

Pier Paolo Bottin con Antonio Caregnato Zighram

# VIBRONIKA

La nuova pedagogia del corpo

ΓΝΩΘΙ ΣΑΥΤΟΝ

OXIO

Prima edizione Dicembre 2017

© Pier Paolo Bottin e Antonio Caregnato Zighram

© OXIO Art Dev Lab - Via Pola, 2 - 35010 Vigonza (PD)

Vibronika Protocols, Matrix, Books, Logos, Protocol Tracks, Devices and more,  
registered on



Vibronika – the Book – Vibronika, Pedagogy of the Body

Vibronika – the Book – Vibronika, La nuova pedagogia del corpo

Vibronika – the Matrix – Vibronika, la Matrice Bottin-Zighram

Registered on SafeCreative, Code: 1705162348401

Vibronika – the Logo - Registered on SafeCreative, Code: 1705162348395

# VIBRONIKA®

Vibronika – Protocol Tracks - (predefined written procedural method of conducting Vibronika)

Registered on SafeCreative, Code: 1705162348401

Vibronika - Protocol Tracks - 1-Pink Fluid (ISRC: ITEBH1700001)

Vibronika - Protocol Tracks - 2-Bagno di Gong (ISRC: ITEBH1700002)

Vibronika - Protocol Tracks - 3-Gatto Acusmatico (ISRC: ITEBH1700003)

Vibronika - Protocol Tracks - 4-Monocordo (ISRC: ITEBH1700004)

Vibronika - Protocol Tracks - 5-Mecha Blood (ISRC: ITEBH1700005)

Vibronika - Protocol Tracks - 6-Crystal Bowling (ISRC: ITEBH1700006)

Vibronika - Protocol Tracks - 7-Risveglio Sensuale (ISRC: ITEBH1700007)

Vibronika - Protocol Tracks - 8-Holistic Washing (ISRC: ITEBH1700008)

Registered Domain Names: Vibronika.com Vibronika.it Vibronik.com Vibronik.it Vibronique.com

Stampato in Italia da Mediagraf S.p.A. - Noventa Padovana (PD)

ISBN 978-88-943069-0-3

*Conoscersi per soddisfarsi è solo il primo passo.  
È molto di più del gioco a incastro  
che banalmente la nostra società da scaffale ci propone  
quale godimento della vita in confezione standard  
con formato a scelta.*

*Educarsi significa innanzitutto Tirarsi Fuori,  
e qui ne trattiamo il metodo.*

***Il massaggio è il messaggio***



# INDICE

P.11 **Riflessione introduttiva**

*di Ivano Spano*

P.15 **Prologo**

*di Pier Paolo Bottin*

## PARTE PRIMA

P.25 **Le due teorie**

*La Teoria Polivagale e la Teoria delle Zone:  
l'interdipendenza tra corpo, emozioni e cognizione di stato*

P.27 **Attinenze e corrispondenze**

*Le attinenze coincidenti tra le Zone e le funzioni vagali*

P.29 **I livelli del Sé**

*Il Sé nell'autocoscienza viene recuperato corporalmente da un sentire preconsciouso nell'affinamento attenzionale. Un Sé corporeo stratificato dato dall'evoluzione come specie e dall'evoluzione come individuo*

P.30 **La nostra capacità sensoriale e la percezione**

*Dove processiamo le percezioni e perché le sensazioni si manifestano in reazioni emotive*

P.32 **I meccanismi percettivi subcoscienti**

*Interocezione, Nocicezione, Propriocezione, Neurocezione, Appercezione*

P.36 **Cosa ci accade**

*La capacità di restare in contatto con le proprie sensazioni corporee di base è fondamentale nella riduzione degli stati d'ansia o depressione*

- P.39 L'idea del corpo  
*La filosofia d'approccio su cosa intendiamo Corpo*
- P.40 Il temperamento  
*La base genetica della nostra indole*
- P.43 Educare al corpo  
*Il metodo esperienziale in una maieutica della parola sospesa*
- P.49 Vibronika: la nuova pedagogia del corpo  
*Una pedagogia che parte dal corpo per arrivare alla mente*
- P.52 Il distacco consapevole  
*Vivere il momento senza ucciderlo col giudizio, vivere l'emozione distaccati da essa*
- P.54 La stimolazione sensoriale  
*La Rex Extensa Cogitans e il ruolo chiave dell'amigdala*
- P.57 La provocazione controllata  
*Come ottenere il Rischio Confortevole, ovvero l'apprendimento emozionale*
- P.59 L'autoregolazione  
*Come vivere intensamente risparmiando energie per quando servono veramente*
- P.61 La rieducazione e il Sé biologico  
*Il Sé biologico non più come macchina ma come risorsa e habitat mentale ecosostenibile*
- P.63 L'integrazione olistica  
*Il viaggio dentro sé stesi e con sé stessi per tornare arricchiti nell'unicità individuale*
- P.66 Il corpo non mente  
*La riflessione speculare corporea del Sé attraverso lo Strumento Vibronika: per speculum me video*
- P.70 Le emozioni  
*Emozione non è sentimento. Il sentire e gli stati emozionali*
- P.73 L'inconsapevolezza  
*L'emozione è più forte della ragione*
- P.74 La visualizzazione creativa  
*Veder sé stessi in prima persona in un mondo possibile*

- P.76 L'armonizzazione  
*Gli effetti del Fare Pedagogico come gioco educativo per la crescita della consapevolezza mente corpo*
- P.78 I superpoteri e la posizione magica  
*I doni della Posizione Magica, cosa succede sopra le Zone, ma soprattutto come ci si arriva*
- P.82 La smagliatura della realtà  
*La nostra coscienza è davvero collocata dentro di noi?*
- P.84 Informazione cosmica  
*L'esperienza akashica.  
Il campo d'informazione è fertile per il saggio contadino*
- P.87 L'uomo integrato  
*Quando corpo e mente sono armonici l'individuo integrato può espandere la sua essenza e godere di uno stato favorevole e aperto alla vita*
- P.91 Considerazioni

## PARTE SECONDA

- P.97 Intro
- P.98 Trascendenza, Istinto, Concretezza
- P.100 Emozione, Energia, Potenza
- P.102 La Teoria Vibronika nella Pratica
- P.105 il Protocollo Vibronika: elementi costitutivi
- P.107 Gli otto Protocolli di base Vibronika
- P.124 Le applicazioni degli otto Protocolli Vibronika
- P.126 La Matrice Bottin-Zighram: Mappa di Navigazione
- P.128 Gli strumenti di Vibronika
- P.130 Modalità d'uso

## PARTE TERZA

P.134 Storia della ricerca sperimentale

P.136 Lo strumento sperimentale LWC-8

## PARTE QUARTA

P.140 Antropologia del Sistema Energetico

P.149 Bibliografia

*Sociologia e Pedagogia*

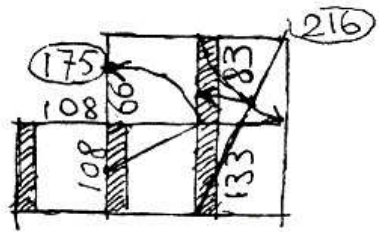
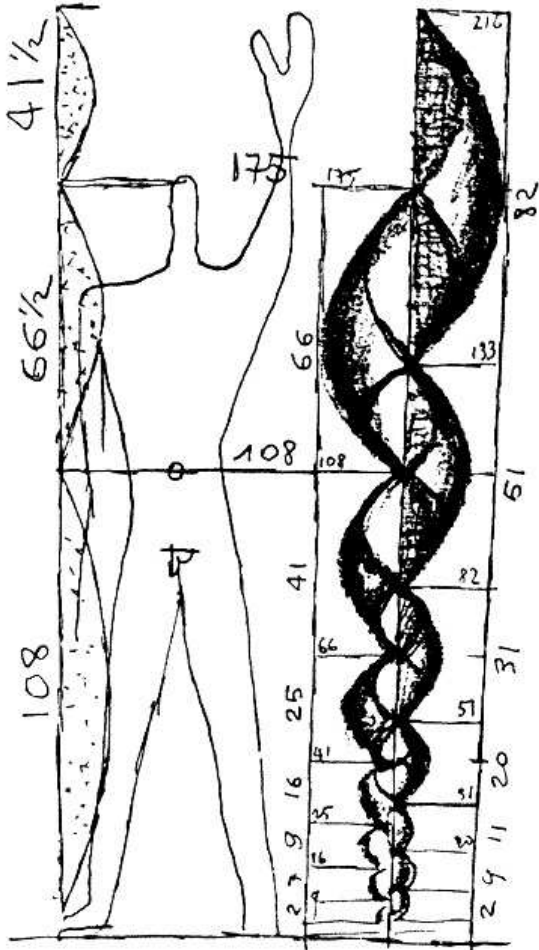
*Neuroscienze e Medicina*

*Filosofia*

*Ulteriore bibliografia di approfondimento*

P.153 Note biografiche





à bord du Cargo  
 "Vernon S. Hood"  
 Le 6 janvier 1946  
 LC



## Riflessione introduttiva

Il lavoro di Pier Paolo Bottin è, senz'altro, eccezionale poiché, e a volte quasi in contraddizione con alcuni approcci scientifici citati a sostegno delle sue riflessioni, rompe con il paradigma riduzionista oggi dominante in scienza e si colloca nell'ambito della teoria della complessità.

Ponendo come tema *“Il massaggio è il messaggio”* fa bene, coerentemente, a citare il grande psicologo Kurt Zadek Lewin quando dice *“Non c'è niente di più pratico di una teoria”*, e Bottin aggiunge *“per sviluppare una disciplina che riguardi direttamente una Pedagogia del benessere”* con una base psicosomatica.

La riflessione si apre, quindi, con il riferimento alla *Teoria Polivagale* considerata come modello che può essere applicato alla salute in generale. Ecco che l'approccio alla *Teoria della Complessità* si dipana tra bio-neuro e scienze psicologiche non tanto perché *“emozioni e corpo sono reciprocamente dipendenti”*, quanto perché sono manifestazioni-aspetti della stessa realtà.

Ecco che anche il concetto di territorio di cui, propriamente Bottin parla, può essere inteso come un insieme, una dinamica di relazioni interne al *Sistema Vivente Umano* collocato, comunque, in un ambiente esterno, dinamiche, per altro, rivolte verso la costruzione dell'autonomia del soggetto vivente stesso.

Bottin parla di *schemi pedagogici* che permettono l'acquisizione di conoscenze e di un apprendimento costante.

Facendo riferimento al pensiero del grande biologo François Jacob, Nobel per la Medicina, e alla sua mirabile opera "*La logica del vivente*", si potrebbe dire che da questo punto di vista ciò che può caratterizzare meglio il processo evolutivo è la sua *apertura* ossia la tendenza ad accrescere l'autonomia e la capacità regolativa e trasformativa dei *Sistemi Viventi*, ovvero la possibilità a rendere più elastica l'esecuzione del programma genetico capace di permettere all'organismo di potenziare sia la relazione con l'ambiente che il suo raggio d'azione.

Coerentemente Bottin evidenzia il processo di *autoregolazione* e ne traccia le vie tenendo conto della necessità, per il soggetto vivente umano, di essere sempre presente al mondo e a se stesso nel qui e ora: una sorta di *Mindfulness*.

Significativa è l'affermazione di Antonio Rosa Damasio "*I cambiamenti corporei definiscono un'emozione... Le sensazioni sono la consapevolezza conscia dei cambiamenti corporei*".

Per questo, si rendono ancora necessari studi per capire come l'esperienza emozionale soggettiva, come le sensazioni, nascono dall'interpretazione che il nostro cervello dà a degli stati corporei o se, come afferma Carl Gustav Jung, vi sia tra cervello e psiche una relazione di sincronicità ovvero la condizione per cui a un fatto fisico corrisponda un fatto psichico, fatti legati non da un rapporto di dipendenza o inter-dipendenza, ma da un comune significato. Bottin sembra sottintendere la necessità di costruire-ricostruire una *filosofia del corpo*.

Stimo sia, questa, una necessità che oggi vada affermata con forza e con rigore scientifico all'interno di una cultura dominante che, come affermato da Jean Baudrillard, ha fatto del corpo il "*più bel oggetto di consumo*".

Rispetto a questo non si può, ovviamente, dimenticare la distinzione che la filosofia fenomenologica ha fatto tra *Körper* (il corpo fisico), e *Leib* (il corpo vissuto), che potremmo definire come la proiezione-progettazione del soggetto nel mondo.

Ancora, a conclusione, un richiamo importante epistemologicamente parlando, fatto da Bottin e implicato nelle sue riflessioni, quello della necessità di sviluppare una *“Pedagogia del corpo”*, disciplina che rivisiti criticamente *“gli abituali scenari dell’educazione e della cura, integrando saperi ed esperienze spesso tenuti separati nella tradizione educativa”*.

Ivano Spano

*Università di Padova*

Segretario Generale Università Internazionale delle Nazioni Unite Per la Pace  
Sede europea - italiana Roma