – Sí, creo que sí. Quería además preguntarte algo que me ha estado dando vueltas. ¿Qué sería ser honesto con uno mismo?

César – No engañarte con pensamientos. "Yo soy el cuerpo" es un autoengaño. ¿Me sigues?

Participante – Sí. Es decir, indagar.

César – Correcto.

Participante – O sea, cuando aparece algo, en ese momento: indagar, aunque eso [el objeto] siga teniendo lugar.

César – Correcto. La indagación debe continuar hasta que el ego desaparezca. Es tan simple como eso. Y yo tengo que ser lo suficientemente honesto para darme cuenta de que todavía está el ego. No tiene nada de malo.

Participante – Claro, porque a veces me surge que, como estoy en este camino, si me equivoco o sale el ego es algo imperdonable, es como un crimen, algo así.

César – Y entonces el ego se juzga, se critica, se castiga. Solo son pensamientos. La Consciencia es un mero testigo. La Consciencia no juzga a nadie. La Consciencia es simplemente Consciencia. Todo lo demás son pensamientos, y todo pensamiento es mente.

Participante – Muchas gracias... Entonces, me quedó muy presente lo que dijiste ese día, cuando dijiste que ignorarlo no es hacer de cuenta que no está, sino ver a quién le surge. Porque si no sería reprimirlo y si se reprime luego vuelve a aparecer y se re-actúa, ¿no?

César – Correcto. Correcto. Se repite, se recrea y al hacerlo se fortalece. Y al hacerlo, fortalezco la tendencia; y fortaleciendo la tendencia, fortalezco al ego.

Participante – Entonces, César, hay que tener…, no sé cómo decirlo, ¿cierta fortaleza mental, algo así?, como tener como cierta, … no control, pero como …

César – … Determinación. Y estar alerta. Cuando empiezo a correr detrás de los pensamientos, es decir, cuando les pongo atención, deja solamente los prácticos, los que te sirvan para llevar a cabo cualquier tarea en la vida diaria.

Simplemente, erradica aquellos que contienen, que su contenido es juicio ("que si me gusta o que si no me gusta"). El decir [equivocadamente]: "como esto no es correcto, no me gusta". Y el decir [erróneamente]: "como esto es correcto, me gusta". "Esto está bien y esto está mal", es lo mismo. Lo que está bien me gusta, lo que está mal no me gusta. Todos esos son pensamientos del "yo" basados en lo que piensa de sí mismo: si se gusta o si no se gusta a sí mismo, ¿okay? O en lo que piense del otro: si le gusta, o si no le gusta al otro. Pero cuando te juzgas: "oh que… ¡ay que no debería haberlo hecho!", [sucede] que no me gusto: "No estoy contenta conmigo, estoy equivocada, estoy mal…"

Participante – Eh, aunque no me guste, o sea, ¿no debo detenerme en eso...?

César – No, no, no. Es que aunque no me guste, te va a surgir el gusto y la aversión, van a surgir. Entonces, [es necesaria] la determinación y el estar alerta para no seguir a esos pensamientos y ver *a quién le surgen*, a quién le gusta, a quién no le gusta, quién acepta, quién rechaza...

Participante – Ah, ya. Y ahí ya no aparecería si me gusta o no me gusta.

César – No. Si los gustos y aversiones (las tendencias) todavía están allí, van a surgir. La pregunta es la misma que se hace siempre.

Participante – Sí, otra vez he hecho lo mismo.

César – Exactamente, es decir, que estás pendiente, interesada, en la tendencia y en el "no quiero que surja". Por eso pregunto, ¿entonces no surge más?

Participante – Sí, sí.

César – Eso es una tendencia, per sé.

Participante – Sí, porque hay un rechazo al ego muy fuerte.

César – Pero eso es el ego, rechazándose a sí mismo. [El ego] o se rechaza o se acepta. Y rechazándose, se acepta porque dice que no. Claro, porque se da realidad a sí mismo, habla de sí mismo como si fuera otro.

Participante – Ya entiendo.

César – Hablando de sí mismo, el ego se fortalece; hablando del ego, como si fuera otro, se fortalece: "No, es que al ego no le gusta esto." … Y eso lo dice el ego.

Participante – Y eso de creer que uno tiene que quedarse solo, porque como tiene tendencias, … y van a salir, y va a generar problemas y conflicto con otras personas, … ¿también es una tendencia? También sería una tendencia.

César – Correcto. Ya estás allí otra vez, ¿no? Estás preguntando acerca de las tendencias. Te lo repetí hace un ratico, ¿no? *El interés por las tendencias es una tendencia*.

Participante – Sí, es que siento que últimamente, estos últimos meses, esas tendencias se han hecho más, … salen más, a cada rato y, entonces no estoy indagando lo suficiente.

César – Estás otra vez pendiente la tendencia. ¿Te das cuenta?

Participante – Sí, porque estoy hablando de eso.

César – Por eso te decía, hay que estar alerta. Y comprometido con indagación.

Participante – Ok. Ese interés en la tendencia no surgiría si estuviera indagando.

César – Correcto. El interés, la atención es [dirigirla a] "¿de dónde surge?", "¿a quién le surge?".

Participante – Ya. Bueno, gracias César por repetirlo una vez más.

César – …Si la tendencia no está ahí, entonces la atención está en "el quién". Y a lo que la atención está solo en "el quién", el quién desaparece. "El quién" no puede mantenerse en pie sin el qué. Sin el qué, cuándo, cómo, dónde y por qué. "¿Qué? ¿Cuándo? ¿Cómo? ¿Dónde? ¿Por qué?", son objetos.

Si el sujeto se queda sin objetos, si no le pone atención a los objetos, si no se piensa en ellos, entonces no puede sostenerse en pie porque [el sujeto] se alimenta de objetos. Es nacido de los objetos. Se alimenta de los objetos, se fortalece con los objetos. "Ella" ["Esperanza"], como tal, es un objeto ("yo soy el cuerpo", "yo soy este objeto") que pareciera que es el sujeto; pero eso es solamente un pensamiento. Es decir, que si el sujeto, si el pensamiento "yo" (que realmente es un objeto) se queda sin objetos, sin pensamientos, entonces desaparece.

Participante – Okay, voy a seguir entonces.

César – Muy bien.

Participante – Gracias, César.

César – Ok. Muy bien.

Por eso digo: mientras mejor se entiende o mientras más claro es el entendimiento, lo demás es más fácil, pero tienen que tienen que entender. Si no hay entendimiento, no es posible la indagación y mucho menos, por supuesto, el autoconocimiento.