

**Artigo Original**

# Repercussões Holossomáticas da Imobilidade Física Vígil

Holo-Somatic Repercussions of the Vigil Physical Immobility

Repercusiones Holosomáticas de la Imobilidad Física Vígil

**Pedro Borges\***

\* Graduado em Música. Acadêmico de Psicologia. Voluntário da Associação Internacional de Inversão Existencial (ASSINVÉXIS) e do Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC).

*pedrogborges@gmail.com*

## Palavras-chave

Autopesquisa experimental  
Holossoma  
Paratecnologia

## Keywords

Experimental self-research  
Holosoma  
Paratecnology

## Palabras-clave

Autoinvestigación experimental  
Holosoma  
Paratecnología

## Resumo:

O presente trabalho objetiva mensurar as repercussões holossomáticas resultantes da aplicação, por dez vezes, da técnica da imobilidade física vígil (IFV). A metodologia utilizada foi a autoexperimentação segundo os procedimentos técnicos propostos por Vieira (1997, p. 122), sistematizada por meio de um formulário de registro apresentado no Apêndice. Na seção resultados são expostos sensações, facilitadores, dificuldades e benefícios percebidos em decorrência dos experimentos, além dos percentuais de completismo de acordo com a duração dos mesmos. Conclui-se que a IFV pode produzir repercussões homeostáticas em todo o holossoma e desenvolver o atributo consciencial da vontade inquebrantável.

## Abstract:

The present work aims to measure the holo-somatic repercussions resulting from the ten times application, of the vigil physical immobility technique (VPI). The used methodology was of the self-experimentation according to the technical procedures proposed by Vieira (1997, p. 122), systematized through a registration form presented in the Appendix. In the Results section there are exposed sensations, facilitators, difficulties and benefits perceived due to the experiments, besides the percentile of completion in agreement with the duration of the same. It is concluded that VPI can produce homeostatic repercussions in the whole holosoma and develops the consciencial attribute of the unbreakable will.

## Resumen:

El presente trabajo objetiva mensurar las repercusiones holosomáticas resultantes de la aplicación, durante diez veces, de la técnica de la inmovilidad física vígil (IFV). La metodología utilizada fue la autoexperimentación según los procedimientos técnicos propuestos por Vieira (1997, p. 122), sistematizada por medio de un formulario de registro presentado en el Apéndice. En la sección Resultados son expuestas sensaciones, facilitadores, dificultades y beneficios percibidos en el transcurrir de los experimentos, además de los porcentuales de completismo de acuerdo con la duración de los mismos. Se concluye que la IFV puede producir repercusiones homeostáticas en todo el holosoma y desarrollar el atributo consciencial de la voluntad inquebrantable.

Artigo recebido em: 10.01.2014.

Aprovado para publicação em: 22.01.2014

---

## INTRODUÇÃO

**Paratecnologias.** A aplicação contínua de paratecnologias, programada pela consciin interessada em promover recins necessárias para execução da proéxis, gera efeitos de amadurecimento holossomático decorrentes da superação teática de traços limitantes da manifestação pessoal.

**Objetivo.** O objetivo é apresentar autopesquisa realizada, na qual o autor almejou avaliar as repercussões holossomáticas advindas da aplicação planejada da técnica da imobilidade física vígil (IFV).

**Hipóteses.** A principal hipótese é de que tal autoexperimentação se correlaciona à ampliação da homeostase holossomática devido à aquisição de maior domínio da psicomotricidade somática e ao equilíbrio dos processos pessoais de expectativa e ansiedade.

**Justificativa.** Justifica-se a realização do trabalho pela percepção pessoal, derivada da análise do labcon e respectivo planejamento de vida do autor, de que a condição do assentamento das manifestações psicomotrizas do corpo físico se trata do primeiro passo essencial para maior desenvoltura holossomática, preparando a consciin para o posterior exercício da tenepes e domínio volitivo da projeção consciencial lúcida.

**Metodologia.** O método utilizado foi a autoexperimentação da imobilidade física vígil, concretizando um total de dez experimentos, aos domingos pela manhã, em datas não sequenciais entre os meses de abril e setembro de 2012.

**Sistemática.** Para aplicação da técnica, utilizou-se uma poltrona reclinável com acabamento em corino e quatro traveseiros para apoio da coluna, braços e pescoço. O local escolhido foi o quarto do pesquisador. Para aferir os aspectos relativos ao objetivo deste estudo, foi desenvolvido um relatório padrão para registro dos experimentos (vide Apêndice).

**Especialidades.** Por se tratar de autopesquisa experimental, com foco no veículo somático e no desenvolvimento de atributos conscienciais atinente à aplicação de paratecnologias específicas, as especialidades relacionadas a este artigo são a Experimentologia, a Holomaturologia, a Paratecnologia e a Somática.

**Estrutura.** O presente trabalho está dividido na seguinte estrutura: introdução, contendo as informações do projeto de autopesquisa tais como objetivo, justificativa, metodologia e especialidades relacionadas; desenvolvimento, consistindo na descrição, resultados e discussão da técnica; e considerações finais, sintetizando os principais aspectos trabalhados pelo autor no experimento.

## I. DESCRIÇÃO

**Definição.** A *imobilidade física vígil* (IFV) é a paratecnologia consciencial através da qual a consciin, homem ou mulher, mantém o corpo biológico imóvel, sentado em poltrona confortável na condição de vigília física ordinária por três horas consecutivas, objetivando o domínio da psicomotricidade, a diminuição da ansiedade e a obtenção de maior retilineariedade pensênica.

**Sinonímia:** 1. Ausência de movimento somático consecutivo. 2. Estacionamento psicomotriz. 3. Apaziguamento cerebelar. 4. Aquietamento autodeterminado técnico. 5. Assossegamento físico.

---

**Antonímia:** 1. Inquietação incontrolável frequente. 2. Autopredominância do sistema nervoso autônomo. 3. Agitação somático. 4. Movimentação corporal inconsciente. 5. Tique nervoso.

**Procedimentos.** De acordo com o propositor da técnica (VIEIRA, 1997, p. 122), a imobilidade física vígil consiste em permanecer imóvel por três horas, utilizando os nove procedimentos listados a seguir na ordem funcional lógica, conforme a ocorrência:

1. **Data e Hora.** Escolher um dia em que esteja disponível, por exemplo, domingo pela manhã.
2. **Roupas.** Vestir roupas folgadas.
3. **Local.** Fechar-se em um quarto isolado e limpo.
4. **Aparelhos.** Desligar todos os aparelhos e contatos que tenha com a vida exterior.
5. **Objetos.** Afastar os objetos que possam chamar a atenção.
6. **Luminosidade.** Promover a diminuição da luminosidade ou o *lusco-fusco* do ambiente.
7. **Poltrona.** Sentar-se em poltrona confortável, com os braços e o pescoço apoiados.
8. **Parede.** Olhar para uma parede lisa, sem papel com efeitos estereogramáticos.
9. **Posição.** Manter as pálpebras descerradas, e sem piscar nem engolir, o máximo possível.

**Cronêmica.** Pode-se utilizar um despertador, à distância e não visível ao experimentador, desde que o mesmo não possua *tique-taque*, para marcar a duração total e finalização do experimento. Para esta pesquisa optou-se, devido à praticidade, pela utilização de um contador regressivo digital presente em aparelho celular, retirando o *chip* do mesmo para não interferir durante a aplicação da técnica.

**Proxêmica.** O local para realização do experimento deve ser um cômodo silencioso e bem arejado, se possível com uma parede branca na qual o experimentador possa fixar sua atenção. No caso da aplicação da técnica em casa, o pesquisador também necessita certificar-se com outros membros do recinto de que não será interrompido durante o período estipulado. É importante também a realização da assepsia energética, equilibrando o holossomense do ambiente energeticamente blindado contra possíveis interferências de assediadores extrafísicos.

**Immobilitarium.** Atualmente existem quatro laboratórios especificamente otimizados para aplicação da técnica da imobilidade física vígil (Ano-base: 2014), nos *campi* localizados nas quatro seguintes cidades, e administrados pelas respectivas instituições conscienciocêntricas, listadas em ordem alfabética de acordo com a localização geográfica:

1. **Domingos Martins, Espírito Santo, Brasil:** Associação Internacional para Evolução da Consciência (ARACÊ).
2. **Évoramonte, Estremoz, Portugal:** International Academy of Consciousness (IAC).
3. **Foz do Iguaçu, Paraná, Brasil:** Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC).
4. **Saquarema, Rio de Janeiro, Brasil:** Instituto Internacional de Projeziologia e Conscienciologia (IIPC).

**Registro.** Objetivando facilitar o registro das percepções durante o experimento, este pesquisador criou um formulário para preenchimento antes e depois da aplicação da IFV (vide Apêndice). Nele, objetiva-se identificar as condições holossomáticas anteriores e posteriores à aplicação da técnica, além das percepções

durante o experimento. Eis exemplos de aspectos a serem considerados para análise de cada veículo de manifestação da consciência, listados de acordo com o critério funcional dos veículos:

1. **Soma:** tremores, mioclonias, respiração, vascularização, temperatura, cansaço, sonolência, fome, sede, sexualidade, salivação, digestão, dores, odores, piscadelas.
2. **Energossoma:** bloqueios chacrais, soltura energética, ativações energossomáticas, sinaléticas parapsíquicas, fluxos de energia.
3. **Psicossoma:** ansiedade, impaciência, frustração, tristeza, alegria, medo, raiva, acalmia.
4. **Mentalsoma:** associação de ideias, concentração, memória, reilineariedade pensênica, criatividade.

**Objetivo.** O experimento da IFV objetiva a ausência de movimento em um dos veículos de manifestação da consciência, o soma. Porém, pode-se trabalhar com as energias, movimentando o energossoma; vivenciar uma projeção de consciência contínua, por meio do psicossoma; refletir sobre ideias prioritárias, pelo mentalsoma; ou mesmo, pode-se dar preferência por literalmente não fazer nada por três horas seguidas, constituindo verdadeiro *acid test* para aqueles com temperamento agitado.

**Tema.** No caso desta pesquisa, o autor selecionou, por meio de sorteio, temas para autorreflexão relacionados às inversões conscienciais, dentre elas a inversão existencial, técnica aplicada pela conscin objetivando a maturidade, assistência, parapsiquismo e evolução desde a juventude. Em alguns casos, optou-se também por praticar intensamente a técnica da OLVE – Oscilação Longitudinal Voluntária das Energias, visando atingir e melhorar a condição do EV – Estado Vibracional.

**Análise.** Os resultados elencados a seguir foram compilados por meio da análise dos dados assinalados na folha de registro proposta neste artigo.

## II. RESULTADOS

**Sensações.** Durante o experimento, quatro sensações positivas foram percebidas, relacionadas por ordem alfabética na seguinte listagem:

1. **Insights.** Reflexões e inspirações resolutivas de assuntos cotidianos pendentes.
2. **Paraperceptibilidade.** Sinaléticas energéticas pessoais, percepção de dimener de coloração roxa, instalação do EV, ativação do frontochakra, clarividência de consciexes.
3. **Pensenidade.** Padrão pensênico homeostático de altíssimo nível.
4. **Satisfação.** Contentamento por estar realizando o experimento e, posteriormente, por tê-lo concluído com sucesso.

**Facilitadores.** O autor listou também, em ordem alfabética, quatro itens para atingir melhores resultados durante a IFV:

1. **Autorreflexão.** Definição, anterior ao experimento, de um tema homeostático para autorreflexão.
2. **Avisos.** Prevenir, através de avisos, possíveis interrupções no experimento geradas por outros membros da casa.

3. **Necessidades.** Estar com as necessidades fisiológicas atendidas, como carga horária de sono, alimentação e carências afetivo-sexuais.

4. **Paratecnologias.** Aplicação conjunta de outras paratecnologias, a exemplo da técnica das *50 vezes mais* aliada a OLVE, visando o EV.

**Dificuldades.** Durante o experimento, sete intercorrências se tornaram dificuldades para aplicação bem sucedida da técnica:

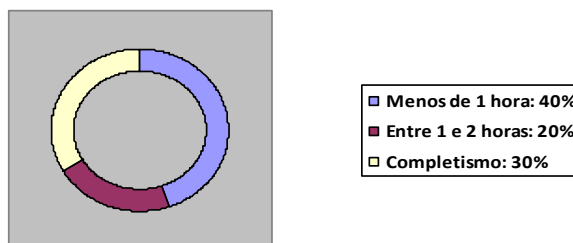
1. **Abafamento.** Falta de ar, gerando dificuldade na respiração.
2. **Acomodação.** Dores no ombro e no pescoço devido à má acomodação na poltrona.
3. **Calor.** Aumento da temperatura corporal.
4. **Cefaleia.** Dores de cabeça repentinas.
5. **Chacras.** Pressão no umbilicochakra e no cardiochakra, acompanhada por forte necessidade de movimento.
6. **Mioclônias.** Espasmos musculares derivados da falta de domínio somático.
7. **Saliva.** Engasgar com a própria saliva por tentar retê-la.

**Benefícios.** Foram notadas pelo menos sete repercussões holossomáticas benéficas após a aplicação da IFV, listadas em ordem alfabética:

1. **Ansiolítico.** Atuação como tranquilizante holossomático, propiciando acalmia às emoções do psicossoma.
2. **Lucidez.** Aumento no nível geral de lucidez pela aquisição de maior retilinearidade pensênica predominantemente mentalsomática.
3. **Parapsiquismo.** Predisposição maior para percepções energoparapsíquicas.
4. **Projeção.** Preparo somático para aplicação de técnicas projetivas.
5. **Psicomotricidade.** Melhoria no domínio do sistema nervoso autônomo (cerebelo).
6. **Soma.** Ampliação da autopercepção somática.
7. **Vontade.** Desenvolvimento do atributo mentalsomático da vontade inquebrantável.

**Percentuais.** Em termos gráficos e percentuais, de acordo com o tempo de aplicação da técnica, foram obtidos os resultados expostos na figura 1.

**Figura 1.** Resultados percentuais do alcance de imobilidade durante a realização da IFV.



### III. DISCUSSÃO

**Psicomotricidade.** Apesar de considerar-se, em relação à média, uma pessoa concentrada, este autor sentia dificuldade em manter a pensividade sem devaneios e o próprio soma em estado de aquietamento. A hipótese é que tal condição deriva do fato de ter trabalhado por dez anos com a psicomotricidade em função de performances musicais artísticas. Resolveu, portanto, praticar a imobilidade física vígil com foco na recin deste aspecto, visando qualificar-se assistencialmente na utilização de seus atributos para finalidades mentaissomáticas e parapsíquicas.

**Ansiolítico.** Mediante as repercussões holossomáticas listadas, a imobilidade física vígil mostrou-se como potente ansiolítico para a vida cotidiana, auxiliando visivelmente na diminuição da ansiedade logo após a sua aplicação e nas semanas posteriores aos experimentos. Além disso, facultou a reflexão sobre temas prioritários do momento evolutivo, como também a melhoria do padrão de manifestação menos ansioso e com mais autoconsciência somática.

**Jovem.** Vieira (1997, p. 122) afirma que a pessoa, quando mais jovem, em função das energias conscienciais, tem mais dificuldade para conservar essa posição de imobilidade fisiológica, e ficar fixada, sem ser vítima de atenção saltuária, própria da criança e do porão consciencial.

**Aprendizado.** O autor do presente artigo, na época com idade entre 23 e 24 anos, em fase de superação do porão consciencial, possuía muita energia para realizar diversas atividades simultaneamente: trabalho, faculdade, namoro, voluntariado, docência e escrita. Percebeu-se a importância de maior equilíbrio entre as atividades pessoais e melhor aproveitamento das próprias energias conscienciais, ao eliminar os movimentos somáticos inconscientes buscando entrar em estado de maior acalmia consciencial, diminuindo as próprias expectativas e aprendendo realmente a *dar tempo ao tempo*.

**Paratecnologias.** A aplicação da IFV, em conjunto com outras paratecnologias, como a OLVE e a técnica das *50 vezes mais*, predispõe uma condição ímpar de autodesassédio ao aproximar a consciência dela mesma, possibilitando atingir novos patamares pensênicos de referência devido à intensificação das próprias energias conscienciais (ECs).

**Parapsiquismo.** A condição de imobilidade somática faculty à conscin uma melhor predisposição para as práticas parapsíquicas, devido em grande parte as mesmas envolverem um estado de maior relaxamento somático e concentração mental. O experimento da IFV, ao ser realizado de frente para um espelho, possibilita inclusive a visualização da dimener e de consciexes, por meio da clarividência.

**Ganhos.** A técnica da imobilidade física vígil também se mostra com grande potencial evolutivo ao proporcionar o desenvolvimento do principal poder consciencial: a vontade, podendo auxiliar na superação da síndrome da vontade débil que aflige os pré-serenões vulgares (VUGMAN, 2004, p. 238). Paralelo a ela, a superação dos próprios limites é conquista silenciosa que proporciona maior motivação para futuras reciclagens.

**Dificuldades.** As dificuldades em não engolir a própria saliva ou não piscar os olhos não devem ser impeditivos para cessar o experimento. Com a repetição dos mesmos, é possível chegar próximo ao domínio de tais condições, através da focalização dos pensenes em outros assuntos que não o próprio soma.

**Hipótese.** Consoante os resultados expostos de acordo com o tempo de experimento (Figura 1), estima-se ser a primeira hora a mais difícil para a conscin manter-se em imobilidade. A hipótese é de que nesse

---

período inicial ainda há a preponderância do soma na manifestação consciencial, sendo que, com o passar da primeira e segunda hora, o corpo físico passa a ter sua influência diminuída cedendo a um maior predomínio do mentalsoma.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

**Conclusões.** Considera-se, pelo exposto neste trabalho, que a técnica da imobilidade física vígil produz diversas repercussões holossomáticas positivas, possibilitando, entre outros aspectos, o assentamento satisfatório da própria psicomotricidade e equilíbrio íntimo pela diminuição da ansiedade, propiciando maior predisposição ao desenvolvimento parapsíquico e melhor retilineariedade pensênica.

**Ressalva.** Vale ressaltar que este autor-experimentador considera que ainda não obteve o total domínio da imobilidade física vígil. Devido ao fato de ter obtido 30% de sucesso na aplicação por três horas consecutivas da técnica, estimando ser necessária a aplicação do experimento por mais vezes. Apesar disso, os ganhos conscienciais auridos pelas experimentações já facultaram renovações consideráveis na manifestação pessoal, favorecendo, em conjunção com outros fatores, a confiança necessária para o início das práticas da tenepes.

**IFV.** A imobilidade física vígil é recomendada a todos os pesquisadores interessados em melhorar sua manifestação holossomática, em especial por desenvolver o principal atributo mentalsomático da consciência: a vontade inquebrantável.

## REFERÊNCIAS

1. **Vieira**, Waldo; *200 Teáticas da Conscienciologia*; 260 p.; Instituto Internacional de Projeziologia e Conscienciologia (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 1997; página 122.
2. **Vugman**, Ney V.; *Imobilidade Física Vígil e a Síndrome da Vontade Débil*; Artigo; *Conscientia*; Revista; Vol. 8; N. 4; Foz do Iguaçu, PR; Outubro a Dezembro, 2004; páginas 236 a 239.

## BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

1. **Guzzi**, Flavia; *Mudar ou Mudar: Relatos de Uma Reciclante Existencial*; pref. Málu Balona; 222 p.; 14 caps.; 15 enus.; 1 entrevista; glos. 300 termos; 20 refs.; alf.; 20,5 x 14 cm; br.; Instituto Internacional de Projeziologia e Conscienciologia (IIPC); Rio de Janeiro, RJ; 2000.

---

**APÊNDICE****FOLHA DE REGISTRO - EXPERIMENTO DE IMOBILIDADE FÍSICA VÍGIL**

Nome do autopesquisador: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_

Hora inicial: \_\_\_:\_\_\_

Hora final: \_\_\_:\_\_\_

Condições holossomáticas anteriores

Soma:  
\_\_\_\_\_Energossoma:  
\_\_\_\_\_Psicossoma:  
\_\_\_\_\_Mentalsoma:  
\_\_\_\_\_Parapercepções durante o experimento:  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Completou o experimento sem se mexer? Sim Não

Número de vezes que engoliu:

Número de vezes que piscou:

Tema relacionado ao experimento:

Observações complementares:  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Condições holossomáticas posteriores

Soma:  
\_\_\_\_\_Energossoma:  
\_\_\_\_\_Psicossoma:  
\_\_\_\_\_Mentalsoma:  
\_\_\_\_\_