



**Quando sei Felice?**

**Non ho una quantità**, a momenti lo sono di più,  
a momenti per niente, dipende da tante cose,  
diciamo che **sono abbastanza serena e mi basta.**

**Graziella**



I momenti di felicità non si scelgono e non si piluccano a nostro piacimento.  
Essi mi colgono all'improvviso quando recupero un volto che non c'è più,  
**quando mi torna l'eco di parole inghiottite dal tempo,**  
quando mi arriva un'attenzione che non mi aspetto.

E mi gonfiano il cuore...

**E le palpebre si gonfiano di lacrime...**

**Lilia**

**Quando vedo il mare.**

È l'unico elemento della natura capace di mettermi in pace  
con questo tormentato mondo e di creare armonia nella mia anima turbolenta.

**Nicoletta**



Quando vedo sorridere gli occhi di chi amo.

**Lucia**

Io sono felice **quando sto con la persona che amo** di più al mondo.

**Spoon River**

Sono felice per il sorriso di un bambino,

**per pane e nutella e un notturno di Chopin.**

Il sorriso di un bambino è contagioso, ti costringe a tua volta a sorridere e tutto appare più bello. Pane e nutella evoca le merende della nonna.

La complicità con la nonna si misura in millimetri di spessore della cioccolata spalmata sul pane, a dispetto delle raccomandazioni della mamma sempre attenta al sovrappeso dei propri figli.

E Chopin? ...e beh, **le note di Chopin ti portano in paradiso, ti fanno sognare e...**

si sa, i sogni di oggi sono i nostri obiettivi di domani.

**Ettore**



Quando sono felice?

I gesti d'amore mi rendono felice, il mare, una parola detta al momento giusto. Penso comunque che la felicità sia dentro di noi, è un atteggiamento, un modo di vedere le cose.

**Iustendx**

Non desiderare nulla che tu già non abbia...Salute inclusa!

**Ros**

In famiglia.

**Valentina**

Io adesso tanto. Non so quanto durerà.

**Giovanna**

Felicissima perché non lavoro più.

**Anto**

Felicissima perché ho una bellissima famiglia.

**Elvi**

Non sono felice.

**Ugo**

Quando sono in bici, quando scio in una pista vuota appena battuta, quando sul divano di casa nessuno solleva problemi.

**Dino**

Quando il mio sguardo si ferma sul tuo sorriso.

**Roberto**

Sull'autobus tornando a casa.

**Gabri**



Quando i miei sacrifici e le mie rinunce **rendono le mie figlie felici...**  
ecco lì io sono felice, perché so che sto facendo la cosa giusta...

**Patrizia**



Al mare  
**Rosa**

Quando ho il bagno per me.  
**Stefano**

Quando vince la maggicaaaaa.  
**Patrizia**

Quando mia moglie non ha mal di testa.  
**Nico**

Quando il mio stato mentale rimane positivo.  
**Pierfrancesco**

Quando trascorre del tempo con le persone che amo.  
**Anna**

Quasi mai, anzi mai.  
**Antonio**

Quando sto con i veri amici.  
**Giuseppe**

Davanti ad una pizza.  
**Marzia**



Io quando faccio la cacca.  
**Ezio**

Ora! E anche tutte le volte che ognuno di voi...  
**riempie gli spazi vuoti...**  
di giornate un po' no ...  
Grazie Ragazzi.

**Filippo**



Quando sto aiutando le altre persone.

**Elena**

Quando **sen**to il cuore battere forte ed incontro il suo sguardo  
per perdermi nell'infinito,  
ma non è sempre così ed allora mi perdo nel rumore del silenzio.

**Claudio**

Quando torno a casa dopo la terapia e guardo i panni stesi sui balconi  
che **muovendosi con il vento sembrano salutarmi.**

**Simona**



Quando vedo l'allegria negli occhi dei bambini.

**Simona**

Quando scopro che l'avviso di raccomandata non è di Equitalia.

**Claudio**

La felicità è **dentro di noi e la sentiamo vibrare quando  
ci liberiamo dagli schemi** del fare e dell'aver,  
quindi ti rispondo : **"adesso, sempre!"**

**Pierpaolo**



Quando tutto sembra possibile e ogni sfida diventa un'opportunità.

**Stefano**

Le risate che riempiono l'aria, i momenti di complicità: sono felice.

**Luana**

Quando cucino per gli amici.

**Carlo**



Quando sento il tuo profumo nel mio ufficio.

**Nicola**

Adesso!

**Vincenzo**



Quando avevamo un progetto.

**Gennaro**

Quando sono con te.

**Alessia**

Quando sono felice?

Sono felice **quando guardo un tramonto**, il mare calmo, un bambino che ride, sono felice quando corro al lavoro, a fare la spesa, a preparare la cena, sono felice quando sto con la mia famiglia, in compagnia dei miei amici o da sola me stessa, sono felice quando ascolto la musica che mi piace ma anche quella che non mi piace, **sono felice quando penso al Natale**, alle feste di compleanno o anche semplicemente al giorno che ho davanti, **io sono felice sempre**, perché la felicità ce l'abbiamo dentro e siamo noi che la tiriamo fuori in tutto ciò che facciamo.

**Giusi**



Sono felice quando **vedo le mie figlie allegre**, felici, soddisfatte e realizzate,  
quando ho la coscienza pulita, **quando riesco a non pensare al futuro.**

**Maurizia**



Quando alzo gli occhi al cielo e guardo le nuvole danzare.

Quando il sole scalda la mia fronte.

Quando vedo un fiore sbocciare.

Quando scende la pioggia.

Quando cade lieve la neve.

Quando tutto danza attorno a me alzo le mani al cielo...sono felice...**grazie vita.**

**Bruna**

Dopo tanto dolore e sofferenza, **sono felice quando vedo le prime violette nascere**,  
quando cammino tanto tutti i giorni e vedo panorami e natura,  
quando mi preparo un piatto di pasta che mi piace tanto,  
quando trovo persone che mi pensano e che mi aiutano...  
Come basta poco!!!

**Allegra**



Sono felice quando posso stare in mezzo agli alberi, sentire i rumori della natura.

Sono felice quando sto con quei pochi amici con cui posso essere  
quella che sono senza sentirmi giudicata.

Sono felice quando vedo gli **occhi brillanti di mia figlia** e sento la sua risatella  
(che sembra proprio una cascatella di acqua fresca).

Sono felice quando **sono in viaggio** e posso esplorare cose mai viste,  
mangiare cose mai provate, parlare con le persone (anche a gesti a volte!)

**Simona**

Quando un'amica dopo aver pianto si pulisce gli occhi e il naso con la mano, come fanno i bambini e mi dice è tutto ok!

**Giovanna**

Sempre.

**Barbara**

Quando mangio, non sto scherzando.

**Betty**

Quando sono felice?...Quando aiuto...  
nel momento del bisogno e vedere la gioia dall'altra parte...mi rende FELICE.

**Angela**

It's blowing in the wind.

**Benny**

Quando vedo i miei pensieri volare in alto.

**Bruno**

Non si può misurare la felicità, ma bisogna imparare ad apprezzarla.

**Carmela**

Quando i miei figli sono felici, sono felice!

**Laura**

Quando sto bene con le persone e mi rendono felice.

**Mimma**

La felicità è un momento, un profumo, una canzone...  
si apprezza pienamente solo dopo averla vissuta.

**Lucia**



Carbonara, unica felicità!

**Andrea**



La festeggerò questa giornata sono 7 mesi che sono scappata di casa ora malgrado le difficoltà sono serena e libera. **Viva la vita.**

**Nadia**

Quando sono nel mio mondo.

**Susanna**

Quando posso viaggiare.

**Rideacar**

Non ci faccio caso.

**Elisabetta Tassoncini**

Non è necessario inventarsi sempre le cose nuove per essere felici.

**Raffaella Saba**

La felicità non la conosco, non fa parte della mia persona.

Conosco bellissimi, **intimi momenti di serenità.**

**Andrea**

Quando sono felice? Dovrei farci più caso...

**Marcello**

Quando vince il Milan.

**Andrea**

Quando cammino in montagna.

**Max**

Quando vediamo la felicità negli occhi di chi amiamo.

**fioridautorebycleme**



Sono felice quando riesco a perdonare e  
trasformare ciò che è marcio  
in fertilizzante per la mia vita.

**Maria Teresa**



# Grazie

a tutti voi che avete generosamente risposto.



Giornata Internazionale della Felicità 2024  
[www.mtsedizioni.com](http://www.mtsedizioni.com)