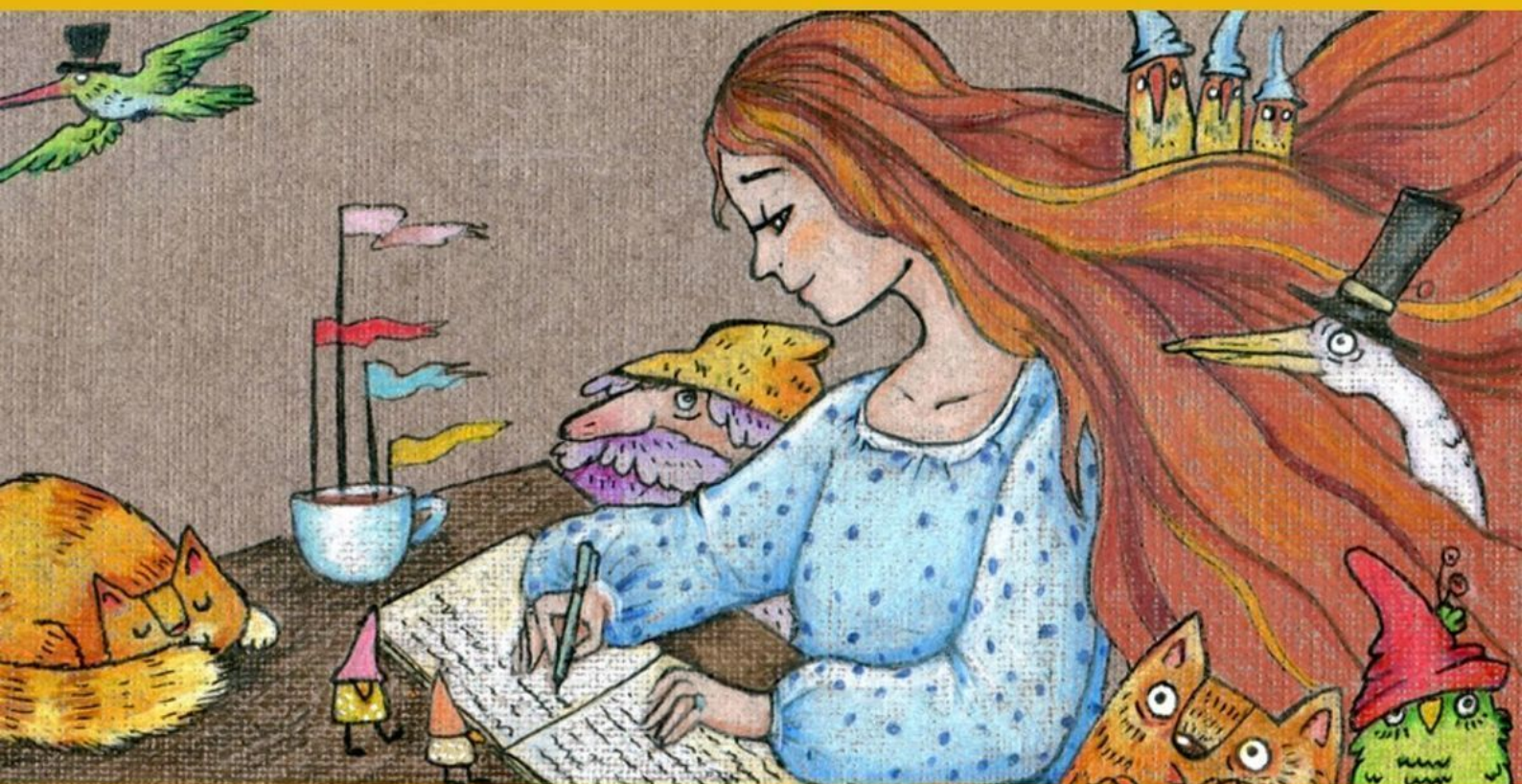


Ульяна Сергеева



**КУРС  
ПИСАТЕЛЬСКОГО  
УПРЯМСТВА**

Ульяна Сергеева

**Курс писательского упрямства**

«Издательские решения»

**Сергеева У.**

Курс писательского упрямства / У. Сергеева — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-909603-6

«Для меня самой важной целью моего писательства является возможность посредством книги, с помощью историй, дарить читателям теплоту, доброту, любовь, веру в лучшее. Напоминать о вечных ценностях. Отдавать то, что я получаю. То, что мне доверили. Всё остальное для меня важно, но: если не будет всего остального, а останется только этот добрый лучик — я буду писать при его свете. Несмотря ни на что. А вы?» (Ульяна Сергеева)

ISBN 978-5-44-909603-6

© Сергеева У.  
© Издательские решения

# Содержание

Предисловие	6
ГЛАВА 1	8
ВРЕМЯ И МЕСТО ДЛЯ ВАШЕГО ПИСАТЕЛЬСТВА	8
Задание	10
ГЛАВА 2	11
ИСКОРКА ВАШЕГО ПИСАТЕЛЬСТВА	11
Задание	13
ГЛАВА 3	14
ТВОРЧЕСКАЯ АТМОСФЕРА	14
Задание	15
ГЛАВА 4	16
КАК НАЙТИ ВДОХНОВЕНИЕ	16
Задание	19
Глава 5	20
СТРАХ ЧИСТОЙ СТРАНИЦЫ	20
Задание	23
ГЛАВА 6	24
ИСКРЕННОСТЬ В ПИСАТЕЛЬСТВЕ	24
Конец ознакомительного фрагмента.	25

# Курс писательского упрямства

## Ульяна Сергеева

*Иллюстратор* Анна Лоч

*Редактор* Ксения Зуева

*Фотограф* Валерия Маркелова

© Ульяна Сергеева, 2020

© Анна Лоч, иллюстрации, 2020

© Валерия Маркелова, фотографии, 2020

ISBN 978-5-4490-9603-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

**БЛАГОДАРНОСТИ**

От всего сердца благодарю:

Моего друга и союзника Ксению Зуеву, которая тщательно отредактировала рукопись и выступила соавтором практических заданий;

Замечательную художницу Анну Лоч за дизайн обложки;

Фотохудожницу Валерию Маркелову за портрет автора;

Моих родителей за то, что научили меня быть собой;

Моего мужа Дмитрия за веру в меня и постоянную поддержку;

Наших дорогих сыновей за будничные чудеса и тренировку моего писательского упрямства;

Моего друга Елену Кембор за теплоту, участие и вдохновение;

Моего друга Марию Рыбину за её книгу «Сейчасъе», которая помогла мне написать этот давно задуманный курс;

Моих друзей, редакторов книжного и киноклуба в ВК Ольгу Мазуренко и Ирину Бердникову за помощь в составлении полезных приложений к книге (<https://vk.com/womensbookclub> и <https://vk.com/womenscinema>)

Дорогих читателей за добрые чувства и поддержку;

Друзей-писателей за вдохновение и смелость, с которой они дарят свой талант.

## Предисловие

«Я упряма, – это лучше!»

Марина Цветаева

В нежном дошкольном детстве родители часто упрекали меня за упрямство. Если уж я решала что-то сделать, то твёрдо стояла на своём. Переубедить меня было не легче, чем сдвинуть с места пару альпийских вершин. К слову, не всегда это оканчивалось хорошо, но «опыт, сын ошибок трудных», вёл меня под локоток к очередному жизненному уроку.

Когда я начала учиться во французской гимназии, мама с облегчением выдохнула – моё упрямство гармонично превращалось в упорство: я вдохновенно штудировала французский язык, литературу, историю. С любопытством участвовала в олимпиадах и конкурсах.

Затем я поступила в университет на факультет переводоведения. После первого же курса я приобрела газету с вакансиями и тут же, сидя на скамейке в парке, позвонила в агентство переводов и договорилась о прохождении практики. Так началась моя переводческая карьера. Шла она довольно успешно – днём я училась в университете, а вечерами и ночами занималась письменными переводами. С третьего курса иногда работала также устным переводчиком и репетитором по французскому, оплачивая не только свои развлечения, но и частично вторую учёбу на психологическом факультете, уроки испанского языка и курсы вождения.

Таким было моё студенчество – насыщенным, интересным, ярким. Я мечтала открыть своё агентство переводов и посвятить изучению иностранных языков всю жизнь.

Писать стихи я начала в средних классах школы, и с тех пор писала постоянно, пробуя разные стили и формы.

Школьницей и студенткой участвовала в поэтических марафонах.

После счастливого замужества наступила пора не менее радужного материнства. Я окупилась в обустройство дома, бытовые задачи, отдыхая за чтением и рукоделием.

И мне очень хотелось писать. Писать постоянно, осмысливать свою жизнь, находить единомышленников, отдавать что-то в ответ этому прекрасному миру.

Так родился мой блог «Кружево жизни». Сейчас ему три года, и это уютная виртуальная гостиная, посвящённая моему творчеству, любви к чтению и писательству, домашнему уюту.

В 2016 году я начала писать свой дебютный роман «Дом с вишнёвыми ставнями». О том, как это было, я расскажу подробнее в книге, а пока скажу одно: именно тогда я поняла, что для продуктивного творчества одного таланта мало. Необходимы также дисциплина, вера в свои силы и в творческое начало, умение слушать внутренний голос и не заглушать его чужими мнениями. И вот тут-то мне на помощь пришло моё упрямство.

Поясню: я знаю, что в этом контексте уместнее использовать слово «упорство». Но! Скажите его своему внутреннему, особенно ещё не окрепшему писателю, и он уменьшится до размеров тюльпанной луковицы от значимости и важности этого слова. «Надо быть упорным!» – скучно!

А теперь предложите ему поупрямиться. Настоять на своём, и написать уже, наконец, книгу! Хорошо, пусть не книгу – начнём с рассказа, сказки, эссе, одного четверостишия. Поупрямиться и отправить рукопись в десять издательств. Упрямо верить в себя и отправить сборник сказок на конкурс. Упрямство – это весело! Это озорство, немного детства и искорки в глазах!

Вот почему эта книга называется «Курс писательского упрямства».

Как ко мне пришла книга о писательстве? Почему я считаю, что имею право об этом рассказывать?

● Я автор четырёх книг. Три из них изданы и продаются, находят благодарных читателей. Для четвертой книги я сейчас ищу издательство. И пишу пятую.

● У меня есть опыт как писательского (и издательского) успеха, так и небольших неудач. Несмотря ни на что, я продолжаю писать. И намереваюсь продолжать – потому что не могу иначе.

● На протяжении трёх лет я активно изучаю писательство.

● Я руковожу активным, живым, динамичным сообществом в социальной сети и развиваю его самостоятельно.

● Мне известно, что такое писательская организованность: четыре книги я написала, будучи «домашней мамой». В основном я пишу во время детского сна: у нас двое сыновей, и они не ходят в детский сад. Мамы меня поймут.

● Я эксперт по упрямству! Моя семья подтвердит. Спасибо мужу за его ангельское терпение и поддержку моих причуд.

Итак, что вы можете ожидать, и чего не нужно ожидать от этой книги.

Я не обещаю вам, что вы внезапно станете писателем, если вы:

● не любите писать;

● не готовы уделить этому время;

● боитесь искать собственный стиль письма и планируете писать, как мистер «N»

● не готовы действовать.

Я обещаю вам, что «Курс писательского упрямства» вдохновит вас и разбудит ваши творческие силы, если вы:

● любите писать в любой форме: вести блог, рукописный дневник, рассказы, стихи;

● хотите обрести смелость быть собой и научиться писать открыто о том, что думаете, чувствуете, видите.

Дорогие писатели, подготовьте красивые блокноты, тетради, ручки. Заварите чайник вашего любимого чая или поставьте на плиту кофе.

Будем откровенничать, и, конечно, писать!

*С любовью, Ульяна Сергеева*

## ГЛАВА 1

### ВРЕМЯ И МЕСТО ДЛЯ ВАШЕГО ПИСАТЕЛЬСТВА

Если вы приняли решение «поиграть в писателя», я вас искренне поздравляю: вас ждёт поистине любопытная, интересная, наполненная творческими полётами жизнь!

Осталось не так много: найти в вашей сегодняшней жизни время и место для любимого занятия – писательства.

Согласитесь, чаще всего, особенно в начале пути, мы относимся к писательству как к хобби. Есть время и настроение – пишем. Нет того или другого – мечтаем о том, чтобы писать. И носим в себе эту мысль-мечту, пока из лёгкой кружевной бабочки она не превратится в тяжёлый мешок с пеплом. Пеплом сгоревшей мечты.

Я понимаю, что у вас и так времени «ни на что не хватает». Работа, учёба, дети, уборка дома. Ремонт машины, покупка продуктов, тренажёрный зал. Книжку почитать некогда! Не то что написать!

Я верю в то, что у каждого из нас ЕСТЬ время на то, что действительно важно.

Я не «работаю писателем» с 9—18.00 в звенящей тишине и с оперативно подогревающимся кофейником. И, тем не менее, я пишу пятую книгу.

Представьте, что вы решили научиться водить машину: вы выкраиваете два-три часа в неделю на то, чтобы прослушать лекции, а потом ещё и два-три часа дополнительно для того, чтобы поехать с инструктором. При этом вы не прекращаете работать, отводить детей в детский сад, готовить итальянскую пасту и ходить в кино.

Или, скажем, вы любите вязать. Процесс так затягивает, что вы вяжете каждую свободную минутку: пока на плите жарятся котлеты, пока заваривается чай, пока дети после прогулки моют руки.

Так позвольте писательству «затянуть» вас до такой степени, чтобы время на него у вас нашлось! Попробуйте вести рукописный дневник, набросать рассказ или повесть, и, когда сюжет начнёт раскрываться у вас перед глазами, как бутон цветка, вы не сможете не писать дальше.

Все свои книги я написала дома, в обеденный и ночной сон одного, а теперь двоих сыновей. При этом у меня нет помощников по хозяйству – я мою посуду, стираю, протираю полы, раскладываю по местам вещи, читаю вслух детские книги, играю в лего. А когда дети засыпают... начинается магия! И это волшебное сочетание жизни и творчества – моя жизнь.

Если вы так или иначе не представляете без писательства свою жизнь, давайте вместе подумаем, когда вы можете писать:

- рано утром – вставать на час раньше, чем обычно;
- перед сном – вместо вечернего сериала или фильма;
- в транспорте. Если вы пользуетесь общественным – пишите в блокноте, если водите машину – попробуйте записывать на диктофон;
- в любую свободную минуту.

Я тоже думала, что у меня нет времени на писательство, пока не начала писать прозу. У меня не было выбора – я стала искусным часовым портным. Могу выкроить время практически в любом дне.

Важный момент: не нужно делать из этого жертву. Если вы со страдальческим лицом и понурой душой вместо фильма сядете вечером писать, ваша муза пригорюнится рядом, и ничего продуктивного из этого не выйдет. Если уж вы так устали – лучше посмотрите хороший фильм!

Весь смысл в том, чтобы захотеть находить время именно для этого занятия. Если у вас это вызывает восторг – «О, какой удачный момент, у меня есть свободное время! Дай-ка я напишу!» – всё получится.

Попробуйте сочетать вашу основную жизнь (рабочую, родительскую, супружескую) с писательской, не разделяя их чёткой чертой: «сейчас я с семьёй» и «теперь меня нет, я за письменным столом». За всё время написания моего романа «Дом с вишнёвыми ставнями» я лишь дважды отлучалась из дома писать в кофейне. Если у вас есть возможность организовать для себя идеальную писательскую атмосферу – это прекрасно, действуйте! Если же нет, не отчаивайтесь, книги, причём хорошие, пишутся и «между делом».

Итак, с графиком мы определились – ищем свободное для писательства время или осознанно его организуем.

Теперь о месте.

Ремесло писателя счастливое. Можно работать всегда и везде: делать заметки, подмечая интересные моменты и события, в парке, кафе, в лесу, в поезде. Всё, что нужно иметь с собой – это пачку листов, блокнот, ручку или ноутбук. И ловить идеи, которые благосклонно постучались именно к вам.

Внутренний писатель – существо нежное, ему важно иметь что-то своё. Своё рабочее место. Набор удобных ручек. Свой вид из окна, идеальную кофейню. Скажу честно – я мечтала о письменном столе, когда писала книги в кухне или изголовье детской кроватки. И когда мы переехали в новый дом, я получила этот идеальный стол: пудрового цвета, с ящиками. Поставила его у широкого подоконника, с видом на канал и старинные дома. На столе медная антикварная карандашница, мои блокноты и подарки друзей: деревянная лошадка, подсвечник, шкатулка. Портрет моих родителей.

У меня есть письменный стол, но я очень редко за ним пишу. И даже идеальный белый стул меня не может за него заманить. Но мне так радостно, что у меня просто есть рабочее место! Настоящее, где хранятся мои рукописи и обложки напечатанных книг. Это рабочее место меня вдохновляет взяться за новую книгу. Оно будто говорит мне: «Ты писатель!», – и мне легче начать новый труд.

Подумайте о своём идеальном рабочем месте. Что это? Широкий подоконник? Красивый стол? Или, может быть, вы любите писать в постели, как Астрид Линдгрэн?

Рабочее место – вещь для писателя необязательная, но приятная. Оно может стать подпиткой ваших творческих сил.

Я люблю писать в кофейнях, у меня есть пара особенных мест, где хорошо пишется. Иногда я вожу туда своего писателя. Он благодарен и рад.

Чаще всего я пишу за кухонным столом. У нас простой деревянный стол, основательный, в деревенском стиле. На нём нет скатерти; муж покрыл его лаком. Стол приятно пахнет деревом, и я люблю за ним работать. Из двух окон открывается чудесный вид, чайник всегда под рукой, и я могу следить за плитой, если что-то готовлю.

Для писательства важно определить в вашей жизни место и время. Но это не самое главное.

Прежде всего, обретите уверенность в том, что вы не только хотите, но и можете писать. Поверьте в то, что ваши истории хотят быть рассказанными! И тогда всё основное полотно вашего писательского пути будет вышито ровно и гладко.

## Задание

● Возьмите лист бумаги и ответьте на вопросы: что вас сейчас больше всего волнует? Отчего вы негодуете? Что неизменно вдохновляет? О чём вы можете читать бесконечно? Среди этих ответов кроются темы ваших будущих произведений.

● Поставьте напоминание в ваш Google Календарь о времени, которые вы выбрали для писательства, или отметьте его любимым цветом в вашем ежедневнике.

● Оглянитесь по сторонам и организуйте одно-два места в вашем доме, где вам хотелось бы попробовать писать.

● Будьте готовы, что вдохновение посетит вас совершенно неожиданно, и держите ручку с блокнотом или записки в телефоне при себе!

## ГЛАВА 2

### ИСКОРКА ВАШЕГО ПИСАТЕЛЬСТВА

Пока мы находимся на краю листа, поговорим об искорке вашего писательства, о его цели. Ответ «я не могу не писать» так и готов сорваться с губ, но это скорее смысл вашего творчества, а не цель.

Для чего писатели пишут?

Несколько причин, от благородных и высоких до самых прозаичных:

- самовыражение
- желание через книгу дарить доброту, любовь, мораль
- «потому что получается»
- ради заработка
- признание, слава, успех
- потребность оставить след, память потомкам

Это лишь некоторые причины, подмеченные мной в биографиях любимых писателей. Какие-то из них более высокие и благородные, другие – довольно прозаичные.

А для чего пишем мы? Давайте признаемся честно. И если делимся нашим творчеством, то для чего?

Раньше, когда я писала стихи, я и не думала их кому-то показывать, а тем более печатать. Уже потом, с появлением блога, мне захотелось делиться творчеством, и, конечно, было любопытно узнать мнение читателей о моих строках. Мой стихотворный сборник собирался несколько лет, и теперь я радуюсь, что он вышел отдельным томиком с кружевной обложкой. В этой книге – настоящая я, это не проза, где читатель знакомится с героями-персонажами, стихи – это мои личные впечатления, встречи, приобретения и потери.

Вопрос «Для чего я пишу?» возник вместе с прозой. Ещё в процессе работы роман «Дом с вишнёвыми ставнями» казался мне таким добрым, светлым, нужным и важным, что я чувствовала потребность поделиться этой историей с другими. Даже, в некоторой степени, долг: раз такая история пришла ко мне, я должна «передать её дальше».

Издание собственного тиража не обогатило меня финансово, но сделало богаче духовно: я получила много хороших отзывов о романе, от просто приятных до окрыляющих. Это книга о достижении заветного, и несколько читателей после прочтения сделали первые шаги навстречу своим мечтам – это неописуемо здорово!

Затем, когда я писала сборник рождественских сказок, у меня было ощущение, что я просто обязана опубликовать их в открытом доступе, что я и делала долгое время, а затем издать любыми путями, чтобы дети могли читать и слушать эти сказки. Сейчас сборник продаётся без иллюстраций, но моя главная цель выполнена – я обеспечила путь этих чудесных сказок от «голоса в моей голове» до чтения детям. Работа над сборником была для меня уникальным опытом: сюжеты и истории сыпались на меня, как рождественская метель, и мне оставалось только записывать – очень быстро записывать.

Иногда я встречаю среди начинающих авторов совершенно нормальное, адекватное и похвальное желание на своём таланте и труде заработать. Это понятная мне позиция. Но! Пожалуйста, не поленитесь и изучите российский издательский рынок. Гонорары начинающих авторов достаточно скромны. Поэтому не вздумайте бросать вашу основную работу сразу, как завершите вашу первую рукопись, и даже тогда, когда её издадут. Должно пройти время, чтобы автор стал читаемым, издаваемым, чтобы издательства снова и снова заключали договор о пуб-

ликации книг. А это значит, что цель достичь финансового благополучия с помощью писательского ремесла не может и, наверное, не должна стоять первой в вашем списке.

Слава и признание приятны, но необязательны, и вы поймёте, почему: когда ваш читатель напишет вам, что его ребёнок полюбил читать благодаря вашей книге; когда школьный учитель пришлёт вам письма с благодарностью учеников за вашу повесть; когда ваши близкие скажут, что вы пишете хорошо – это и будет самым главным и ценным признанием, намного большим, чем ваше фото в витрине популярного книжного магазина. Это само по себе неплохо, но на мой взгляд, важнее искренние, добрые, светлые слова ваших читателей, а не всеобщее признание и громкое имя.

Для меня важнейшей целью писательства является возможность посредством книги, с помощью историй, дарить читателям теплоту, доброту, любовь, веру в лучшее. Напоминать о вечных ценностях. Отдавать то, что я получаю. То, что мне доверили. Всё остальное для меня важно, но: если не будет всего остального, а останется только этот добрый лучик – я буду писать при его свете. Несмотря ни на что. А вы?

## **Задание**

Составьте свой список тезисов на тему «почему писатели пишут», и расставьте числами приоритеты от 1 и далее. Определите искорку вашего писательства, ту цель, которая побуждает вас браться за перо снова и снова, независимо от результата.

## ГЛАВА 3

### ТВОРЧЕСКАЯ АТМОСФЕРА

Поздний вечер. На страницы моего блокнота падает жёлтый отсвет от абажура. От чашки вьётся душистый пар: остывает чёрный чай с бергамотом и мятой. К нему – несколько долек горького шоколада. За окном ночь, в канале отражаются зажжённые фонари – золотистые дорожки в тёмной воде. Дома тишина. Во всём мире есть только я и мои герои. Я вижу их, а они, надеюсь, не видят меня. И я пишу... Идеально. Не правда ли?

Творческая, она же рабочая, атмосфера для писателя очень важна. Кому-то нравится работать за прибранным столом, другому по душе изящный беспорядок; один любит работать за чашкой любимого чая или кофе, а другому важно не отвлекаться во время написания слов, строк и глав.

Я по крупицам собирала свою творческую атмосферу, пока однажды мне не пришлось писать сказку на краешке дивана, где спал наш новорождённый, и при этом я была в шапке дома. Петербург бывает суров со своими горожанами.

Вся суть этой небольшой главы сводится к одному моему выводу: создавать для себя творческую атмосферу важно, нужно, приятно и здорово. Но важно учиться от неё не зависеть.

Иными словами, если вам для продуктивной работы важны горящие свечи, чашка обжигающего кофе со сливками, треск поленьев в камине и прочая атрибутика хюгге-творчества – это прекрасно! Замечательно, когда удаётся это использовать, чтобы побаловать своего внутреннего писателя, устроив ему идеальную рабочую обстановку. Восхитительно, когда вы можете обеспечить абсолютную тишину, красивый вид из окна и чай из синего фарфора.

Но если по какой-либо причине именно сейчас вам нужно писать (есть поток мыслей, идей, образов или одно неукротимое желание), а возможности создать идеальную атмосферу нет – просто пишите! Ведь самое главное в творчестве – это то, что у вас внутри. Пусть чувства ваших героев согреют вас не менее, а даже более, чем свежий кофе, а вместо огонька свечи пусть теплится ваш счастливый взгляд от плодотворной работы.

Вообще, забавно наблюдать предпочтения моего писателя при работе над разными книгами. Роман я писала чаще всего с чашкой смородинового чая или чая с чабрецом. Сказки и детскую повесть было так вкусно писать со сладким какао, а во время написания стихов я обычно завариваю молочный улун. Если успеваю – стихи обычно пишутся стремительнее, чем проза, и до чайника уже не дойти.

Приучайте себя писать в любых условиях и обстоятельствах. Конечно, нет необходимости терзать себя, если объективно работать невозможно, если рядом шумят дети и требуют вашего внимания. Но можно работать даже в шумных кафе, если погрузиться в свою книгу и «выныривать» на поверхность только для того, чтобы сделать заказ. И писать дальше. Иногда я пишу в кафе, и сначала меня всегда одолевают капризы: «слишком шумно», «слишком душно». Но стоит только приняться за работу: писать, редактировать или вычитывать, – как весь мир оказывается за дымчатой пеленой. А я путешествую по страницам.

Одним словом, атмосфера – это важно и не следует её недооценивать. Но переоценивать тоже не нужно. Иначе может случиться так, что у вас появится идея, а кофе или свечи дома закончатся – не лишать же идею книжного приюта только поэтому?

## Задание

Опишите вашу идеальную рабочую атмосферу. Может быть, вы захотите сделать коллаж. Создайте картинку вплоть до мелочей: что у вас на столе, что за окном, какая погода, время года, какое у вас настроение, дома вы или в кафе, на природе или в аэропорту. Запаситесь всем необходимым.

На случай дефицита желаемого сохраните это эссе и перечитывайте перед работой. Держите ваш коллаж на виду или доставайте из папки для творческого вдохновения. Фантазия – уникальный телепорт. Представьте, если нет другого выхода. И пишите!

## ГЛАВА 4

### КАК НАЙТИ ВДОХНОВЕНИЕ

Знаете, когда меня спрашивают, где найти вдохновение, я сразу вспоминаю историю о старушке, которая искала свои очки. Думаю, все помнят, где оказались столь необходимые ей окуляры – на собственном носу!

Так и вдохновение – иногда мы придаём ему такое эфемерное космическое значение, что попросту его не замечаем.

Например, если эмоции наших героев идут через нас потоком, рука не успевает записывать, из окна в комнату льются рекой птичьи трели, а рядом ароматно теплится кофейная чашка – мы думаем, вот оно, вдохновение! Оно лёгкое и невесомое, как пёрышко, и волшебное, как ковёр-самолёт! «Куда сегодня полетим – подмигивает оно, – в какую из твоих книг?»

А вот когда вдохновение не настолько явное: солнечный луч пощекотал подушку, и вы улыбнулись; или задали любимому человеку важный вопрос и увидели ответ в его глазах; когда вы достаёте из духовки мягкие коричневые булочки и вдыхаете их умопомрачительный запах, – вы и не чувствуете, что это «оно». Вот оно, ваше вдохновение, прямо у вас перед глазами. На кончиках ваших ресниц, ветром в волосах, солнечной ладошкой по щеке. Дружелюбное, мирное, спокойное, не такое страстное, как описано выше, но по-прежнему «то самое».

Необязательно всегда выдерживать высокий накал страстей для того, чтобы писать. Не всегда в ваших историях герои будут безнадежно влюбляться, ссориться, спорить, драматически расставаться. В каждом сюжете есть моменты, когда герои отдыхают, размышляют, философствуют. Подстраивайтесь – и отдыхайте вместе с ними! Пусть текст будет похож на беседу с другом, говорите через бумагу, будьте правдивы и позвольте героям быть собой – как и себе.

Вдохновение – это некое эмоциональное духовное состояние, когда внезапно словно поднимаешься на цыпочки над будничной суетой и делаешь что-то, близкое своему сердцу. Кто-то пишет, кто-то вяжет, кто-то чинит машину, кто-то метёт двор. Вдохновение присуще любому виду деятельности, и счастливы те, кто его замечает!

Писатели, как и все творческие люди, периодически сталкиваются с «эмоциональным застоём», когда не просто нет вдохновения, но и вообще сил и желания ни на что не хватает. «У меня нет вдохновения», – печально твердят они, перелистывая свои рукописи и ожидая подходящего момента.

Вспомните известную поговорку: «А счастья долго ждать? – Если ждать, то долго!». Научитесь себя вдохновлять! Это легко. Это правда легко. Легче не бывает!

Что можно сделать в периоды затянувшейся внутренней тишины или суеты:

– Не отчаиваться. Я знаю, что такое бывает, и знаю, что это проходит. Самое лучшее для начала – это на некоторое время отложить работу и переключить внимание: погулять в парке, испечь печенье, посмотреть хороший фильм, послушать музыку, поговорить с другом, поиграть с детьми.

– Физически отдохнуть. Вдохновение хоть и эфемерное ощущение, приходит оно к нам, обычным людям. К тем самым, которые не высыпаются, мало гуляют, едят вредную еду. Можно распланировать себе план физического отдыха на несколько дней вперёд: раньше ложиться спать, пить травяные чаи, чаще бывать на свежем воздухе, меньше времени проводить в соц-сетях.

– Осознать, что именно может мешать вам в творческом процессе. Например, у меня это завалы. Когда дома двое детей, младшему из которых год, очень сложно сохранять комнаты

свободными от разбросанных игрушек, деталей конструктора и прочего. К тому же приходится несколько раз в день прибирать кухню после игр малыша с содержимым ящиков. Я выявила, что мне сложнее писать, когда взгляд цепляется за горы вещей. Поэтому заранее готовлю для себя рабочее место, неважно, где оно сегодня будет: на кухне, в кабинете мужа или в гостиной на подоконнике. Речь идёт не о генеральной уборке – всего лишь 10—15 минут на то, чтобы расчистить поверхности, и мне легче дышится. И пишется!

– Пересмотрите вашу информационную вовлечённость на то время, пока ваше вдохновение напитывает силы, чтобы распуснуться прекрасным цветком с бумажными лепестками. Смотрите ли вы ежедневно новости? Что вы читаете? Какие фильмы выбираете? С кем общаетесь? Куда ходите? Я не смотрю кабельное телевидение уже 6 лет, у нас нет дома телевизора. Мультки и фильмы мы смотрим в интернете, новости я иногда читаю на новостных сайтах. Но в целом я себя ограничиваю. Всегда тщательно подбираю книги для чтения – по рекомендациям и отзывам, потому что у меня мало свободного времени для чтения. Я счастливая – все мои друзья глубоко творческие люди, они всегда готовы подсказать что-то действительно стоящее. Подумайте о том, какие информационные каналы в вашей жизни ограничить или расчистить, чтобы оставалось место, время и силы для... размышлений. Да-да, осознанных размышлений! Добавьте сюда щедрую ложку впечатлений, несколько щепоток искренних эмоций – и у вас может получиться «вкусный» сюжет!

– Изучите себя и свои пристрастия. Мне очень нравится сцена из фильма «Сбежавшая невеста», в котором героиня Джулии Робертс, расставшись со всеми своими возлюбленными, готовит яйца несколькими способами и учится понимать, что же ей нравится. С одним спутником жизни она думала, что любит глазунью, с другим готовила яйца пашот, а с третьим предпочитала белковый омлет на завтрак. Подумайте над тем, какую яичницу любите вы?

Это очень важно, если вы хотите научиться быстро реанимировать себя в творческой и в любой другой депрессии. Я хорошо знаю, что именно люблю, и на каждую смену настроения или самочувствия у меня есть свой проверенный рецепт. Устала = принять ванну с лавандовой солью, выпить чашку травяного чая, почитать книжку. Расстроилась = поговорить, прописать свои чувства, подумать, побаловать себя прогулкой в одиночестве. Творческое истощение = выбрать красивые блокноты, любимые ручки, пройтись по книжным магазинам. Нет движения = долго смотреть на воду: кажется, что она стоит на месте, но она медленно и верно движется. Изучите себя, узнайте, что вы любите!

– Попробуйте подружиться с другим, не писательским вдохновением. Раскройте альбом и обмакните кисть в яркие краски, нарисуйте пейзаж. Вышейте крестиком книжную закладку. Пересмотрите любимый фильм. Сходите на гончарный мастер-класс. Потанцуйте. Устройте себе экскурсию по своему городу, по-настоящему, с термосом чая и фотоаппаратом. Главное – освежиться внутренне, преодолеть ощущение уныния и безнадёжности. И тогда вы увидите свет! Не в конце туннеля – свет в вас самих.

– Будьте восприимчивы и открыты другим историям и сюжетам. Так бывает – пишешь одну книгу, и вдруг в сознание врывается другая и крушит всё на своём пути. Есть книги, которые невозможно отложить, они приходят горячим солнцем и опаляют все остальные сюжеты в радиусе вселенной. У меня так было, и не раз. Выход – я откладывала рукопись и начинала новую. Как правило, такие стремительные книги пишутся в потоке. Потом можно вернуться к начатой прежде рукописи и... вдохновиться и завершить!

– Собирайте в копилку своего вдохновения мотивирующие вас фильмы, книги, цитаты, виды, моменты. Фильмы и книги я собираю давно, а на днях отметила волшебные воспоминания. Я была в ресторане, в котором писала одну из глав романа «Дом с вишнёвыми ставнями». Было приятно улыбнуться тому столу и вспомнить вдохновение, с которым я тогда писала. Это окрыляет!

Вдохновение – это не зверь, которого нужно приручить. Это уже часть вас, и вам стоит подружиться! Вы ближе познакомитесь с ним, оно – с вами, и вы вместе сделаете что-то хорошее!

## Задание

● Составьте в произвольном порядке список из ста вещей, которые вы любите. Не бойтесь, что столько не вспомните – скорее всего, их будет больше! Например: первую нежную листву, гулять под дождём, миндальный капучино, голос мужа/жены, и т. д. Храните под рукой, чтобы перечитывать и дополнять. Список можно и нужно претворять в жизнь. Многие из них доступны почти всегда – это скорая помощь вашему вдохновению.

● Составьте или обновите и держите под рукой список вдохновляющих фильмов, книг и впечатлений. Заряжайтесь вдохновением при первой возможности!

● Подумайте о физическом отдыхе и умеренной нагрузке. Разгрузите свои дела хотя бы на неделю; почувствуйте, что хочет ваше тело: пробежку, современный танец или растяжку – и позвольте себе это удовольствие.

● Избавляйтесь от лишнего: вдохновение любит парить, а не тащить груз обид, ненужных вещей и предубеждений.

## Глава 5

### СТРАХ ЧИСТОЙ СТРАНИЦЫ

Что ж, вы нашли для писательства время, место и силы. Вы молодцы! Я вами горжусь! Первый шаг сделан. Вот вы садитесь за прибранный стол, берёте свою идеальную ручку, открываете красивый блокнот с белоснежными страницами.

А далее два варианта развития событий. Если вы уже регулярно пишете, вы начинаете доверять бумаге ваши мысли, чувства, волнения, восторги и печали.

Либо ощущаете трепет, страх, недоумение. Ступор.

Знакомьтесь: Страх Чистого Листа.

В вашей голове мелкими камешками сыплются мысли и больно ударяют по вашему вдохновению. Например:

- а что, если я ничего не напишу?
- а что, если то, что я напишу, неинтересно/глупо/ смешно/наивно/неважно;
- и моё любимое: а что, если кто-то уже написал это до меня?

Давайте разбираться со всеми этими острыми камешками, чтобы они не отвлекали вас от работы.

Прежде всего, напишете вы что-нибудь или нет, зависит исключительно от вас! Выйдет ли что-нибудь хорошее – тоже, хотя и частично. Это самый простой страх: чтобы он ушёл, напишите на вашем чистом листе хоть что-нибудь. Можно написать какую-нибудь ерунду (представляете, этого никто не видит!) или начните описывать вид за окном, своё настроение, чувства. Нарисуйте домик, в конце концов. Симпатичный домик с приветливым дымком из трубы. Или букет цветов. И вот ваш лист уже не чистый, а значит – не страшный! Нарисовали – и пишете.

Во время написания художественного текста замысел автора и сюжет могут меняться несколько раз. Пишите! А уже потом волнуйтесь, интересно ли, важно ли. Я уверена, что и то, и другое – иначе стали бы вы об этом писать?

Несмотря на мою убеждённость – вы не поверите – есть большая вероятность того, что что-то похожее на вашу историю уже было написано, рассказано и прочитано. Может быть, десять, а может, тысячу лет тому назад. В художественной литературе не так много оригинальных сюжетов. Как и в жизни. Дело не в том, что именно вы пишете, главное – как.

И вот тут я могу вас успокоить – никто до вас не писал так, как вы! Представляете? Не могут два разных человека писать абсолютно одинаково. Каждый автор пишет художественные тексты в своём уникальном стиле. Не бойтесь повториться – бойтесь ничего не написать.

Кстати, увлечение стилем других авторов положительно скорее на этапе восхищения. Этапа подражания сложно избежать, если вы с упоением читаете собрания сочинений Диккенса, Ремарка или Хемингуэя. Но! Будьте с этим аккуратнее: не подглядывайте за чужим пером. Отгачивайте ваше.

Возможно, кто-то сейчас подумает: да, конечно, я начинающий автор, мне со страхом чистого листа ещё бороться и бороться. Открою вам секретный секрет: знаете, что самое трудное и страшное в писательстве?

Начать писать что-то новое. Неважно, роман, сказку или стихотворение.

Со стороны кажется, что каждый раз, когда приходит новая идея, строчка или сюжет, автор, вдохновлённый порывом, бежит её записывать, но на самом деле не всегда есть такая возможность. Часто идеи вынашиваются – несколько часов, дней или месяцев, и после долгого «созревания идеи» сесть и начать писать – страшно.

Если ты уже писал раньше, то знаешь, что стоит начать писать, и вот оно – клик-клак – пишется! Пусть неидеально, пусть шероховато и черновиком, но пишется, мысль льётся стройно и легко.

Но, стоя на полях чистой пустой страницы, ты боишься: а вдруг в этот раз не случится «клик-клак»? Мне кажется, волнительно должно быть всегда, ведь где нет эмоций – там неправда.

Это ощущение похоже на то, которое испытываешь перед тем, как зайти в море. Вот оно, громадное и ласковое, волны шепчут, птицы поют – ныряй и плавай! Вода сначала кажется слишком холодной, неприветливой, чужой. Ты делаешь маленькие шаги, уходя всё дальше, погружаясь всё больше, и вот вода уже тёплая, приятная – ты привык!

Начать писать – это примерно то же самое. Если хочешь записать историю, которая к тебе пришла, тебе нужно зайти в это море. Без этого никак. Сделать несколько шагов, затем смелее и смелее, и вот ты уже снова чувствуешь себя в рукописном блокноте как рыба в воде. Если вы любите писать, ныряйте смелее. У вас получится, обязательно.

Следующий вопрос, который встаёт перед автором после победы в битве со страхом, обычно звучит так: «О чём мне писать?» Мы сейчас говорим не о той ситуации, когда вы сели за письменный стол с готовой идеей или рифмой в голове, а о том моменте, когда вы жаждете писать, но пока не поняли, о чём.

Здесь есть важный момент: идеи не всегда приходят к авторам во время прогулок, чаепития или мытья посуды. Иногда идеи приходят тогда, когда вы пишете. Иными словами: начните и узнаете!

Пишите что угодно. Начните вести рукописный дневник или блог. Опишите погоду, забавный случай из магазина, игры детей или своё настроение. Будьте наблюдательны. Вполне возможно, из-за угла вашего подсознания, насвистывая весёлую мелодию и засунув руки в карманы, выйдет герой вашей истории.

Для того, чтобы услышать или увидеть новые сюжеты, у вас должно быть обострённое восприятие, иначе говоря, чистый канал связи. Одна из самых известных практик, которую применяют для того, чтобы расписаться, это «утренние страницы». Эта практика была придумана Джулией Кэмерон ещё для её первых лекций о творчестве («Путь художника»).

«Утренние страницы» – это ежедневное описание ваших мыслей, эмоций, чувств, которое не подлежит контролю внутреннего цензора. Три страницы, написанных от руки, о чём угодно. Поток сознания. Я не успеваю писать их утром и иногда пишу днём. Этот метод позволяет обнаружить как ваши ресурсы, так и ваши «тормоза»: например, обиды, горечь, грусть, уныние, неверие в свои силы.

Мой первый опыт написания утренних страниц был неожиданным и волшебным. Я тогда читала книгу Джулии Кэмерон «Право писать». Взяла стопку чистых листов, села за стол и, стараясь не размышлять, о чём писать, вывела: «В каждом из нас, как в старинном английском секретере»... Это первая строка моего романа «Дом с вишнёвыми ставнями». Стоило мне довериться чистой странице и ничего не выдумывать, как героиня истории «пришла» ко мне сама. Она словно давно ожидала этого, и теперь ей осталось только переступить порог. Так мои первые утренние страницы показали мне путь к первой книге.

Такая практика очень хорошо показывает фокус вашего внимания. Например, где вы сегодня: в моменте или всё ещё переживаете из-за ссоры двухнедельной давности? Утренние страницы также умело выуживают из будничной реки ваши мечты и сокровенные желания. Эти страницы только ваши, их не нужно никому показывать или хранить. Это индикатор вашего внутреннего состояния, не более того. Но как же это много!

Итак, если вы не знаете, о чём писать, попробуйте метод утренних страниц, начните вести дневник или блог. Чем чаще вы будете писать, тем легче вам будет каждый раз брать ручку, садиться за ноутбук и рассказывать истории.

Необязательно сразу искать сюжет или героев. Просто пишите. О том, как в детстве вы любили жечь костры и печь картошку, а небо было звёздным и близким. Или о других ваших ярких детских впечатлениях. Напишите о первой влюблённости или о значимой для вас утрате. Не бойтесь эмоций, слов, определений, метафор. Пусть текст льётся легко, в вашем темпе: буйным водопадом или тихой лесной речушкой, но текст будет вашим, и стиль – вашим. Я вас уверяю: вам так это понравится, что вы будете открывать свой блокнот снова и снова. И однажды к вам придёт любопытный сюжет. Или персонажи, которые станут вам родными и близкими.

Единственное, что нужно делать, чтобы писать – это... писать. Любое ремесло требует тренировки. Писательство не исключение.

Ещё один важный момент: так как «хлеб» писателя – это его впечатления, проводите больше времени вне письменного стола: активно гуляйте, наблюдайте за природой, посещайте выставки и музеи, симфонические концерты. Живите насыщенной жизнью: общайтесь с друзьями, пекуте пироги, сажайте цветы, изучайте новое. Чем больше свежих эмоций и впечатлений, тем лучше. Ведь тогда и вам, и вашим героям будет о чём рассказать.

## Задание

● Начать вести «утренние страницы». Выписывать из сознания три листа чего угодно, либо писать по таймеру (10 минут). Вести каждый день/через день/раз в неделю – в своём ритме. Меня этот метод так вдохновляет, что я его использую дозированно.

● Вести дневник впечатлений. Выбирать одно яркое впечатление дня и описывать его в художественной форме.

● «Играть» в писателя. Положите в сумку блокнот и набор ручек. Записывайте интересные мысли/метафоры/ассоциации.

## ГЛАВА 6

### ИСКРЕННОСТЬ В ПИСАТЕЛЬСТВЕ

Один из вопросов, который волнует начинающих авторов, звучит так: «А что если я случайно напишу о ком-то из своих близких? Или слишком откровенно расскажу о самом себе, своих переживаниях?»

Что значит «случайно напишу»? Напишите обязательно, можете даже не сомневаться. Конечно, это будет не идеальный портрет ваших родителей или бывшего возлюбленного, но в той или иной степени наш жизненный опыт проявляется в наших произведениях, хотим мы того или нет. Пусть это будет одна строчка, одна привычка героя – например, он всегда закатывает рукава, но это всё равно проявится.

И автор, боясь быть застигнутым врасплох своими близкими, которые, конечно, уже подготовили лупу для изучения его текстов, пишет, сдерживая себя, свои мысли и эмоции, и, как следствие – мысли и эмоции лирического героя.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.