ALFREDO PALUSELLI

Alla ricerca della felicità!



ALLA RICERCA DELLA FELICITÀ

Storie di ricerca e speranza

Alfredo Paluselli

A te,
che ami la strada
per il miglioramento

Il tuo compito
è scoprire qual'è il tuo compito
e dedicartici con tutto il cuore

Buddha

1. COME UN DOMINO

Nota: questo testo, inizialmente, era stato concepito come introduzione del libro *Anime Semplici*. Nelle ultime fasi della stesura ho deciso di non inserirlo, per dare maggiore enfasi allo svolgimento della trama. In ogni caso, eccolo qui.

La nostra esistenza assomiglia a un gioco di equilibrio.
Basta togliere un pezzo e d'improvviso tutto può cadere.
E accadere.

Costruiamo il nostro percorso giorno per giorno, è un cammino complesso in cui ogni elemento è intimamente connesso agli altri. Possiamo correggere la rotta, possiamo apportare degli aggiustamenti - e questo si chiama vivere - ma non possiamo cancellare i pezzi del gioco che ci hanno portato a essere ciò che siamo.

Come acqua, nel nostro progredire scegliamo il tragitto più logico. Superando un ostacolo alla volta. A volte il percorso è libero e la nostra vita diventa un limpido e fresco ruscello. A volte invece ci troviamo imbrigliati in una pozzanghera stagnante. Ma prima o poi il sole ritorna, ci riscalda il cuore e ci fa evaporare in alto. E il percorso ricomincia: di nuovo come acqua ricadiamo a terra. A volte sotto forma di pioggia per riprendere il percorso, altre volte sotto forma di neve, attendendo una nuova primavera.

Essenzialmente, ci sono persone che trovano gioia nella stabilità e altre che sentono il bisogno di cercare sempre qualcosa di più.

Accontentarsi non è un male. Anzi. Avere la fortuna di trovare la gioia in quello che si fa, si ha e si è, rappresenta una vittoria su tutti i fronti. Le anime inquiete non hanno invece ricevuto dalla vita le possibilità che meritavano. O forse non hanno avuto la fortuna di trovarle, né il coraggio di cercarle. Come acqua hanno seguito il flusso della società, ma solo per trovarsi dominati da una vita insoddisfacente.
...un lavoro che spesso odiano, un mutuo, un figlio che non comprendono, una macchina a rate, un partner che non è più com'era, qualche vacanza noiosa, una serie di oggetti inutili che riempiono le voragini della vita...
Hanno tutto quello che la società descrive come essenziale. Eppure, sentono che manca qualcosa di importante.

Il punto è che la felicità, quella vera, viene dal cuore. Non può essere legata alle cose superficiali che la modernità ci vende come ingredienti di un altro genere di felicità, quella effimera e artificiale. La sensazione piacevole che deriva da un nuovo acquisto non è felicità: è soddisfazione momentanea. Ci viene venduta come felicità dai maghi del marketing che in cambio di denaro - ossia del nostro tempo - ci offrono materia con cui colmare i solchi della nostra strada personale. Così, acquisto dopo acquisto, tutto diventa liscio, uguale. Accettabile, soddisfacente, anestetizzato. Ma lontano dalla vera gioia.

Molti si compiacciono della vita che hanno, lamentandosi spesso, ma senza mai far nulla di concreto per cambiare la situazione. Vanno avanti. E alla fine si fanno andare bene tutto com'è. Anche se bene non va. Lo fanno per comodità. Un po' per timore di ciò che non conoscono, un po' per paura di cosa potrebbero dire gli altri. Non è forse vero che troppo spesso siamo mantenuti nella nostra eterna corsia errata per via del giudizio degli altri? Non è forse vero che uscire dal percorso che la società ha delineato per noi, è mal tollerato dalla società stessa? E così accettiamo, accettiamo e accettiamo. Spesso su-

biamo. Le nostre ribellioni sono dei brevi pianti solitari, chiusi da soli in macchina o su una panchina lontana, dove non ci vede nessuno. Ma continuiamo ad accettare. Tornando sempre al nostro lavoro che non ci soddisfa, ma ci rassicura. Al nostro partner che non ci emoziona, ma ci rassicura. A quella vita che non ci rende felici, ma ci rassicura. E così, poco alla volta, barattiamo la felicità per la rassicurazione. Rinunciamo alla vera libertà in cambio di una gabbia di cui conosciamo bene le pareti. Diventiamo prevedibili in ogni cosa, perché così ci vogliono gli altri. Evitiamo le dita puntate. Ci adagiamo sulla comodità di quello che già conosciamo. Finché un giorno i nostri sogni, sempre più repressi, si trasformano in un malinconico "sarebbe stato bello".

Se non scegli davvero, non puoi vivere davvero.
E se non vivi davvero, come puoi essere felice?

Ma non tutti odiano la propria situazione, per fortuna. In molti si trovano a loro agio seguendo le regole, senza troppe buche e salti nel percorso. Anzi, considerano la mancanza di scossoni una fortuna. E a ben guardare, queste sono la maggioranza delle persone. Ma noi, anime inquiete, non riusciamo ad accontentarci. Siamo alla ricerca di qualcosa che è sempre un metro più in là. Non lo raggiungeremo mai, lo sappiamo, e sappiamo anche che l'unica cosa che ci dà speranza è la continua ricerca.

Nel mio libro *Lei e la montagna*, Melania ci ha mostrato il potere del cambiamento. Davanti a un grave problema lei ha trovato la forza di prendere finalmente decisioni difficili per dare una vera svolta alla sua vita. In *Anime Semplici* lo stesso tipo di coraggio ci viene mostrato da un vecchio montanaro e dai suoi tre nipoti. Scorrendo verso un percorso nuovo, ad un certo punto della loro vita, essi sostituiranno le loro sicurezze

con un futuro incerto; ma di cui sono determinati a sentire il possesso.

Cosa ha fornito loro quell'audacia? Il potere del viaggio. Non una vacanza, non un periodo di riposo, ma il viaggio. Cioè quell'esperienza a volte scomoda e difficile che però è in grado di cambiarci dentro come nient'altro. Ma ci sono diversi modi sia per viaggiare, sia per trovare la strada del cambiamento. E il percorso più arduo è capire il nostro. Non posso svelartelo con delle semplici parole, perché c'è soltanto una persona che può capire quale sia. E sei tu.

Quindi, cambia, se vuoi.

Trova la tempra per farlo nel viaggio, se vuoi.

Ma non accettare forzatamente tutto ciò che è intorno a te.

Chiediti se sei felice. E se la risposta è no, allora cambia e trova il modo di esserlo. Perché te lo meriti.

Non solamente *«ma sì dai»*, non più *«sarebbe stato bello»*; ma felicità.

Felicità vera, profonda, dentro di te.

2. L'ORIGINE DEL VENTO

Questo racconto è nato durante un lunghissimo viaggio su uno sgangherato autobus tra Cambogia e Thailandia, per poi essere rifinito in una notte insonne e solitaria in un bivacco sul Lagorai. È incluso nel libro *Anime Semplici*, ma lì l'ho accorciato e semplificato per rendere il flusso narrativo più efficace. Qui lo presento nella sua versione integrale. Chi mi legge con attenzione avrà forse notato che di questo racconto faccio cenno, ad un certo punto, anche nel libro *Lei e la montagna*.

Un pastore trovò un giorno un fiore diverso da tutti gli altri. Tenne i suoi petali tra le mani, assaporandone la bellezza infinita. Quell'anima splendida sembrava piena di buoni sentimenti verso di lui, ma qualcosa la chiamava altrove.

«A volte, per avere qualcosa, bisogna lasciarlo andare», si disse. E aprì la mano, lasciando che il vento portasse via il fiore.

Per giorni e giorni il pastore attese, sperando con ardore che il vento potesse nuovamente portargli il suo fiore. E più guardava all'orizzonte cercando di intravederlo, più ne assaporava il profumo. Più aumentava la mancanza dell'amore, e più la sua anima si riempiva di quel ricordo.

Ogni mattina si svegliava con la speranza di ritrovare il fiore davanti alla malga. Ma col passare del tempo, la nostalgia divenne paura: e se quei petali non fossero mai tornati? E se, tornati, non avessero più avuto i loro splendidi colori? Tuttavia, capì che non poteva essere la distanza a cancellare la bellezza, ma solo la mancanza di libertà.

Decise allora di partire, abbandonando la paura per abbracciare la speranza.

L'uomo, nel suo lungo viaggio, attraversò confini e paesi. Nel percorso, capì che nei suoi stessi occhi si andava concentrando la parte migliore di ciò che guardava. E imparò anche a comprendere gli intimi desideri che maturava, procedendo nel cammino. Il pastore, con tutto se stesso, anelava a parlare di queste sue nuove comprensioni al fiore. Prese in mano dei fili d'erba, li soffiò in aria, e guardò il cielo. Pensò a quando, qualche tempo prima, aveva fatto la stessa cosa con i bellissimi petali che ora riempivano gli spazi più belli del suo cuore. Capì che, intorno a sé, durante la vita, aveva visto tanti viaggi iniziare e finire. Senza però rendersene conto. Guardò il cielo ancora una volta. Nessun fiore, né fili d'erba tra le dita. Chiuse gli occhi e affidò un bacio al vento. Il vento avrebbe saputo dove portarlo.

Era ormai quasi arrivata la fine del suo viaggio. L'uomo salì su un vecchio carro per affrontare un lungo tratto di strada. Durante il tragitto, lesse gli appunti che aveva scritto qualche tempo prima, e decise di scrivere ancora. Pensò che una storia deve avere la forma dell'arcobaleno per essere completa. E, come un arcobaleno, deve avere tanti colori, per essere bella. È nei sette colori dell'iride, che si nasconde il significato di ogni storia, e il motivo per cui vale la pena raccontarla.

Scrisse allora. E facendolo, si accorse di quanto era cambiato. Ora tutto era chiaro nella sua mente. Con commozione, riportò ciò che aveva compreso:

«È nella rinuncia, e nel capire la ricchezza, anche nella sua assenza, che si nasconde quello che conta. Ed è nell'amore, nell'amore senza riserve, tutto ciò che conta.»

Appoggiò la penna. Guardò attorno a sé dall'alto di quel carro: la malga era ormai vicina.

Ora non si sentiva più pastore, ma soltanto uomo. Guardava il paesaggio. Percepiva le vibrazioni positive di quei luoghi. Era la sua nuova sensibilità a sentirle? Quali e quante potenze si nascondevano lì fuori? E dove?

Capì che tutto emana energia, e a volte, semplicemente, le forze volteggiano insieme, rincorrendosi, creando ulteriore energia positiva. Aprì a metà un frutto, e dentro ci vide l'energia dell'universo. Non si sorprese: aveva solo imparato a vedere. Immaginò la vitalità generata dalla sua essenza, volteggiare in aria assieme all'energia del suo fiore. Le vedeva rincorrersi come due falchi su un prato, creando vortici colorati, anch'essi dei colori dell'iride. Gli pareva di vedere i due falchi ora inseguirsi, ora volteggiare insieme, ora separarsi per un attimo, in attesa del prossimo contatto, nell'infinito e meraviglioso volo dell'amore. In questa visione sentì l'aria mossa dalle ali delle due anime innamorate, e capì in quel momento l'origine del vento. Il vento, a cui qualche tempo prima aveva affidato i petali del suo amore, a cui in seguito aveva affidato una manciata di fili d'erba e a cui poi aveva affidato i suoi baci. Tutto era collegato, tutto aveva un significato, e questo significato aveva la forma arcuata dell'arcobaleno.

Oltre a questo, la mente di quell'uomo semplice, in viaggio verso casa, non riusciva a scrutare. Ma aveva capito molto più di quanto potesse sperare.

«Quello che ancora non ho compreso» - si disse - *«qualcun altro lo capirà, e se avrò fortuna mi sarà spiegato. Il resto, quello che nessuno mai capirà, si cela lì, tra i colori dell'universo. E nel vento.»*

3. NIENTE TEQUILA PER KIKI

Questa era un'idea per un romanzo. L'ambientazione mi piace molto, avendola vissuta. Prendilo per qualcosa che non sarà mai quello che poteva essere, ma che forse lo sarà, chissà. Anche in questa situazione, i protagonisti sono in cerca di qualcosa di migliore, di un cambiamento, di una crescita...

L'Africafè era il classico rifugio per bianchi in una città di neri.
Pulito, fresco, arredato con gusto, era l'unico luogo nel raggio di chilometri in grado di soddisfare i gusti di un occidentale. Situato nel centro di Arusha, con una discreta rete Wi-Fi, rappresentava una tappa obbligata per chiunque volesse sfuggire al caos della città africana.

In quel bar, gli stressanti venditori ambulanti non potevano entrare: si fermavano sul marciapiede, sperando di attirare l'attenzione dei clienti con le loro mercanzie — racchette scacciamosche, magliette della Tanzania, mappe della città. Dentro, turisti, espatriati e impiegati locali del vicino palazzo dell'ONU si godevano un momento di tregua, chiacchierando o navigando su smartphone e laptop.

Kiki e Ben erano seduti a un tavolo vicino all'entrata. A differenza della maggior parte degli avventori, non erano assorti dai loro dispositivi. Il caffè, con pareti scure e arredi di gusto occidentale ma con tocchi africani, era pieno, in quella mattina di agosto. Avevano ordinato una macedonia e un gelato e, con la loro naturalezza, stavano pianificando il futuro.

Ben era stanco. Non ne poteva più dell'Africa, della stanza brutta ma costosa, della frequente mancanza di elettricità e di acqua, della cultura affascinante ma, alla lunga, troppo diversa.

Kiki, invece, era felice lì: per lei, l'Africa rappresentava proprio quella diversità che aveva sempre cercato.

«Mi sa che siamo diventati come tutti gli altri.»

«Cosa intendi?»

«Lo sai cosa intendo. Quando siamo arrivati ad Arusha, odiavamo questo locale. Lo consideravamo un rifugio per occidentali stanchi della vera Africa, un divano su cui appoggiare le chiappe stanche dopo un qualsiasi banale safari nei parchi qui attorno. E ora invece siamo qui, come tutti gli altri, a far finta che anche questa sia Africa.»

«Dai, non ci veniamo così spesso. Cos'hai che non va oggi?»

«Voglio andarmene, Kiki. Anzi, voglio che ce ne andiamo!»

«Ecco ci risiamo, il mio bell'uomo in preda a paranoie!» disse Kiki, spostando i capelli rossi e sorridendo come era solita fare.

«Non sono paranoico, lo sai che sono realista. Guardaci: non ci stiamo più divertendo qui, abbiamo fatto tutte le esperienze che questo posto ci permetteva di fare, e non guadagnamo a sufficienza.»

«Oh, come siamo tragici! Dai, Ben, non ricordi quando dicevamo di voler essere lontani da tutto, vivendo con quello che il destino ci porta?»

«Sì, amore, ma stiamo spendendo troppo. E poi… non ci stiamo più divertendo. Guarda dove siamo: rifugiati in un locale che rappresenta l'opposto dell'Africa vera. Quanto pensi che potremo andare avanti così?»

Ben fece una pausa, poi aggiunse: «Per quanto ancora vorrai accompagnare i turisti a vedere le giraffe a Ngorongoro? A guadagnare appena per pagare appena vitto e alloggio? Io voglio di più… e poi qui non c'è nemmeno il mare!»

Kiki rise. «Il mare? Davvero? È questo che ti manca?»

«Sì! E le onde. Il traffico mi sta soffocando. Non ti manca sentirti libera? A me non basta più aiutare turisti tirchi a organizzare la salita al Kilimanjaro.»

Kiki sospirò, mordicchiando un pezzo di frutta. «E dove vorresti andare?»

«In Sud America. Argentina, per esempio. Lì c'è tutto: le Ande, il mare, le città...»

«... e le donne stupende, vero?» chiese lei con un sorrisetto sarcastico.

«Beh, anche, ma lo sai che io ho occhi solo per te!» ribatté Ben, sbattendo le palpebre per prenderla in giro.

Kiki rise di cuore. «Sei uno stronzo. Quando saremo lì, mi mollerai per la prima ballerina di tango che incontrerai!»

«Hey, hai detto quando! Allora è deciso? Partiamo?»

Kiki lo fissò, con un sorriso dolce. «Sì, forse hai ragione. Può essere che questa avventura sia finita. È tempo di andare... e poi ho sempre voluto imparare a ballare.»

«Sì! Allora brindiamo... Tequila?» disse lui.

«Non credo che qui ce l'abbiano e, in ogni caso, lo sai... niente tequila per Kiki!»

Risero, brindando con la coppa di gelato e il piatto di macedonia. Ben si sedette accanto a lei sul divano, l'abbracciò e le diede un bacio sulla fronte.

Lei appoggiò la testa sul suo petto e mormorò: «Ti amo, stronzo.»

UN SENTIERO DI PIETRA

La valle si stendeva quieta sotto il cielo del mattino, un mare verde interrotto dalle linee scoscese delle montagne e dal torrente sinuoso. Luca si fermò, il respiro affannato che si mescolava con il fruscio del vento tra le foglie. Davanti a lui, il sentiero di pietra continuava a inerpicarsi, ripido e insidioso, verso una vetta che sembrava irraggiungibile. Era stato così anche nella sua vita, una continua salita. Anni trascorsi a combattere contro sé stesso, contro i dubbi e le incertezze che lo avevano tenuto fermo; bloccato al fondo della montagna. Ma quel giorno era diverso. Quel giorno aveva deciso di salire. Dopo il rifiuto di Chiara, aveva trovato la volontà di cambiare. Finalmente.

Ogni pietra, divenne un ricordo delle sue cadute. C'era stata quella volta in cui aveva abbandonato un progetto a metà, convinto di non essere all'altezza. O quell'altra in cui aveva permesso alla paura di parlare più forte del suo coraggio. O quella volta, peggio, che avrebbe voluto dire mille cose, ma alla fine era stato zitto. Però adesso, mentre il sole cominciava a filtrare tra i rami degli ultimi sporadici abeti, Luca sentiva qualcosa cambiare. Già a mezza montagna, non era più lo stesso uomo che aveva iniziato quella salita.

Ogni goccia di sudore si trasformava in una promessa. Ogni passo avanti, un atto di fede verso la versione che voleva diventare. Le gambe tremavano, il fiato si faceva corto, ma teneva duro. In cima a quella piccola montagna, sentiva che forse avrebbe trovato un lui che non aveva mai nemmeno osato immaginare: più forte, determinato e consapevole.

Ce la fece, infine. Scavalcò anche l'ultima salita, anche gli ultimi metri di quel sentiero di pietra. Il mondo si aprì davanti ai suoi occhi. E, immediatamente, si sentì migliore.

Le montagne, sull'altro lato della valle, danzavano con il cielo, e si sentì parte di quel quadro immenso. Si lasciò cadere sull'erba adagiata tra le rocce, guardando il cielo. Rise. Rise di gioia, di sollievo e di una verità che adesso capiva: la vittoria non era stata la cima, ma aver preso la decisione di salire. Come aveva potuto aver atteso così a lungo per prendere quella decisione? Come aveva potuto rimanere immobile per tutto quel tempo? Ora che si era scrollato di dosso quell'assurda pigrizia aveva finalmente le idee più chiare. Quello era stato solo il primo passo verso nuovi traguardi. E si sentì felice.

Chiuse gli occhi, il cuore batteva ancora forte.
Si fece una promessa: non avrebbe mai più smesso né di salire, né di tentare di migliorarsi. C'erano tante montagne attorno a lui. E da quelle montagne ne avrebbe viste ancora altre. Le sfide non sarebbero finite mai. Ma sentì, finalmente, di aver trovato la forza per affrontarle.

Se stai leggendo questo PDF, è molto probabile che tu sia iscritto alla newsletter di **Cuorecielo.com**.
Questo piccolo omaggio è infatti un segno di gratitudine per far parte della mia piccola comunità. **Se invece per qualche motivo non sei ancora iscritto, ti invito a farlo**: è il modo migliore per rimanere in contatto con me e scoprire in anteprima novità, progetti e contenuti esclusivi.

Hai letto uno dei miei libri? Se sì, ti sarei immensamente grato se lasciassi una recensione. La tua opinione è importante non solo per me, ma anche per aiutare altri lettori a scoprire il mio lavoro.

Grazie di cuore per il tuo sostegno e per far parte di questo viaggio!

Con gratitudine,
Alfredo Paluselli

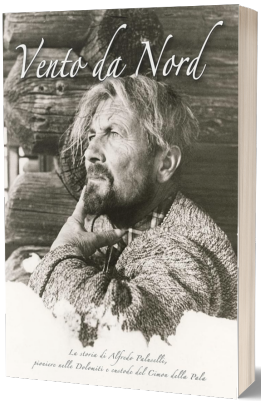
Nota: questo pdf verrà aggiornato saltuariamente con nuovi contenuti. Per visionarli, effettua nuovamente il download.

L'autore:

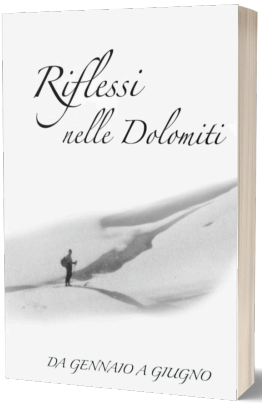
Alfredo Paluselli nasce fra le montagne del Trentino nel 1976 con la passione dei viaggi e della scrittura. Con Edizioni Dolomiti ha pubblicato **«Vento da Nord»** (2013), **«Riflessi nelle Dolomiti»** (2015) e **«il Diavolo generoso»** (2018) che hanno tutti ricevuto il Patrocinio Dolomiti UNESCO. Nel 2023 con bookabook ha pubblicato il best seller **«Lei e la montagna»**. Il suo quinto libro è **«Anime Semplici»** uscito a fine 2024.

blog dell'autore: cuorecielo.com

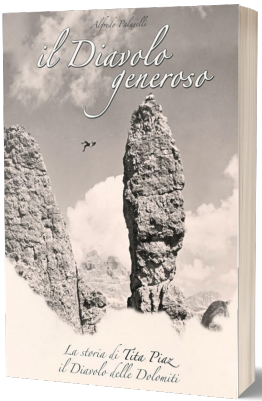
facebook / instagram: alfredopaluselli



VENTO DA NORD
La storia di
Alfredo Paluselli,
Pioniere nelle Dolo-
miti e custode del
Cimon della Pala.
Edizioni Dolomiti
2013



RIFLESSI
NELLE DOLOMITI
365 giorni
nelle Dolomiti.
Edizioni Dolomiti
2015



IL DIAVOLO
GENEROSO
La storia di Tita Piaz,
il Diavolo
delle Dolomiti.
Edizioni Dolomiti
2018



LEI E LA
MONTAGNA
Una storia vera.
Romanzo
Bookabook
2023


Alfredo Paluselli
ANIME SEMPLICI
Romanzo

«Anime Semplici» (2024)

Tre gemelli cresciuti tra le maestose Dolomiti, portano nel cuore il peso di una promessa fatta alla madre mai conosciuta. Ma la vita li ha portati lontano da quel patto, lasciandoli insoddisfatti e alla deriva.

Al loro trentasettesimo compleanno, trovano finalmente la determinazione per intraprendere il viaggio che si erano ripromessi. Quel proposito si evolve in un lungo pellegrinaggio sull'isola di Shikoku, in Giappone. In questa avventura sono guidati da Taíki, un saggio monaco buddista che decenni prima aveva condiviso un momento fondamentale di vita con la loro madre.

Mentre i tre fratelli affrontano le sfide del cammino, il loro amato nonno Gregorio, detto il Grinza, decide segretamente di tornare al suo rifugio, lassù nell'alta montagna. Un'ultima, pericolosa e difficilissima salita per tentare di ricongiungersi alla sua vera essenza.

«Anime Semplici» è un romanzo sul potere della memoria, sulla potenza della natura e sulla ricerca della felicità. Un viaggio attraverso la profondità dell'animo umano, che porterà i protagonisti a liberarsi dal passato e dal superfluo per abbracciare un futuro di speranza e rinascita.

ALFREDO PALUSELLI

In search of happiness!



IN SEARCH OF HAPPINESS
Stories of Pursuit and Hope

Alfredo Paluselli

To you,
who love the path
toward self-improvement

Your task
is to discover what your purpose is
and dedicate yourself to it with all your heart.
Buddha

1. LIKE A DOMINO

Note: This text was originally conceived as the introduction to the book Simple Souls. In the final stages of writing, I decided not to include it, to give greater emphasis to the development of the plot. In any case, here it is.

Note: This text was originally conceived as the introduction to the book Simple Souls. In the final stages of writing, I decided not to include it, to give greater emphasis to the development of the plot. In any case, here it is.

Our existence resembles a game of balance.
All it takes is removing one piece, and suddenly everything can fall. And happen.

We build our path day by day; it's a complex journey where every element is intricately connected to the others. We can correct our course, we can make adjustments—and that's called living—but we cannot erase the pieces of the game that have brought us to where we are.

Like water, as we move forward, we choose the most logical path. Overcoming one obstacle at a time. Sometimes the path is clear, and our life becomes a fresh, flowing stream. Other times, we find ourselves trapped in a stagnant puddle. But sooner or later, the sun returns, warming our hearts and lifting us up as vapor. And the journey begins anew: once again, we fall to the earth as water. Sometimes as rain, resuming the flow, and other times as snow, waiting for a new spring.

Essentially, there are people who find joy in stability and others who feel the need to always seek something more.

Settling is not a bad thing. On the contrary, having the good fortune to find joy in what you do, what you have, and who you are represents a victory on all fronts. Restless souls, on the other hand, haven't received the opportunities they deserved from life. Or perhaps they haven't been lucky enough to find them, nor brave enough to search for them. Like water, they have followed the flow of society, only to find themselves trapped in a dissatisfying life.
…A job they often hate, a mortgage, a child they don't understand, a car paid in installments, a partner who is no longer who they used to be, a few boring vacations, a series of useless objects that fill the voids of life…
They have everything society describes as essential. And yet, they feel that something important is missing.

The truth is, happiness—true happiness—comes from the heart. It cannot be tied to the superficial things modernity sells us as ingredients of another kind of happiness: fleeting and artificial. The pleasant feeling from a new purchase is not happiness; it's momentary satisfaction. It's sold to us as happiness by the marketing wizards who, in exchange for money—that is, our time—offer us materials to fill the gaps in our personal journey. And so, purchase after purchase, everything becomes smooth, uniform. Acceptable, satisfactory, anesthetized. But far from true joy.

Many people convince themselves to be content with the life they have, complaining often but never doing anything concrete to change their situation. They move forward. And, in the end, they convince themselves to accept everything as it is, even when it's not fine. They do it for convenience. Partly out of fear of the unknown, partly out of fear of what others might say. Isn't it true that too often we remain on the wrong path because of others' judgment? Isn't it true that stepping off the course society has outlined for us is poorly tolerated by that same society? And so, we accept, accept, and accept. Often, we

endure. Our rebellions are brief solitary cries, hidden alone in our cars or on a distant bench where no one can see us. But we continue to accept. Always returning to our job that doesn't satisfy us but reassures us. To our partner who no longer excites us but reassures us. To that life that doesn't make us happy but reassures us. And so, little by little, we trade happiness for reassurance. We give up true freedom in exchange for a cage whose walls we know well. We become predictable in everything, because that's how others want us to be. We avoid pointed fingers. We settle into the comfort of what we already know. Until one day, our dreams, increasingly repressed, turn into a wistful "it would have been nice."

If you don't truly choose, you cannot truly live.
And if you don't truly live, how can you be happy?

But not everyone hates their situation, fortunately. Many find comfort in following the rules, without too many bumps or jumps along the way. In fact, they consider the absence of turbulence a blessing. And rightly so, these are the majority of people. But we, restless souls, cannot settle. We are always searching for something that's one step further. We'll never reach it, we know, and we also know that the only thing that gives us hope is the endless pursuit.

In my book *She and the Mountain*, Melania showed us the power of change. Faced with a serious problem, she found the strength to finally make difficult decisions to give her life a real turning point. In *Simple Souls*, the same kind of courage is shown by an old mountaineer and his three grandchildren. Shifting toward a new path at a certain point in their lives, they replace their certainties with an uncertain future—but one they are determined to claim as their own.
What gave them that boldness? The power of travel. Not a vacation, not a period of rest, but travel. That experience, sometimes uncomfortable and difficult, yet capable of changing us

inside like nothing else. But there are different ways to travel and to find the path of change. And the hardest journey is understanding our own. I can't reveal it to you with simple words because there is only one person who can understand what it is. And that person is you.

So, change, if you want to.
Find the strength to do so through travel, if you want.
But don't force yourself to accept everything around you.
Ask yourself if you're happy. And if the answer is no, then change and find a way to be. Because you deserve it.
Not just "oh well," not anymore "it would have been nice"; but happiness.
True, deep happiness within you.

2.THE ORIGIN OF THE WIND

This story was born during a very long journey on a rickety bus between Cambodia and Thailand, then refined during a sleepless and solitary night in a bivouac on the Lagorai. It is included in the book Simple Souls, but there I shortened and simplified it to make the narrative flow more effective. Here, I present it in its full version.

Attentive readers may have noticed that this story is also briefly mentioned at one point in my book Lei e la montagna (She and the Mountain).

One day, a shepherd found a flower unlike any other. He held its petals in his hands, savoring its infinite beauty. That radiant soul seemed full of kind feelings toward him, but something was calling it elsewhere.
“Sometimes, to have something, you must let it go,” he thought. And he opened his hand, allowing the wind to carry the flower away.

For days and days, the shepherd waited, fervently hoping that the wind might bring his flower back to him. The more he looked to the horizon in search of it, the more he could feel its fragrance. The deeper the longing for love grew, the more his soul filled with its memory.

Every morning, he woke with the hope of finding the flower waiting outside the mountain hut. But as time passed, nostalgia turned into fear: what if those petals never returned? And if they did, what if their magnificent colors were gone? Yet he realized that it was not distance that could erase beauty, but only the absence of freedom.

And so, he decided to set out, abandoning fear to embrace hope.

In his long journey, the man crossed borders and countries. Along the way, he realized that the best parts of what he saw were reflected in his own eyes. He also began to understand the innermost desires that grew within him as he moved forward. The shepherd yearned, with all his being, to share these newfound insights with the flower. He took some blades of grass in his hands, blew them into the air, and looked to the sky. He thought of when, some time before, he had done the same with the beautiful petals that now filled the most cherished spaces of his heart. He realized that, all around him, throughout life, he had seen so many journeys begin and end—without even noticing.

He looked at the sky once more. No flower, no blades of grass in his fingers. He closed his eyes and sent a kiss to the wind. The wind would know where to take it.

His journey was nearing its end. The man climbed onto an old cart to cover a long stretch of road. Along the way, he read through notes he had written some time before and decided to write more. He thought that a story must have the shape of a rainbow to be complete. And, like a rainbow, it must have many colors to be beautiful. It is within the seven colors of the spectrum that the meaning of every story lies—and the reason why it is worth telling.

So, he wrote. And as he did, he realized how much he had changed. Everything was now clear in his mind. With emotion, he recorded what he had understood:

"In renunciation, and in recognizing the richness even in its absence, lies what truly matters. And in love—unreserved love—everything that matters is found."

He set down his pen and looked around from the height of the cart: the mountain hut was now close.

He no longer felt like a shepherd but simply a man. He looked at the landscape and felt the positive vibrations of the place. Was it his new sensitivity that allowed him to feel them? What powers lay hidden out there, and where?

He understood that everything emits energy, and sometimes, those energies simply swirl together, chasing one another, creating further positive energy. He split a piece of fruit in half and saw the energy of the universe within it. He was not surprised; he had merely learned to see. He imagined the vitality of his own essence swirling in the air alongside the energy of his flower. He envisioned them chasing each other like two hawks over a meadow, creating colorful spirals in the hues of the rainbow. He could see the two hawks, now chasing, now soaring together, now parting for a moment, waiting for the next reunion in their infinite and marvelous flight of love.

In this vision, he felt the air stirred by the wings of those two enamored souls, and in that moment, he understood the origin of the wind. The wind, to which he had once entrusted the petals of his love, then a handful of blades of grass, and later his kisses. Everything was connected, everything had meaning, and that meaning had the arched shape of a rainbow.

Beyond this, the mind of that simple man, traveling homeward, could not see. But he had understood far more than he could have hoped.

“What I have not yet understood,” he thought, “someone else will grasp, and if I am fortunate, it will be explained to me. The rest—the part no one will ever understand—is hidden there, among the colors of the universe. And in the wind.”

3. NO TEQUILA FOR KIKI

This was an idea for a novel. I really like the setting, having experienced it myself. Consider it as something that may never become what it could have been, but perhaps one day it will—who knows. Even in this scenario, the protagonists are searching for something better, for a change, for growth...

The Africafe was the classic refuge for white people in a city of Black people.
Clean, cool, tastefully furnished, it was the only place within miles capable of satisfying a Westerner's tastes. Located in the center of Arusha, with a decent Wi-Fi connection, it was a must-visit spot for anyone looking to escape the chaos of an African city.

In that café, the persistent street vendors couldn't enter. They stopped at the sidewalk, hoping to attract customers' attention with their merchandise—fly swatters, Tanzania T-shirts, city maps. Inside, tourists, expats, and local employees from the nearby UN office enjoyed a moment of peace, chatting or browsing on their smartphones and laptops.

Kiki and Ben were seated at a table near the entrance. Unlike most of the patrons, they weren't absorbed in their devices. The café, with its dark walls and Western-style decor accented by African touches, was bustling that August morning. They had ordered fruit salad and ice cream and, as usual, were casually planning their future.

Ben was tired. He'd had enough of Africa—the ugly but expensive room, the frequent power and water outages, the fascinating yet ultimately too different culture.
Kiki, on the other hand, was happy there: for her, Africa was precisely the kind of diversity she had always sought.

«I think we've become like everyone else.»
«What do you mean?»
«You know what I mean. When we first arrived in Arusha, we hated this place. We saw it as a refuge for Westerners tired of the real Africa, a couch for weary butts after some boring safari in the parks nearby. And now here we are, like everyone else, pretending this is Africa too.»
«Come on, we don't come here that often. What's wrong with you today?»
«I want to leave, Kiki. Actually, I want us to leave!»
«Here we go again, my handsome man lost in his paranoia!» said Kiki, brushing her red hair aside and flashing her usual smile.
«I'm not paranoid. You know I'm just being realistic. Look at us: we're not enjoying it here anymore, we've done everything this place has to offer, and we're not earning enough.»
«Oh, how dramatic! Come on, Ben, don't you remember when we said we wanted to be far from everything, living on whatever life brought us?»
«Yes, love, but we're spending too much. And besides... we're not having fun anymore. Look at where we are—holed up in a place that's the opposite of the real Africa. How much longer do you think we can go on like this?»

Ben paused, then added, «How much longer will you want to take tourists to see giraffes at Ngorongoro? Earning just enough to barely cover food and rent? I want more... and there's not even a beach here!»
Kiki laughed. «The beach? Really? That's what you miss?»
«Yes! And the waves. The traffic is suffocating me. Don't you miss feeling free? I'm done helping stingy tourists plan their climb up Kilimanjaro.»

Kiki sighed, nibbling on a piece of fruit. «And where do you want to go?»
«South America. Argentina, for example. They have it all: the Andes, the sea, the cities...»

«...and stunning women, right?» she asked with a sarcastic grin.
«Well, sure, but you know I only have eyes for you!» Ben replied, batting his eyelashes playfully.

Kiki burst out laughing. «You're such an ass. When we get there, you'll leave me for the first tango dancer you meet!»
«Hey, you said when! So, it's decided? We're going?»
Kiki looked at him with a soft smile. «Yes, maybe you're right. Maybe this adventure is over. It's time to go... and besides, I've always wanted to learn how to dance.»
«Yes! Then let's toast... tequila?» Ben suggested.
«I don't think they have it here, and anyway, you know... no tequila for Kiki!»

They laughed, toasting with the bowl of ice cream and plate of fruit salad. Ben slid over to sit next to her on the couch, wrapped his arms around her, and kissed her on the forehead. She rested her head on his chest and murmured, «I love you, you ass.»

A PATH OF STONE

The valley stretched quietly beneath the morning sky, a green sea interrupted by the jagged lines of the mountains and the winding stream. Luca stopped, his breath heavy, mingling with the rustle of the wind through the leaves. In front of him, the stone path kept climbing, steep and treacherous, toward a peak that seemed unreachable. It had always been like this in his life—a constant uphill struggle. Years spent battling against himself, against the doubts and uncertainties that had kept him stuck at the base of the mountain. But today was different. Today, he had decided to climb. After Chiara's rejection, he had found the will to change. Finally.

Every stone became a memory of his past failures. There was the time he abandoned a project halfway, convinced he wasn't good enough. Or the other time when he allowed fear to speak louder than his courage. Or the worst time, when he had wanted to say so many things but ended up staying silent. But now, as the sun began to filter through the branches of the last scattered firs, Luca felt something shifting within him. Already halfway up the mountain, he wasn't the same man who had started the climb.

Every drop of sweat turned into a promise. Every step forward was an act of faith toward the person he wanted to become. His legs trembled, his breath grew short, but he persevered. At the top of that small mountain, he felt he might discover a version of himself he had never even dared to imagine: stronger, determined, and self-aware.

Finally, he made it. He scaled the last climb, the last few meters of that stone path. The world opened up before his eyes. And, in that instant, he felt transformed.

The mountains, on the other side of the valley, danced with the sky, and he felt like part of that immense painting. He let himself fall onto the grass nestled among the rocks, staring at the sky. He laughed. Laughed with joy, with relief, and at a truth he now understood: the victory hadn't been reaching the summit but deciding to climb in the first place. How had he waited so long to make that decision? How had he stayed still for so much time? Now that he had shaken off that absurd inertia, everything seemed clearer. This was just the first step toward new horizons. And he felt happy.

He closed his eyes, his heart still pounding.
He made himself a promise: he would never stop climbing or striving to improve. There were so many mountains around him. And from those mountains, he would see even more. The challenges would never end. But he finally felt he had found the strength to face them.

If you're reading this PDF, it's very likely that you're subscribed to the Cuorecielo.com newsletter. This small gift is a token of gratitude for being part of my little community. If, for some reason, you're not yet subscribed, I invite you to join: it's the best way to stay in touch with me and to discover news, projects, and exclusive content in advance.

Have you read one of my books?

If so, I would be immensely grateful if you could leave a review. Your feedback is important, not only to me but also to help other readers discover my work. Thank you from the bottom of my heart for your support and for being part of this journey!

With gratitude,
Alfredo Paluselli

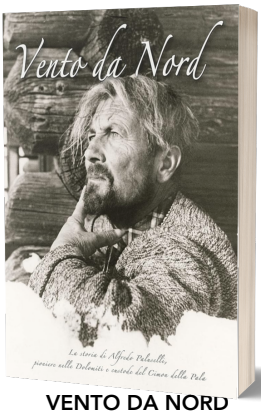
This PDF will be updated occasionally with new content. To access the updates, please download it again.

About the Author:

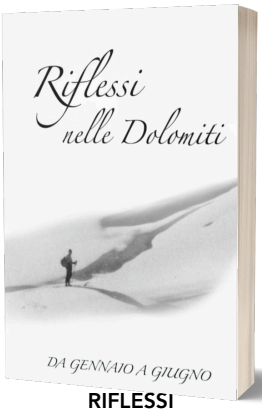
Alfredo Paluselli was born among the mountains of Trentino with a passion for travel and writing. With Edizioni Dolomiti, he published «Vento da Nord», «Riflessi nelle Dolomiti» and «Il Diavolo Generoso», all of which received the Dolomiti UNESCO Patronage. Then, he published the novel «Lei e la Montagna» with bookabook. His fifth book is «Anime Semplici» («Simple Souls»).

blog: cuorecielo.com

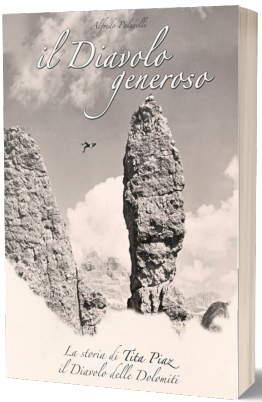
facebook / instagram: alfredopaluselli



VENTO DA NORD
The Story of Alfredo Paluselli. Pioneer in the Dolomites and Guardian of the Cimon della Pala.
Edizioni Dolomiti
2013



RIFLESSI NELLE DOLOMITI
365 days in the Dolomites.
Edizioni Dolomiti
2015



IL DIAVOLO GENEROSO
The Story of Tita Piaz, the Devil of the Dolomites.
2018



LEI E LA MONTAGNA
A true story.
Novel
Bookabook
2023

«Anime Semplici» «Simple Souls» (2024)

Three siblings, triplets raised among the majestic Dolomites, carry in their hearts the weight of a promise made to the mother they never knew. Yet, life has led them far from that pact, leaving them dissatisfied and adrift.

On their thirty-seventh birthday, they finally find the determination to embark on the journey they once vowed to take. This resolution transforms into a long pilgrimage on Shikoku Island, Japan. Along the way, they are guided by Taíki, a wise Buddhist monk who, decades earlier, had shared a pivotal moment in life with their mother.

As the three siblings face the challenges of the journey, their beloved grandfather Gregorio, known as "the Grinza," secretly decides to return to his mountain refuge. It's one last, perilous, and incredibly difficult climb to reconnect with his true essence.

«Simple Souls» is a novel about the power of memory, the force of nature, and the pursuit of happiness. It is a journey through the depths of the human spirit, leading the protagonists to free themselves from the past and the unnecessary, embracing a future of hope and renewal.


Alfredo Paluselli
ANIME SEMPLICI
Romanzo