**Пластический наговор на основе документальных материалов**

*Говорят, потому что все любят говорить о себе и потому что музыка звучит:*

*люди*: танцующие (**Т1, Т2**), волнительный с тошнотой в горле (**В**), голая со шляпой на голове (**Г**), взвинченный с винтом во рту (**ВЗ**), никакая с мочой в животе (**Н**)

*их костюмы-тела-дома*

**Про цементирование в себе.**

**Т1:** Пока что я не устроилась на работу, потому что медицинское образование. Сложно найти что-то, не связанное с медициной, поэтому я сейчас в поисках, ну и параллельно танцую.

Вот никогда не думала, если бы мне тогда сказали лет в 15, 16, когда я была там блин за 100 кг, что я буду танцевать, смех…я бы такая: «что ты говоришь такое?» Я очень стеснялась себя. Я даже боялась, что кто-то на меня посмотрит лишний раз. Я не могла себя проявить нигде, вот кроме того, что я рисовала в студии, а публичные какие-то выступления, это все, дорога мне была закрыта.

я чувствовала себя очень скованно

я чувствовала себя очень стесненной

я чувствовала себя очень некомфортно

Когда ты лишен своего инструмента, ты

как-то

цементируешься в себе

**В:** Раньше я постоянно ходил в кино.

Раньше я постоянно ходил на выставки.

С определенного этапа я стал проводить время только дома.

Запер сам себя.

Некоторое время получал от этого удовольствие, что я вот постоянно в зоне комфорта, ничего скорее всего не произойдет. Но год прошел, и это перестало помогать.

Постепенно, я стал чувствовать, что мне всё равно плохо.

Я лежу в своей комнате, а мне плохо все равно.

**Т1:** Потом, слава богу, этот период прошел, я переехала в Питер. Стала находить какую-то гармонию в себе, я не знаю, с чем это связано, но постепенно, я стала сбрасывать вес. Как-то так так так..и правдами и неправдами и диетами. Я попала на одну волну с собой.

И как-то это так плавно стало уходить.

Это все уходить.

У нас не очень хорошие отношения..с…моей бабушкой, отвратительные отношения. Постоянно был стресс, какой-то негатив, конфликты, ругани. У меня была такая роль в моем детстве, что я была самым худшим человеком в семье, это была я. Мне так определили эту роль. Когда я уехала, то все изменилось. Я уехала в 18. Я почувствовала, что можно жить по-другому.

Блин

Даже не могу сказать бабушка.

Потому что бабушка это что то такое приятное.

Не люблю это все вспоминать.

Набор веса это защитная реакция, я хотела себя защитить. Я очень много ела сладкого, я не могла получить в семье радость, мне надо было где-то еще ее получить. Не знаю, для меня еда была единственным источником какого-то тепла, утешения, согрева. Она мне заменяла все.

**В:** Еда всегда помогает. Поэтому я позволяю себе всякие вкусные вещи по вечерам. Пиццу могу всякую съесть, шоколадку могу съесть большущую с чаем, с мармеладом. Как-то раз я за вечер съел шоколадку, пакет мармелада, пакет чипсов и банку компота. Просто наедаюсь иногда до опупения, потому что напиваться до опупения у меня нет возможности. Пицца хорошая вещь. Жареная картошка с курицей - хорошая вещь. Всё вкусное, всё жирное.

Набил живот – сонливо.

Живот весь в еде в жратве

Набит портящимися гниющими продуктами, переваривающимися слизистой желудка

Слизкой слизистой желудка

Наглотался всеми этими сладостями, жирностями, застревающими в горле, пропихивающимися вниз

Слизкая масса сахара

Смачный рот в жирном сахаре

По кишкам вниз помедленнее к анусу

Чтобы сонливо дольше

Набил живот – сонливо.

*Пищеварение включает в себя как механическую, так и химическую переработку пищи. Химическое переваривание пищи - это гидролитическое (т.е. с использованием молекул воды) ферментативное расщепление крупных молекул питательных веществ до более мелких составных частей, доступных для всасывания кишечником.*

**Т1:** Ну вот потом когда я уехала в Питер, естественно уже новые университетские знакомые, новые знания, конечно, тут я уже расцвела.

**В:** Жить в маленьком городе, вот, что отвечает моей натуре, на самом деле, очень удаленном, чтобы такая сконцентрированная на одном клочке жизнь. Если бы не моя мама, я бы там жил и жил. Но мама решила, что я должен куда-то ехать учиться, активно меня теребила, я и поехал. Да, я здесь стал, наверное, умнее, что-то в себе открыл, но меня это сделало таким, я бы даже сказал несчастным, как бы это было не громко.

**Т1:** И когда я стала сбрасывать, я поняла, что блин, да ведь я же могу танцевать….

я не могла этого представить.

ты не сможешь понять, на что твое способно твое тело,

когда оно скованно

когда оно лишено возможности свободного движения.

Сейчас я все думаю, почему вот я поступила на медицину. А вот, наверное, потому что мне не хватало каких-то таких знаний, для меня это типа экстаз, когда ты получаешь знания. Когда у нас там была анатомия, биохимия, биология, я просто вот вау вау вау…вау вау..потом когда я насытилась этим, я поняла, что ну я не хочу этим всю жизнь заниматься.

И ушла в академ. Это было самое счастливое время в моей жизни, ну вот я прямо гуляла по полной, я познавала себя, узнавала что-то, просто занималась тем, что мне интересно. Мы стали с девчонками тусоваться на вечеринках. Мне так этого не хватало, потому что как раз, когда все начинают зажигать, я этого не могла делать, у меня как-то все поздно начинается. Мы стали ходить по клубам, и не таким, где вот пьют курят, мы нашли айрен би хип хоп место, диджеинг, мы ходили каждую субботу, это было просто нечто.

И там вот я поняла, что я могу танцевать.

И не просто, потому что я это поняла

просто я увидела как люди реагируют на это

я подумала

да ладно

я реально круто танцую.

И меня понесло, я подумала, что вот как я до этого раньше жила. И вот именно с этих вечеринок этих хип хоп айренби вот началось как-то мое отношение

отношение другое к музыке

к танцу

к своему телу

**Про вылетающее колено.**

ну вот я танцевала уже

на одной из репетиций

у меня на самом деле очень очень подвижные суставы

патология

то есть у меня они во все стороны *(показывает)* сгибаются, и плечи, и бедра, и колени

у меня вот очень мягко

патология

очень очень подвижные суставы

во все стороны

***Синдром гипермобильности суставов*** *– это врожденная повышенная гибкость суставов и позвоночника. Врожденная гипермобильность часто сопровождается неприятными ощущениями в суставах или спине.*

С таким телом, с такими суставами нигде, ни в спорте, ни в хореографии делать нечего, это очень опасно. Был очень большой прыжок, ну амплитудный, и я неправильно приземлилась. На пол..

и у меня что-то хрустнуло в колене

со мной это было в первый раз

у меня что-то хрустнуло в колене

Конечно, тогда было очень страшно, я оказалась на полу, я не могла встать, но это было обычное растяжение. Меня сразу повезли в травмвпункт, и когда я сидела, рыдала, мне казалось, что все, моя карьера закончилась, тогда, ну я же не знала, какие бывают травмы, как это все вообще происходит, врач просто сказал – растяжение, колено разбухло, очень больно было на него наступать, оно такое мягкое стало.

А потом, две недели я не занималась

потом снова также вылетело на каком-то прыжке.

что-то хрустнуло в колене

Но я дура, конечно, не пошла к врачу, потому что тот же самый случай, я подумала, опять растяжение. Смысл идти, если тебе тоже самое скажут врачи. Ну я вообще, в больницы не люблю ходить, я думаю, как и многие, конечно. Воооот.

**В:** Я всегда боялся ходить к врачам, но мы к ним все равно постоянно ходили, потому что у меня были навязчивые движения, я вот так вот (*показывает*) тряс головой время от времени. А то, что все идут в школу, а я в больницу по утрам на дневной стационар, а потом прихожу к третьему уроку. И мне всякий раз приходиться «ммнну.ээ..извините, можно». Это очень нервировало, раздражало. То есть где-то нервы лечили, а где-то наоборот портили.

**Т1:** ну колено болело болело

ну еще раз вылетало еще раз вылетало

еще раз вылетало

еще раз вылетало

еще раз вылетало

еще раз вылетало

еще раз вылетало

еще раз вылетало

для меня это стало нормой абсолютно. То, что я там во время каких-то даже уже обычных шагов оказывалась на полу, я привыкла к этому. И в какой-то концерт, я помню, на генеральном прогоне, у меня что-то щелкнуло в нем, я не могла его согнуть.

Это очень больно! Нет, это очень больно, конечно, но у меня низкий болевой порог. То есть я могу зубы без анестезии лечить. Но это правда очень больно. То есть, если с моим порогом таким низким очень больно, не представляю, как это бывает у людей, у которых он высокий.

*Если при минимальном воздействии человеку уже больно, то у него низкий болевой порог, если же воздействие, причиняющее боль, должно быть достаточно сильное, то болевой порог высокий. В психофизике за порог боли принимают минимальную мощность стимула, который в 50 % предъявлений вызывает боль.*

**В:** В какой-то момент я упал со второго этажа, у меня был компрессионный перелом позвонка. Мне его сразу не диагностировали, диагностировали только через год, когда у меня начала болеть голова без остановки неделю, я пошел к врачу, мне сказали, что у меня был перелом, я сказал круто.

*Компрессионный перелом — это травма позвоночника при одновременном сжатии и сгибании. В результате позвонок сдавливается и трескается. Травма возникает при падении на ноги, ягодицы или при вынужденном сгибании тела.*

**Т1:** Вообще не знаю, как тогда дотанцевала, в полуобморочном состоянии. Тогда я поехала к врачу, и у меня уже оказался разрыв мениска. Это конечно уже операция. Мне его вырезали, получается, это такой диск, пластинка между суставами, который не дает растираться суставу. Получается, он разрывается, и какую-то часть убирают просто. Естественно, это уже плохо, потому что связки начинают плохо держаться, сустав начинает быть подвижным. Именно в то время решила, что я хочу пойти учиться на хореографию, это было очень на самом деле печально.

*Мениск - внутренний и наружный хрящи в коленном суставе, имеющие каждый форму лунного серпа.*

Я

Мне

Короче сидела в больнице

я думала

я думала все, сидячая какая-нибудь работа, ну как вот это, не знаю, что угодно, но только не хореография. И ко мне пришел мальчик навестить, он тоже, мы с ним вместе собирались поступать, вот он мне сказал, ты что, ну…подумаешь. А я сижу там с костылями, со всем этим, с перебинтованной ногой. Ну короче, он промыл мне мозги, и в итоге я поступила на хореографа, и у меня там продолжало колено вылетать.

еще раз вылетало

еще раз вылетало

еще раз вылетало

еще раз вылетало

еще раз вылетало

еще раз вылетало

Бывало такое, что я ехала в троллейбусе, я очень люблю стоять сзади в конце троллейбуса, ну так вот у окошечка. И там вот на одном повороте всегда была какая-то кочка, я не знаю, почему, троллейбус всегда эту яму не объезжали, и вот так въезжает в нее, и у меня колено раз и вылетает. Ну просто на пустом месте. Я не знаю, что тогда подумали обо мне пассажиры, это конечно, очень забавно.

Тело, оно же должно же еще принять вот это вот инородное тело, которое в него впихнули, в кости, просверлили. Всю операцию делали не под полным наркозом, а под половиной, и я прямо чувствовала запах костей.

чувствовала запах костей.

Помню, была кафельная стена такая белая

Здесь окно

Здесь отражение

Я видела свое колено

Как его сверлят

Как там кровь стекает

Я это все видела.

Они еще шутили, там был главный врач и его помощник, и вот главный врач говорит, вот здесь посверли, а тот, мол, тихо тихо, куда столько!

*Мениск - хрящевая прокладка, которая выполняет роль амортизатора в суставе.*

С тех пор, я вот с этой штучкой и танцую. Бывает, конечно, иногда больно, но уже привыкла. Была очень долго психологическая травма – приземляться. На правую ногу именно. Потому что все вот эти вот вылеты сустава у меня происходили на прыжках.

**Про свитер.**

**ВЗ:** Это было перед новым годом, мы всем курсом устроили небольшие посиделки. А потом мы с другом решили зайти в бар и продолжить наш отдых. Ну и зашли, и заказали водки. Пили, спокойно общались, а потом у меня уже урывками какие-то воспоминания, наверное, потому что меня ударили по голове. Почему-то с нас требовали больше денег в этом баре, а потом наши вещи как-то были разбросаны. Потом я уже только помню как-то урывками, что мы на улице, я поднимаю своего друга, который упал на забор. Я уже так чувствую, что у меня какое-то смещение, и кость вышла в ротовую полость. Мы отходим, я вызываю такси, и мы едем домой, там нас встречают какие-то друзья, говорят мне, что у меня что-то не так с лицом. А я должен был на следующий день уезжать в Москву. С утра я пошел в травм пункт, там гигантская очередь, у меня постоянно идет кровь, потому что кость разрезала десну, перелом открытый. Я понимаю, что у меня поезд, мне нужно понять, что со мной, я вызываю скорую, она тут же приезжает, забирает меня в больницу. Мы тогда не напились в хлам, чтобы не помнить ничего, просто, видимо, у меня сознание, может от сотрясения, просто выкинуло какие-то моменты.

*Сотрясение — закрытое механическое повреждение отдельных органов и тканей или всего организма, характеризующееся нарушением их функций без грубых морфологических изменений.*

Это очень важно, что я в принципе не чувствовал этой боли

боли, когда мне ломали челюсть

боли, когда мне делали операцию

но после того, как я вышел из-под наркоза

я очень долго плакал

Минут 30 меня никто не мог успокоить

Я почувствовал, как миру больно

Не как мне больно, а как миру больно

Какую-то такую колоссальную несправедливость.

В тот день я вывел для себя такую теорию того, что не надо причинять боль себе, чтобы не множить ее в мире. Вот такая красивая история. Желаю всем на день рождения теперь.

*Челюсть - лицевая кость, в которой укреплены зубы.*

Когда меня привезли на скорой, я говорю, ребят, давайте, сделайте все быстро. Я еще сказал, что я учусь в школе-студии МХАт, они сразу же оценили, типа кто там у вас главный, я говорю, Табаков. Стали расспрашивать. Я говорю, давайте быстрее. Вот, у тебя два перелома, один из них открытый. Нужно делать операцию сейчас, и вы не сможете никуда поехать, потому что 6 дней придется провести тут. И новый год я встречаю в больнице. Я жду этого времени, и там такие доктора прикольные перед новым годом –все уже такие……в движе. И вот приходит мое время, они заходят, кладут меня на этот стол, у них играет какая-то крутая музыка, они все в таких разных повязках, ходят, общаются. Наркоз классный тебе вставляют, ты постепенно уходишь, у тебя мир начинает плыть, ты улыбаешься, такой..джа полный. Ну и вырубаешься. У меня еще палец, кстати. Они говорили, что это ушиб и все пройдет, потом говорили, что это перелом и положили гипс. Потом мне сказали, что это порванное сухожилие и чтобы это починить, нужно операцию делать. Отправили делать операцию, я приехал, мне сказали, слушай, чувак, столько времени уже прошло, тебе надо все анализы все собрать в течении месяца. А мне тоже ехать надо было, они такие – ну если надо, давай, за 25 косарей мы прямо сейчас как бы тебе сделаем, и вообще не вопрос.

Для того, чтобы это срослось, они ставят такие вот титановые шины, то есть вот здесь разрез и туда вставляли, сначала вправляли и прикручивали титановую шину. Как-то изнутри они сюда вставили. Потом мне закрыли рот, вкрутив в него шесть винтов таких в десна, стянули резинками, я месяц не мог говорить, потому что я не мог открывать рот. Ел только через трубочку. Вот эту штуку надо будет снять через полгода, а вот эту можно не снимать. Так что я теперь я наполовину киборг. И когда я помру, меня сожгут, короче я могу сказать, что найдите там железочку эту и оставьте себе на память.

А винты потом вкрутили в мягкие ткани, по сантиметру полтора, наверное, а потом их как бы выкрутили.

*К мягким тканям относятся мышцы, сухожилия, синовиальные оболочки, жировая ткань, волокнистая соединительная ткань, сосуды и нервы.*

Мне делают операцию, я лежу шесть дней в больнице, и потом я еду домой, в Москву. Там мне надо пойти к врачу. Ну чтобы сняли винты как раз. Я очень долго ищу, кто это может сделать, потому что в обычной поликлинике это не делается. Меня отправляют туда, где только за деньги, но в итоге я нахожу клинику, военный госпиталь, где мне могут снять их, достать, открыть мне рот, в общем. Потому что когда мне их поставили, сразу сказали, что снимать, естественно, бесплатно. Чтобы я мог опять разговаривать как минимум. Я приезжаю, мне говорят, что нужно сделать снимок, который стоит полторы тыщи. А я забыл, что мы в России живем, и мне когда сказали, что бесплатно, ну я и не взял денег с собой. Поехал домой за деньгами. Приезжаю, иду делать снимок. Там работают такие прекрасные женщины, они мне такие – вы похудели, мы болтаем, и они мне – ну, мы тебе бесплатно сделаем, не надо платить. Ок, я поднимаюсь наверх. Все отлично. Ну и как же нам выкрутить эти винты, начинают они друг у друга спрашивать. А вы знаете фирму отверток, которыми вас закручивали? Я такой, откуда я знаю, ребята?? Хорошо, что мы с доктором сдружились, я тут же ему пишу вконтакте, привет, слушай, какими отвертками ты вкручивал мне винты, он такой. Вот этими. О! отлично. Потом они такие, смотрят друг на друга, и говорят: слушай, а как нам провести, ну рассчитать эту операцию? Я – ну вы же сказали, это бесплатно. Нееет. Давайте, начинают листать прайс, такие, так, удаление имплатнов – 5 тысяч рублей. А у меня 6 винтов, то есть 30 тысяч. И такие, сами удивляются, типа не не не, удаление имплантов, это слишком дорого. Потом дальше –а вот, давай за анастезию – 6 винтов – 3 600. Я такой епть, ну у меня денег нет с собой, вы же сказали, что это бесплатно. Они звонят своему какому-то начальнику, обсуждают этот вопрос. Потом берет короче отвертку, говорит, открывайте рот, эээээ…подождите подождите, это больно? Ну вы же сами отказались от анастезии.

Они на живую выкручивают все эти винты

Не скажу, что это было больно, потому что все-таки они вкручены в мягкие ткани

Но это было страшно, когда из тебя выкручивают такие железные штыри, это конечно жутко.

Меня бросало в пот, в дрожь меня там обдували, я говорил, мол, давайте перерыв сделаем. Только из-за страха

не из-за боли.

А до этого они должны были сменить резинки, потому что они растягиваются, и они тоже не знали, как это делать, у них почему-то не было их, потом они нашли что-то. Медсестра сняла, начала одевать новую, и она это сделала по-тупому как-то. Она сначала за верхний взяла как-то винт взяла и начала тянуть вниз. Я так понял потом, что надо было сначала щипцами растянуть и одеть. И она тянет вниз, у меня начинает двигаться винт, прорезает мне всю десну. Я кричу типа оу оу оу стоп, вы че делаете. Она такая ой, у вас тут раздражение, играет короче, типа не она это сделала. После этого я подумал, хотя я против каких-то радикальных законов, но надо ввести такую ответственность для врачей, типа ты порвал десну, ну давай тебе тоже порвем. Ну а в чем прикол? Типа ой, извините. Ну и что мне от ваших извините? А я с дырой потом должен ходить. Это же не свитер.

**В:** А я думаю, что все это дурацкое тело просто свитер. Ненавижу его.

Тканевая основа

Прикрытие всего жужжащего клацающего хрустящего вонючего гниющего

Хруст клац хруст клац

Всё только ноет

Лопатки сводятся через сопротивление

Не сводятся

Руки слабые жирные белые волосатые вздыбленные

Мурашки испарина

Ненавижу лопатки

Ненавижу руки

Шея – труба

Вываленный язык мельтешит даёт звуки сглатывает слюну

В гортань падает сопли харча застревает

Ненавижу шею

Гортань

Ненавижу все мои мышцы

Таз

Унитаз

Смердит

волосы вываливаются разваливается коленная чашечка локтевые суставы спина напополам всё через ломоту

Локти сухие высохшие

Легкие черные хриплые

Ноги тяжёлые неподвижные вросшие в пол неподъемные ноги из отвисшей части выросли вниз

Ненавижу

**Про нахлобучивание шляпы.**

**Г:** Я натурщица.

Ну сейчас я позирую ученикам

я позирую реставраторам,

я позирую графикам

я позирую скульпторам

и вот я позирую театральным художникам

я им говорю, эй…скульпторы, когда уже вы во всю свою шестикурсную мощь залепите

когда уже наступит этот великолепный момент

Они ломаются, чего то отсчитывают мне там каждый час, цепляются к каждой детали на моей одежде

Голая

Первый раз, когда я пришла работать натурщицей, мне нужно было отдавать долги за своего парня, который сидел в тюряге, и которому надо было срочно вернуть деньги бандитам, поэтому меня как-то не сильно волновало, большой ли у меня барьер снять одежду. Вот и вообще барьера у меня никогда не было. Вообще, это интересно, когда у девушек есть барьер, типа что женщина должна быть преддверием тайны. Вот. Чисто биологически мы пытаемся этому соответствовать. У нас есть барьер. Но я это давно это перешагнула, еще там лет в 12, когда барагозила, или когда мы ночью голые ходили в магазин, пели там оперу охраннику, всякой ерундой увлекались…поэтому для меня ну…я вообще себя чувствую очень хорошо, когда я ну..раздетая.

Голая

Я прихожу на наброски позировать в разных позах, придумываю разные картины, вспоминаю, ну и не знаю какую позу выбрать, перебираю. Как будто бы я аленушка, как будто бы я родина мать или еще там кто-то, ну и короче начинаю их экзаменовать, какое я типа произведение искусства?

Сейчас я то просто тупо хожу туда как на работу, думаю, когда уже это закончится, а первое время я чувствовала от того, что меня рисуют, не как будто меня трогают, а как будто..…ну как будто меня воспевают. И ….. как римский император короче.

**В:** Был такой период, не очень продолжительный в жизни, когда я решил, что я сверхчеловек, что если я прочел полкнижки Ницше, то я теперь могу на всех плевать, и делать все, что хочу. Я расстался со своей девушкой, которая мне вдруг показалась очень глупой, неправильной, начал какие-то там умные книги пытаться читать, естественно, не долго.

**Г:** Ну..может это потому что мне уже хочется руководить кем-то. А вот когда мной руководят, а я позирую, я этого не выношу. То есть там то, что чувствую себя не защищенной – это ладно. Они не понимают некоторых вещей, типа как я странно себя чувствую, например, один раз ко мне педагог подошел. Капец, у меня такие ассоциации на самом деле жуткие. .ххм..вот. Может быть, я извращенка. Когда ко мне первый раз педагог подошел, и я сидела, ну, я там сидя позирую на портрет, и он ко мне просто подошел сзади, чтобы поправить стул, а это на уровне меня. И…у меня на голове была шляпа, он мне ее нахлобучивает. И мне казалось, он мне когда нахлобучивает шляпу, то есть он мне нахлобучивал эту шляпу, может я порно фильмов пересмотрела, как будто…ну…мне казалось, что каждый раз, когда он мне нахлобучивает шляпу, что я …ээээ…….ему минет короче делаю.

*Мине́т — собирательное название орального секса, при котором половой член пассивно возбуждается ртом, языком, зубами или горлом принимающего партнёра. Минет, помимо человека, обнаруживается у приматов и рукокрылых.*

Голая

Ну потому что он мне на голову давит, и я сижу короче у меня лицо перекашивается, я говорю не нахлобучивайте на меня шляпу, или там..или когда он сзади стул поправляет, он несколько раз поправил, я понимаю, что я не могу ему ничего сказать, чтобы типа он меня не трогал или…вот. Ну от того, типа чувство, что он владеет мной, так сиди и вот тебе шляпу….вот это вот меня. Больше напрягает, чем то, что я

Голая

Ну….еще мне нравится работать у графиков, ну то есть типа у всех художников по профессиям какой-то то разный подход к натурщикам, ну я вот только начала им позировать. Они там просто ухаживают за мной, ну то есть там они делают ширму…подкладывают под меня всякие тряпочки…и…..ну..они очень сконцентрированы, я вот на последнем уроке..ну они почти не разговаривают, и ..ну они типа очень пекутся там что …. Пекутся короче чтобы у меня было все по высшему классу. Вот. Я такое отношение люблю просто. Вот. А бывает, приходишь, и там даже раздеться негде, кидаешь там свои трусы куда-нибудь и думаешь…ну их на фиг всех короче. Ну даже не хочется ритуал какой-то раздевания соблюдать. Тут вроде хочется. Наверное потому что мне просто графика нравится. ну….и еще в общем, от подхода зависит………………….а! ну вот да, я позирую.

Я не считаю свое тело красивым. Может поэтому я не боюсь раздеваться. Мне всегда говорили, что я на мальчика похожа, там кто-то кстати говорит что у меня ну..хорошая фигура, я даже удивляюсь, когда так говорят. Потому что я даже стараюсь ее, ну …что то с ней делать, чтобы типа она там была..ну…поженственней. ..ну всякие там упражнения и все такое я с утра делаю. Мне тоже бывает не очень иногда, там когда я на пляже лежу. Мне там сложнее раздеваться.

Потому что меня там как женщину оценивают, и там другие женщины, которых, у которых женственные фигуры, а я ну…больше на мальчика похожа. Но сильно нет не заморачиваюсь да вообще наверное нет нет….Я только…… ну если например мужчины обращают внимание на кого-то рядом, а не на меня, тогда да, я начинаю задумываться.

Не боюсь раздеваться.

Голая.

**В:** Всё голое дребезжащее вываливающееся

Тканевая основа

Прикрытие всего жужжащего клацающего хрустящего вонючего гниющего

Хруст клац хруст клац

Всё только ноет

Лопатки сводятся через сопротивление

Не сводятся

Руки слабые жирные белые волосатые вздыбленные

Мурашки испарина

Ненавижу лопатки

Ненавижу руки

Шея – труба

Вываленный язык мельтешит даёт звуки сглатывает слюну

В гортань падает сопли харча застревает

Ненавижу шею

Гортань

Ненавижу все мои мышцы

Таз

Унитаз

Смердит

волосы вываливаются разваливается коленная чашечка локтевые суставы спина напополам всё через ломоту

Локти сухие высохшие

Легкие черные хриплые

Ноги тяжёлые неподвижные вросшие в пол неподъемные ноги из отвисшей части выросли вниз

Ненавижу

**Про метафизический танец.**

**Т1:** Мне нравится мое тело

особенно в танце

Это магия

другой мир.

Сейчас я вот сижу

я не ощущаю идеальность своего тела

мне не нравится это это

и вот то

но когда я танцую, мне кажется, что я просто прекрасна

мое тело идеально.

Что я (*смеется*) что..ну..мне все нравится

В танце.

И мое тело

Оно максимально помогает мне делать то, что я даже представить себе не могла.

Я иногда когда танцую думаю нифига себе блин неужели.

А потом когда музыка кончается

когда все ты в обычной жизни

ты уже этого так не ощущаешь.

Я вот сейчас сижу, вот так окину себя – и здесь бы вот подкачала, но как только я начинаю двигаться, я больше не воспринимаю какие-то отдельные части, во мне все прекрасно.

Руки

Шея

голова

грудь

Ты понимаешь, насколько ты нереально хорош.

Хочу просто танцевать.

Когда ты в танце думаешь - все, у тебя ничего не получится. Почему я себя считала крутой – когда я начала танцевать в 21 – потому что я не думала. Я не знала, что такое хип хоп, что такое хаус, брейкинг, мне вообще было, я просто танцевала.

А потом.

Когда ты стал думать над тем как ты танцуешь

что ты танцуешь

скованным становишься

Цементируешься в себе

потому что начинаешь себя а может так

а может так

цементируешься в себе

Да никак

Танцуй

наслаждайся.

И сейчас я пытаюсь вернуться в то состояние с теми знаниями, которые у меня есть и с теми возможностями, не думать как ты танцуешь.

Да никак

Танцуй

наслаждайся.

**Про другой метафизический танец.**

**Т2:** Я понимаю, как клинический психолог, что могу полностью разобрать все симптомы, которые у меня есть, проанализировать их, выставить очень большие схемы.

Но от этого мои симптомы не уходят.

Мое тело по-прежнему болит, например. Хотя я четко понимаю как бы откуда растут ноги, с какими отношениями это связано, но…тем не менее…

я как бы воспроизвожу и воспроизвожу это телом.

Ну психоанализ, если говорить даже в классическом варианте, да, если мы берем…это очень долго, это несколько лет как минимум. И вообще, очень непонятный результат, вот честно. Потому что ну описал там Фрейд пять случаев своих классических…но …и даже не то, что я бы хотела какой-то там быстрый метод, просто телесно ориентированная терапия понравилась мне больше как-то.

Просто в определенный момент я поняла, что надо как бы телом двигать.

Просто становлюсь сосудом

Через меня течет вода

Я настолько пустая

Что проявляю качества сухого вещества

Ноль

Просто становлюсь как бы сосудом, через который течет вода там, определенное содержание, когда там просто вот ну как бы сделать телом настолько пустым, чтобы ты мог проявить качества там сухого или там еще чего-то.

И это определенный ноль, но это другой ноль, нежели психоанализ.

У меня так много радости на эту тему, мне очень нравится это делать, нравится, в том числе еще людей находить, для которых это важно.

Я тогда поняла, что телу больно, как бы отдельно от всего моего анализа. Я просто физически ощущала какие-то симптомы, которые я не могла решить. И которые были какие-то застойные, ну так болела у меня поясница, например. В том числе, там были еще какие-то определенные вещи и они вот как бы не решались никак медикаментозно. Не было ни диагноза, ни как бы поставленного, причины. Но при этом вот, проанализировав, я понимала все механизмы, которые вот запускались, как мне казалось. Но от этого боль то не проходила. огда я просто пошла танцевать.

И ты просто начинаешь расшевеливать вообще всю эту структуру.

Начинаешь видеть как объем.

То есть это как бы как сфера внутри, которая раскручивается определенным образом.

И сначала ты не можешь двигать так.

Потом начинаешь вот как-то мочь по-тихоньку.

Ощущать все пределы болевые.

Тело становится костюмом.

Как платье.

Только через него это как..ну не знаю..как воздух, который его наполняет. И ты манипулируешь им, как бы перенося приподнимаешь его.

Ты настраиваешь свою структуру.

**Т2:** Двигая почкой

Ты зацепляешь лопатку

**В:** Смрадный собственный запах

От каждого движения

**Т2:** Лопатка поднимает руку

Рука движется так, как хочется ей и только ей

**В:** поднятие руки клацает позвонком в шее

**Т2:** Язык начинает шевелиться чтобы что-то сказать

Своим шевелением щекочет гортань

**В:** Язык не шевелится

гортань отхаркивает застрявшую коричнево-зеленую массу соплей говна мочи

**Т2:** Гортань делает импульс шее

Шея поворачивает голову

**В:** Шея не двигается с позывами блевотины

В глазах темнота кружение вокруг своей оси перестук по всему позвоночнику

**Т2:** Голова дарит взгляду настроение

Вжжжуухххх

**В:** Сердце это пульсирующий мякиш розового цвета

**Т2:** Сердце это сосуд

Пульсирует в малый таз

Тазовые кости раздвигаются

**В:** Таз это просто унитаз дырка для говна для мочи для всех этих вонючих струй

**Т2:** Вперед назад вперед назад

Ты чувствуешь это

**В:** Я чувствую как вся моя ненужная набитая во всё горло жирная сладкая еда заменяющая мне что-то хорошее спускается по пищеводу кусками останавливаясь пробиваясь огромными кусками в желудок где кисло где наваливаются все эти бактерии и всё это месиво переваривается чтобы побыстрее спуститься вниз и выйти калом и смрадом

**Т2:** Это ведет тебя вниз

Раз два три

Колени мягкие

Колени елозят

Дают пяткам почву

Пятки отдают в локти

Локти резки

Локти резки

Ключицы дернулись

Раскрылись легкие

Вдох

В рот залетает воздух

Хребет колышется

Поворачивает корпус

Пальцы рук ищут опору

Пальцы рук находят опору

Ноги идут

Ходят ногами

**В:** Всё это просто вонючий сосуд

Двигающийся вонючий сосуд

**Т2:** Это уже танец. Тоже танец.

Ты осознаешь каждую клеточку своего тела

Мое тело это старый дом, в который я возвращаюсь.

Как это сделать – непонятно.

Сегодня так, а завтра так.

Все это я делаю, чтобы мое тело стало живым.

Чтобы с ним я была бы в диалоге.

…… ………….. ……………….. ……

………………………………/ ……/ ……………………/…………. /// …………………………………..//

**Н:** Я лежу в персиковой ванне

и никаких отношений с телом моим у меня нет

вообще

оно ходит

перемещается

но я не чувствую его

не разговариваю с ним

**В:** Прямо сейчас у меня болит шея и спина.

Если я так начну концентрироваться на том, что у меня болит, что не болит, прислушиваться к себе

у меня начнется тошнота

у меня будет кружиться голова

и тошнота

*Тошнотá — тягостное ощущение в подложечной области и глотке, нередко предшествует рвоте.*

Я не могу до конца хорошо сфокусироваться на каком-нибудь предмете

немеет лицо

Не в том смысле, что я хуже вижу, а просто такое ощущение  
У меня много специфических ощущений

Например то, что меня тошнит, когда я нервничаю. Ведь, обычно, людей тошнит, когда они что-то съели не то, это так бывает. А у меня получается, в мозг поступают какие-то такие сигналы ложные, ну я не знаю, как это работает. То ли он не справляется с обилием нервотрепки, которую я ему предлагаю, то ли что-то еще. В общем, иногда меня тошнит, когда я нервничаю. Иногда меня не тошнит. Все работает очень не стабильно, то есть иной раз тошнота, иной раз какой-то зажим, переходящий в отчаяние. То есть я вот так сижу, вроде пока ничего не надо, а потом – сразу мне хочется плакать, сразу мне очень плохо. Еда всегда помогает.

В первом классе меня лечили от нервов, мама меня на самом деле очень любила лечить. И этим самым нервы мои только точила. Всего то навязчивые движения, подумаешь.

*Синдром навязчивых движений входит в целую группу неврозоподобных состояний и неврозов. Иногда этот синдром ошибочно обозначается как невроз навязчивых движений, хотя чаще всего подобное состояние является одним из симптомов обсессивно-компульсивного расстройства психики.*

Когда я переехал в Питер, я так обрадовался сначала, хотя не сильно и хотел, но думал, что всё, все врачи позади.

И тут у меня начинает болеть пятка, что звучит глупо и нелепо.

Просто вот при ходьбе болит и болит

При ходьбе болит и болит

Болит и болит

А к врачу я идти не хочу. Потому что я уже находился, я не хочу портить себе нервы. В итоге я 4 месяца жутко переживая с этой пяткой, пробуя разные народные средства, капустные листы, всякие там фастумгели, всю вот эту пакость, все, что на ум шло. В итоге кончилось это просто тем, что врач сказал, что все нормально, а потом бабушка дала мне какую-то мазь, которую по ее словам используют шахтеры, где там у них копятся солевые отложения в шахте, они помажут и проходит. У меня тоже прошло.

Это надсадило мои нервы. То есть я 4 месяца провел в таком как бы постоянном неприятном состоянии. Потом нам назначают мед осмотр на учебе. Я вхожу в то же состояние, в каком я находился, когда у меня болела пятка, потому что вот я приду, мне что-нибудь скажут. Они же еще не могут сказать дня за два – они говорят за две недели. Я вот живу с этим потом две недели. Я сходил, все хорошо, я прямо выдохнул, прямо как в мюзиклах, шел домой, танцевал.

Той же ночью я просыпаюсь

Той же ночью я просыпаюсь с болью в животе

Расстройство кишечника

я на том фоне, что я этого всего боялся, я во-первых очень сильно обиделся за то, что мне никак не дают покоя. Нет бы просто дома посидеть, попить чайку, кефирчику

*Расстройство кишечника – это состояние, при котором человек испытывает боли в животе и изнывает от нарушений в характере стула. Причем больные могут страдать как от изнуряющих поносов, так и от мучительных запоров.*

я просто взял и наглотался таблеток.

Не чтобы отравиться

я просто сильный такой антибиотик от кишечника выпил штуки три таблетки

У меня начались уже проблемы от этого

дисбактериоз кишечника

И вот с весны до конца августа, я тоже долго с этим валандался, я боялся идти к врачу. Я походил, а потом анализы, которые меня заставили сдавать… там был еще прекрасный эпизод, что я забрал эти анализы и там пишут, что ты ты ты ты ты.. в какой-то степени, это как бы измерение веществ, которые должны быть. А я решил, что это в 18 раз больше нормы, например. Я помню, я это читаю, я чуть в обморок не падаю. Мать мне объясняет, что все нормально, не переживай. Я начал к себе в связи с этим состоянием постоянно нервном прислушиваться в других местах. Ой у меня и это тоже болит, и это вроде то же. Я тогда сходил к урологу замечательно, это то, что видимо рано или поздно происходит с каждым человеком моего гендера. Это впечатление, которое остается на всю жизнь. Прекрасный аттракцион. Ну и короче говоря, где-то вот в то время, у меня случилась первая паническая атака.

*Паническая атака характеризуется приступом страха, паники или тревоги и/или ощущением внутреннего напряжения в сочетании с четырьмя или более из списка ассоциированных с паникой симптомов: Сердцебиение, учащённый пульс Потливость Озноб, тремор, ощущение внутренней дрожи*

Я ехал в метро домой, стал чувствовать, что я задыхаюсь. Паническая атака это всегда страшно, когда в первый раз, потому что вообще не понятно что с тобой происходит. Кажется, что все, ты сейчас упадешь прямо тут. Я каким-то невероятным усилием не упал

не хватает воздуха

кажется, что умрешь

Я дошел до дома, как-то вот лег, успокоился, включил мультики. С тех пор пошла у меня мода, что чуть у меня плохое состояние – я включаю телевизор, смотрю канал дважды два, мультики. Раньше вообще телевизор не смотрел, а сейчас – очень много, к сожалению.

Я постоянно стал прислушиваться, постоянно жаловаться, всем звонить спрашивать – а вот это там ниче? А вот это ниче? Потому что ты привык, что каждый раз живешь, живешь, и че-то происходит, потом ты сидишь в постоянном страхе, надо идти к врачу и так далее. Нервы разболтались. Когда ты какую-то функция своего организма, в данном случае, нервную систему постоянно напрягаешь, она начинает страдать. Постепенно все становилось хуже и хуже, я стал реже выходить из дома, стал бояться ездить в метро лишний раз, боялся там вздохнуть, стал постоянно мыть руки – ну это классическая история. У меня такое отношение, что вот че я там буду что-то делать, если мой организм мне устраивает такие пакости. Это конечно не правильное отношение. Мне сначала об этом говорила моя девушка, но я считал, что она глупая, а недавно еще один человек сказал.

нельзя относиться к своему телу

как к чему-то оторванному от сознания

вроде это единое целое

А я вот считаю

что сознание это я

а тело это костюм

мерзкий неприятный вонючий засаленный костюм

который я ношу

И если костюм где-то протерся

где-то у него там поскрипывает

пуговица начинает шататься

я обижаюсь и ненавижу его

**Н:** Я лежу в персиковой ванне

и никаких отношений с телом моим у меня нет

вообще

оно ходит

перемещается

но я не чувствую его

не разговариваю с ним

Хотя нет, один раз разговаривала. Меня тогда забрали в больницу, у меня там короче в подростковом возрасте случился гормональный сбой.

*Гормональный сбой – это дисфункция гормонального фона, обусловленная патологией эндокринной и нейрорегуляционной систем как у женщин, так и у мужчин.*

Случился гормональный сбой и вообще было неприятно потому что думали что аппендицит а оказалось там по женской части. И это было ужасно потому что я была маленькой не понимала что вообще это а мне там стали короче во все блин дырки засовывать то пальцы то трубки ну проверяли все это я просто плакала лежала. Постоянно плакала и все. А там короче отделение ну там всякие в общем несовершеннолетние лежат кто на сохранении, кому там что-то вырезали. Мне тогда они все показались некрасивыми шлюхами почему-то. Я была ужасно категорична тогда.. Ну да, суть не в этом. Короче мне было просто постоянно страшно и больно, и хотелось, чтобы меня оставили в покое, чтобы перестали заставлять по несколько раз за день снимать трусы, оголять всю нижнюю часть. А сверху все кудахтали почему-то про что ну вот, даже не сможешь иметь детей – можно усыновить – удочерить будет. Короче, какой-то бред. Я в этом возрасте с пацанами вообще в футбол во дворе гоняла – какие дети? И хватит мне везде совать пальцы! Это все, что я думала об этом. Ну и чтобы перестало быть больно. Да, это точно. Чтобы просто я перестала чувствовать боль. И еще, чтобы меня больше не заставляли раздвигать ноги на этом гребанном кресле. Мне казалось это ужасно унизительным.

А еще перед каждым узи, чтобы были видны все органы заставляли выпивать очень много воды, чтобы короче мочевой пузырь был прямо огромный. Я так злилась на это, потому что я очень уже хотела писать, и именно в этот момент меня сажали на кресло и, нажимая на живот, водили по нему вот этой штукой, смотрели внутренности. Я всегда представляла, что если бы я умела больше управлять собой, своим организмом, я бы просто со всей дури забрызгала бы лицо врача своей мочой. Такой протест у меня бы в голове.

Мочеиспускание - это процесс *вывода мочи из мочевого пузыря через* мочеиспускательный *канал. Мочеиспускание является спинобульбоспинальным рефлексом, который контролируется высшими мозговыми центрами, такими как мостовой центр мочеиспускания.*

шШШШшшвууууууххххх

вот так полетела желтизна

прямо в глаз

Хотя, она была совсем белой

столько воды залить в себя

Ни разу этого не сделала

Сознание не позволило

не дало телу расслабиться

повести себя, как ему хотелось.

Ну типа я воспитанный человек, мне пытаются помочь, че-то такое, наверное. Ну и вот тогда я прямо пыталась с ним говорить – во-первых, чтобы не болело. Ну и вот на кресле, на узи, – чтобы выказало свой протест. Кошмар, конечно. Ну…ни того, ни другого, оно само не сделало. Вылечили таблетки, врачи, ну и второго тоже не было, конечно. Только в голове. Голова – это вообще, конечно, телевизор. Постоянно эфиры. Ну в плане, в голове, это очень часто происходило – врач сердился на это, выгонял меня, а я сразу выздоравливала. Но это только в голове.

У нас тогда в школе шутка была от пацанов – они типа всех девочек персиками называли. Мы, конечно, злились, ну потому что там был подтекст, что типа вот, мы такие все нетронутые и пушистые, короче все эти подростковые шутки сальные. Но вот в больнице, мне так себя жалко было, что я, когда говорила со своим телом, я себя персиком называла. Типа: «персичек, ну ты чего, ну хватит, давай хватит, ладно?» и поглаживала, успокаивала типа.

Ну я выздоровела, конечно, ничего страшного вообще по сути там не было. Но это кресло с раздвиганием ног оголяя все эти мои милые отверстия. До сих пор стресс. До последнего при каждой возможности оттягиваю поход к этому злому сующему свои пальцы руки приборы в меня врачу. Не могу. И вообще, вот этот момент раздвигания ног…ну…всё это через дикое сопротивление какое-то.. Как будто бы теперь всегда в этом положении только голый надутый водой и мочой живот.

Я лежу в персиковой ванне

и никаких отношений с телом моим у меня нет

вообще

оно ходит

перемещается

но я не чувствую его

не разговариваю с ним

**Н:** ПОЧЕМУ ТЫ НЕ ПРИЕХАЛ?

**В:** Я НЕ СМОГ. ПРОСТИ. Я ПРИЕХАЛ. РАЗВЕРНУЛСЯ И УЕХАЛ.

Таблетка подействовала, и я поехал домой. Всё было сонно и неплохо. Но придя, я посмотрел на себя в зеркало и впал в безумие. И стал лупить руками себя по лицу и по телу и кричать себе обидные вещи, потому что сегодня всё должно было быть нормально, но этого не произошло, и это ужасно, оно воняет, оно хрустит, ноет, не работает как несиправный трактор, дающий только мерзкие выхлопы. Куда-то идет и не может идти. Я не могу настолько не контролировать своё тело, я отказываюсь от него в таком случае. Или я отомщу ему за то, как он ведёт себя. Я ненавижу это тело. Это тело-бездельник, тело-дрянь, тело-кидалово. Это худшее, что у меня есть. Любая наволочка в этом доме полезнее и приятнее, чем это тело. С ним совершенно невозможно договориться. От него неизвестно чего ждать. Оно урод. Я сдам его на органы. Я ненавижу его.

**PS…………………….//////………………//…………………////……………………………../……………………**

**В:** Я знаю, у меня нет страха смерти, потому что я очень дико зациклен на своем физиологическом состоянии, на том, что происходит именно с моим телом. То есть смерть – это уже приключения духа. Если мне скажут что я умру от того, что на меня упадет сто тонный самосвал, мгновенно я превращусь в кашу, не испытав ни боли, ничего, то отлично. Мне не страшно. Я не могу даже перейти к размышлению об этом – я боюсь именно физических неприятностей со своим телом.

**Т2:** Двигая почкой

Ты зацепляешь лопатку

**В:** поднятие руки клацает позвонком в шее

**Т2:** Лопатка поднимает руку

**Т1:** Рука движется так, как хочется ей и только ей

**В:** Язык не шевелится

гортань отхаркивает застрявшую коричнево-зеленую массу соплей говна мочи

**Т1:** Рука красива она движется

Язык начинает шевелиться чтобы что-то сказать

**Г:** Своим шевелением щекочет гортань

Мурашки по телу

**ВЗ:** Железо во рту дает привкус

**Н:** Шея не двигается с позывами блевотины

В глазах темнота кружение вокруг своей оси перестук по всему позвоночнику

**Г:** Шея поворачивает голову

**Н:** Шея не двигается

**Т2:** Голова дарит взгляду настроение

Вжжжуухххх

**В:** Таз это просто унитаз дырка для говна для мочи для всех этих вонючих струй

**Т2:** Сердце это сосуд

**Г:** Пульсирует в малый таз

**ВЗ:** Тазовые кости раздвигаются

**В:** Я чувствую как вся моя ненужная набитая во всё горло жирная сладкая еда заменяющая мне что-то хорошее спускается по пищеводу кусками останавливаясь пробиваясь огромными кусками в желудок где кисло где наваливаются все эти бактерии и всё это месиво переваривается чтобы побыстрее спуститься вниз и выйти калом и смрадом

**Т1:** Вперед назад вперед назад

**Г:** Ты чувствуешь это

**В:** Я не чувствую

**Г:** Ты чувствуешь это

**Н:** Я не чувствую

**Т2:** Ты чувствуешь это

**В:** Я не чувствую

**ВЗ:** Это ведет тебя вниз

Раз два три

**Т1:** Колени мягкие

**Г:** Колени елозят

**ВЗ:** Дают пяткам почву

**В:** Всё это просто вонючий сосуд

Двигающийся вонючий сосуд

**Т2:** Пятки отдают в локти

**ВЗ:** Локти резки

**Г:** Локти резки

**Т1:** Ключицы дернулись

Раскрылись легкие

**Т2:** Вдох

**ВЗ:** В рот залетает воздух

**Т2:** Хребет колышется

**Г:** Поворачивает корпус

**Т1:** Пальцы рук ищут опору

Пальцы рук находят опору

**Т2:** Ноги идут

Ходят ногами

**В:** Всё это просто вонючий сосуд

Двигающийся вонючий сосуд

**Т2:** Это уже танец. Тоже танец.

Ты осознаешь каждую клеточку своего тела

Мое тело это старый дом, в который я возвращаюсь.

**Н:** Лежу в персиковой ванне

Чтобы было мягко и вкусно пахло

Благоухание

Мое тело – чужое

Оно как набухший целлофановый пакет

Молочного цвета

Размякшее

Елозит в такт с водой

Поднялась нога не так высоко

И сразу хруст

Обратно в воду

Чтобы отогреться

Слилось с водой

Вся эта туша как будто то не моя, хотя каждое постукивание чувствую именно я.

И когда я задираю ногу, потому что мне так сейчас хочется голове,

нога не делает так, как представляется мне.

Моя неласковая нелюбимая туша.

*Тело - отдельный предмет в пространстве, а также часть пространства, заполненная материей, каким-нибудь веществом или ограниченная замкнутой поверхностью.*

Лежу в персиковой ванне

Чтобы было мягко и вкусно пахло

Благоухание

Мое тело - мое

Глаза видят все предметы, и в далеке я вижу все детали, черты каждого лица, все крупинки, родинки

Суставы не скрипят, ничего не ломит

В локтях нет хруста

В коленях нет хруста

Бедра раскрываются на любой порыв

Живот твердый

Позвоночник чувствуется, я провожу по нему пальцем, по каждому хрящику

Пальцы длинные

Шея длинная

Все легкое, все дышит

Все подвижное и твердое и легкое

Это уже танец. Тоже танец.

Я осознаю каждую клеточку своего тела

Мое тело это старый дом, в который я возвращаюсь.

*Тело - организм человека в его внешних формах.*

*Тело – дом.*

*Тело - организм человека в его физических формах.*

*Тело – дом.*