

Текст		Действие	Хрон в сек	Начало	Окончание	Раскадровка
В этой рутине ты варишься сам,	Средний план	Раннее утро, На плите стоит кастрюля, из нее валит пар	3	0:00:00	0:00:03	
Все разбежались по личным делам	Средний план	Человек спиной к двери, захлопывает за собой дверь, снова кастрюля и из нее выкипает молоко	3	0:00:03	0:00:06	
Подруга уехала что-то родить,	Средний план	На столе, оставленный телефон с со звонком или сообщением... (О, кажется я залетела...)	3	0:00:06	0:00:09	
Мой друг отказался по-старому жить	Крупный план	Чья-рука (опрокидывает тарелку с порошком, или стопку или разрывает сигарету, выключает телевизор, выкидывает телефон что-то выбрать) возможно просто кадр с советской открыткой НЕТ (человек с рукой)	3	0:00:09	0:00:12	
У брата семья и вечно работа.	Средний план	Вышедший из квартиры человек бежит с открытым рюкзаком, из него выпадает фотка с братом и его семьей. Человек смотрит фото, или же набирает телефон брата, а там только длинные гудки	3	0:00:12	0:00:15	
Сестра каждый вечер идёт на охоту.	Крупный план	Сестра прихорашивается в зеркале, красится, явно на свидание или в клуб	3	0:00:15	0:00:18	
И все остальные запропастились,	Общий план	Все уходит в темноту....и пустоту	3	0:00:18	0:00:21	
Наверное по светлым углам затаились.	Общий план	Появляются светлые точки, в которых видны контуры безликих лиц	3	0:00:21	0:00:24	
Надежду лелея и самообман,	Крупный план	Далее идет крупным планом, кто-то пролистывает ленту инстаграмма, aliExpress, фейсбука, яндекса	3	0:00:24	0:00:27	
Уставившись взглядом в любимый экран.	Средний план	Камера отъезжает от телефона и показывает мельком лицо Показан немигающий взгляд в гаджет	3	0:00:27	0:00:30	
Маркетинг, реклама, все ради наживы	Средний план	По видео идут тексты с прозрачными картинками (СКИДКИ, ПРОДАЖИ, АКЦИИ, Только У нас т. д.))	3	0:00:30	0:00:33	
От вас не отстанут, пока что вы живы,	Средний план	Все это бесконечным потоком льется на Человека	4	0:00:33	0:00:37	
Поток бесконечной проверенной фальши.	Средний план			0:00:37	0:00:37	
А нас уверяют, что так было раньше.	Крупный план	Кадр из телевизора, какие-нибудь политики что-то вещают	2	0:00:37	0:00:39	
И вдруг понимаешь, что сам погибаешь	Крупный план	Можно Картину Мунка Крик	2	0:00:39	0:00:41	
В моментах которых, экран отключаешь...	Крупный план	Выключается экран телефона, телевизора, монитора ноута, компа	4	0:00:41	0:00:45	
Подруга родит и, конечно, вернётся,	Средний план	Звонок в дверь, Дверь открывается, на пороге стоит чемодан, женский черный манекен	3	0:00:45	0:00:48	

На той же дороге мой друг остаётся.	Общий план	Камера разворачивается и показывает открывшего дверь, это черный мужской манекен	3	0:00:48	0:00:51	Длинная дорога, на ней стоит Друг и разворачивается в сторону камеры и с улыбком пожимает плечами
От брата с сестрой никуда нам не деться.	Крупный план	В кадре красивая десткая картинка Папа, Мама, Я - дружная семья	3	0:00:51	0:00:54	
С заежженным треком счастливого детства...	Общий план	Пустые качели или сами или как в Марушкино делал	3	0:00:54	0:00:57	
Лишь свежего ветра голодный глоток	Крупный план	Вот здесь надо заснять ветер, это может быть как листва или куст от порыва шевелится	3	0:00:57	0:01:00	
Погонит по мышцам твой жизненный ток.	Крупный план	А дальше съемка человека,	3	0:01:00	0:01:03	
От чувства что жив, начинаешь дрожать.	Крупный план	как он дрожит на ветру	3	0:01:03	0:01:06	
И хочется дальше бежать и бежать.	Общий план	но начинает разгоняться и бежит все быстрее и быстрее	3	0:01:06	0:01:09	
Оковы срывая и чисто поржать,	Средний план	Выкидывает телефон , Скидывая по пути одежду с себя, к нему присоединяется парень и девушка	3	0:01:09	0:01:12	
И в пахнущем поле средь трав развалиться	Общий план	С разбегу кидаются в траву и раскинув руки	3	0:01:12	0:01:15	
И близкому рядом отдаться и взять	Крупный план	Тут приличные объятия с добавлением легкой интимности (без всякой порнухи)	3	0:01:15	0:01:18	
С неистовой силой опять и опять...	Общий план	Они снова вскакивают и бегут по полю, камера медленно переходит на электростолбы	3	0:01:18	0:01:21	
Вокруг наблюдая счастливые лица...	Крупный план	Улыбающиеся довольные лица	3	0:01:21	0:01:24	
Рутинa сварилась, экран потускнел.	Крупный план	Камера вновь возвращается к кастрюле с отброшенной крышкой. Там в прозрачной кипящей воде лежит телефон с потускневшим экраном, но работающий (на экране вертится логотип allMedia)	3	0:01:24	0:01:27	
Я в темном углу улыбаюсь во сне...	Средний план	Темный последний кадр, Спящий в углу Человек и чему-то улыбающийся во сне, сворачивается в позу эмбриона...	3	0:01:27	0:01:30	
		Титры	3	0:01:30	0:01:33	