



As dores da alma

Escola de Evangelização de Pacientes Grupo Espírita Guillon Ribeiro



"As crenças de toda espécie começaram geralmente através das histórias e dos costumes criados por alguém. Com o passar dos séculos, entretanto, tomaram-se regras éticas. Crença é a ação de acreditar naquilo que convencionamos adotar como verdade. Evidentemente, algumas são verdadeiras; outras não.



[...] Precisamos revisar nossas concepções sobre os vícios."



"O viciado é aquele que perde o comando da mente."

(ADÉSIO A. MACHADO. *Reformador*, Abril de 2002)



Quem são os viciados?



"Não podemos entendê-los como uma problemática que abrange, exclusivamente, delinquentes e vadios. Em verdade, viciados são todos aqueles que se enfraqueceram diante da vida e se refugiaram na dependência de **pessoas** ou **substâncias**."





"A invigilância moral que nasce e se estrutura na ignorância humana, com relação ao conhecimento da vida espiritual, tem dizimado milhões de criaturas através dos tempos, e o pior é que continuará sua marcha lúgubre."

(ADÉSIO A. MACHADO. *Reformador*, Abril de 2002)



"O vício pode ser um "erro de cálculo" na procura de paz e serenidade, porque todos queremos ser felizes e ninguém, conscientemente, busca de propósito viver com desprazer, aflição e infelicidade."





Alcoolismo Gula

Drogas Maledicência

Tabagismo Mentira

Bulimia Queixa

"O vício aparece constantemente onde há uma inadaptação à vida social. Por incrível que pareça, o viciado é um "conservador", pois não quer correr o risco de se lançar à vida, tomando-se, desse modo, um comodista por medo do mundo que, segundo ele, o ameaça. [...]

Os vícios ou hábitos destrutivos são, em síntese, métodos defensivos que as pessoas assumiram nesta existência, ou mesmo os trazem de outras encarnações, como uma forma inadequada de promover segurança e proteção."



"Nosso modo de ser no mundo está sendo moldado por nossas atitudes interiores; aliás, estamos, diariamente, aprendendo como desenvolver atitudes cada vez mais adequadas e coerentes em favor de nós mesmos.

Hábitos preferidos se formam através do tempo e se sedimentam com repetir manobras mentais. O que funcionou muito bem em situações importantes de nossa vida, mantendo nossa ansiedade controlada e sob domínio, provavelmente será reproduzido em outras ocasiões. Por exemplo: se na fase infantil descobrimos que, "quando chorávamos, logo em seguida mamávamos", essa atitude mental poderá ser perpetuada através de um hábito inconsciente que julgamos irresistível.

A estratégia psíquica passa a ser: "quando tenho um problema, preciso comer algo para resolvê-lo". O que a princípio foi uma descoberta compensadora e benéfica mais tarde pode ser um mecanismo desnecessário, tomando-se um impulso neurótico e desagradável em nosso dia-a-dia."



"Que espera o homem desencarnado, diretamente, nos seus primeiros tempos da vida de além-túmulo?

 [...] O homem desencarnado procura ansiosamente, no Espaço, as aglomerações afins com o seu pensamento, de modo a continuar o mesmo gênero de vida abandonado na Terra, mas, tratando-se de criaturas apaixonadas e viciosas, a sua mente reencontrará as obsessões de materialidade, quais as do dinheiro, do álcool, etc., obsessões que se tornam o seu martírio moral de cada hora, nas esferas mais próximas da Terra."

(EMMANUEL. O Consolador, perg. 148)



"Esteira de reflexos mentais acumulados, operando constante indução à rotina. (...)

Não será lícito desprezar a rotina construtiva, contudo, a evolução impõe a instituição de novos costumes, a fim de que nos desvencilhemos das fórmulas inferiores, em marcha para ciclos mais altos da existência."

(EMMANUEL. *Pensamento e vida*, cap. 14)

Não espere resultados diferentes se os seus hábitos permanecem os mesmos!



"A ociosidade pode ser considerada, ao mesmo tempo, "causa e efeito" de todos os vícios."





"[...] devemos perguntar a nós mesmos:

- Como organizamos nossa personalidade?
- Como eram as crenças dos adultos com os quais convivemos na infância?
- Que tipo de atos permitimos ou proibimos entrar nesse processo?
- Quais as linhas de conduta que nos foram fechadas, ou quais os modelos de vida que priorizamos em nossa organização mental?"

Como lidar com as viciações?

"Somente aí, avaliando demoradamente os antecedentes de nossa vida, é que estaremos promovendo uma autoanálise proveitosa, para identificarmos nossos padrões de pensamentos deficitários, diferenciando aqueles que nos são úteis daqueles que não nos servem mais. Dessa forma, libertamo-nos das compulsões desgastantes e dos hábitos infelizes."

