NTONAI · NOVEMBRE 2025

DISIMPARIAMO IL RUMORE

ASCOLTA SU SPOTIFY · APPLE MUSIC · AMAZON MUSIC · YOUTUBE MUSIC

Non sentiamo il dolore che facciamo,
ripetiamo le azioni imparate da chi
veniva prima.
“È sempre stato così”
vi consumiamo il fegato.
“È sempre stato così.”

> *Non è più “è sempre stato così”.*
> *Non è più “non l’ho fatto apposta”.*
> *Siamo noi il rumore,*
> *siamo noi il silenzio,*
> *siamo noi che dobbiamo cambiare.*

È il patriarcato che ci abita dentro,
ci dice “state fermi, è così che si fa”.
Ci dice che valiamo di più,
che comandare è nel genere,
che capirci è un lusso delle altre.

Abbiamo costruito muri con le
abitudini,
e li abbiamo chiamati casa.
Abbiamo creduto
che essere uomini voleva dire non
piangere mai.

> *Non è più “è sempre stato così”.*
> *Non è più “non l’ho fatto apposta”.*
> *Siamo noi il rumore,*
> *siamo noi il silenzio,*
> *siamo noi che dobbiamo cambiare.*

Non è un testo per sentirci migliori.
È un pugno, non un abbraccio.
Pretendiamo di cambiare.
Non chiediamo il perdono.

È il patriarcato che ci abita dentro,
ci dice “sfruttate, senza chiedere mai”.
Ci dice che non serve ascoltare,
che urlare è potere.

Non è scusa, è eredità.
Ma non ci basta saperlo.
Ci togliamo il privilegio,
lasciamo entrare la vergogna.

> *Non è più “è sempre stato così”.*
> *Non è più “non l’ho fatto apposta”.*
> *Siamo noi il rumore,*
> *siamo noi il silenzio,*
> *siamo noi che dobbiamo cambiare.*

Sappiamo di farvi male,
non ci difendiamo,
studiamo,
impariamo,
impariamo a parlarne tra noi uomini.

È il patriarcato che ci abita dentro.
È colpa, è eredità.
Ma possiamo rifiutarlo.
AZZERIAMO IL PRIVILEGIO.
DISIMPARIAMO IL RUMORE.