



R E S I L I E N Z A 2 0 2 0

Roma. 13. Aprile 2020

In un momento dove tutto si è fermato, in cui possiamo vivere solo il presente nell'inquietudine del futuro, ho raccolto la mia esperienza degli ultimi due anni in diciotto tracce: Resilienza 2020.

“Resilienza 2020” è un concept album, una possibile colonna sonora di questo momento o di qualunque altro dove si affronta qualcosa di veramente importante, una prova, e si ha solo un modo per sopravvivere, quello di plasmarsi e trasformarsi in un processo di evoluzione diretto ad un nuovo equilibrio.

La resilienza è un concetto chiave nella vita, è la capacità di sopravvivere agli urti, di adattarsi, in poco tempo, recuperando un equilibrio. E' quello di cui abbiamo bisogno per sopravvivere: una resilienza fisica, mentale, dell'animo.

Marco del bene.





1. L'arrivo
2. Il grande impatto
3. Resilienza
4. Eroi inconsapevoli
5. Madre
6. Come un fuggitivo
7. Cigni sul Viale
8. Fino all'ultimo respiro
9. La nostra rabbia
10. Meditazione inquieta
11. Il sogno di Aisha
12. Soldati
13. Perché ne ho bisogno
14. Contro il tempo
15. Codogno
16. Speranza di Resa
17. La Cura -Rh14
18. Titoli di Coda

L'arrivo

A volte lo vedi arrivare, ne senti la sensazione attraverso un qualche segnale. Una elettricità nell'aria, una strana eccitazione, non sai cosa sia ma qualcosa sta per succedere e lo capisci solo se ascolti il tutto in modo olistico. Non è semplice e comunque non serve a evitare che il fatto accada, almeno non per me.

Il grande Impatto

Nella vita ci sono cose che semplicemente accadono e ti investono e non tutte sono positive. Questo brano è dedicato a questo genere di eventi che ti mettono straordinariamente alla prova.

Resilienza

Resilienza, la capacità di reagire ad un urto e ritrovare una posizione di equilibrio. Siamo forgiati nello spirito della lotta quando basterebbe avere più la cultura dell'amore per venirne fuori e vivere meglio.





Top toolbar:

Left sidebar (top to bottom):

- Histogram
- f/2
- A
- 0,73
- 8
- 0
- 100
- ? A
- 0
- 0
- ? A
- Blu 255
- Histogram
- 255
- ?
- ?
- 20
- 0
- ?
- 0
- 0

Adatta 1 di 22

KUKI2293.NEF



KUKI2294.NEF



KUKI2295.NEF



KUKI2296.NEF

ISO 320 1/160 s f/2 35 mm KUKI2295.NEF

Eroi inconsapevoli
Ci sono persone nella vita che ti
passano accanto e neppure le noti, poi,
in un determinato momento, diventano
fondamentali con un gesto, un'azione.
Eroi inconsapevoli e invisibili
protagonisti della tua esistenza. Amici,
estranei, non c'è una regola, esistono.

Madre
Madre, non poter stare vicino a chi se
ne va è devastante.

Come un fuggitivo
Uscire a piccolissime dosi, solo per
necessità estreme mi fa sentire un
fuggitivo, un pregiudicato. Ogni piccolo
gesto una responsabilità per sé e per
gli altri.



Cigni sul viale

I cigni occupano Milano, i delfini
Venezia, come l'esercito delle dodici
scimmie, sorrido. Gli animali sono
meravigliosi ed è tutto così surreale
quasi da dubitare che sia vero.

Fino all'ultimo respiro

Fino all'ultimo respiro, le cose possono
prenderti fino all'ultimo respiro. A
volte hai l'impressione di non farcela
ma è proprio nel respiro che ritrovi te
stesso, la tua natura, la tua vita.
Inspirare, espirare...

La nostra rabbia

Quel senso di disagio profondo che provo
davanti all'ignoranza, alla violenza,
agli haters, ai semplificatori ad ogni
costo a... Quando non ti senti più parte
di questo mondo e cresce la tua rabbia,
il tuo disagio.



Meditazione Inquieta

Spegnerre la mente, meditare, mi hanno suggerito questa via. Mi sono fatto affascinare dal suono, dalla vibrazione, dalla frequenza e ci sono cascato dentro.

Il sogno di Aisha

Cerco di raccogliere del positivo da questo momento, sogno un cambiamento, una diversa prospettiva una consapevolezza per tutto, Aisha, il gatto, mi porta nella sua visione del mondo che mi conquista

Soldati

Soldati e conflitti animano i miei sogni. Lava, stelle, galassie. Il nero, il vuoto e una creatura di metallo con le ali che vola intorno ad un corpo celeste per trasformarsi in un guerriero giapponese, un samurai, su un campo di battaglia. Soldati e reminescenze di altre vite.

Perché ne ho bisogno

C'è una luce all'orizzonte, è l'amore che mi circonda, è il sapere che non si è mai soli, se si vuole, mai.



Contro il tempo

Costruire, smontare, il passato, il presente, il futuro, la paura, la perdita, la creazione, il tempo... Il tempo che invenzione demoniaca.

Codogno (Ft. Sherol Dos Santos)

L'esercito porta via i legni dalla città. Il mondo guarda. La bellissima voce di Sherol Dos Santos ci incanta.

Speranza di resa

Arrendersi a sé stessi, ritrovare uno stato di equilibrio dalla confusione.

La Cura - Rh14

La cura viene attraverso la consapevolezza dell'essere parte di un tutt'uno, Qui e ora, balliamo nelle nostre stanze e diamo luce a questo mondo come sciamani.

Titoli di corda

Ogni volta che rimetti a posto qualcosa se ne rompe un'altra, una nuova prova.





Scritto, registrato e prodotto da
marco del bene
Etichetta Instant Crush Records
Pubblicato il 20 Aprile

Ufficio Stampa Marta Volterra, HF4

Grazie a Midiware per il supporto con
i synth Arturia e Moog.

Marco del Bene
aka korben mkdb

website
marcodelbene.com
www.korben.it

Instagram
@marcodelbene

Etichetta:
Instant Crush Records
Manager Gianluca Torresi

Photo credits
Alessandro Vona
Andrea Massari
Piero Perilli

COVER ALBUM11
Mazzullo '67

