

**PAPUS**  
**(Dr. Gérard Encausse)**

## **CÓMO COMBATIR LOS MALEFICIOS**

---

### **II**

#### **Higiene Mental**

El hombre irradia a su alrededor ciertas fuerzas físicas, tales como el calor, la electricidad; irradia además ciertas fuerzas psíquicas, tales como las ondas vitales, generalmente conocidas bajo el nombre de "Magnetismo".

Este hecho ha sido enseñado tres mil años antes de Jesucristo, en Egipto, donde se ve figurar la práctica del manejo de las fuerzas magnéticas, conocidas bajo el nombre de "Sa".

El hombre, antes de irradiar a su alrededor cierta cantidad de fuerzas, las absorbe - no hablamos ahora del lado fisiológico de la cuestión, muy conocido por los médicos, sino del lado o aspecto psíquico que estos últimos no conocen todavía.

Así como un paisaje contemplado en estado de alegría o en estado de dolor y desespero, impresiona de modo muy diferente al espíritu, así mismo la irradiación de las fuerzas psíquicas y su absorción son diferentes, a tenor del estado mental del operador.

Ocurre, por ejemplo, lo que en dos vasos, uno de los cuales contiene veneno y el otro agua potable. Cualquier líquido añadido al veneno quedará envenenado, y todo líquido añadido al agua sana será potable.

Un individuo rencoroso, envidioso, apegado a la cosas terrenales y ahído de odio, es un generador de veneno psíquico; las fuerzas nocivas que cultiva están tanto en él como en las mismas fuerzas; y si se le quiere despojar de acciones psíquicas o de ideas de odio lanzadas contra él, será preciso ante todo limpiar o purificar el invisible de dicho ser, al igual que habría sido

necesario limpiar el vaso conteniendo veneno, antes de poder servirse de él útilmente.

Los pitagóricos practicaban la purificación mental mediante el silencio, acompañado de un régimen físico del que estaba cuidadosamente excluido el astral de los animales.

En nuestros tiempos, hay que pedir a la persona que desea desembarazarse de malas ideas, o de malas influencias psíquicas - si dicha persona no fuera un enfermo cerebral -que se abstenga cuidadosamente, por lo menos durante doce días, de hablar mal de los ausentes, de pensar en ideas de envidia, y de vigilar atentamente el extenso campo de sus pensamientos, del mismo modo que se vigila la leche puesta a hervir en el fuego.

Ahí reside una higiene del mental que exigiría un estudio completamente especial, pero que solamente podemos indicar breve y rápidamente en estas páginas bastante elementales.