



**giada  
caudullo**

**bendessere™ e  
natura  
la scienza per sentirsi bene**

**22 novembre**

Milano Four Seasons Hotel

# bendessere e natura

## la scienza per sentirsi bene

### **Dalla cultura del bendessere alla promozione del bendessere**

Dal bene di esistere nasce un neologismo, bendessere, con cui il Professor Vittorino Andreoli ha voluto designare nel suo trattato una scienza che rappresenta una cultura innovativa: «La nuova disciplina del bendessere». Non a caso, per definirla, ha scelto di utilizzare il termine disciplina, che indica tanto l'impegno di chi si dispone in un ligio atteggiamento per raggiungere un obiettivo, quanto un campo, un dominio, come può essere quello delle scienze.

Da un generico parlare di benessere, che oggi si riscontra in molti contesti diversi, si fonda una vera e propria cultura, che ha conquistato uno spazio proprio, ben contraddistinto da tutti gli altri. Il punto di riferimento è l'essere bene (essere espressione del bene) durante l'intero arco dell'esistenza, dall'infanzia fino alla saggezza. E l'esistenza è legata certamente al corpo, alle sue funzioni organiche, ma anche alle relazioni sociali che si tessono quotidianamente. Da un'analisi della vita umana, dei desideri e dei bisogni per ogni fascia d'età, di uomini e donne, Vittorino Andreoli ha raccontato che cos'è il bendessere per corpo, mente e relazioni sociali, com'è possibile individuarlo per poi poterlo raggiungere con il trattato “La nuova disciplina del bendessere – vivere il meglio possibile” (Marsilio, 2016). Ciò che concretizza l'attuazione di questa nuova scienza è la possibilità di conoscerne gli strumenti per promuoverlo ed il manuale «bendessere e natura» rappresenta un mezzo pratico per vivere appieno il bendessere.

### **“Bendessere e Natura: la scienza per sentirsi bene”**

Il volume «bendessere e natura» unisce il rigore del bendessere all'esperienza nutrizionale e nutraceutica di Solgar, proponendo un compendio pratico per valorizzare l'esistenza di ogni individuo grazie ad un percorso di analisi dei desideri per età e alla scelta di specifici nutrienti.

Il compito fino ad oggi di chi promuove il benessere, diventando un operatore, era quello di illustrare come alcune sostanze di derivazione naturale e altresì talune piante potessero favorire un ottimale funzionamento dell'organismo umano.

Un nuovo metodo esamina invece come le modifiche nell'alimentazione e l'integrazione nutrizionale possano riflettersi sulla percezione emotiva, giungendo fino alle relazioni interpersonali. Ancora una volta, si torna all'essere, all'uomo tutto intero, dove non si tratta di ridurre l'essere umano in un insieme di organi, ma di comprendere come l'azione di alcune sostanze possa influire sulla mente – poiché, se funziona meglio il corpo, anche psicologicamente se ne trarrà giovamento. Se ci si sente bene si sorriderà di più e il sorriso, una manifestazione di accoglienza, è l'azione benefica che si riflette anche nel campo delle relazioni, rendendo migliore l'esistenza dell'individuo.

### **La visione d'insieme delle tre aree che caratterizzano l'uomo nella sua interezza**

La specificità di questa nuova cultura è *la conoscenza delle condizioni del bendessere del corpo, di quello della mente e di quello relazionale*, declinate secondo le diverse età. Osservandoli in un modo illuminato, secondo la nuova disciplina, questi tre fattori non rappresentano campi separati: l'obiettivo da raggiungere per essere cultori del bendessere è diventare specialisti dell'uomo nella sua totalità, esaminando l'esistenza della persona come un puzzle armonico di manifestazioni della mente, funzioni dell'organismo e capacità comunicative. Ognuna di queste aree, durante le fasi della vita, influenza e può prevalere sulle altre. Ad esempio, lo sviluppo della mente è cruciale e predominante durante l'infanzia, come l'aspetto del corpo ricopre un ruolo di prevalenza

in età adolescenziale e in gravidanza, mentre nella fase adulta l'influenza dell'aspetto legato alle relazioni sociali è l'elemento rilevante. Per vivere appieno il benessere, l'armonica circolarità delle tre dimensioni quali il corpo, la mente e i rapporti interpersonali, in ogni fase della vita, rappresenta il punto fondamentale. L'esistenza si lega all'ambiente dove viviamo, alla società, ma anche al corpo e quindi alla nostra biologia, alle esperienze che abbiamo fatto, e che modellano la personalità.

### **Un manuale pratico per la promozione del benessere**

Un aiuto insostituibile per ritrovare l'armonia in ogni stagione della vita è fornito dai nutrienti e dalla ricerca di Solgar, così attenta al valore delle molecole, basi costituenti della biologia di corpo e mente. Grazie all'utilizzo di opportune miscele di micro e macronutrienti, sfruttando il loro intervento sulla modalità con cui il nostro patrimonio genetico sviluppa chi siamo (epigenetica), diventerà possibile supportare le persone a trovare entusiasmo e gioia attraverso un ristabilito equilibrio tra emozioni, generate dalla mente, e metabolismo appartenente alla nostra fisiologia di base. Il manuale «benessere e natura» rappresenta un *vademecum* per capire e scegliere le sostanze nutritive utili per la perfetta sincronia tra corpo, mente e vita sociale: sono da considerarsi perle preziose di Natura e benessere.

**«Benessere e Natura» è un manuale in cui Vitamine, minerali ed erbe sono utilizzate per un progetto esistenziale di benessere.**

### **Un'opera di divulgazione d'eccellenza**

Questo percorso verso la positività è promulgato da **Solgar Italia Multinutrient S.p.A.**, e la diffusione di questa opera didattica è rivolta sia alle librerie che ai retailers in cui Solgar, con una gamma di referenze caratterizzate da numerose **molecole brevettate**, è riconosciuta tra le aziende protagoniste **della Nutraceutica Internazionale**. Con questo manuale la *philosophy* aziendale, non più rivolta al benessere di un singolo organo, ma ad un **benessere di mente, corpo e relazioni sociali**, raggiunge ora una innovativa espressione culturale.

**Solgar** fin dal 1947 tramanda un valore del brand costante nel tempo: la Scienza al centro.

Con le proprie referenze Premium Quality e una policy di innovazione responsabile Solgar è azienda di spicco a livello mondiale nel settore dell'integrazione nutrizionale. In Italia, la mission è rappresentata e coltivata da venticinque anni da Solgar Italia Multinutrient S.p.A.

**solgar.it**

Vitamine, minerali ed erbe per un progetto  
esistenziale di benessere.

**“Il nostro scopo è  
occuparci del benessere,  
delle esistenze che  
possono essere  
sempre migliorate.”**

Vittorino Andreoli