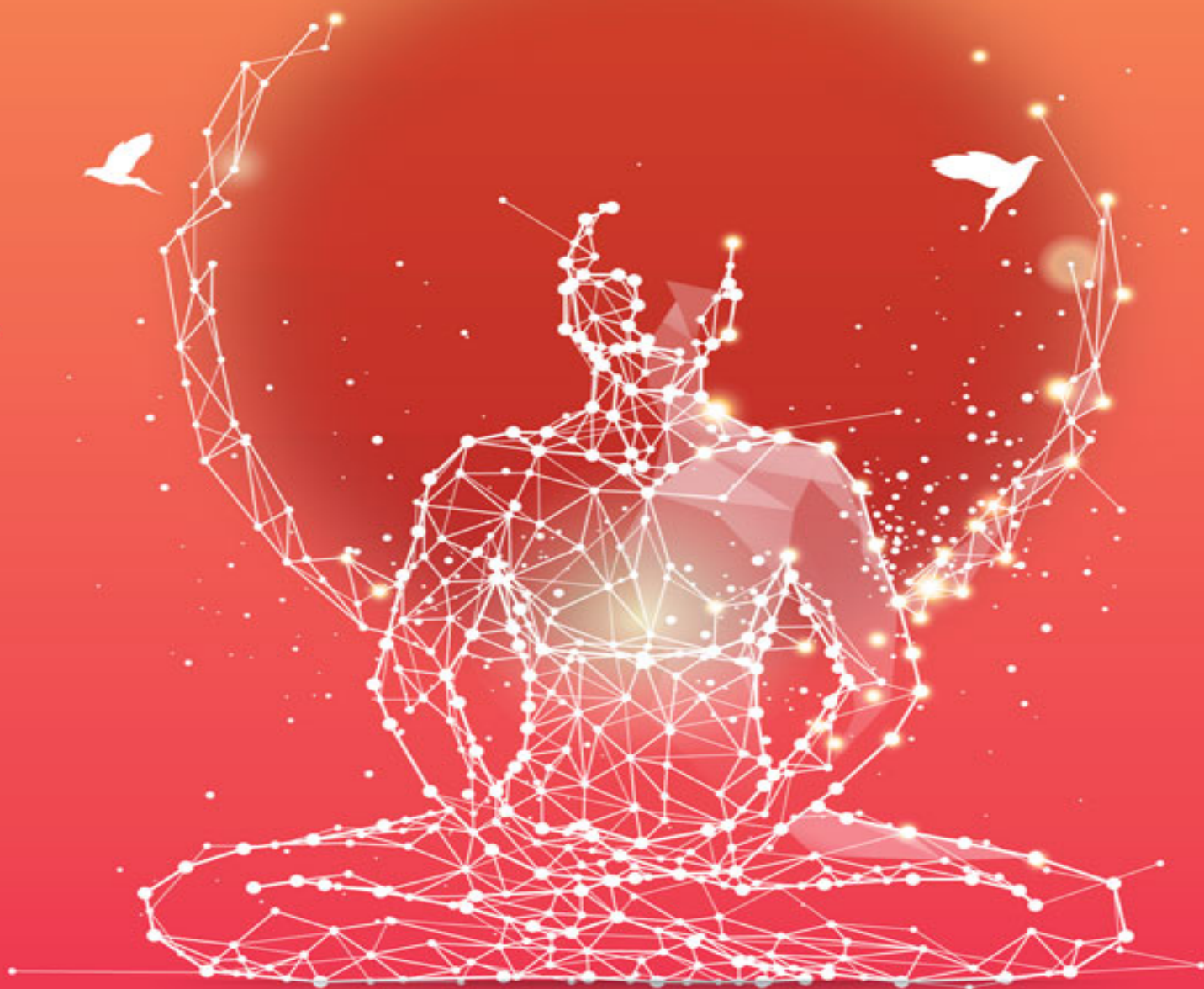


Iván Durán

El Ego

Cómo despertar e iluminar tu consciencia

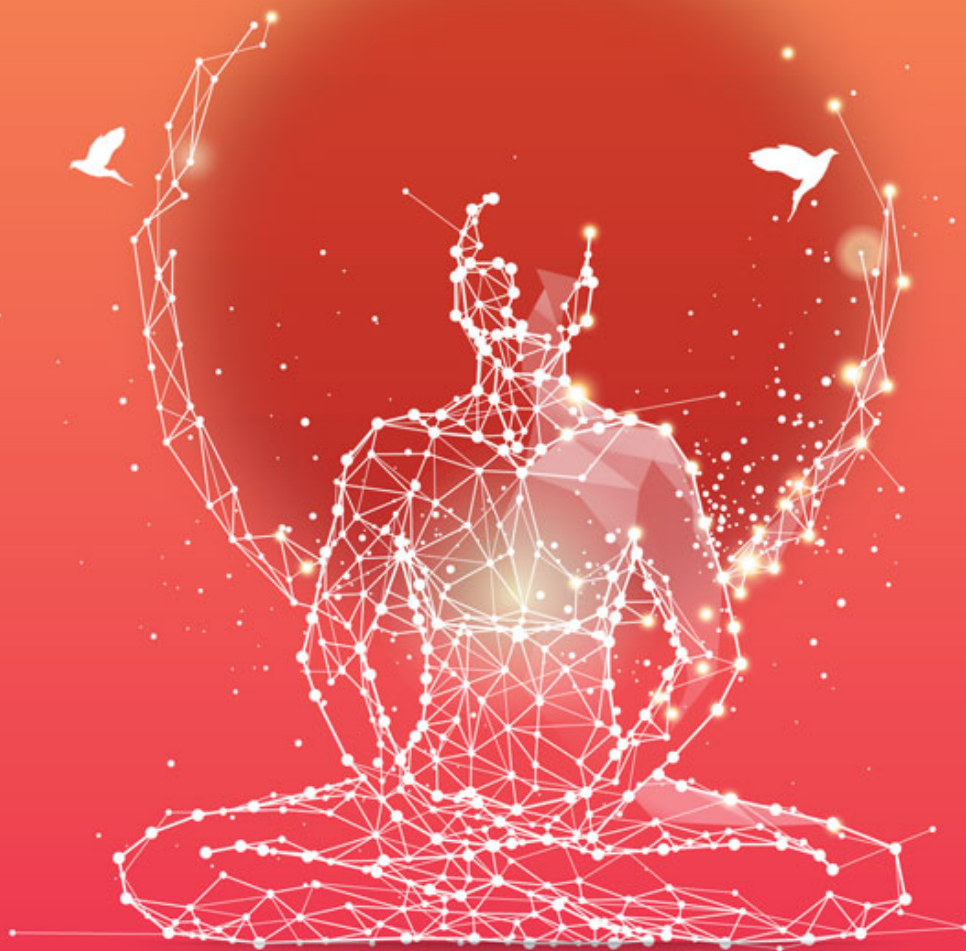


Prana 

Iván Durán

El Ego

Cómo despertar e iluminar tu consciencia



Prana 

El Ego

Prana 

El Ego

© Iván Durán, 2011

D. R. © Editorial Lectorum, S. A. de C. V., 2011
Batalla de Casa Blanca Manzana 143-3 Lote 1621
Col. Leyes de Reforma, 3a. Sección
C. P. 09310, México, D. F.
Tel. 5581 3202
www.lectorum.com.mx
ventas@lectorum.com.mx

Primera edición: marzo de 2011

ISBN: 978-607-457-160-8

© Portada: Perla Alejandra López Romo

Características tipográficas aseguradas conforme a la ley.
Prohibida la reproducción parcial o total sin autorización
escrita del editor.

Índice



+

+

+

[Nota preliminar](#)

[Introducción](#)

+

[La Conciencia Tridimensional](#)

+

+

+

Introducción a los tapones

⋮

Primer tapón: el ego

Segundo tapón: la mente alegórica

Tercer tapón: la emoción pasional

⋮

Síntesis de los tapones

⋮

El instinto

⋮

El placer

⋮

La premente

⋮

La energía magnética

⋮

[El Universo](#)

[La caída de la luz](#)

±

±

[La Conciencia Tridimensional y la forma pura](#)

±

[La Conciencia Tridimensional y Dios](#)

[La Conciencia Tridimensional y los mitos](#)

[La Conciencia Tridimensional y los ritos](#)

[La Conciencia Tridimensional y el argumento tridimensional](#)

[La Conciencia Tridimensional y la vejez](#)

[La Conciencia Tridimensional y los místicos](#)

[La Conciencia Tridimensional y las drogas](#)

±

[La meditación](#)

±

[La autoobservación y la conciencia de mí mismo](#)

[La autoconsciencia, única forma de regular la energía instintiva](#)

•

[La meditación Contacto Directo](#)

[Práctica de la meditación Contacto Directo](#)

[Síntesis de la práctica de la meditación Contacto Directo](#)

[Síntesis del libro](#)

•

•

■

El silencio no existe,
lo que existe es la
vibración de la energía
espiritual autoconsciente
que el ego, con su ruido
psíquico, no deja percibir.

■

Probablemente no se ha escrito un libro en el que todas las piezas se armen y construyan un mapa evolutivo para el desarrollo de la conciencia humana tan fructífero, sabio e importante como es el conocimiento planteado por Iván Durán.

Claramente, su mensaje nos enseña a introducirnos en la profundidad de un nuevo paradigma de la conciencia que nos devela la posibilidad de despertar e iluminar nuestra mente dormida, pudiendo conocer y trascender el gran engaño de esta ilusoria dualidad material en que vivimos.

Este libro es una expresión del profundo misterio de la existencia humana, por eso contiene capas y capas de aprendizaje, según el nivel de conciencia de cada lector. En la medida que uno va experimentando el Contacto Directo más va despertando la mente y más va unificando su conciencia.

Para mi trabajo interno, ha sido fundamental comprender la fuerza del ego, su origen y cómo liberarse de su

hipnotizadora energía. Las enseñanzas de Iván me han permitido experimentar mi proceso evolutivo con un nivel de compromiso, profundidad, constancia y pureza como ningún método o disciplina lo lograra antes.

Hay seres que vienen a este mundo con el propósito claro de aportar un eslabón en la evolución de la conciencia humana. Iván Durán es ciertamente uno de ellos. El autor, con extraordinaria dedicación a lo largo de su vida, consigue plasmar un conocimiento que en mi experiencia ha sido un aporte esencial para el despertar de mi conciencia.

Ana María Sepúlveda Z.
psicóloga transpersonal

■

El presente libro es el resultado de treinta y cinco años de investigación de la conciencia humana y de una dura lucha contra las energías centrípetas, magnéticas, y caídas de la materia. Después de mucha observación, autoobservación y meditación aprendí que los seres humanos estamos encapsulados en una conciencia ensimismada (ego), que es la que nos enceguece y nos despoja del discernimiento, haciéndonos cometer errores permanentemente.

Desde muy joven comprendí que en la tercera dimensión en la que vive nuestra psiquis, la gente no posee autonomía sobre sus actos. Comprobé que la enorme fuerza de la energía instintiva de este plano mantiene a la gente sin conciencia de sí misma, mecánica y frenada en su evolución. Descubrí que la única forma de despertar y rescatar a la mente humana de su bajísimo nivel de conciencia, es desegotizándola, desalegorizándola y desmagnetizándola con energía espiritual autoconsciente.

He tratado de abordar y escribir de la manera más accesible posible el difícil y abstracto tema del psiquismo humano. Y

para vencer la gran resistencia y obstáculos que presenta la conciencia de la materia (ego) al despertar de la mente, he utilizado la reiteración y el múltiple enfoque de los temas.

Iván Durán Garlick
investigador de la conciencia humana

Nota preliminar

Antes de comenzar a ver cómo el ego impide el Contacto Directo con los planos altos de la conciencia, es necesario reconocer nuestros egos predominantes. Anote en un papel cuáles de los siguientes egos sobresalen y se repiten más en usted.

- Ego sabelotodo = es el que siempre cree tener la razón, le gusta dar consejos sobre todo, siempre contesta aunque no sepa, cree tener respuesta para todo, no se puede quedar callado.
- Ego insaciable = es el ego “centro de mesa”, no le gusta pasar desapercibido, hace cualquier cosa para llamar la atención.
- Ego interruptor = su necesidad de autorreferencia es tan fuerte que interrumpe permanentemente, nunca deja que los otros terminen de hablar.
- Ego envidioso = es el que no soporta los triunfos y éxitos de otros. Degrada a los que cree que son mejores que él.

- Ego prestigioso = es el ego que busca aplausos, reconocimiento y admiración en todo lo que hace. Siempre quiere ser el mejor. Frecuentemente le dice a los demás: “te lo advertí”, “yo sabía”, “te lo dije, pero tú nunca me escuchas”, etcétera.
- Ego jinete = se monta en lo que dicen otros. Se aprovecha de los datos de los demás para su propio beneficio. Saca partido de lo que otros dicen para estructurar sus propias intervenciones. Es copión y usurpador.
- Ego sordo = nunca escucha, le gusta hablar sólo a él, habitualmente finge escuchar.
- Ego manipulador = es aquel ego astuto que siempre se las arregla, ya sea tergiversando, acomodando, engañando, mintiendo o justificando para que las cosas resulten siempre a su favor.
- Ego orgulloso = es competitivo, discutidor, que no le gusta perder y le cuesta reconocer sus errores.
- Ego premental (silencioso) = es aquel que, calladamente, tiene un discurso paralelo, es criticón, hipócrita y enjuiciador.



Introducción

Increíblemente engañado, usted cree que el sentido de su estadía en la Tierra es lograr hacer realidad los ensueños que este plano material de existencia introduce en su mente. En esta tercera dimensión en que vivimos, nuestra psiquis todavía está dormida, creemos que controlamos nuestras vidas, pero en realidad somos unos títeres dirigidos por fuerzas instintivas, magnéticas y egocéntricas, que a través de una invisible dictadura nos hacen movilizarnos.

Sabemos que el ser humano está compuesto de materia y de espíritu, pero por razones que investigaremos profundamente en este libro, nos daremos cuenta que la conciencia material ha crecido desmesuradamente opacando al espíritu, provocando un desequilibrio que ha hecho caer a la mente a los planos bajos e inconscientes.

Es importante, ante todo, saber que el espíritu, paradójicamente es la esencia de la materia. Por lo tanto es consciente de ella, pero la materia *no* necesariamente es consciente del espíritu. A consecuencia de esta desconexión de la materia con el espíritu vemos que el ser humano,

pudiendo experimentar los estados más altos de la conciencia, vive atrapado en esta tridimensión material, creyéndose un ego separado del Todo. Las personas poseen, intrínsecamente, herramientas para elevar su mente y gozar de los maravillosos dones del espíritu; sin embargo, se han quedado ancladas al mundo, sucumbiendo ante la poderosa y sugestiva *fuerza de la materia* que los ha divorciado de lo verdaderamente divino.

¿Por qué se le llama tridimensión a este estado de vida? Porque es un plano material donde el ser humano posee una mínima conciencia de sí mismo, limitado sólo a la parte manifestada (física) de la vida, creyéndose un ego separado del Todo.

La intención de este libro es demostrar que el ego, aunque cueste creerlo, posee una inteligencia propia que le permite penetrar en la mente y revertir las energías centrífugas en centrípetas, egotizando la percepción de la realidad, provocando que la persona se *crea* un individuo independiente y desconectado, que sólo piense, sienta y actúe para sí mismo. Por consiguiente, debemos hacernos preguntas como: ¿por qué somos seres con una mente caída, tridimensional y limitada, pudiendo ser seres con una mente universal infinita? Y ¿qué o quién nos impide elevar nuestra conciencia?

La única manera de obtener respuestas para iluminar la mente es que el ser humano se quite el “velo psíquico” tridimensional que lo enceguece, y para lograrlo debe *espiritualizar* la materia; esto significa limpiarla de una gruesa capa de energía inconsciente y egótica que la densifica en forma exagerada aumentándole el peso gravitatorio que la hace caer al mundo del instinto.

Los caminos correctos para equilibrar y elevar el nivel vibracional de la mente material son: desarrollar la autoobservación, el autoconocimiento y practicar la meditación Contacto Directo. Cabe señalar que esta meditación (la cual aprenderemos más adelante) posee la gran virtud de ser un puente directo para fusionarse con la Conciencia Pura, librándose así de las interferencias del ego, de las ansiedades del mundo y de los ruidos psíquicos.

Con la autoobservación, el autoconocimiento y la meditación Contacto Directo, la mente comenzará a despertar y a trascender su propia estructura egotizada. Este cambio hace que la persona utilice energía espiritual en vez de energía instintiva; así, la alta pureza de la luz espiritual provoca que el psiquismo tridimensional se desmagnetice, se desalegorice y se desegotice, permitiéndole a la mente salir de su gravedad, oscuridad y densidad y, por ende, ascender a los estados luminosos de la conciencia.

La tercera dimensión

La frecuencia donde vibra la mente humana egótica

- El siguiente gráfico nos muestra la tercera dimensión en que vive atrapado y adormecido el ser humano.
- En este libro veremos que existe una *conciencia de la materia* que nos engaña y nos apegamos a esta tercera dimensión.
- En ese plano bajo e instintivo la gente vive en un estado de inconsciencia, lo que hace caer a la mente.

- La conducta en este nivel de Conciencia Tridimensional es mecánica, las personas obedecen ciegamente a los mandatos del instinto como si fueran robots.
- En esta tridimensión las personas no tienen visión universal y objetiva, pues están desconectadas del plano espiritual.
- En la tercera dimensión las energías son gruesas y centrípetas, lo cual comprime a la mente, dejándola sin conciencia de sí misma.
- El ego vive en la tercera dimensión, camuflado en la mente humana.
- A través de la meditación Contacto Directo, usted será capaz de trascender la tercera dimensión, iluminar y elevar su mente.
- Sólo despertando la conciencia se puede acceder a los estados luminosos espirituales.
- Esta tercera dimensión es tan sugestiva y magnética que las personas quedan estacionadas allí por toda su vida, adormecidas y olvidadas del espíritu.
- La tercera dimensión es cuando la mente se duerme y se identifica con el argumento mundo-materia.

Espíritu



TERCERA DIMENSIÓN



Cuando decimos que la mente de la humanidad está caída es porque perdió su Memoria Espiritual, que es la conciencia de sí misma o autoconsciencia. Esta memoria ha sido reemplazada por la memoria mundana que encapsula a la mente en un tiempo-espacio, haciéndola olvidarse de experimentar el aquí y el ahora, desconectándose del ser puro que es eterno presente.

Es sorprendente ver que alguien pueda tener una muy buena memoria material y, sin embargo, vive olvidado de sí

mismo. Esto es porque vibra en la tridimensión en donde su mente o se identifica con los estímulos externos o con el argumento psicológico interno. A raíz de esto, vemos que las personas pueden pasar días enteros sin acordarse de sí mismas. Este fenómeno se produce por- que la mente egótica futuriza o recuerda, no teniendo la capacidad de vivir el presente.

Decíamos que las personas están convencidas que son dueñas de sus actos en este nivel de existencia, pero al tener dormidas sus mentes no se dan cuenta que lo que verdaderamente dirige sus vidas es una inteligencia-conciencia que se apodera de sus identidades y que se expresa como ego; ella anula la visión cósmica de la gente reemplazándola por una aletargadora ensoñación mental que se presenta con incesantes divagaciones, ensoñaciones, ansiedades, deseos y apegos hacia el mundo material.

Además de dominar la psiquis humana, esta conciencia egótica es la movilizadora, organizadora y defensora de todo el aspecto material del universo que, a través de una infinidad de engaños, trucos y trampas, se encarga de que los organismos sobrevivan, se reproduzcan y se desarrollen; por ejemplo: si el comer y el beber *no* fueran actos apetitosos y agradables, nadie se alimentaría y en consecuencia, las personas morirían; si el llanto de un bebé *no* fuera desagradable e irritante, lo dejarían llorar sin prestarle atención; si el sexo *no* fuera placentero, nadie lo practicaría; por lo tanto, la reproducción de las especies cesaría; si *no* diera miedo enfermarse, nadie se cuidaría, etc. Entonces podemos observar que todos los actos están movilizados por recompensas o por temores creados deliberadamente por esta conciencia material para producir y mantener el funcionamiento vital de las especies.

En esta limitada dimensión, el ser humano posee una mínima conciencia apta sólo para manejar las necesidades básicas de subsistencia; la gente casi no tiene contacto con la realidad objetiva, dado que la mente al creerse individual y separada pierde la visión universal, por lo tanto, las percepciones y las respuestas al mundo se convierten en subjetivas. Afortunadamente, a pesar de que somos víctimas de esta fuerza adormecedora de la conciencia material, existe la libre elección que nos permite escoger voluntariamente qué camino tomar y así poder lograr obtener la esquiva y ansiada paz interior.

Este libro pretende despertar la conciencia y aprender a ver que nuestra mente está caída y enredada en los oscuros y magnéticos mundos instintivos, y así de esta forma poder descubrir por *sí mismo* que el psiquismo ha sido *usurpado por* el ego. La mente, al iluminarse, se da cuenta que ha vivido en una dimensión baja en donde casi no existe autoconsciencia, quedando expuesta a que la materia le inyecte energías centrípetas, egotizándola.

Todo lo dicho hasta aquí lo estudiaremos detalladamente más adelante, además usted aprenderá a espiritualizar la materia, haciendo que su psiquismo se llene de conciencia de sí mismo para luego experimentar la Conciencia universal; de esta manera, su mente se descomprimirá y se liberará de las apretadas fuerzas del instinto, elevándose a los planos superiores en donde gozará de la levedad del Ser. Al lograr este maravilloso estado, usted sabrá que ha vivido engañado e hipnotizado por las “astutas” energías instintivas de la materia que le han *impuesto* un argumento de vida ilusorio, egocentrista y falso en su mente. En este momento, tal vez sea difícil comprender esto, pero a medida que usted comience a alimentarse con *energía espiritual* su mente se impregnará de una vibración pura y

autoconsciente que lo contactará con la Conciencia universal.

- El siguiente gráfico nos indica que cuando la mente se alimenta de energía centrípeta e instintiva se convierte en un *ego* cayendo al oscuro, inconsciente e individualista, plano tridimensional.

- Aquí vemos el bajo nivel de conciencia de la humanidad. Mientras la mente esté caída en el instinto y en la materia, no podrá iluminarse.

- Existe una conciencia inteligente de la materia que mantiene adormecida y engañada a toda la humanidad, haciéndole creer que el fin de la vida es vivir abajo, en la tercera dimensión material.

- El ego, cuando se apodera de la mente, la baja y la hace adicta a los planos instintivos materiales tridimensionales.

- usted debe entender que la mente egotizada no soporta la vibración lumínica pura del espíritu. Ella siempre buscará las vibraciones gruesas, bajas e inconscientes.

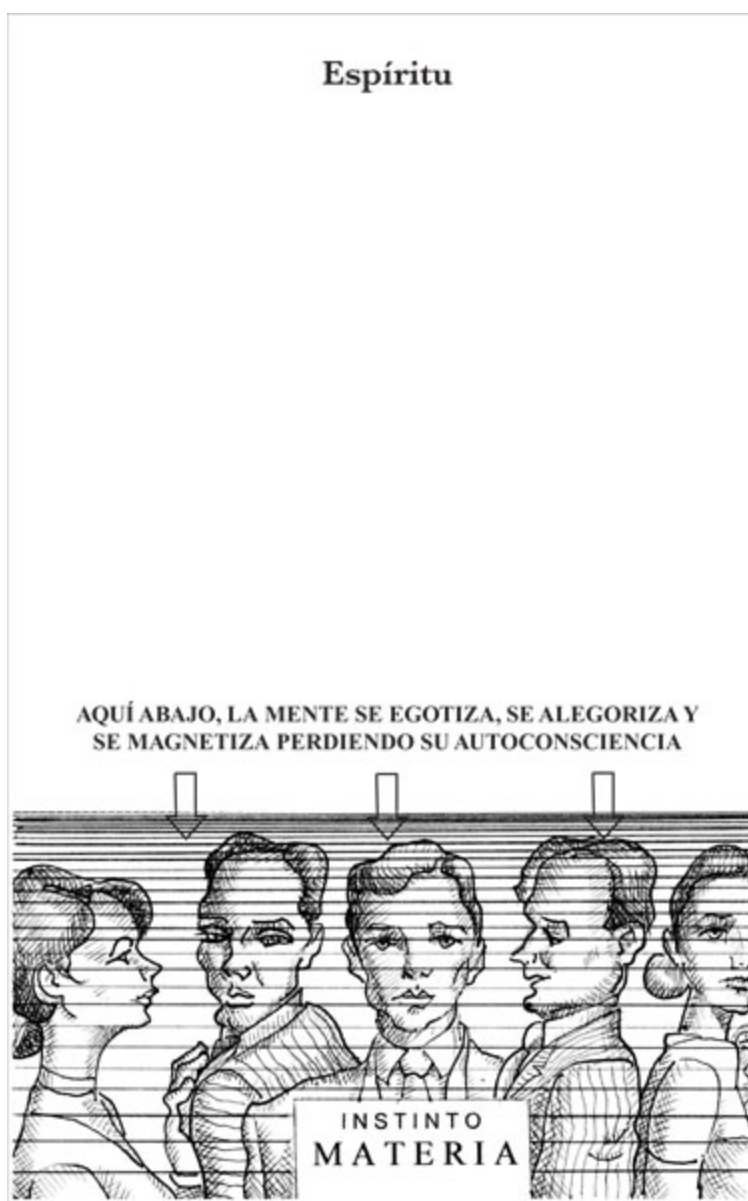
- Lo primero que debe saber una persona es que su conciencia está atrapada en la tridimensión material.

- La conciencia de la materia le crea una subrealidad mental a las personas, manteniéndolas adormecidas en un mundo *ilusorio*.

- La materia impregna a todas las formas físicas de un magnetismo, por eso en esta tercera dimensión está todo *ligado*.

- El ser humano no es consciente de lo manifestado (materia), menos aún es consciente de lo inmanifestado

(espíritu).



Sepa que si usted ha decidido vivir abajo, en el mundo del ego, no podrá saber lo que es el amor universal, ya que la materia sólo conoce las energías ensimismadoras y egóticas que son las que impiden purificar y ampliar la conciencia.

Lo primero que debe hacer un aspirante a la liberación de la conciencia es preguntarse lo siguiente:

- ¿Cuál es el sentido de la vida?
- ¿Qué o quién me *obliga* a levantarme, a moverme y a realizar cosas todos los días?
- ¿Por qué soy esclavo de las pasiones, del comer y del sexo?
- ¿Por qué estoy atado a una infinidad de conexiones magnéticas (ideas, creencias, dogmas, apegos emocionales, supersticiones, fetiches, idolatrías y cosas materiales)?
- ¿Por qué pienso en una dirección, siento en otra y actúo en la contraria?
- ¿Qué fuerza inteligente externa a mí existe que me arrebatara mi identidad, me dirige la vida y me hace vivir mecánicamente inserto en un argumento alegórico llamado *vida terrenal*?
- ¿Qué o quién me impide vivir el aquí y el ahora?
- ¿Por qué amo sólo a unos pocos? ¿Por qué mi amor es tan egoísta?
- ¿Por qué siempre quiero obtener algún tipo de ganancia con los demás?
- ¿Qué es el espíritu, por qué no puedo experimentarlo, quién me lo impide?
- ¿Por qué la mayoría de la humanidad está desconectada de lo divino, quién produce esta desconexión?
- ¿Por qué los seres humanos están incomunicados entre sí, quién provoca esto?

- ¿Por qué los seres humanos vemos la verdad objetiva, *subjetivamente*?

- ¿Qué fuerza externa engaña al ser humano y le impide ver la forma pura?

Para dilucidar estas preguntas es necesario aprender a activar los centros elevados de la conciencia, ya que sólo ellos son capaces de percibir la invisible fuerza que obnubila la mente. Por lo tanto, si logramos desarrollar nuestra percepción veremos que esta tercera dimensión es una pesada frecuencia mental estructurada magnéticamente por una inteligente y astuta conciencia proveniente del instinto, a la cual llamaremos *Conciencia Tridimensional*. Ella es *difícil* de percibir, puesto que se esconde en la propia identidad del ser humano (ego), utilizando una infinidad de recursos para mantener a la mente humana caída y apegada al mundo. La razón fundamental de este libro es despertar la mente para reconocer, desenmascarar y diluir a esta Conciencia Tridimensional que tiene el poder magnético de sugestionar, anestesiar y engañar a las personas, haciéndolas pensar que la finalidad de la vida es creer que este plano material tridimensional es todo lo que existe; de este modo las personas se vuelven robots que buscan ciegamente una felicidad ilusoria y falsa.

Por último, usted debe saber claramente que la Conciencia Tridimensional es una experta engañadora que se aprovecha de la mente adormilada y sin conciencia de sí misma de la gente, hipnotizándola y haciéndola bajarse una estación ficticia, conocida como la *Tercera Dimensión Material*.

- El siguiente gráfico nos muestra que cuando la mente cae en el instinto, las personas pierden su memoria espiritual

quedando desconectadas de los planos altos, conscientes y luminosos.

- A las personas que nacen en esta tridimensión compuesta de fuerzas centrípetas se les desarrolla una mente egótica que las deja desconectadas del espíritu.
- La mente de una persona cae al plano bajo en donde las energías no son conscientes de sí mismas. *La inconsciencia es el hábitat del ego*, éste no puede vivir en una mente autoconsciente.
- La energía que utilizan las personas que no son espirituales *proviene del instinto*. Esta energía es densa, inconsciente y egocéntrica, por eso no puede elevarse al espíritu.
- La Conciencia Tridimensional (inteligencia del ego) *tienta* a las personas con cosas y pasiones; así los apega magnéticamente al mundo.
- La mente al egotizarse se hace adicta a la materia y al instinto.
- La mente caída sólo funciona con los centros bajos, se olvida de los centros espirituales.
- La mente, cuando cae, pierde su discernimiento y se hipnotiza con la banalidad, la superficialidad y la estupidez del mundo.
- El magnetismo del instinto egotiza; la mente a partir de eso la persona deja de ser autoconsciente, quedando afecta a las leyes de dualidad y karma.
- La Conciencia universal (espíritu) es la única capaz de rescatar a la mente caída. Ella diluye la energía centrípeta

del ego.

