



Ney Vernon Vugman*

* Doutor em Ciências (Física). Professor Titular do Instituto de Física da UFRJ. Pesquisador da Consciência.
nvugman@meuprovedor.com.br

Palavras-chave

Evolução Consciencial
Imobilidade Física Vígil
Síndrome da Vontade Débil

Keywords

Consciential Evolution
Waking Physical Immobility
Weak Will Syndrome

Palabras-clave

Evolución Conciencial
Inmovilidad Física Vígil
Síndrome de la Voluntad Débil

Imobilidade Física Vígil e a Síndrome da Vontade Débil

Waking Physical Immobility and the Weak Will Syndrome
Inmovilidad Física Vígil y el Síndrome de la Voluntad Débil

Resumo:

Mostra-se neste trabalho, a partir de uma experiência pessoal relatada em detalhes, que a Técnica da Imobilidade Física Vígil é um valioso método para combater a Síndrome da Vontade Débil, comumente encontrada nas consciências intrafísicas de nível evolutivo pré-serenão vulgar.

Abstract:

Starting from a personal experimentation described in detail, this work shows that the Waking Physical Immobility Technique is a valuable method to overcome the Weak Will Syndrome, usually found in intraphysical consciousnesses of common preserenissimus level.

Resumen:

A partir de una experiencia personal relatada en detalles, se muestra en este trabajo que la Técnica de la Inmovilidad Física Vígil es un valioso método para combatir el Síndrome de la Voluntad Débil, comúnmente encontrado en las consciencias intrafísicas de nivel evolutivo pré-sereno vulgar.

INTRODUÇÃO

A *vontade* é um dos mais importantes atributos da consciência. Quando enfraquecida, leva a situações de dificuldade frente à evolução consciencial. O enfraquecimento da *vontade* denomina-se Síndrome da Vontade Débil (SVD). A SVD é comumente encontrada nas consciências intrafísicas (conscins) de nível evolutivo pré-serenão vulgar. Em princípio, toda conscin a experimenta em graus diversos. Em trabalho anterior (VUGMAN, 1999) este autor propôs que grande parte da programação existencial do portador da SVD está ligada ao trabalho de redescobrir a importância do amor próprio para poder concretizar o maxifraternismo e sugeriu técnicas para vencer a SVD, entre elas a prática diária da Tenepes, a técnica da auto-sugestão consciente para fortalecer o amor próprio e a técnica do acolhimento psicossomático (exercício do para-abraço) para proceder à reintegração holossomática. A sugestão dessas técnicas foi conseqüência de experimentação bem sucedida realizada pelo autor e por outras conscins.

Neste artigo, será feita a correlação da SVD com a Técnica da Imobilidade Física Vígil – TIFV, proposta em 1997 (VIEIRA, 1997). A primeira publicação sobre o emprego dessa técnica, no universo do levantamento realizado para a elaboração deste artigo, ocorreu neste ano (PEDROSO, 1997). Mais tarde, a TIFV apareceu correlacionada ao restringimento intrafísico (FERNANDES; MACHADO, 1998), à projeção de consciência contínua (PASSINI, 1998) e ao processo de discernimento e lucidez (SANTOS, 1999). O primeiro relato em revista de circulação internacional surgiu dois anos após a proposição da técnica (BONASSI, 1999). Um interessante estudo de casos, realizado em maratona conscienciológica, foi relatado em 2000 (MUSSKOPF, 2000). Neste mesmo ano, o assunto também foi investigado pelos reciclantes existenciais (PEREIRA, 2000).

O INÍCIO DA EXPERIÊNCIA

A experiência foi realizada no CEAEC, Centro de Altos Estudos da Conscienciologia, em 25 de dezembro de 2002, com início às 17 h e término às 20 h 30 min.

Quando cheguei ao Laboratório da Imobilidade Física Vígil, o suor escorria pelo corpo, consequência do forte calor de Foz de Iguaçu e da ansiedade mal contida proporcionada pela expectativa de passar 3 horas (10.800 segundos) imóvel e, mais importante, vígil (sem descoincidências maiores que as habituais). Adentrei o laboratório e liguei o condicionador de ar. Examinei o ambiente, tentando fazer uma leitura energética. Percebi que estava energeticamente equilibrado.

Dirigi-me à mesinha do laboratório e iniciei a leitura do farto material disponível. Procurava pelas instruções de como acomodar os travesseiros na poltrona para melhor enfrentar aquele desafio. Após alguns minutos optei por examinar o *folder* com a figura do propositor da TIFV na poltrona e decidi experimentar alguns arranjos com os sete travesseiros disponíveis para verificar qual o mais apropriado para mim. Não foi fácil compor a poltrona, de excelente qualidade. Após algum trabalho, registrei mentalmente a posição otimizada dos travesseiros, levantei-me e programei o relógio para despertar dentro de 3 horas. Acomodei-me novamente, comecei a relaxar bio-psicologicamente e a mobilizar energia consciencial, e instalei o Estado Vibracional.

Os primeiros momentos transcorreram bem. Depois do trigésimo segundo, entretanto, comecei a sentir crescente inquietação. Notei que a experiência havia começado de fato. Eu estava fortemente decidido a concluí-la. Relaxei e resolvi enfrentar a batalha. A inquietação cedia sempre que eu exercia a vontade firme.

A cortina branca à frente teimava em desfazer-se e a comportar-se como tela de cinema. Personagens saltavam e convidavam-me a viagens as quais sabia que iriam me tirar da condição de vigília, comprometendo a experiência. Esforcei-me para exercer minha vontade e não ceder à descoincidência, mecanismo de fuga nessa situação.

De repente, surgiu uma *cocairinha* aguda na narina esquerda. Se não estivesse com a atenção concentrada, teria coçado. Notei como o domínio do corpo físico, objetivo principal dessa experiência, é importante para vencer o auto-assédio.

Com o passar do tempo, meus olhos semicerrados pediam lubrificação e eu eventualmente piscava. Se for imprescindível piscar, é preciso fazê-lo com concentração, sob comando, para minimizar o efeito dessa ação no exercício da imobilidade.

A LUTA DA VONTADE INQUEBRANTÁVEL

Longo tempo havia se passado (o relógio estava fora do campo visual) quando notei que o travesseiro no qual apoiava a cabeça havia descido o suficiente para provocar incômodo na nuca, ponto de fragilidade para mim. Começou, então, a maior das batalhas desse experimento. Por várias vezes, desejei ouvir o despertador e perguntei-me se conseguiria concluir a Técnica da Imobilidade Física Vígil (afinal, que diferença faria?); por outro lado, vinha à mente intensa vontade de não fracassar.

Começava o grande exercício da vontade inquebrantável. Já não sentia as pernas e os braços, exceto o calor nos pés. Para superar a dor no pescoço, relaxava os músculos do tórax e da cabeça, restabelecendo a respiração abdominal típica dos estados de relaxamento. Por vezes, contraía internamente o pescoço, percebia as vértebras estalarem e sentia bem-estar.

O ataque seguinte foi à lucidez. Por vezes, cerrava os olhos e escutava um ronco forte, sinal natural de alarme que me colocava lúcido imediatamente. O braço direito parecia estar escorregando da almofada e o esquerdo queria levantar-se, em um processo que gentilmente tive que controlar.

Assim, eu prosseguia. Perdi a noção do tempo. Horas pareciam ter-se passado, pois a claridade do Sol não mais entrava pelas fendas da cortina do laboratório. Eu estava bem.

O despertador surpreendeu-me quando tocou. Um grande sorriso apoderou-se de mim e percebi com clareza que as grandes vitórias são aquelas obtidas sobre nós mesmos. As maiores batalhas, aquelas de significado evolutivo, são as conscienciais.

A etapa final consistiu na tarefa difícil de levantar-me da poltrona. O corpo físico, imobilizado por tanto tempo, recusava-se a mover-se, talvez num desejo contra-inteligente de continuar a experiência por mais algumas horas. Foi neste momento que percebi a importância do tempo bem determinado para a Técnica da Imobilidade Física Vígil: 3 horas, nem menos, nem mais. Continuar por mais tempo seria ceder ao auto-assédio, que mesmo dominado não desaparece. Aliás, sem ele não teríamos muitas das batalhas tão necessárias à evolução consciencial.

Finalizei a experiência movendo lentamente as mãos, os braços, os pés, as pernas e o resto do corpo, ainda na poltrona. Antes de levantar-me, investiguei qual seria a melhor posição para futuros experimentos e concluí que as mãos deveriam estar simétricas, colocadas um pouco para dentro da poltrona, em direção às coxas, para evitar que tendam a cair. Um oitavo travesseiro, pequeno, colocado na cabeça, teria sido muito útil.

Teria sido necessário mais tempo no laboratório para escrever o relato. Felizmente, não se esquece uma vivência tão profunda e laboriosa. Os detalhes, tão vívidos, provavelmente farão parte da holomemória sob a forma de sabedoria (VUGMAN, 2001).

CONCLUSÕES

A decisão lúcida de enfrentar as batalhas conscienciais é por si só *meio caminho andado*, sendo o ponto de partida para o exercício da vontade firme. Em termos do tempo despendido no processo global de auto-enfrentamento, essa fase representa, entretanto, apenas pequena fração. É preciso investimento energético consciente, muitas vezes penoso, como o descrito nesta experiência, para aproximar-se da vitória.

A Técnica da Imobilidade Física Vígil revelou-se um excelente método para o aprimoramento da vontade inquebrantável, sendo, portanto, especialmente recomendável aos portadores da Síndrome da Vontade Débil, tão presente no estágio do pré-serenão vulgar.

REFERÊNCIAS

- BONASSI, João. Three hours of physical immobility. **Journal of Conscientiology**, Miami, v.1, n. 3, p. 255-265, janeiro 1999.
- FERNANDES, I.; MACHADO, D. I. Restringimento intrafísico e a técnica da imobilidade física vígil. **Conscientia**, Foz do Iguaçu, v. 2, n. 3, p. 135-139, julho / setembro 1998.
- MUSSKOPF, Tony. Study on the technique of waking physical immobility through a conscientiological marathon. **Journal of Conscientiology**, Miami, v. 3, n. 9, p. 3-28, julho 2000.
- PASSINI, M. A. Projeção de consciência contínua (laboratório da imobilidade física vígil – CEAEC). **Conscientia**, Foz do Iguaçu, v. 2, n. 3, p. 125, julho / setembro 1998.
- PEDROSO, Ruy. Técnica da imobilidade física vígil. **Jornal da Invéxis**, São Paulo, ano III, n. 5, p. 8-9, julho 1997.
- PEREIRA, Jayme. Imobilidade física vígil. **Recéxis: renovação consciencial**, São Paulo, ano IV, n. 3, p. 29-34, março 2000.
- SANTOS, D. M. Discernimento: uma etapa para a lucidez (laboratório de imobilidade física vígil – CEAEC). **Conscientia**, Foz do Iguaçu, v. 3, n. 2, p. 88-89, abril / junho 1999.
- VIEIRA, Waldo. **200 teáticas da conscienciologia**. Rio de Janeiro: IIPC, 1997. p. 30 e 122.
- VUGMAN, Ney Vernon. The weak will syndrome, **Journal of Conscientiology**, Miami, v. 2, n. 6, p. 93 - 99, outubro 1999.
- VUGMAN, Ney Vernon. Información y sabiduría. **Journal of Conscientiology**, Miami, v. 3, n. 11, p. 217 - 224, janeiro 2001.

