**«СНГ: СИНДРОМ НАВЯЗЧИВЫХ ГРЁЗ»**

Вербатим, или документальная пьеса
Автор: Александра Котлова

18+

2022 год

Вот один из моих любимых фактов о психических расстройствах: «...к 2020 году в России за помощью в лечении таких болезней обратились 2,1 млн человек». Об этом говорят отечественные данные, то есть цифры Минздрава и Росстата. Это очень много, как минимум два города-миллионника. Но если мы обратимся к исследованиям Института показателей и оценки здоровья (IHME, Университет штата Вашингтон), то число людей с ментальными расстройства в России возрастет до диапазона 15,4 -17,7 млн человек.

Показатели настолько отличны, потому что наши социологи фиксируют исключительно медицинские записи об обращениях пациентов. Как много среди ваших знакомых тех, кто ходил в психиатрическую больницу или психоневрологический диспансер из-за плохого самочувствия, а не ради справки для ГАИ? И не менее важный вопрос – как много знакомых в этом нуждается? В России не принято говорить о депрессии, панических атаках и социофобии. Как сказала одна из наших героинь о поддержке со стороны матери: «Почему грустишь? Не грусти». Так это работает со стигмой, которую увековечили на постсоветском пространстве: будь сильной, не ной, просто роди нам внуков, сходи в армию, это от лени, будь всегда веселым, устройся на работу, а вот наши деды так не выделывались.

В этом росли наши родители, выросли мы и теперь растут наши дети. В интервью с Надей мы затронули такой «народный» термин, как синдром навязчивых грез. Проще говоря, розовые очки и воздушные замки, помогающие детству быть счастливым. Ребенок так много фантазирует, погружается в миры и сюжеты, о которых стоит только мечтать, а потом взрослеет и сталкивается с реальностью. И если ты был слишком большим мечтателем, а сейчас тебе за восемнадцать и ты живешь в СНГ, то психическое расстройство – это логическое следствие.

Об этом говорит и Наташа, которая росла в семье, где пьяный отец побивал маму, и на руках у которой умерла свекровь. И Никита, который учился в провинциальной школе, обожая звезды, а в итоге один ухаживал за бабушкой с онкологией и после ее смерти потерял все эмоции. И Кристина, которую отдали на художественную гимнастику, чтобы не сломала спину на спортивной, но вместо медалей она получила болевые обмороки из-за многолетнего голодания. Надю всю жизнь винят родственники в том, что она неблагодарная – ее мать хотела сделать аборт, но передумала, и где же спасибо? А Александра больше не бегает по селу с мальчишками, теперь она спасает друзей от селфхарма и ощущает себя роботом, потому что не знает, кто она в этом мире.

Мы проводили с ними интервью по несколько часов и расшифровывали их со слезами. Мы репетировали их жесткие слова и повторяли закрытые позы. Мы разделили наивного ребенка и взрослого с нарушенной психикой. Но есть ли это разделение на самом деле, если многие наши травмы родом из детства? Наши герои не просят помощи, потому что уже прошли через огонь, и воду, и «адскую систему психиатрии в России, которая тебя, дай бог, если не покалечит». Вместе с ними мы пытаемся донести другую мысль: принимайте людей такими, какие они есть, они другими уже не будут.

*Александра Котлова – интервьюер, автор и режиссер вербатима*

**ДЕЙСТВУЮЩИЕ ЛИЦА:**

**Александра**, 21 год– пока не рассыпается, пошла к психологу, потому что сама себе поставила ПРЛ, но в дальнейшем специалист установил другой диагноз. Чтобы чувствовать себя живой и понимать, кто она, ей нужны ярлыки.

**Никита**, 23 года – последние лет шесть постепенно превращается из человека в машину для математических операций. И чем сильнее в неё превращается, тем сложнее ему коммуницировать с людьми.
 **Кристина**, 20 лет – работает корреспондентом. Никогда не думала, что станет им, но стала в итоге. С самооценкой явные проблемы.

**Наташа**, 41 год – парикмахер, мама двоих детей и бабушка одной прекрасной внучки. Очень красивая блондинка, у которой почти сбылись все мечты.

**Надя** – свободная художница. Болеет на протяжении 10 лет, обитает в Питере, иногда в Ставрополе. Живет, работает. Пытается жить.

**Камилла** — голос-признание.

*Герои не присутствуют на сцене*.

Их историями делятся **Рассказчики**, а также **Дети**. Помимо этого, в вербатиме участвуют собирательные образы **Взрослого** и **Ребенка**, не имеющие реальных прототипов.

Так как пьеса имеет возрастное ограничение 18+, роли **Детей** и **Ребенка** также исполняют взрослые актеры. На роли **Рассказчиков** актеры подбираются независимо от гендера, однако желательно, чтобы гендер **Взрослого** и **Ребенка** совпадал.

**ВСТУПЛЕНИЕ**

*Сцена оформлена под условную детсадовскую группу: на полу разбросаны игрушки и книги, скоро появятся дети. В углублении стоят выключенный телевизор и простой деревянный стул.*

*Появляется* ***Взрослый*** *в классической белой рубашке. Безразлично осматривает помещение, затем садится на стул спиной к зрителям и включает телевизор. Медленно перелистывает каналы с политикой, музыкой, юмором. Попадает на мультфильм* ***«Ну, погоди!» –*** *самую пугающую серию нашего детства – «Заяц-робот».**Встает, отходит за телевизор.*

*На звуки мультфильма сбегаются* ***Дети****. Каждый в своем темпе и настроении, некоторые с игрушками в руках – все они собираются перед телевизором. Последним появляется* ***Ребенок****.*

**РЕБЕНОК** (*взрослому, неловко*). Здравствуйте.

***Взрослый*** *внимательно на него смотрит, но не отвечает.* ***Ребенок*** *присоединяется к остальным. Дети смотрят мультфильм, смеются, охают – ведут себя утрированно.*

*На падении Волка мультфильм резко сменяется телевизионной испытательной таблицей и шуршанием.* ***Дети*** *вредничают, но расходятся каждый на свое место:* ***Никита*** *берет энциклопедию со звездами,* ***Наташа*** *наряжает пупса,* ***Александра*** *мастерит рогатку,* ***Кристина*** *тихо напевает колыбельную игрушкам,* ***Надя*** *забивается в угол с альбомом.* ***Ребенок*** *садится на середину авансцены, перед зрителями, и строит зАмок из конструктора.*

*Никто не обращает внимание на голос из телевизора.*

**КАМИЛЛА** (*фоном*). Депрессия разрушила всё. Депрессия влияет на каждый уголок моей жизни. На каждый уголок вообще всего. Нет вообще в моей жизни ничего, что бы ни затронула депрессия. Это самое страшное. Я очень сильно боюсь, что если я вылечусь... Реально. Даже вот страшно говорить такие слова. Что если я вылечусь и вся эта депрессия уйдет, окажется, что там больше уже нет ничего. Потому что я так давно живу в этом состоянии, что иногда мне кажется, что кроме депрессии ничего нет. И я очень сильно боюсь так и остаться этой девочкой в депрессии. Не стать ничем больше, чем просто депрессия.

***Взрослый*** *выключает телевизор и молча уходит.*

**ИСТОРИЯ АЛЕКСАНДРЫ**

*На сцену выходит* ***Александра-Рассказчик****. С непроницаемым лицом подходит к* ***Александра-Ребенку****, останавливаясь за спиной.* ***Ребенок*** *поднимает глаза на* ***Рассказчика****, затем возвращается к рогаткам.* ***Рассказчик*** *смотрит в одну точку в зрительном зале.*

**РЕБЕНОК**. Однажды мы мелкие развели костёр, и друг такой: «Сейчас бензин налью». И он прям канистру вот так выливает. Я не знаю как, не знаю, что во мне проснулось, но я резко отскочила, и вот вот так пламя прошло перед глазами. Я такая: «Ого, ну, я домой, я домой. Сейчас там безопаснее, чем здесь». А еще как-то мы пошли с друзьями на речку. У нас есть один мостик в Курской, единственный сейчас уже, хотя и тогда он ещё висел из последних сил. Вот. И пробыли там минут пять, потому что я с мостика прыгаю в воду, выныриваю, по лестнице поднимаюсь, и там торчал штырь. Вот и я себе вот так рассекла ногу. Это было неглубоко, но кровь. И друзья такие: ой. То есть вот я, истекающая кровью, но, знаешь, все равно с улыбкой.

**РАССКАЗЧИК**. Я никогда не понимала, зачем улыбаться человеку, если он тебе не нравится. Ну, то есть сразу поставь границы: ты мне не нравишься, это необъективно, это мои субъективные какие-то предположение, рассуждения, выводы о тебе. Ну давай просто я тебе не буду улыбаться, и я буду настоящим и ты будешь более-менее настоящим, и, может быть, даже откроемся друг другу с новой стороны. Но вот это лицемерие... С одной стороны я его понимаю и принимаю. Ради своей выгоды какой-то приходится улыбаться тем, кто тебе не нравится. Не страшно, не плохо. Но, знаешь, когда ты улыбаешься одну человеку, второму, десятому – это не может не повлиять на тебя. Это в любом случае станет привычкой, и ты придёшь однажды к вопросу: а кто мне нравится? Ну, какие качества в людях мне нравятся, а какие отталкивают? И ты не найдешь ответа. Знаешь, я даже пришла к мысли, что когда улыбаюсь, я не понимаю, я искренне улыбаюсь или нет.

Я, наверное, для себя выбрала определенную роль: ни горячо ни холодно, ни рыба ни мясо. То есть мне не нравилось выходить на первые позиции и за спинами кого-то оставлять. Потому что зачем? Я боюсь одиночества, мне нравится в кругу людей, но при этом также мне ещё нравится и книжку почитать, зарыться в себя поглубже. Наушники в уши засунуть, и чтобы музыка, вот она была везде. И вообще терпеть не могу это время до 20 лет включительно. *Я чувствовала себя роботом*.

**РЕБЕНОК**. Как-то мне камень прилетел в голову. В лоб. Ну, просто друг кидал, как бы не рассчитал. А мы играли в прятки. Зачем вообще, конечно, кидал, я не знаю. И попал же в темноте. Вот. Я нет бы пойти домой. Не-е-ет. Больница – нет. У меня большая шишка, меня мама убьёт. Натянула капюшон как можно ниже, и я очень, максимально долго не появлялась дома. Пока уже, не знаю, не вышли, не стали звать так: либо ты заходишь домой, либо ты заходишь домой. Ты снимаешь вот этот капюшон и «ой, ну случайно камень прилетел, в голову, сам. Это не мой друг, нет-нет. Просто, не знаю, ну, упала на камень. Наверное, в полёте. Он летел, а я падала».

**РАССКАЗЧИК**. В детстве мы вели, знаешь, дневничок такой в садике: кем вы хотите стать? ваш любимый цвет? сколько вам лет? как вас зовут? что означает ваше имя? Ну и когда мы заполняли этот дневник, мама заполняла, такая: «Ты кем хочешь стать?» «Не знаю». «Может, архитектором, как твоя сестра?» Я такая: «Наверное». Так и записали: *«Как сестра»*.

Я вообще считаю, что максимально ты приблизился к расстройству, когда ты вот так подошел к стене иллюзорной и уже ничего не видишь. Уже ничего не видишь, кроме этой стены. И некуда идти, повернуться. Вправо, влево – никуда. Уже стены окружают. И вот тогда только ты приходишь. Тогда ты просишь о помощи, действительно просишь и что-то делаешь. Я всё равно считаю, что ты очень долго оттягиваешь. Вот я дольше оттягивала, чем потратила время на то, чтобы записаться к психологу, прийти в психиатрическую больницу, сначала взять талончик к психиатру, потом взять направление и отнести в кабинет психолога. Всё. А дольше я оттягивала: да мне это еще не нужно, да и сейчас не нужно. плачу? да нет-нет-нет, завтра будет лучше…

**РЕБЕНОК**. Пусть мои родители не доходили до драк, но, знаешь, моральное насилие существовало. И первый человек – до сих пор пытаюсь обиду к нему отпустить – это, конечно же, мой отец. У него был прикол: напился и высказал всё, что не можешь высказать по трезвому. Ну, это всё заканчивалось унижениями, различными оскорблениями. И плюс когда у тебя есть мать, которая терпит это и говорит: «Не слушай отца, он пьяный, он врёт». И ты думаешь: «Вроде существует поговорка «Что у трезвого на уме – то у пьяного на языке». И как будто ты уже изначально формируешь образ того, что пьяные люди правду говорить не могут. Но при этом сейчас ты разочаровываешься в этом образе, в этой установке в своей голове, потому что могут. И как раз говорят больше правду, нежели лицемерят. У них нет на это сил. Но даже сейчас я ехала в троллейбусе и такая: *что-то по папе соскучилась*.

**РАССКАЗЧИК**. Когда меня приперло к стенке, я пошла сама в психиатрическую больницу. Взяла талончик, зашла к психиатру. Она такая: «Вы кто?» «Я не знаю». Ну, дурацкий вопрос: «вы кто?» Она спрашивала, конечно, фамилию, имя, отчество. А я – никто. Да, было смешно. А когда сидела я рядом с кабинетом, и вот моя подруга, она мне написала: «Сиди. Досиди до последнего». Вот если бы не она, я думаю, я бы, наверное, сбежала ещё. А она: «Досиди. Ты так много сделала, столько шагов сделала, чтобы просто развернуться и уйти? Ну недостойно тебя». Я досидела, зашла.

Мама говорила: «Зачем тебе психолог? Тебе психолог не нужен. Ты сама вылечишься. Будь просто счастлива». Почему грустишь? Не грусти. Ну, советы по типу таких. И это вылилось в то, что однажды ночью она проснулась – и то, она не сразу рассказала об этом случае, а через месяц где-то, она скрывала, волновалась за нас, ага, – она проснулась. Тахикардия. Сердечко тук-тук-тук-тук. С чувством того, что она умирает. Первые признаки панической атаки. Это ещё зима. А она такая: надо подышать свежим воздухом. В ночной сорочке. Просто идти, просто свежий воздух, потому что я умираю – вот всё, что было. По-моему, даже она без обуви была. Просто пошла в огород: замёрзшая земля, снежок ещё лежит, и она походила в огороде туда-сюда, пока бабушка не вышла. После этого она говорит: «Саша, ты представляешь, панические атаки – они существуют! А ты знаешь, у нас вот у всех моих коллег были панические атаки». Вот как. А потом это всё пришло к тому, что каждому из нас нужен психолог.

**РЕБЕНОК**. Я всегда знала, что отец неправильно поступает. Ну, во-первых, почему ты кричишь и говоришь, что моя мама плохая, когда я вижу свою маму другой? Что она тебе плохого сделала? И плюс аргументы, которые он приводил пьяный, – это просто эмоции. Это не аргументы, это не логически построенная цепочка. Это эмоции-эмоции-эмоции. Его кто-то обидел, его кто-то предал – такое тоже было. Ему не уделяют много внимания. Простите, ну, удели себе больше внимания, если ты понимаешь, что окружающие не могут. Много у него внутренних проблем, много внутренних конфликтов. Плюс его обида на отца. Это цикл, который где-то нужно вот кем-то завершить. А я понимаю, что если я это не завершу, может, у моего ребенка тоже будет обида на отца. Мы повторяем судьбу своих родителей. Вот я только сейчас поняла, что я повторила судьбу своего отца обидой на отца.

**РАССКАЗЧИК**. Наверное, знаешь, я жду от людей того, что даю им. Я принимаю людей такими, какие они есть. Ну то есть если нам с тобой не о чем поговорить – ну, ладно. Но если ты за селфхарм – в отношении себя, – я это приму. Я… не знаю, буду держать твои кулаки, пока ты там будешь пытаться ударить. Ну, не знаю, встану перед стеной, пока ты такой: «Дай мне это сделать». Но как мне не принимать тебя? И поэтому *принимайте меня такой, какая есть. Ну, я другой не буду.*

Я уже знаю, как хочу умереть. Не в плане самоубийства. Нет-нет-нет. Я знаю, как я вижу свои похороны. Опять, я сразу сказала друзьям: «Никакого гроба. Кремация. Мне всё равно, как это будет происходить. Если я не переживу своих родителей, как бы это ужасно ни звучало, то мне плевать, вынесете моё тело из морга. Вы не дадите им меня похоронить в гробу, потому что я этого не хочу». Подруга подала идею: «Ну, может, половину я развею над долинами Ирландии, а вторую половину, ну знаешь, смешивают с землёй и… дерево». Представь, я её не переживу, к примеру, она посадит дерево. Дерево однажды вырастет. Я не знаю, прекрасный дуб. Пусть дуб. И ее дети вырастут тоже, спросят: «А что это за дерево?» И она расскажет прекрасную историю.

***Рассказчик*** *достает из-за спины фигурку робота и ставит перед* ***Ребенком****.*

**РАССКАЗЧИК**. Твое первое воспоминание.

**РЕБЕНОК**: Последняя группа перед школой, и я помню, как я ползала на коленках. Ползала на коленках, и, знаешь вот, максимальная беззаботность. Чувствую лёгкость. За спиной у тебя ничего нет, перед глазами твоими — ковер, а он такой мягкий, он такой яркий. И свет такой яркий. И плюс в джинсах ползаю на коленях. Хотя, видимо, я бунтарка была, потому что ещё с детства бабушка всегда говорила: «Не ползай на коленях в садике, протрешь дырки».

***Ребенок*** *берет робота и откручивает ему голову.* ***Рассказчик*** *рывком поднимает* ***Ребенка*** *и уводит со сцены.*

**ИСТОРИЯ НИКИТЫ**

*На сцену выходит* ***Никита-Рассказчик****. С непроницаемым лицом подходит к* ***Никите-Ребенку****, останавливаясь за спиной.* ***Ребенок*** *поднимает глаза на* ***Рассказчика****, затем возвращается к атласу звезд.* ***Рассказчик*** *смотрит в одну точку в зрительном зале.*

**РЕБЕНОК**. Мне, как большинству детей, капец не нравилось ходить в детский сад. Плюс, ну, мне были интересны книжки про динозавров и фильмы про космос, а в провинциальном детском саду дети такие: я стану банкиром, и у меня будет много денег. Я такой: ну как? Звёзды же, красиво, классно, космос большой, вот. И мне это… меня поэтому очень напрягало находиться в детском саду.

**ВЗРОСЛЫЙ**. И у меня наступила такая вот точка, когда у меня, я не знаю, как это сработало, какой-то защитный механизм, у меня все эмоции просто отключились, потому что невозможно это всё через себя проводить. Я сижу у неё на квартире на какой-то советской софе скрипучей и думаю: «Так, ну, мне сейчас нужно ей сказать, что мы расстаемся и уйти так, чтобы у неё типа не возникло желания меня догонять». Но она очень импульсивный и очень, такой, с изюминкой человек. Она может собой что-нибудь сделать, то есть у нее был там опыт селфхарма и таблетки она жрала. И я думаю, она может, типа, что-нибудь с собой сделать и помереть здесь. И мне все равно вообще. То есть из-за моих действий может умереть человек, а мне плевать абсолютно. Я ушел, хлопнул дверью и прихожу домой, такой: ну а вот что ты за человек? Типа, ну нормально всё?

Ну, я поговорил сам с собой, такой: да пусть делает, что хочет. И мне стыдно стало, естественно, но я с этим ничего не мог сделать. В общем, в тот момент что-то внутри меня решило, что эмоции — это лишнее в такой ситуации, можно без этого. Потому что если это все воспринимать эмоционально, то это очень тяжело как по отношению к другим людям, так по отношению к себе. Потому что для этого *нужно мочь себя простить за какие-то вещи*. А это тяжело. И вот с тех пор как-то не задалось.

**РЕБЕНОК**. Нас всех загоняют на тихий час, и я не хочу спать днем. У меня соседка, у нас сдвинуты кровати с девочкой, которая писается под себя. Это единственная девочка такая в группе, и она мне досталось в качестве соседки. Все-таки как-то не очень. И заходит воспитательница и говорит, типа: друг, за тобой пришел отец. А у меня отец, он в то время работал вообще всегда. То есть я его очень редко видел. Типа за тобой пришел отец, я такой: чё, в смысле? Я выхожу в переднюю комнату, где переодевались, и там стоит мой отец: «Меня сегодня отпустили со смены». Там что-то случилось такое, что его смогли отпустить. «Я записал на кассету «Пауэр рейнджерс», пойдём смотреть». И вот это вообще лучшее чувство за всё моё детство. Можно не идти в детский сад, можно побыть с отцом, можно посмотреть «Пауэр рейнджерс». Великолепно.

**РАССКАЗЧИК.** У меня заболела бабушка, у нее был рак. Надо сказать, что я в это время жил с ней и с дедушкой прямо здесь, в этой квартире, вот. И мне было её очень жалко, но было очень страшно, и, короче, я изолировался для того, чтобы не помогать дедушке за ней ухаживать. А потом дедушка не выдержал нагрузку, я так для себя это трактую, потому что у него обострилась ишемическая болезнь сердца. И он умер. Я должен был повезти ему пирожки, вот, и мне позвонили из реанимации и сказали, что можете не приезжать. Я такой: «Почему?» *«А его в морг забрали»*. Я думаю: «Очень хорошая формулировка, чтобы сообщить девятнадцатилетнему парню, что его дедушка умер, большое спасибо». И я не успел ещё от этого отойти, как внезапно оказалось, что я единственный человек в этом городе, который может ухаживать за бабушкой.

И ухаживать за человеком, умирающим от рака, это не тот опыт, который кто-то вообще в мире хочет испытать, потому что это самый… В общем, когда это родственник, тебе его жалко, но при этом это самый неблагодарный человек вообще на свете. Что бы ты ни делал, он будет на тебя злиться, он будет недоволен и ему будет казаться, что все против него сговорились. Ты ничего не можешь с этим сделать и живёшь в ситуации, когда любое твое действие, вне зависимости от того хорошее оно или плохое, какой у него посыл изначальный, какой ты закладываешь, – любое твоё действие встречается в штыки. А ругаться ты с этим человеком не можешь себе позволить, потому что он в заведомо более слабом положении, вот.

Через неделю, наверное, после того, как бабушка умерла, я увидел в «Твиттере» тренд о советах по психологической самопомощи, когда ухаживаешь за раковым больным, и я такой читаю и такой: «Да, всё абсолютно в точку. Но где вы были полгода назад? Мне бы это очень пригодилось».

**РЕБЕНОК**. Да, потом меня развели мои друзья по детскому саду. Через какое-то время, короче, они снова сказали, что типа за тобой пришел отец. Я такой весь выхожу, а там никого нет. Я очень сильно обиделся на них, это жестоко.

**РАССКАЗЧИК.** Тогда это вызвало панику, что я приду к незнакомому человеку, начну это всё рассказывать. Была полная уверенность, что мне скажут: «Братан, ты просто тряпка, соберись и вообще будь мужиком». И я рационально я понимал, что этого не будет, потому что психотерапевт не так работает, но вот эта вот просачивающаяся черная жижа из глубин меня, она меня подталкивала именно к этим мыслям.

И поэтому я репетировал. Я там рассказывал друзьям вот эту историю. Я пытался, вот, найти такое состояние, когда я могу прям открыться, просто рассказывать как есть, ничего не придумывать, не врать, потому что у меня есть такое, что я могу выкручиваться где-то, вот. И поэтому к моменту, когда я записался на прием, у меня уже прям… то есть у меня была конкретная цель, что я хочу вернуть себе свои эмоции обратно. *Я, как Кай из сказки, хочу вернуть свои чувства.* И у меня была готовность эмоциональная, что всё остальное время я плавленый сырок «Дружба», а в час, когда у меня сеанс с психотерапевтом, я вот типа в состоянии «работаю над собой, работаю с терапевтом».

**РЕБЕНОК**. В начальной школе была ситуация, что, в общем, у нас училась девочка из очень сложной семьи, которая кусалась. Сильно. Она до крови прям прокусывала одноклассникам руки. И у меня был друг, ну, парень, с которым мы ходили до школы, и на какой-то перемене она схватила его за руку, вгрызлась, он не может ее оторвать. И я стою у неё за спиной, смотрю на его испуганное лицо: «Что?.. Что происходит? Меня ест человек, как такое может быть?» А мы принесли для поделок обои. Это была осенняя стенгазета, надо было на обои переклеивать листочки там всякие, гербарии и так далее. И я, в общем, стою, прямо передо мной они двое, она ко мне спиной, рядом со мной стол с рулонами обоев, у меня перемыкает, и я такой: как ты смеешь вообще кусать моего друга?! У меня так сильно всё внутри вскипело, что я ударил ее сзади рулоном обоев. Он мягкий, естественно, с ней ничего не случилось, но со мной и мамой долго проводили воспитательную беседу, что людей нельзя бить.

А через неделю другой одноклассник меня довел, и я кинул в него стул. У нас были панели такие пластиковые в классе, и я кинул в него стул, к счастью, не попал, зато пробил несколько панелей. Пришлось покупать родителям.

**РАССКАЗЧИК.** У меня родственники ещё замечательные. В мании они такие: «Блин, ты такой счастливый! Будь всегда таким!» Они тоже на приколе, они не понимают, что мне не менее плохо в этом состоянии, чем когда у меня депрессия. А с депрессией проще, мы с ней ближе знакомы, потому что она не так редко меня навещает. И иногда я чувствую, что скоро наступит, что у меня заканчивается вот ресурс держания себя в руках, что я устану, и тогда оно придет. И я... очень полезно это бывает, когда тебе... ну, с тобой хотят встретиться, там какие-то планы и так далее, я такой: «У меня запланирован нервный срыв, у меня запланирована беспросветная апатия и грустное курение на балконе, я не могу с вами встретиться». Вот.

Со временем я понял, что *нет смысла делать перед людьми вид, что ты сильнее*, чем ты есть в текущий момент. Для меня он было неочевидным, что можно сказать человеку, что я себя сейчас чувствую очень раздражительным и очень незащищенным, если ты будешь ко мне приставать с чем угодно, даже если это что-то приятное, я выйду из себя. И человек, если он адекватный, он это понимает. Но я долгое время просто этого не говорил, и казалось, что все вокруг надо мной издеваются. Это неправда.

**РЕБЕНОК**. Я привык думать, что у меня было хорошее детство, потому что я жил в такой среде, где я приходил типа в гости к однокласснику, мы после школы сразу приходим к нему домой, выходит с кухни его мать, видит, что он пришёл с другом, и начинает его бить при мне. И я думаю: «Блин, какое у меня хорошее детство, меня не бьют родители, когда я прихожу из школы».

**РАССКАЗЧИК.** Я звоню матери, говорю, что мне нужно найти психиатра по месту, и она такая: «Тебе точно нужно принимать антидепрессанты?» Я говорю: «Мама, у меня неправильно вырабатываются гормоны в мозге. Я сколько бы психотерапией ни занимался, это не сработает, нужно комплексное решение». И она до сих пор… Я записался уже к психиатру сейчас, вот пойду за рецептом, и она всё равно такая: «Может быть, ну, может быть, он с тобой поговорит, и окажется, что нет?»

Вот, а отец отец прикольный, он долго-долго-долго мне твердил, что у меня просто есть время загоняться, потому что у меня нет хобби, что типа *вот нашёл бы ты себе хобби, на рыбалку бы ездил, нормально всё было бы*. А теперь отец ведет себя так, как будто ничего не произошло, просто чуть больше мемов мне стал в «Вотс Аппе» присылать. Это его поддержка, так что так.

На самом деле мне иногда кажется, что люди ко мне более относятся с большим вниманием и какой-то осторожностью, чем это необходимо. То есть, ну я конечно как бы грустный и немножко ранимый, но я всё-таки в провинциальной школе 11 лет отучился, у меня есть как бы какой-то панцирь.

***Рассказчик*** *надевает на* ***Ребенка*** *венецианскую маску Комедии.*

**РАССКАЗЧИК**. Твое первое воспоминание.

**РЕБЕНОК**. Бабушка повела меня библиотеку, я совсем-совсем маленький был, мне типа было года четыре. Повела в библиотеку, чтобы взять какую-нибудь книжку, ну в смысле чтобы взять и чтобы она мне почитала, и со мной очень мило общалась женщина-библиотекарь, бабушкина подруга, вот. И в итоге мы взяли какую-то научную фантастику, которую именно она мне читать собиралась, а я увидел атлас типа анатомии человека. Там были очень красивые картинки, и всё, я залип на анатомию человека. Эритроциты красивые капец.

***Ребенок*** *снимает маску Комедии и находит среди игрушек маску Трагедии, надевает ее.* ***Рассказчик*** *поднимает его за локоть и уводит со сцены.*

**ИСТОРИЯ КРИСТИНЫ**

*На сцену выходит* ***Кристина-Рассказчик****. С непроницаемым лицом подходит к* ***Кристине-Ребенку****, останавливаясь за спиной.* ***Ребенок*** *поднимает глаза на* ***Рассказчика****, затем возвращается к игрушке и колыбельной.* ***Рассказчик*** *смотрит в одну точку в зрительном зале.*

**РЕБЕНОК**. Я смотрела мультик. Я уже не помню, что за мультик, про каких-то мышек. И мама говорит: «Я готовила, захожу в комнату, ты смотрела мультик и тут ревешь. Уже просто навзрыд просто рыдаешь». Мама говорит: «Что? Что? Что случилось, Кристина?» А я говорю: «Мам, мышку жалко». Она сильно болела, мышонок ей там что-то носил. Зернышки, по-моему, оставлял, откладывал. А вот она так болела, сильно. Мне так грустно. Мама говорит: «Ну, а что? Как-то плохо закончилось, что ли?» «Нет, она выздоровела, но мне просто ее жа-а-алко, потому что она болела».

**РАССКАЗЧИК**. Я занималась художественной гимнастикой. Я как раз приехала сюда, и мы решили, что мне нужно заняться спортом профессионально. Папа решил. Папа захотел меня отдать в художественную гимнастику, а я не хотела заниматься художественной гимнастикой, потому что мне всегда вот интересно было там всякие брусья, всякие сальто. Я хотела спортивной гимнастикой заниматься. Но у нас в Ставрополе, во-первых, негде. Ну, как бы есть Школа Скакуна, но там акробаты больше, а именно вот спортивной гимнастики не было. И плюс мама сказала, что она боится, что я там себе спину сломаю, вообще перекалечу жизнь, что вообще не надо туда идти. Ну так меня отвели в художественную гимнастику.

**РЕБЕНОК**. Мне было лет пять. Родители, ну, как и всем детям, запрещают как бы у чужих людей брать что-то, там конфеты, не конфеты там. С кем-то идти куда-то. Ну, в общем, мне тоже всё детство твердили об этом. И один раз я гуляла на улице, папа за мной следил из окна, и ко мне подошла наша соседка и подарила мне две конфеты, по-моему. Ну, я как бы взяла, соседка же. Всё, вернулась домой, с конфетами, по-моему. И папа мне говорит: «А где ты конфеты взяла?» А я ему говорю: «Нашла». Он говорит: «Где нашла?» Я ему: «Там». Чуть, ну, в общем, начала врать. Он меня за это наказал.

Я сама не знаю, что тогда мной руководило, но я тогда на него очень сильно обиделась. Встала в угол. Но я как бы всегда становилась в угол, я никогда не уходила. И папа говорит, что вот в этот раз я в углу прям стояла очень долго. Он меня действительно наказал, сказал: пока ты не извинишься – не выйдешь. Я стою и стою, не выхожу. И мама ко мне подошла, она поговорила с папой. Она ко мне подходит и говорит: «Может быть, ты всё-таки попросишь прощения? Это что, ты хочешь простоять до вечера?» Я поворачиваюсь и говорю: «Я буду тут стоять, *пока у меня лицо треугольным не станет*». Я настолько обиделась на родителей, я не хотела ни у кого прощения просить.

**РАССКАЗЧИК**. Соревнования были одни. Нас фотографировали. Я постоянно брала фотографии после выступлений своих. И я когда посмотрела на свои фотки после выступления, поняла, что ни одна не нравится, потому что я правда какая-то прям полненькая. Ну, не то чтобы полненькая, я была нормальной, но для гимнастики это была полненькая. Потому что там на ковре всё видно. Плюс еще камера добавляет каких-то килограммов. У нас же там короткие юбки как бы, ноги должны быть вообще тонкие. Ну, в общем, я поняла, что как бы всё очень-очень не очень.

Здоровое похудение было не для меня. Потому что мне хотелось побыстрее. Чтобы был виден результат. Кто-то там захочет месяц питаться, как-то ограничивать себя в чём-то. Ну, лучше один раз сильно ограничить, чем вот месяц ты чуть-чуть себя ограничиваешь. Это вот у меня так. Я начала смотреть всякие видео, там на YouTube, как люди худели. Читать всякие диеты. В общем я погрузилась в это полностью и нашла «прекрасный» паблик ВКонтакте… Да, «Типичная анорексичка», где вот как раз каждая диета была расписана. Там девочки худели, девочки соревновались между собой. Я, когда посмотрела, думаю: «Ладно, нужно что-нибудь попробовать».

**РЕБЕНОК**. Момент был, когда я с бабушкой жила. В общем, я потеряла свои носки, и я, видимо, на неё не то чтобы кричала, просто говорила «где мои носки?», что-нибудь такое. А она мне сказала: «Сама разбросала – сама ищи». Я говорю: «Я не могу их найти». Она мне сказала, что если она их найдет, то она меня носом натыкает в эти носки. Я как бы не восприняла это всерьёз, но она в итоге их нашла. Она нашла их в бане, и она реально взяла и натыкала меня носом в эти носки. Как какого-то кота, который не туда сходил в туалет. Вот она то же самое. Говорит: «Вот твои носки».

**РАССКАЗЧИК**. Вечер был один. Подруга пришла ко мне перед моим днём рождения, а мы собирались в аквапарк идти. И я мерила купальник. Надела – поняла, что он как-то очень странно смотрится. Что как кости одни торчали у меня, можно сказать. Но мне в то же время не нравилось. Я не хотела как бы толстеть и не хотела, чтобы мне потом говорили, что я там поправилась. *Ну, то есть не хочется, чтобы кто-то вообще замечал тебя.*

Я вышла в этом купальнике и сказала, что мне вообще не нравится, как я выгляжу. Мама моя говорит: «Ну вот видишь, просто сильно худая, поэтому тебе даже не нравится». И в этот вечер мама попросила меня встать на весы. Именно в этот вечер сидела моя подружка, сидела мама, и мама начала прям плакать. Просить меня, чтобы я одумалась и начала есть нормально. Потому что, ну, это вообще, ну вообще не дело. Она мне вот в этот вечер сказала фразу «Я не хочу тебя потерять». И мне так страшно стало. Я до этого вообще даже не задумывалась о том, что там что-то может случится, а тут я как бы понимаю, что реально, что мне мама говорит, что не хочет меня потерять. Это так страшно.

**РЕБЕНОК**. Папа всегда был для меня, как и бабушка, они вот всегда какие-то такие злые. Ну, папа просто… да, он такой сердитый был всегда. Что-то мне там говорил, что-то указывал, а мама как бы смягчала это всё. Я ненавидела делать домашнее задание и обращаться к нему по математике, потому что он постоянно на меня кричал. И я помню, как я написала на листочке – не знаю, зачем, не знаю, почему – я написала на листочке, что я люблю маму больше, чем папу. Так и написала. И положила эти листочки куда-то в какую-то шкатулочку.

**РАССКАЗЧИК**. Каждый начал твердить, что «вау, ты поправляешься!», «тебе так лучше!» Но они как бы, понятно, что они хотели меня подбодрить, но для моего сознания измененного, так скажем, это совсем не было бодростью. Это, наоборот, будто укол в мой адрес, что «ты жирная стала, смотри, какая ты жирная», потому что я смотрела на себя в зеркало, считала себя просто «жиробаской». И плюс вот эти компульсивные переедания, с которыми я не могла справиться. Я вообще себя просто, я не знаю, я… *я себя человеком, наверное, не считала*.

**РЕБЕНОК**. Я думала, там никто их не найдёт, но я никуда не прятала её, просто поставила. А мама мне потом рассказала, что папа нашёл эти листочки, он прочитал это, и у него был шок. Он тогда, ну, он мне ничего не сказал, но мне мама сказала, и как бы я увидела, что он тоже как-то поменялся ко мне. И он мне припоминал потом уже, когда он узнал, что мама мне рассказала. Он мне говорил: «Наверное, ты меня меньше любишь». «Вот ты там не хочешь это делать, потому что ты меня не любишь». «Ты там так поступаешь, потому что ты меня не любишь». И мне постоянно приходилось оправдываться, мне постоянно приходилось говорить, что я его люблю. И вот это прям какое-то унижение, что ли. Это было в детском возрасте, я это написала по глупости, можно сказать. А сейчас мне приходится с этим расхлебываться постоянно.

**РАССКАЗЧИК**. Я похудела в прошлом году летом хорошо, а сейчас опять набрала. И опять вот это вот у меня началось. Ну, уже не так радикально, как это было тогда, но это, конечно, осталось во мне. И да, вот эти вот навязчивые мысли о еде постоянно. Ты думаешь только о еде. После того, как начались все проблемы, думаю только о еде. То есть мои мысли не могут быть заполнены чем-то другим. Вот люди там рассказывают, что они могут не поесть, забыть. Вот никогда я такого не смогу сделать: я всегда думаю о еде, никогда не могу забыть поесть.

Я не могу сказать, что всё закончилось. У меня никогда из головы до сих пор не выходит мысль о том, что как бы я хотела похудеть. Потому что каждый раз, каждый раз, я вижу, что я там набрала ещё, что, ну… В общем, мне кажется, это неизлечимо уже, и оно будет всегда. Просто сейчас уже не так сильно на это обращаешь внимание. Сейчас ты можешь как-то там сказать себе: «Поешь, иди поешь». Но потом всё равно какие-то мысли вот проскальзывают, что как бы могла бы не поесть, и всё, и было бы уже классно.

***Рассказчик*** *достает швейный сантиметр и обматывает вокруг шеи* ***Ребенка****.*

**РАССКАЗЧИК**. Твое первое воспоминание.

**РЕБЕНОК**: Я сижу под столом. Письменный стол какой-то там. Не огромный. И вот я себе под ним сделала типа как шалашик или что-то такое. Я там играю в куклы. Одна. Я не помню, чтобы со мной кто-то был. Я сижу одна, играю в эти куклы, и мне как бы классно всё.

***Ребенок*** *оттягивает сантиметр от шеи, но не может снять.* ***Рассказчик*** *ждет, пока* ***Ребенок*** *сам встанет, и уводит его со сцены.*

**ИСТОРИЯ НАТАШИ**

*На сцену выходит* ***Наташа-Рассказчик****. С непроницаемым лицом подходит к* ***Наташе-Ребенку****, останавливаясь за спиной.* ***Ребенок*** *поднимает глаза на* ***Рассказчика****, затем возвращается к пупсу.* ***Рассказчик*** *смотрит в одну точку в зрительном зале.*

**РЕБЕНОК**. Счастливое детство – это двор. Друзья. Мы решили сделать концерт очень большой на прощание с летом. Это было 30 августа, заранее мы готовились, я шила костюмы, мы танцевали ламбаду, с нами танцевали наши мальчишки-друзья. Мы, значит, развесили объявления, приглашения в соседних домах, стащили лавочки со всех дворов, у всех подъездов собрали лавочки и притащили их к одному подъезду, где большая лестница. И были долгие репетиции. Ставили спектакль, репетировали танцы, песни. Я пела песню Наташи Королёвой «Жёлтые тюльпаны», танцевала ламбаду и участвовала в спектакле. Работали мы дружной компанией, всем очень понравился наш концерт, потом мы зажигали большой, огромный костер. Нас родители провожали в школу. Так было здорово и весело. *Было.*

**РАССКАЗЧИК**. Вышла замуж в 18 лет. Всё-таки как и мечтала. Свадьба красивая, всё было хорошо. Родила дочечку, замечательную. И мужа мама заболела. И вот в один из вечеров вызываем скорую помощь, и врач говорит: «Надо ехать в больницу». Свекровь в этот момент уже не вставала самостоятельно, муж принимает решение, что он остаётся с ребёнком десятимесячным дома. А я еду ухаживать за мамой в больницу.

Для меня это была уже травма. Что как я так, что надо будет горшки носить и ухаживать полностью за человеком. А я, мне 19 лет, я вообще… я не знаю что даже, но было очень страшно. Но я поехала. И неделю я ухаживала за этим человеком, спустя уже там полдня я поняла, что я всё могу, что она всё равно живой, дорогой для меня человек. Мама мужа. И то есть я делала всё: и мыла, и купала, и кормила, и ухаживала за человеком. Ну как бы ей становилось всё хуже и хуже, отнялись почки, перестали работать. Вот. Ну, готовили, что умрет она. Тогда я была рядышком, и так получилось что умерла. *Умерла, держа меня за руку.* Ночью до этого попросила прощения за всё. И было очень страшно. Это была ночь. Санитаров не оказалась в больнице. Это была наша 4 больница, вот. Санитаров не оказалось. Мы, значит, с мужем ночью на каталке через весь двор везли мертвую маму в морг. После этого пришли домой. Ну, было очень-очень страшно, и вот, наверное, с того момента у меня всё и началось. Что закрутился вопрос в голове: *что значит умирать?* что это такое и почему так?

**РЕБЕНОК.** Я была очень увлечена тем, что я там участвовала, все происходило. Нам другие родители накрывали сладкий стол, арбузы, фрукты. Праздновали. Ну, я знала, что придёт папа, мама будет плакать, ругаться. Всё это… то есть это не для моих родителей вообще. Мероприятие все эти. Маме было некогда на трёх работах.

**РАССКАЗЧИК.** Это был апрель, наверное. А в июне я была на работе, подстригала клиента. И началась паническая атака, начался страх, что прямо сейчас, вот я здесь, стою, сейчас прямо умру, и всё. И вот такой страх ужасный. Достригла клиента, со слезами попросила заведующую, наверное, что мне срочно нужно домой, у меня дела, проблемы. Пришла домой. Дома был муж с ребёнком, родители были дома. Я всем сообщила, что я сейчас умру. У меня ужасный был страх, слёзы, ничего не понимала, что происходит. Родители вызвали скорую помощь. Приехали. А у меня уже началась тошнота, и головокружение, то есть вот прям ужас.

Врачи подумали, что у меня отравление. То есть начали промывать мне желудок и отвезли меня в инфекционную больницу. Вот. А там вообще было очень страшно, прям уже до галлюцинаций. Было страшно прям очень. Кладбище. Кресты. Легче не становилось. Становилось только хуже. Меня лечили от отравления, а у меня вот это психическое происходило. Что началось уже… то есть уже зрение стало выключаться. Они подумали, что это шейный хондроз. Сделали рентген мне там. Начали лечить от хондроза, потому что уже я не могла ходить, шаталась вся, видела плохо. Страх продолжался и днём, и ночью. И тут уже начала теряться память чуть-чуть.

Помню, что уже попала домой. Всё так же плохо. Ну, как… спать было страшно. Не спать – тоже. Мама начала искать всяких бабушек, колдуний, ведуний. И возили меня к таким: к одной, к другой. Земля меня притягивала, как сказала одна ведунья. Ну короче. Всё было страшно. Вот я сейчас этот момент не помню, сколько прошло времени. Месяц-два. Ребенку моему был годик, а уже когда я очухалась, наверное, полтора года было. То есть я… хотя я работала. Ходила на работу. Спустя месяца два, наверное, уже, когда я уже там похудела до 40 кг, ну, подстриглась почти налысо. То есть я не знаю, что со мной происходило в тот момент. *Был страх. Был бешеный страх вообще. Смерти. Страх смерти.* И до кого-то дошло, наверное. Меня отправили к психотерапевту.

**РЕБЕНОК.** Пятница, вечер. Мама пришла с работы. Как всегда, готовит, стирает, что-то делает. Я погуляла, тоже дома сижу. Брат, сестра, не помню, были – не были. Трёхкомнатная квартира, мы даже не пересекались, наверное, у каждого где-то свои дела. Они, наверное, позже приходили домой. Приходит папа, как всегда, пьяный. Это же пятница. Поздно. Начинаются крики, скандалы. Драки. Потом засыпал. Мама просит быстро всех ложиться спать. А утром в субботу просыпается папа, по телевизору идёт «Утренняя звезда». Он просит прощения, плачет, говорит, что больше такого не будет. Маму целует, целует меня. Мы с ним ложимся на диван, он меня обнимает, и мы смотрим «Утреннюю звезду». Улыбаемся. Мама готовит обед. И все хорошо.

**РАССКАЗЧИК.** Я… ну, получается, сколько лет… сколько лет, сколько лет... Я лет 14 не обращалась к врачу. А жизнь какая: и плачешь, и переживаешь, и детки растут. И какие-то то у Миши травмы, и Саша в реанимации лежала. То есть ну как бы да, дети маме трепят нервы и с хорошими чувствами, и с плохими, со здоровьем – из-за чего угодно.  Да, есть муж, который тоже то гулял, то изменял, то любил – тоже эмоции разные, да. А я 14 лет к врачу не обращалась, после развода с мужем так вообще… Ну, как бы не после развода, а вот перед разводом. Всё было сложно, конечно, организм истощился. Истощился до такой степени, что опять стало всё страшное-ужасное, уже трясло. Уже физически было плохо, вот. Ну капец, короче. Всё было плохо. Сейчас я хожу к врачу и нАчала принимать лекарства. И жизнь наладилась, всё хорошо. Вот на данный момент я себя больной не ощущаю. Я чувствую себя здоровой. Полноценной, здоровой. Могу смеяться и плакать.

**РЕБЕНОК.** Уже лет в 13 я думала, как... Нет, не в 13, в 15 лет, наверное. Поскорее выйти замуж и убежать из дома. Потому что мне не хотелось там быть. Как правильно это сказать. Ну да, потому что мне не хотелось в доме этом находиться, в этой семье, в этом доме, в этом… Брат и сестра повыходили замуж, женились, ушли, а я осталась с родителями одна. И эти бесконечные ссоры, скандалы. И я думала, что выйду замуж, стану взрослой, уйду из семьи и будет у меня своя семья. Будет муж. Который будет меня любить *и никогда не будет бить.*

**РАССКАЗЧИК.** Так, сколько мне было лет?.. 37, наверное, день рождения. Ну или 36. Я просыпаюсь утром и чувствую себя совершенно счастливым человеком. У меня живые и здоровые родители, мама и папа. У меня двое замечательных детей. Тоже всё хорошо с ними – живы, здоровы, веселЫ. У меня есть муж любимый. У меня есть квартира, у меня есть машина, у меня благополучная семья – всё хорошо. Всё замечательно. И я так решила, что в свои 36 лет, ну, я добилась в жизни того всего, чего хотела. Наверное, работа тоже была у меня. И я вот решила, что «а большего мне не надо в жизни». у меня всё есть, у меня всё замечательно, всё хорошо.

Ну, а буквально через год, того же 20 октября, только уже другого года, я проснулась… У меня, слава Богу, все живы и здоровы: и мама и папа, и сын и дочь, и бывший муж – уже на тот момент он стал бывшим, – и уже не было ни квартиры, ни машины, ни мужа. Но я всё равно понимала, что я самая счастливая, потому что со мной рядышком мои детки, с ними всё хорошо. Я очень счастлива, потому что со мной моя семья.

**РЕБЕНОК.** Была любовь. Я была уже взрослая. Я была взрослая. Да, у меня был мальчик. Прям встречались долго-долго-долго. И да, хотела за него замуж. Хотела. Работала уже в тот момент, у меня было общение со взрослыми людьми. То есть парикмахер, нас было там 25 человек, коллектив, у меня были клиенты. В начале я техничкой почти год отработала, прежде чем стать парикмахером, потом парикмахером уже меня поставили, и общение с клиентами в мужском зале с мужчинами взрослыми, всякими. То есть я была взрослая. Не была девочкой 15 лет, подростком. То есть я зарабатывала больше, чем мои родители вместе, мама и папа. Моя зарплата была больше за месяц, чем у них двоих. Я одевалась, обувалась сама.

**РАССКАЗЧИК.** Я мама, и у меня профессия мамы. И тут, ты знаешь, был такой момент, что Новый год, а Саша куда-то пошла, Миша там, у него свои дела. А я села, и так стало грустно. Я очень люблю Новый год, и вот для меня это действительно праздник, и он должен быть веселый и счастливый. И так как я привыкла жить их жизнями всегда: там, Новый год в школе – бегу, подарки, комитет, учителям, наряды шить, рисовать, всё украшать, всё делать то есть. А тут какой-то момент у меня, так он настал, что *дети выросли. И всё. Мне идти некуда.* На сам праздник вы куда-то ушли, дома украшать ёлку не надо, уже никому это не надо. И, короче, вот какая-то такая пустота настала. Вообще что всё, вот как, блин, жизнь закончилась. У детей своя жизнь появилась, а я буду никому не нужная. А тут крошка родилась, и я поняла, что жизнь продолжается. И только начинается! Что теперь ради нее надо жить. И шить ей костюмы. И праздники. Ходить на все праздники. Счастливой быть нужно, и бежать, и спотыкаться. Теперь все её уже – родительский комитет, будет там бабушка в комитете.

**РЕБЕНОК.** Он меня любил. Конечно же, он говорил: «Схожу в армию», и там всё. Я не собиралась в 15 лет выйти замуж. Я просто думала, что «поскорее бы там 18 лет, выйти замуж скорее бы уже». Была любовь, у нас в планах он должен был пойти в армию – он был на год старше как раз, - вот там пришёл бы из армии, уже мне было бы 18. То есть мы могли бы пожениться там, ну то есть вот такие были планы. Не то что прям в 15 лет убежать из дома. В 15 лет пришла мысль, что не хочу учиться, не хочу ничего. Хочу скорее работать, выйти замуж, семью. Даже о детях думала. Ну вот так вот.

**РАССКАЗЧИК.** Мишенькой была беременная, и повезли игрушки в детский дом. Ну, не в детский дом, а специализированный. Там детки-инвалиды живут. приехали, идем, и кульки у нас с игрушками, с подарками. А детки на улице гуляли. А я уже прям очень такая пузатенькая была, и подбежали детки. их человек пять. Обняли меня за пузо и начали говорить: *«Мамочка, ты приехала, любимая. Забери меня отсюда»*. Ну и всё. Расплакалась, пошла в машину, а муж понес игрушки. Мне хотелось их всех домой забрать, этих котёнков. Ну, вот и не пошла работать в детский дом. Только это, наверное, останавливало, что могу их всех позабирать. Детям своим говорила: «Возьмём деток из детского дома», а детки не разрешали. Сказала Сашенька: «Что мы, мамочка, будем в очереди стоять, чтобы тебя поцеловать?»

***Рассказчик*** *передает* ***Ребенку*** *фиолетовую гуашь.*

**РАССКАЗЧИК**. Твое первое воспоминание.

**РЕБЕНОК**. Пьяный папа. Я не знаю. Кричащий, дерущийся папа, потом просящий прощения. Из счастливых – очень-очень много друзей, мы играли в разные игры. В Казаки-разбойники.

***Ребенок*** *окунает пальцы в гуашь, рисует по всей коже синяки.* ***Рассказчик*** *молча уводит ребенка со сцены.*

**ИСТОРИЯ НАДИ**

*На сцену выходит* ***Надя-Рассказчик****. С непроницаемым лицом подходит к* ***Наде-Ребенку****, останавливаясь за спиной.* ***Ребенок*** *не**поднимает глаза на* ***Рассказчика****, пряча от него альбом с рисунками.* ***Рассказчик*** *не обращает внимания и смотрит в одну точку в зрительном зале.*

**РЕБЕНОК.** Мне нравилось тусоваться у бабушки с дедом. Нас у неё шесть внуков. Мы все плюс-минус одного возраста. И часто нас собирали всех вшестером, и мой дедушка устраивал всякие типа походы с палатками. Короче, всякие штуки прикольные.

**РАССКАЗЧИК**. Я в 15 лет уже начала жить самостоятельно, отдельно от мамы, от родителей. За 250 км от родителей. И моя жизнь была полностью мне предоставлена, вот. И в какой-то момент я поняла, что вот эти тусовки, бессонные ночи, разные всякие конфликты не конфликты, штуки всякие вот эти гормональные – я в какой-то момент понимаю,  что я не справляюсь со своей жизнью. Что моя жизнь куда-то катится, что у меня который месяц всё идёт по п\*\*\*де. У меня по п\*\*\*де идет моя работа, моя учеба, мои отношения с друзьями, с семьёй, и я не понимаю, почему это происходит. Параллельно у меня были соматические симптомы. Я подозревала у себя симптомы всех болезней. *Мне казалось, что я умираю*. У меня начали случаться панические атаки. Я была постоянно уставшая. Я спала по 16 часов в сутки. Не ходила на пары постоянно, и меня захотели отчислить. И моя мама в гневе приехала в Ставрополь: «Это что вообще происходит? Мне звонит куратор, тебя хотят отчислить». Она приезжает, видит, что я опять в овощном состоянии, я объясняю: «Мама, у меня болит голова. Мне очень плохо, меня постоянно тошнит, я не могу встать». Она такая: «Ок, поедем проходить полное обследование». Проходим полное обследование, сдаём анализы, делаем МРТ – вообще всего-всего. Ничего нет. Ничего не находят, и невролог отправляет нас к психиатру. И психиатр такой: «Вы по адресу». Это было в 2015 году, и с тех пор мы с ней душа в душу.

**РЕБЕНОК.** Как-то меня не так поняли или что-то как-то меня обидели, я решила в этот момент, что я ухожу. И мне было очень обидно и очень грустно, и я чувствовала предательство от своих родителей, потому что они ржали. Ну, блин, реально, это выглядело очень комично со стороны. Потому что было лето, я была в трусах, я надела на себя пальто. Попыталась открыть входную дверь – у меня не получилось. И я начала от этого ещё больше злиться, и потом забилась в угол, и орала.

**РАССКАЗЧИК.** Я была в длительных отношениях, где человек очень долго скрывал свою личину. Только когда мы с ним расстались, опять же по моей инициативе. Это, возможно, было сделано в состоянии мании. Ну, вот он очень некрасиво себя повел, когда я уже забирала свои вещи, и я очень много о себе услышала. О том, что я… я психованная, я больная, и со мной невозможно жить. Хотя человек прекрасно существовал со мной полтора года. В одной квартире. В карантин. Он мне сказал, что я не могу нормально работать, что никогда не будет в жизни нормальной работы. Что я зациклена на своем прошлом, что я зациклена на своем заболевании. И что вообще ты всю жизнь будешь влачить жалкое существование больной девки.

**РЕБЕНОК.** У нас с братом очень маленькая разница в возрасте. Времена тогда были достаточно тяжелые, и как бы моя мама уже была тогда на руках с младенцем. И тут, получается, второй младенец, и она хотела сделать аборт. У меня никогда не было обиды на неё, потому что я прекрасно, даже будучи ребёнком, прекрасно осознавала, что это был максимально рациональный подход на тот момент. Но мне всю жизнь все остальные родственники это припоминали и говорили о том, что я должна быть всем им благодарна за то, что я осталась жива. И у меня прям до сих пор есть вот эта вот обида за то, что это был не мой выбор, а мне это ставят в укор.

**РАССКАЗЧИК.** У меня нестабильный эмоциональный фон. Не как у человека эмоционального, не как у человека с пограничным расстройством личности. Я могу впасть в дичайшую вот депрессию до вегетативного состояния, вот как у меня было в первый мой эпизод. У меня случилось потом несколько жестких эпизодов, ещё было четыре. Один из них был вот недавно, поэтому я в Ставрополе. А потом я могу из этого состояния резко выходить в какую-то манию, в которой я могу принимать очень опрометчивых решения. Ну, вот эти вот все симптомы прекрасные наши, замечательные, когда ты переоцениваешь свои возможности, свои силы. Когда ты максимально пытаешься расширить свой круг общения, заводишь абсолютно ненужные тебе отношения, тратишь кучу денег. Зачастую те, которых у тебя нет. Активно пьёшь, даже если тебе нельзя по каким-то максимально объективным причинам типа приема препаратов. Или ещё что-нибудь, когда ты знаешь, что тебе будет плохо, вот. И ты прекрасно понимаешь, что вот это состояние, такие внезапные вспышки эйфории, они травмирующие. *Чем лучше тебе сейчас – тем хуже тебе будет потом.* И вот эта вся энергия, она не берётся из ниоткуда. Это всё воздастся потом тебе. Когда ещё не знала, что у меня биполярное расстройство, я объясняла психиатру, что «вот смотрите, у меня как будто есть какой-то энергосберегающие режим; какое-то время мне очень плохо, потом резко становится очень хорошо, и как будто в это очень хорошо заканчивается вся моя энергия, потом мне опять очень плохо, очень долго плохо, и чем мне лучше – тем мне хуже потом становится».

**РЕБЕНОК.** Нас всегда с братом сталкивали лбами, что «ты лучше; нет, наверное, ты лучше; или ты лучше», поэтому у нас очень долго были плохие отношения. Была обида на родителей за это. Плюс у меня была куча детских обид на моего отца, потому что опять же у него точно такой же диагноз, как у меня. Он инфантильный взрослый ребёнок, который завел кучу детей, и он тоже очень много всего сделал. Вот. Обида, наверное, на него за безответственность.

**РАССКАЗЧИК.** Проблема биполярных людей в том, что ты лечишься препаратами, проходишь там какой-то полугодовой курс. Тебе становится нормально, всё выравнивается, ты чувствуешь себя хорошо, вот. И ты в ремиссии прекращаешь пить препараты. Тебя потом нахлобучивает, тебя может резко выкинуть в манию: всё было нормально, теперь вообще всё прекрасно! Я живу новой жизнью, я вообще всё могу, я сейчас всех раз\*\*\*бу, я заработаю все деньги этого мира. А потом тебя х\*\*\*рит ещё сильнее, чем было.

Расписание у меня было е\*\*\*шься. Это был ад, это был кошмар. Он длился полтора месяца. Я поступила. Мне пришли результаты, я поняла, что я поступила в один из университетов. Я была тогда вот с этим парнем, мы как раз должны были лететь в Ставрополь. И приходит оповещение, мне пишет там моя подружка, поздравляет меня. Я такая: «Сейчас, подожди, я отойду на пару минут». Я просто помню этот момент: я отхожу метра на три, отхожу за колонну в Пулково, *сажусь на пол и начинаю рыдать*. И впадаю в дикую депрессивную фазу. Не знаю, как будто мозг отключился. Моя психика сломалась в этот момент. Я понимала, что я не буду нигде учиться. Я не хочу, я не смогу. Я не буду в том состоянии, в котором человек может учиться в университете.

**РЕБЕНОК.** Брат всегда был физически меня сильнее. И было очень много агрессии со стороны меня и со стороны его. Мы часто дрались. Ну, естественно, никто никогда не сдерживался, и он частенько меня бил. И как-то он меня очень сильно ударил и сломал мне нос. Мне было очень обидно, что он себя не сдерживает. И вот он мне его сломал, а потом сказал маме, что я упала. Она не поверила мне. Потому что, опять же я болею… ну, скорее всего, болею всю жизнь, и все мои действия и слова делили на два. Потому что у меня было всегда амплуа ребёнка и человека, который сам себе на уме.

**РАССКАЗЧИК.** Я находилась в состоянии, когда я не встаю, я не ем нормально, я сплю по два часа в день и больше я не могу спать в сутки. И то, я не сплю, меня просто вырубает периодически. Сознательное состояние, в котором ты пребываешь как будто в полудреме. Я, естественно, в таком состоянии не могу нормально социализироваться. Я не выхожу из дома. Я за август вышла из дома три раза. И то, я бы не знала, сколько раз я выходила из дома. Просто каждый раз когда я выходила из дома, я выходила за продуктами в соседний супермаркет в соседнем доме, а карта дисконтная, и приходили оповещения. В какой-то момент у меня закончились деньги. Я ни с кем не разговаривала, у меня до сих пор висит куча сообщений в «директе». Перестала вслух разговаривать, и я такая: «Ого, это звоночек. Давно такого не было».

Я не была у своего психиатра полтора года. С которой я как раз-таки много лет. Я ей звонила пару месяцев назад, такая: «Мне очень плохо, а что мне делать?» «Ну, собирай манатки, приезжай. Будем что-то с этим делать». Записываюсь к ней на прием. А у меня был прием в восемь утра. Я прихожу заранее, она ещё не в кабинете, еще не пришла на работу. Просто сижу в коридоре и вижу: идет. Захожу в кабинет. Она такая: «Ну, садись, душа моя, рассказывай». И такая: «Ну, сделала вот это, вот это?» «Сделала». «Я тебе говорила, что и как будет?» «Говорили». «Ты сделала?» «Сделала». «Молодец. Вот сейчас позвоню Ольге Николаевне, – Ольга Николаевна – это заведующая стационаром. – Скажу что ты вернулась». Да, явление Христа народу.

**РЕБЕНОК.** Была общая атмосфера в виде разрушения семьи, переезда – общая картина не очень была. И у меня в этот же момент… в этот же период у меня получилось, что близкий друг… он кончает с собой. Вот это была отправная точка, когда моё заболевание запустилось в полной своей красе. Мне было 14 лет.

**РАССКАЗЧИК.** У меня мама часто в последнее время говорит, что типа «не надо было уезжать в Питер, тебя это очень сильно травмировало, ты приобрела кучу заболевании». Короче, надо было потусоваться дома с мамой. Классно было бы, вообще супер. Потом бы куда-нибудь поехала. И я понимаю, что нет, я была бы другим человеком и, скорее всего, не тем, который мне нравится. Сейчас я себя в той или иной степени устраиваю.

Батя у меня просто е\*\*\*нутый. У него тоже всю жизнь были смешанные фазы. Ну, я по крайней мере сейчас понимаю. Он то на два месяца уйдет в запой. Потом у него что-то случается, он решает построить баню. Потом он спускает все деньги на какую-то херню, потому что он решает купить какую-то дорогую машину. Потом набухивается и на этой же машине раз\*\*\*бывается, потому что он хочет убить себя.

**РЕБЕНОК.** Это было мое первое путешествие в мир психиатрических больниц. И у меня случился очень сильный депрессивный эпизод, в течение которого… Он длился несколько месяцев, и в последний его месяц, когда я находилась дома, я перестала спать, я перестала есть, перестала разговаривать вообще вслух. Полностью. Я вообще ничего не помню на протяжении всего года. Это как раз стрессовый период проходил. Я не ходила в школу. Единственное, что я помню, это что *моя мама приходила после работы домой, пыталась со мной разговаривать, а я не разговаривала.* Она плакала, выходила, вот. Ну и как бы случилось нервное и физическое истощение. Я, не выходя из дома, заболела пневмонией. Меня положили в больницу, потом уже из обычной больницы меня увезли сначала в детскую неврологию, а из неврологии – уже в психиатрическую больницу. Я два месяца провела там. Там мне поставили первый диагноз.

**РАССКАЗЧИК.** Я могу как будто жизнь двух людей жить. Да, я живу две жизни и от каждой беру то, что мне на\*\*\*й не надо. Я ничего не выбираю, оно как-то само. Я могу, наверное, тоньше и с разных сторон прочувствовать разные аспекты жизненные. Мне кажется, я за счёт этого очень эмпатичный человек. Вот еще я чувствую людей и устраиваю хорошие отношения. Я не знаю, мне как-то или везёт, или это действительно за счет – у меня теория, что за счёт моей эмпатии всё – у меня очень хорошие друзья, максимально хорошие. Вот мне кажется, если я решу умереть под забором, они не дадут мне этого сделать.

***Рассказчик*** *достает электрическую лампу в форме свечи и передает* ***Ребенку****.*

**РАССКАЗЧИК**. Твое первое воспоминание.

**РЕБЕНОК**. Я родилась в Дагестане. И мы жили в какой-то деревне, где очень часто были проблемы со светом, с электричеством, с водой – со всем в целом. В какой-то момент отключили электричество, нам нужно было делать уроки. И мы поняли, что жечь свои волосы намного интереснее, чем делать уроки. И таким образом я лишилась бровей, ресниц. Вот здесь, если присмотреться, у меня есть залысина. Она там неспроста.

***Ребенок*** *дует на искусственную свечу. Свет на сцене гаснет.*

**ВЗРОСЛЕНИЕ**

*Свет загорается.* ***Ребенок*** *испуганно оглядывается, но никого не находит. Он встает, ходит по сцене, рассматривает игрушки на полу. Возвращается на авансцену и вглядывается уже в зрительский зал.*

**РЕБЕНОК** (*к зрителям на первых рядах, неуверенно*). А где?.. Вы их не видели? Их забрали родители?..

***Ребенок*** *стоит в окружении нескольких небольших зАмков из конструктора, которые успел построить за время историй. Он не замечает, как сзади тихо проходят бывшие* ***Дети****, но уже в белых рубашках. Они собирают игрушки и выкидывают их со сцены и за кулисы — с безразличием расчищают пространство.*

***Ребенок*** *обращает на них внимание, когда с грохотом заваливается один из его замков, который зацепил человек в рубашке.* ***Ребенок*** *испуганно поправляет конструкцию и начинает метаться между людьми, повторяя: «Не надо, не забирайте игрушки, они еще вернутся, отдайте…» Сначала его игнорируют, но когда* ***Ребенок*** *переходит на крик, его подхватывают под руки и накрывают толпой. Одни показательно рушат замки, другие – натягивают на* ***Ребенка*** *такую же, как у них, белую рубашку.*

*Когда рубашка надета, на сцене остается всего пять человек, помимо* ***Ребенка****. Это снова бывшие* ***Дети****. Они усаживают* ***Ребенка*** *на стул так, чтобы он смотрел прямо в телевизор.* ***Ребенок*** *выглядит обессиленным и не сопротивляется. Люди уходят.*

*Оставшись в одиночестве,* ***Ребенок*** *тихо всхлипывает, но не позволяет себе расплакаться. Он решает повернуться к зрителям в последней надежде и не видит, как за телевизором появляется* ***Взрослый****.*

**ФИНАЛ**

***Взрослый*** *недолго наблюдает за* ***Ребенком****, затем с непроницаемым лицом подходит к нему и, взяв за подбородок, поворачивает к себе. Они пересекаются взглядами на пару секунд, и когда включается телевизор,* ***Взрослый*** *отводит голову* ***Ребенка*** *к экрану. Хотя сам продолжает смотреть на него сверху вниз.*

*По телевизору идет нарезка с детскими фотографиями/ утренниками/ выступлениями/ семейной хроникой – это герои вербатима и актеры в детстве.*

**КАМИЛЛА** (*фоном*). Самое страшное, что отнимает у тебя депрессия, – она отнимает у тебя абсолютно твоё будущее. Тебя спрашивают, кем ты хочешь быть через пять лет, – ты не знаешь. Кем ты хочешь быть через год, – ты не знаешь. Что ты хочешь поделать на выходных – ты не знаешь. Ты вообще не представляешь, что тебя ждет впереди. Все настолько плохо, что тебе кажется: выхода нет. И остается… просто терпеть. И очень страшно… очень страшно, что это, короче, никогда не закончится.

*Видео сменяется телевизионной испытательной таблицей. Фоном звучит* ***Манижа – «Сейчас дважды не случится»:***

*«Падала листва на иссохшие поля,*

*Обещая нам тогда, что вернётся.*

*Следующей весной мы же встретимся с тобой*

*И узнаем, что во что обернётся.*

*А пока летит, листва летит,*

*Давай помолчим…»*

***Взрослый*** *опускается на пол возле стула и кладет голову на колени* ***Ребенку****.*

**КАМИЛЛА** (*фоном, громче*). Но я просто знаю, я прям на своем опыте знаю, что это заканчивается. И что с этим можно бороться и что можно жить. И это сейчас дает мне огромные силы. И я точно знаю, что даже если мне сейчас очень плохо, оно знакончится. И будет хорошо.

*На словах «Давай помолчим» телевизор гаснет. Музыка становится громче. На сцене замирают фигуры* ***двух раненых безымянных взрослых****.*

*«...Как деньги не купят нервы,*

*Плевать, кто при жизни первый.*

*Там вряд ли это нужно.*

*Как быстро мы стали старше,*

*Как многое слишком важно,*

*И мы бежим по кругу.*

*Кто первый не значит сильный,*

*Пред смертью мы все едины.*

*Сейчас дважды не случится…»*

**Свет гаснет.**