A pochi giorni dal World Mental Health Day, i 3nema tornano con un brano che mette al centro i confini e lo spazio personale

Data: 10 gennaio 2025 | Autore: Redazione



A pochi giorni dal World Mental Health Day, la Giornata mondiale sulla salute mentale (10 ottobre), i 3nema tornano con “Ora so chi sei”, il loro nuovo singolo che affronta una delle decisioni più difficili e necessarie in una relazione: riconoscere che l’altro non ti vede, e andartene. Non per rabbia, ma per rispetto. Non per orgoglio, ma per dignità.

Perché c’è un momento in cui capisci che continuare non è più un gesto d’amore, ma di autosabotaggio. “Ora so chi sei” inizia lì. Non è uno sfogo, né un’accusa: è una presa d’atto asciutta, espressa in una lingua che non gira attorno al dolore ma lo attraversa con consapevolezza piena. La voce in primo piano, i versi martellanti e ripetuti: il brano si muove su un tappeto elettrico e scarno, e una struttura compatta che converge su un punto molto chiaro: la fine della relazione come scelta di cura.

«*Lasciami spazio, vattene via da me*»: parole secche, chitarre davanti, un ritornello che chiude la porta e apre una stanza nuova. Una stanza che non basta più. L’aria corta. La frase che coincide con il titolo e con la resa dei conti: *ora so chi sei*. Non è un pezzo di rimpianti: è una canzone sulla

legittimità di difendere il proprio spazio quando dall'altra parte restano ego e silenzi.

"Ora so chi sei" - prodotta da Massimiliano Cenatiempo di *Greys Company*, con foto a cura di Emiliana Piraino -, nasce da una relazione segnata da incomprensioni e sproporzione: quando l'altro occupa tutto, lasciare andare è l'unico gesto onesto. La scrittura procede per colpi netti - richiesta di spazio, coscienza di un capitolo volto al termine, rifiuto dell'egoismo - e atterra su un hook che non concede scampo e fa da sigillo.

Sul piano sonoro, chitarre granulate, basso pulsante, synth asciutti, e dinamiche che spingono il ritornello su un ponte di respiro prima dell'ultima chiusura.

Il tempismo non è casuale: la pubblicazione arriva a ridosso del World Mental Health Day, ricorrenza che ogni anno riaccende l'attenzione su un tema oggi impossibile da ignorare: la tutela della salute mentale anche nelle relazioni affettive. In una cultura che sta finalmente imparando a parlare di confini, di presenza selettiva e di assenza consapevole, i 3nema usano la forma canzone per dire ciò che molto spesso resta taciuto: "non c'è più spazio, non c'è più ascolto, non c'è più niente da salvare."

«Abbiamo scritto questo pezzo nel momento in cui abbiamo capito che non potevamo più ignorare quella sensazione: quella di sentirsi fuori posto in un rapporto a due che dovrebbe far sentire entrambi al sicuro. A volte lasciar andare non è un fallimento: è la cosa più giusta da fare.»

Secondo una recente ricerca commissionata dal *Consiglio Nazionale Giovani* (*CNG*) e realizzata dall' *Istituto Piepoli*, oltre il 55% dei giovani adulti (under 34) ha scelto di interrompere una relazione per motivi legati al proprio equilibrio psico-fisico. Non per egoismo, ma per riconoscere i propri limiti. "Ora so chi sei" dà voce a questa generazione che ha smesso di romanticizzare il dolore. E che ha imparato che restare a tutti i costi non è amore. È dipendenza.

Il brano segue un percorso coerente per il trio gardesano, che con i precedenti singoli ha attraversato le ossessioni sociali ("Money"), l'energia e l'amore per le proprie radici ("Loving Town") e l'identità artistica ("History"). Qui il baricentro è interno. È personale. Con "Ora so chi sei", i 3nema tornano indipendenti, sia nel progetto artistico che nella narrazione: una produzione diretta, una voce che non chiede più il permesso.

«Non è un pezzo che vuole accusare – concludono - ma dire le cose come stanno. Senza giri di parole. Se ti tolgono spazio, smetti di chiedere permesso. Te lo riprendi.»

Con "Ora so chi sei", i 3nema scelgono di non aspettare più chi non ascolta. E cantano la distanza per trasformarla in chiarezza. La fine, qui, è un nuovo inizio.

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/a-pochi-giorni-dal-world-mental-health-day-i-3nema-tornano-con-un-brano-che-mette-al-centro-i-confini-e-lo-spazio-personale/148540