

Tabagismo - Como Libertar-se Do Vício

Magaly Sonia Gonsales

Com sua proposta para o auto-conhecimento e a reforma íntima, o Espiritismo torna-se um grande aliado ao viciado que almeja sua libertação.

Vícios, paixões e desatinos humanos normalmente se desenvolvem e fazem morada em nosso corpo carnal quando estamos invigilantes e quando nosso padrão vibratório está tão baixo que nos deixamos dominar por forças do plano astral inferior ou seja, quando perdemos por completo o controle sobre nossos próprios atos e quando não mais conseguimos evitar certas ações e atitudes que até então julgávamos ter sobre nossa vontade. Então, infelizmente, estamos nas malhas do vício. Isso normalmente acontece quando estamos invigilantes e por mantermos um comportamento moral condizente com espíritos do plano inferior e, portanto, ficamos literalmente nas mãos deles. Dessa forma, não mais teremos nenhum controle, nem sobre nosso corpo físico e nem sobre os danos que estamos causando ao nosso perispírito, ao dar vazão aos vícios em geral e desregramentos da vida carnal. Nessa categoria, podemos citar o alcoolismo, o tabagismo, os tóxicos, a alimentação carnívora, o sexo, a maledicência, a avareza, a mentira e tantos outros que nos oprimem, que atentam contra a delicadeza da vestimenta perispiritual que nos envolve e sobre a qual estamos atentando e, muitas vezes, destruindo o que de mais importante nos foi emprestado para que possamos evoluir e alcançar outros planos espirituais que é o nosso corpo físico.

O vício do fumo foi adquirido pelos espanhóis, junto aos índios da América Central, que o encontraram nas

adjacências de Tobacco, província de Yucatán. Um dos primeiros a cultivar o tabaco na Europa foi o Monsenhor Nicot, embaixador da França em Portugal, de onde se derivou o nome de nicotina, dado à principal toxina nele contida. O fumo, pelos danos que ocasiona ao organismo, é, por isso mesmo, perigo para o corpo e para a mente..." - *Examinando a Obsessão*. Os distúrbios provocados nos que se iniciam no vício, tais como tonteiras, vômitos, perturbações bronquiais, são indício do envenenamento que o fumo provoca e da luta que o organismo trava ao se defender para adaptar-se ao mesmo. Uma vez estabelecido o vício, a pessoa se torna vítima do tabagismo, uma doença à qual se entrega, abdicando da própria vontade, incapaz de resistir à vontade de fumar, que se transforma em ação obsessiva simples.

Que a ação do fumo seja ofensiva o demonstram as próprias propagandas que alardeiam a utilização de filtros ou a consecução de cigarros com muito menos nicotina. Mas além desta, ele contém outros venenos como: ácido tânico, omálico, oxálico, amônia e outros que lhe imobilizam outras importantes defesas do organismo. Sua ação se torna muito pior para aqueles que detêm certas insuficiências orgânicas, crescendo-as ainda mais. As mulheres, entretanto, são as mais prejudicadas, por sua natureza mais delicada e sensível, principalmente na gravidez, tornando-as mais propensas aos distúrbios da gestação. Além do mais, são afetadas na própria fertilidade. O fumo "...Hábito vicioso, facilita a interferência de mentes desencarnadas também viciadas, que se ligam em intercâmbio obsessivo simples, a caminho de dolorosas desarmonias..." - *Examinando a Obsessão*.

VÍCIO E VAMPIRISMO

Intercâmbio obsessivo simples, pois não influi no cunho moral do homem, nem o avilta até a degradação completa, como acontece com o vício da embriaguez ou da toxicomania. Mas se a pessoa se entregar em demasia ao hábito, poderá servir de "piteira viva" para desencarnados

também viciados, de natureza inferior que, ao se servirem dele para satisfazer o vício de fumar, poderão influenciá-lo a fumar muito mais e estabelecer com ele uma forma de simbiose prejudicial, inoculando-lhe pensamentos deletérios, de ordem moral inferior, cuja receptividade será tanto maior quanto mais fraquezas a pessoa possa ter. Trata-se, enfim, de más companhias que, por sua influência perniciosa, poderão acarretar deslizes morais perigosos e associações com delinqüentes e viciados.

Mas nem sempre tais influências provocam situações de domínio caracterizáveis. O domínio psíquico tem diversas gradações e a pessoa pode passar uma existência inteira a desviar-se do que se havia proposto antes de reencarnar, sem aperceber se. Ao desencarnar, os vícios se tornam mais dominantes, acarretando momentos de angústia muito cruciantes que impelem a buscar a saciedade no vampirismo dos encarnados "...Infunde pena a angústia dos desencarnados amantes da nicotina..."

O vício do fumo é uma porta aberta para o início das obsessões mais variadas e, embora obsessão simples, pode servir de trampolim a outras de maior gravidade, pela sujeição a espíritos atrasados. O viciado no fumo é mais uma vítima de sua debilidade mental do que mesmo de uma invencível atuação fisiológica, ele esquece-se de si mesmo e, por isso, aumenta progressivamente o uso do cigarro, tentado continuamente pelo desejo insatisfeito, criando então uma segunda natureza que se torna implacável e exigente carrasco.

Os efeitos perniciosos do cigarro transformam-se em enfermidades crônicas que minam as defesas naturais e de proteção do organismo. Uma das mais conhecidas enfermidades crônicas é a célebre "bronquite tabagista" ou a causada por distúrbios próprios da "asma brônquica", com a presença do incômodo pigarro, que é produto da irritação constante causada pelo fumo às mucosas respiratórias. O fumante inveterado vive com a faringe, a laringe, os brônquios, o estômago e intestinos supercarregados de nicotina e de todos os derivados

tóxicos do fumo, obrigando a sua natureza à permanente vigilância, a fim de se poder manter em relativo contato com os fenômenos da vida física exterior.

Portanto, como vimos, o fumo é um dos grandes responsáveis pela falência moral do homem, visto que ele abre brechas para todos os tipos de obsessões.

Assim, para "largar o cigarro" é preciso readquirir o poder da vontade de que se acha escravizado a ele. É na mente do homem que, antes de tudo, deve ser empreendida uma campanha sadia contra o vício. Através de reflexões inteligentes, deve ele se convencer da tolice de se submeter a prejuízos físicos, psíquicos e econômicos, causados pelo cigarro, o charuto ou o cachimbo.

RETOMANDO O CONTROLE

Portanto, a ofensiva não deve ser iniciada contra o objeto do vício, que é o fumo, mas no sentido de recuperar o comando mental perdido. Há que ser retomado novamente o psiquismo diretor dos fenômenos de relação entre a alma e o meio. É preciso que o homem se torne outra vez senhor absoluto dos seus atos, desprezando as sugestões tolas e perniciosas do vício que o domina. É certo que a libertação do vício de fumar seria muito mais difícil se, por afinidade de vícios ou devido a qualquer desregramento moral, a criatura já estiver sendo cercada por entidades de astral inferior, atraída para junto de si. Neste caso, a libertação não só requer o domínio da própria vontade, como ainda a adoção de um modo de vida que provoque o desligamento de outra vontade viciosa e livre, do além-túmulo.

OS EFEITOS DO TABAGISMO

Assim como devasta a vontade e a lucidez, o cigarro ataca e destrói o organismo, criando doenças e provocando disfunções.

Eis apenas alguns de seus efeitos:

Sistema Respiratório

Bronquite, Enfisema, Câncer pulmonar, Angina do peito, Laringite, Tosse, Tuberculose, Traqueíte, Rouquidão.

Sistema Digestivo

Diminui a secreção gástrica, diminui o apetite e dificulta a digestão: úlcera gastroduodenal; quilite (inflamação dos lábios), sialorréia (salivação abundante); hepatite; aumento do ácido úrico, provocando a chamada Gota.

Sistema Circulatório

Arteriosclerose (20 cigarros ou mais por dia); varizes; flebite, isquemia; úlceras varicosas; palpitação; mal de Buerger (trombose); aceleração de doenças coronárias e cardiovasculares.

Sistema Nervoso

Uremia; Mal de Parkinson; vertigens; náuseas; dores de cabeça; nervosismo; opressão.

Assim como o alcoolismo, a falta do fumo para o viciado gera ansiedade, angústia etc.

Desencadeia crises, convulsões e espasmos. É a dependência mental, psíquica e física.

POR QUE FUMAR?

O tabaco era usado na prática de feitiçarias, nas quais os indígenas acreditavam que a fumaça afastava os "maus espíritos". Como defumador, os pajés jogavam folhas secas de tabaco no braseiro, ao mesmo tempo que invocavam os deuses. Os nativos, com o tempo, passaram a fazer um rolo de folhas secas de tabaco fumegantes, aspirando e tragando a fumaça demonstrando visível sensação de prazer.

Hoje o fumo é consumido em larga escala, graças à herança daqueles costumes nativos, porém sob a égide de mentiras comerciais douradas, condutoras à exacerbação do consumo.

COMO PREVENIR

Na família, pelo exemplo. Na sociedade, pela educação, onde sejam demonstrados os males do vício e na religião, pelo respeito devido ao corpo e à vida.

Nosso organismo possui extraordinária capacidade de refazimento e de recuperação. Estima-se, contudo, que a eliminação dos agentes nocivos do fumo no corpo humano processa-se em período de tempo igual à duração do vício. Por exemplo: quem fuma há 10 anos, se deixar o vício, levará aproximadamente outros 10 anos para extirpar completamente do seu corpo os sintomas negativos do fumo.

COMO DEIXAR DE FUMAR

A melhor maneira é fazê-lo de uma só vez, com extraordinária força de vontade. Pegue seu maço de cigarros e jogue-o no lixo. É melhor passar alguns dias de angústia, mas reprimir definitivamente o desejo de fumar do que prolongar essa agonia indefinidamente até que um câncer pulmonar ou laríngeo faça-o por você.

COMO O ESPIRITISMO VÊ O TABAGISMO

Como uma infeliz criação humana, dentre tantas... Por ser gerador de doenças e dependência (viciação), promove graves distorções no corpo e no caráter, refletindo-se em danos impressos no perispírito. E isso representará sofrimento em vidas futuras, se não já a partir desta. O fumante, após desencarnar, certamente irá ressentir-se da falta do fumo. Buscará desesperadamente satisfazer o vício, só o conseguindo, tal como no processo de vampirismo, ou seja, como o homem nunca está só, física ou espiritualmente; fixado no vício, terá permanentemente

companhia de encarnados e desencarnados sintonizados com ele. Por outro lado, o Espiritismo oferece inestimável apoio ao viciado que queira libertar-se, através da "Evangelho-terapia", o tratamento pelo Evangelho, a cura do espírito.

Sim, cuidando do corpo, cuida-se de uma fração episódica da existência do indivíduo, porém, cuidando-se do espírito, cuida-se da erradicação do mal, construindo-se uma obra para a eternidade!

Cada tendência negativa superada - entre as quais o alcoolismo - representará mais um degrau alcançado na escada do progresso espiritual.

Nesse particular, o espiritismo representa poderoso estímulo à cura, pela **reforma íntima** do indivíduo, pois o levará à reflexão e ao conhecimento das conseqüências infelizes do tabagismo e alcoolismo em futuras reencarnações. A ótica reencarnacionista, calcada na lógica, no bom senso e principalmente na Justiça Divina, levará o homem a não assumir dívidas hoje para resgate nas próximas vidas e nem a jogar espinhos na frente do seu caminho...

Tratamento para tabagismo na Federação Espírita de São Paulo

terças 14h e 19h30 sábados 16h

Rua Maria Paula, 140, Centro - Telefone: (11) 3115-5544

Referências:

- CURTI, Rino - "Espiritismo e Obsessão"
- KUHL, Eurípedes - "Tóxicos - Duas Viagens"

O livro "Malefícios do Fumo" é uma contribuição inestimável a todos aqueles que desejam abandonar um vício que tanto mal traz às pessoas.

(Extraído da Revista Cristã de Espiritismo, nº 07)

Fim.