

ВЕРА РАДОСТНАЯ

# ВАШ ПЕРВЫЙ РОМАН

СОВЕТЫ ПИСАТЕЛЯ-ПСИХОЛОГА

+105 практик для вашего мастерства



# **Вера Николаевна Радостная**

## **Ваш первый роман. Советы писателя-психолога**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=68373158](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=68373158)*

*SelfPub; 2022*

### **Аннотация**

Перед вами пошаговое руководство, как написать первый успешный роман. Автор книги, опытный писатель-психолог, уберет ваши отговорки, подчистит фантазии и заблуждения о современном литературном творчестве. Это практическое пособие поможет вам разобраться с основными писательскими трудностями. Книга планомерно раскрывает все этапы создания романа. Начиная от проработки страхов, самоорганизации и чужой критики, заканчивая творческими кризисами, личным брендом автора и продвижением готового текста. В середине самое сочное «мясо»: идеальная аннотация, обложка, начало и финал, герои, мир и огненные диалоги! Вы найдете 105 практических заданий, чтобы улучшить ваши тексты и наконец-то почувствовать себя настоящим писателем! Вера Радостная (имя и фамилия настоящие, г. Москва) – клинический психолог, арт-терапевт с более чем 25-летним творческим стажем, писатель, автор 17-ти книг, эксперт для телеканала «Домашний», «Москва 24».

# Содержание

Вступление	4
Глава 1. «Тварь вы дрожащая» или писатель?	9
Глава 2. Мотивация: давайте я заставлю вас писать	26
Глава 3. Главные писательские страхи: убить, нельзя смириться	48
Глава 4. Как правильно реагировать на критику и никого не расстрелять	69
Конец ознакомительного фрагмента.	86

# Вера Радостная

## Ваш первый роман. Советы писателя-психолога

### Вступление

Эта книга написана для обычных людей, которые мечтают о великом. Они хотят стать писателями!

На первый взгляд эти люди ничем не отличаются от остальных. У них семья, дети, работа в офисе до семи вечера, два часа на дорогу в метро/на машине, уборка и магазины по выходным.

Но кое-что все-таки выделяет этих людей среди других. В глубине души они мечтают создавать великие миры и великолепные истории!

Моя задача как писателя-психолога – провести вас за руку от замысла книги до её финала и даже дальше. Показать, что происходит с историей после: как она начинает жить в сердцах других людей (читателей, естественно), а вы (неожиданно для себя и ваших друзей!) даже начинаете зарабатывать на книге деньги.

Хотите выбраться из навязанной фантазии, что для того, чтобы написать книгу вам обязательно нужно литератур-

ное образование, связи в издательстве или идеальный русский язык?! Тогда скорее запрыгивайте в поезд! Мы начинаем движение!

У меня не было ни одного из перечисленных выше пунктов, и это не помешало мне написать 17 книг! А значит, не помешает и вам!

Я не редактор и не издатель, не знаю многих литературных терминов и не хочу их знать. Я писатель – психолог, а психология для меня всегда про индивидуальность, свободу жить той жизнью, на которую посмеешь решиться!

### **Вместо предисловия**

*Получаю сообщение от подруги-писательницы и не могу найти слов в ответ. Захлебываюсь от возмущения.*

*Её рассказ издательство опубликовало не под псевдонимом, под которым вышли более 20-ти романов, в том числе в аудиоверсии, и под которым она несколько лет ведет социальные сети, а под настоящим именем...*

*Несколько минут я молча смотрю на сообщение, размышляя, как такое вообще возможно... В 21 веке, когда в договоре чётко прописаны все детали: имя автора, количество знаков, размер гонорара...*

*– «Писец», – отправляю подруге стикер с пушистой оцепеневшей зверушкой. Белая лисица ошалело смотрит глазами-точками в пустоту.*

*– Вот и дождалась публикации в издательстве, – продолжаю, с трудом подобрав слова.*

Сама размышляю, как можно ТАК накосячить! Понимаю, что со стороны издательства, наверное, все равно, под какой фамилией публиковать рассказ, тем более что он написан для сборника, где читателя ждут еще несколько фамилий. Но для автора – это ОГРОМНАЯ РАЗНИЦА.

Есть имя, в развитие которого ты несколько лет вкладываешь время, силы, деньги, – это твой псевдоним. И есть твое настоящее паспортное имя, которое никто не знает!

Ловлю себя на идее, что может подруга сама напутала с договором, отправила не те исходные данные...

– Даже в договоре псевдоним! – обрывает мысль её следующее сообщение. – Мы не на словах договорились, мы бумагу подписали.

Не мигая смотрю на переписку, как тот пушистый песец.

– Реально что-то исправить? Принять меры? – набиваю быстро.

– Исправить – нет, тираж уже отпечатан. Я им своё «фи» написала. Да не будет никаких мер, а я изведусь. На-фиг! – отвечает подруга.

Уж по мне так просто «фи» недостаточно! Я бы орала, отправила жалобу и генеральному директору, что его работники – разгильдяи, и главному редактору, чтобы научил сослуживцев читать.

– Ты так спокойно воспринимаешь ситуацию – это хорошо, – сглатываю комок в горле. – А статьи в законе под это нет? Если твой авторский контент, на который есть дого-

*вор, опубликовали под другим именем?*

*– Не знаю. Написала редактору и чуваку, с которым договор составляла.*

*– Что-то ответили?*

*– Кто ответит-то? Сегодня воскресенье. Не работают они.*



## **Как пользоваться этой книгой**

Вас ждёт 26 глав. В конце каждой вы найдете минимум три упражнения. Некоторые из них помечены меткой «**Психо**». Это значит, что практика предлагает вам копнуть в глубину: разобраться с вредными установками, мешающими свободно творить, усовершенствовать ваши тексты через более трепетный контакт с собой и другими людьми.

Главы не ограничивается теоретической частью, полезные лайфхаки вы найдете и в самих упражнениях.

Успех ждет тех, кто работает! Просто читать эту книгу недостаточно, придется делать упражнения. Уверена, что

среди 105 практик обязательно найдутся те, которые вы искренне полюбите. Обещаю!

А еще между главами вас ждет 15 советов от моих авторов-коллег. Они сами прислали для вас эти рекомендации. Многие из этих авторов написали более 20-ти книг, их романы изданы в аудиоверсиях и на бумаге. К мыслям этих писателей тоже стоит прислушаться, а потом пробежаться еще раз по упражнениям! Только так мы с вами тоже станем коллегами!

### **Дисклеймер**

Любое сходство или совпадение с реальными людьми и событиями является случайностью. Данная книга носит исключительно развлекательный характер, не имеет цели оскорбить кого-либо и не является призывом к каким-либо действиям. Все дополнительные материалы взяты из открытого доступа в интернете и использованы в допустимых формах. Все написанное является исключительно личным мнением автора и может не совпадать с вашим. Автор данной книги не несет ответственности за любые последствия от ее прочтения.

# Глава 1. «Тварь вы дрожащая» или писатель?

Вокруг писательства всегда был некий ореол таинственности и даже некоторой избранности. «Это дано и позволено не всем», – решили те, кому дано, и нарекли остальных графоманами.

На самом деле, времена давно изменились. Сейчас издательства массово печатают книги топовых блогеров (главное, чтобы подписчиков было побольше!), выжимая из них любовные похождения и слезные истории становлений «из грязи в князи».

Есть ли в этих напечатанных историях удивительные метафоры или тонкие писательские ходы? Как правило, нет! Однако эти книги прекрасно продаются, потому что в сюжете есть два мощных и беспрюирышных хода, которые я обозначила выше:

1. Любовные истории с расставаниями, слезами и предательствами;
2. История становления автора-героя, прошедшего путь из точки А в точку В.

Плюс к этому у блогера есть аудитория подписчиков, а значит, потенциальных покупателей, и продать такую книгу издательству будет куда проще, чем взять роман начинающе-

го автора, о котором никто не знает.

Без обид, это суровый бизнес, детки!

Поэтому сегодня писателем может назваться любой человек, который создал книгу. Называют ли себя те блогеры писателями?! Безусловно!

Тогда чем вы хуже?! Оставим блогерам их шок-контент! Давайте уже скорей начинать писать собственный роман!

**Тем более, что только вы сами решаете, как себя называть.**

**Писатель, автор или никто.**

Я знаю, замечательную писательницу, создательницу 18-ти любовных романов, которая представляет себя знакомым «сетевым автором», только потому что все её романы изданы в электронной версии и печатных книг у нее нет.

Она писатель?! Да, безусловно! Есть авторы малюсенького сборника повестей, которые напечатали себе 10 экземпляров в типографии, поставили на полку и уже гордо именуют себя писателями. Почему?! Потому что они себе это разрешили! А та моя знакомая – еще нет, не разрешила.

Быть писателем или не быть – сверху никто не определит. Даже Литературный институт выдает диплом с очень странной специальностью «Литературный работник». Что это за зверь, обычному человеку непонятно, но, простите, это явно не писатель.

А значит, быть ли вам писателем, решаете только вы сами. Что делать с критиками, злопыхателями, вы узнаете дальше!

И раз вы хотите стать автором, давайте скорее начинать писать ваш первый роман!

**Запомните главное: писатель – это не про книгу, а про КНИГИ!**

Заканчивая первую, вы уже мысленно продумываете план следующей. А в идеале у вас есть папка вдохновения и ку-сочки идей по нескольким задумкам. Писательство – это бег на длинную дистанцию. Но обо все по порядку!

Для примеров мы часто будем использовать не книги, а фильмы, потому что в кино цена ошибки гораздо выше. Для написания книги вам нужен только интернет и компьютер, это почти бесплатно, но задумайтесь, какой минимальный бюджет нужен, чтобы снять фильм!

### **Начало моего писательского пути**

Как вообще становятся авторами? Мой писательский путь, как часто бывает, начался еще в детстве.

Помню, была единственной в классе, кто отважился выполнить задание по литературе -написать былинку. Я принесла её на урок в тоненькой тетрадке 48 листов, будто эта задача казалась мне не масштабной и серьезной, а простеньким упражнением, которое делаешь по обыкновению, как домашнюю работу.

Естественно, меня вызвали читать былинку перед классом.... Кстати, я до сих пор с невыносимой тяжестью и преодолением себя читаю написанное вслух. Как правило, сби-ваюсь, тараторю и волнуюсь. Потому что для меня созданная

история – это достаточно интимная штука, автор которого по сути – не только я.

Я автор только, как писатель. Создатель мира, творящий структуру, но то, что человек увидит внутри этой структуры, что почувствует и поймает – уже не про меня. В этой части восприятия созданного мира – читатель точно такой же автор. Поэтому для меня читать вслух – значит нарушить хрупкую интимность момента, когда читатель создает собственный мир внутри выдуманного писателем каркаса истории.

Но тогда еще в школе, естественно, я еще и банально боялась читать вслух, боялась, как текст оценят остальные тридцать учеников и что обо мне подумают. Самые обычные писательские страхи! Куда же без них! Тогда же столкнулась и с первой критикой, когда, закончив, получила «оплеуху», что я не могла сама написать былинку и обманываю...

Из таких маленьких, но колких страхов, «пощечин», сомнений и неуверенностей и складывается путь начинающего автора. Мало кто, настолько уверен в себе, что сразу идет на порталы самиздата без внутренней зажатости: я человек маленький и никчемный, до великих мне далеко, и спасибо, уважаемые люди, что не кидаете помидоры.

Поэтому вполне логично, что часто такое «дохленькое авторство» чахнет на корню, буквально задавливается более понятными и обыденными делами: учебой, работой и бесконечной рутинной.

Так случилось и со мной. Хотя на первых курсах институ-

та я написала триллер («Найди выход, найти вход»), эпическое фэнтези и еще 205 000 знаков для романа в жанре «предапокалипсис» (нет такого жанра, ладно!), писатель внутри уже прекратил верить в себя.

Вернуть его к жизни в 2015 году помогла психология. На тренинге по трансперсональной психотерапии нам дали задание, которое и воскресило автора внутри меня.

Выполните это упражнение, оно очень полезное. Нас попросили представить, будто жить осталось всего неделю и выписать, о чем мы бы жалели. О каких нереализованных мечтах, проектах и несказанных словах.

Я тогда поняла, что кое-что не дорассказала миру. «Умирать рано», надо вернуться и дорассказать.

Самое удивительно, что именно эта мысль и уверенность, что я должна вернуться к хобби, закрутила водоворот событий, которые привели к нужным обучающим курсам и полезным проектам, которые словно по волшебству «исчезали» из реальности, после того, как давали мне нужный толчок развития.

Именно на одном из таких курсов была написана философская сказка «Знак: Восемь доказательств магии», в которой я хотела передать и оставить в наследие повседневную магию – восемь простых правил-доказательств, которые добавят в жизнь настоящего волшебства.

Сделали то самое полезное упражнение? Появились любопытные мысли или новые цели? Практика ждет вас в кон-

це главы.

## **Хобби, дополнительный доход или профессия (работа)**

Предлагаю вам задуматься, как сейчас вы воспринимаете для себя писательство и как хотели бы его видеть в дальнейшем.

Вопрос неспроста. Если вы относитесь к писательству, как к хобби, и не планируете в дальнейшем делать из него дополнительный источник заработка, то можете позволить себе куда больше свободы. Если вы пишете для себя и родных (детей), то не так важно, насколько завлекательно составлена аннотация и сильно ли цепляющей будет первая строка. Это ваши мысли, ваше творчество, ваше самовыражение, ваша тихая гавань и точка!

**Если вы пишете для себя и родных, пишите, что хотите! Это хобби. Самовыражение и самотерапия.**

Однако важно понимать, что если вы берёте вариант «хобби + дополнительный доход», то, хотите вы этого или нет, доход будет приходиться от незнакомых вам людей. Чтобы понравиться этим тетям (или дядям) и продать им идею (на уровне черновика) или готовый текст, нужно показать и доказать, что вы не обманите их ожиданий. Обычно у читателей уже сформированы в голове фантазии, что и как должно быть в жанровом романе. В любовном – одно, в детективе – иное.

На этом этапе обычно в чистом самовыражении наступает

понятный и логичный кризис. Вы больше не можете на 100% гнуть свою линию. Теперь вы обязаны соответствовать требованиям жанра и тому, как выглядят обложки в этом жанре, какие темы в этом жанре предпочитают читатели (потому что покупают они, а не ваши дети) и т.д. и т.п.

Вы не можете прийти на порносайт и продавать там Библию. Можете, конечно, но её там никто покупать не станет, потому что публика привыкла на этом сайте покупать другие вещи. На примере с порносайтом и Библией всем понятно, но когда дело доходит до вашего авторского взгляда на создание книг и конкретного литературного портала с определенной целевой аудиторией, почему-то не так понятно. Хотя суть одна и та же!

Если вам нужен вариант «хобби + дополнительный доход», то этот доход проще всегда получить, продавая то, что уже покупают. Конечно, можно вывести на рынок новый малопонятный товар, но тогда вам придется вложиться в то, чтобы создать под него аудиторию. Если ли у вас для этого достаточные ресурсы? Как правило, нет.

Третий вариант в писательстве – это не просто дополнительный доход, а уже новая профессия. Новая работа! В этом случае вы еще больше должны быть ближе к рынку и предельно чётко понимать, чего от вас хотят читатели, что они любят и что не ненавидят.

Вспомните сейчас о вашей последней или нынешней работе. Наверняка, на ней были правила поведения? Обязан-

ности? Нормы, как принято общаться с клиентами и партнёрами? Были стандарты, что нужно уметь, если вы хотите дойти от начинающего специалиста до руководителя отдела?

Все то же самое будет, если вы решаете выбрать третий путь и взять писательство в профессию. В этом случае, вам будет нужна определенная периодичность выхода книг, определенная норма по количеству набитых знаков в день, четкий и понятный еженедельный набор действий по продвижению... или помощник по продвижению.

Ошибка в том, что авторы выбирают раздолбайский вариант «хобби», пишут книги иногда, несистемно, от вдохновения к вдохновению, о том, что нравится, но почему-то хотят, чтобы хобби приносило им столько же денег, как и профессиональная работа писателем. Так не бывает, увы.

Выбрали свой путь?

Для меня писатель в первую очередь – это тот, кто пишет для людей. Он хочет, чтобы его книги читали, а это по определению значит, что в этом случае автор должен опираться на желания и потребности тех, кто читает.

Если вы пишете для себя, создание историй для вас – чистое самовыражение, возможность вылить накопившиеся беспокойства и эмоции, разобраться в себе, то не удивляйтесь, что людей, которым это близко, будет мало.



**Писательский совет.** «Первое, что стоит понять – для чего вы пишете и какого результата хотите достичь. Что первично: заработать денег или восхитить мир глубиной своей идеи? Только очень честно себе ответьте. И уже исходя из этого, начинайте работать либо на целевую аудиторию, либо на идею. Если у вас есть способности, то потом, с опытом, одно потянет за собой второе. Но сразу бежать в обе стороны не выйдет, плохо будет и там, и там. Самое главное – понимать, к какой цели идешь.

Для меня самое важное – это ощущение жизни в истории. Даже если это абсолютная фантастичная фантастика, она должна быть живой и реальной. Чтобы персонажи вели себя как живые люди, у которых есть прошлое и будущее, свои тараканы и свои радости, а не просто картонные фигурки, которых выдвинули на сцену, чтобы они по плану отбубнили свои роли. Объективных критериев тут, наверно, нет. Просто ты либо чувствуешь жизнь, либо не чувствуешь».

**Екатерина Бакулина** – автор 25-ти книг в жанре роман-

тического, приключенческого и детективного фэнтези. Роман "Невеста Черного Ворона" издан в серии "Хиты Рунета". Художник-иллюстратор, автор множества книжных обложек.



### **(Психо)Упражнение 1. «Встреча со смертью»**

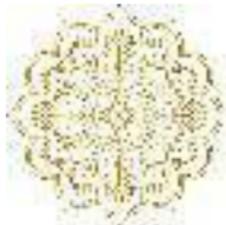
Выполните то самое упражнение, которое вернуло меня к писательству. Возможно, у вас всплывут более важные и значимые идеи и цели. Это нормально. Что ж, тогда отложите эту книгу в сторону и смело займитесь чем-нибудь другим!

Представьте, будто вы узнали, что вам осталось жить всего неделю. О чем бы вы тогда сожалели? Выпишите в список ВСЕ пункты? О каких несделанных вещах, позабытых мечтах, невысказанных словах и несобранных встречах?!

Пишите столько, сколько придет на ум. Нет задачи найти только одну мечту-цель, а затем уделить время и внимание исключительно ей.

Поскольку это книга написана психологом-писателем,

внутри вас ждет много полезных упражнений на исследование ваших глубинных потребностей. Это поможет не только написать вашу первую книгу, но также даст много подсказок, как сделать сюжет вашей жизни более увлекательным, захватывающим и насыщенным, ничем не хуже, чем в романе-бестселлере.



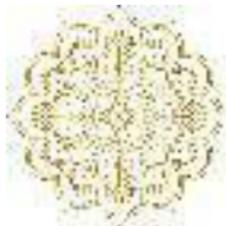
## **Упражнение 2. «Я – писатель»**

Начните открываться людям и называть себя писателем. Чем чаще вы вылезаете из привычной раковины, тем больше возможностей и чудес вас ждёт в большом мире. Волшебство часто находится на расстоянии вытянутой руки. Каждый встречный может стать связующим звеном между вами и вашей мечтой. Поэтому прекращайте отмалчиваться и прятаться, назовите уже себя писателем! Я вам разрешаю!

– Расскажите вашему новому знакомому, что вы начинающий автор (если вы вообще еще ничего не написали!). Объясните, что сейчас вы работаете над такой-то историей и планируете её закончить тогда-то. Завяжите беседу на литературные и писательские темы. Можете уточнить, что ваш

знакомый читает и где. Покупает ли он только классику, романы-бестселлеры или, а вдруг, читает фэнтези-романы по подписке!

– Если вы уже написали книгу, то смело расскажите новому знакомому, что вы писатель. У вас написан роман (или сборник) о том-то и его можно прочесть там-то. Со стороны может показаться, что вы занимаетесь наглой рекламой, но это вовсе не так! В этом задании вы никому не продаете свою книгу (пока!), вы по-человечески делитесь новостями о своей жизни. Кто-то при встрече рассказывает о болячках и анализах, а у вас жизнь заполнена другим. Вы пишете книги, и поэтому не боитесь рассказывать о сюжетах и персонажах, о том, что вас беспокоит и что не получается в писательском хобби или работе.



### **Упражнение 3. «Книги, деньги, два ствола»**

Заведите блокнот или заметку в Evernote, где вы будете делать все задания по данной книге. Заварите себе вкусного чая и задумайтесь, чего вы хотите от писательства. «Стать писателем» или «написать свою книгу» – на самом деле не

слишком правильная цель, потому что такие формулировки не учитывают, что зачем оно вам надо.

Постарайтесь сейчас максимально детально прояснить для себя, что именно вам нужно от вашей первой книги.

Например, общая формулировка цели – написать первую книгу. **Зачем?** Тут возможна сотня разных ответов:

- Рассказать миру что-то важное;
- Стать знаменитым;
- Выразить чувства, рассказав какую-то личную драму;
- Получить дополнительный доход;
- Создавать новые миры;
- Повысить уровень своей экспертности (с помощью нон-фикшн книги);
- Доказать папе, что я тоже могу писать книги.

**А что еще?! Не переставайте спрашивать себя, зачем оно вам надо, пока не доберетесь до самой сути:**

- Почувствовать себя важным и значительным человеком;
- Рассказать занимательную историю, которая случилась с кем-то из ваших знакомых и сильно повлияла на ваше мировоззрение;
- Оставить след в истории;
- Оставить детям напутствие в виде книги и т.д.

**Спросите себя: «Может, есть какой-то более простой способ сделать то, что вам нужно?»**

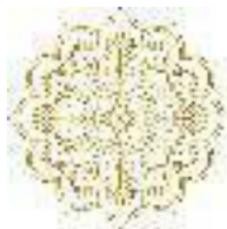
Есть категория людей, которые не могут не писать. Почти для всего остального книга – не самый простой вариант ре-

шения вашего запроса. Есть варианты куда быстрее, эффективнее и доходнее.

Лично мне нравится создавать миры, проживать новые жизни уже в этой и создавать истории, которые (я надеюсь) помогут людям иначе взглянуть на обстоятельства и попробовать другие модели поведения после прочитанного. Вот видите, в последней причине я уже заговорила, как психолог! На самом деле, последнюю причину писать – мне проще и результативнее реализовать через прямую работу психолога, вместо того, чтобы заниматься книгами.

Вот и ваша задача в этом упражнении понять уже сейчас: может вам на самом деле вовсе не нужно писать книгу (именно поэтому вы и откладываете это дело раз за разом), может, есть варианты, как решить ваш внутренний запрос гораздо легче?!

P.S. Но если вы все-таки твердо решили писать, то «два ствола» в названии вам обязательно пригодятся! Скоро узнаете почему!



**(Психо)Упражнение 4. «Бойцовский клуб»**

Выпишите (вытащите из головы на бумагу) все мысли, почему вы ещё «тварь дрожащая», а не писатель. На работу уйдёт час – другой, но её польза бесценна, даже если вы уже не начинающий автор. Ощущение в себе «мелкой и неказистой твари», а не писателя может сковывать вас, даже после того, как вы написали десять книг.

Поэтому, не важно сколько у вас завершённых романов, выписывайте все варианты, в которых вы «недостаточно значимы», недостаточно успешны и вообще, человек маленький. Выписывайте смело, ибо сейчас всю эту дичь мы будем из головы вычищать. Бить ваших тараканов тапком!

Например, я не чувствую себя писателем, потому что....

... потому что у меня нет ни одной написанной книги...

... потому что мои книги критикуют...

... потому что у меня мало читателей...

... потому что у меня нет ни одной изданной в крупном издательстве книги...

... потому что СМИ не берут у меня интервью, а блогеры не записывают совместные эфиры...

... потому что я не зарабатываю 1 миллион рублей в месяц...

Выливайте всю боль, тяжесть, недовольство собой и миром.

Когда закончите, отложите исписанные листы хотя бы на сутки, чтобы вернуться к ним на свежую голову.

Вернулись? Пора разбираться.

1. Некоторые пункты можно переписать в конкретные цели:

- Нет читателей? Ваша цель: набрать + 100 читателей,
- Много критики? Ваша цель: выяснить, что не устраивает, проверить просьбы на адекватность и ваш замысел, а затем исправить то, что не нравится читателям в книге,
- Хотите совместный эфир для продвижения? Подберите любопытную тему, чтобы предложить блогерам;

Поставленная цель, если ей заниматься, стремится к реализации. Скажу больше: иногда даже просто качественно прописанная и заряженная вашим искренним желанием цель, исполняется сама.

Да, чтобы написать книгу, вам все-таки придется набить нужный текст (или наговорить и отдать тем, кто расшифрует аудио), но если вы активны в сети, блогеры вполне могут выйти на вас сами.

2. Все пункты категории «недостаточно» переписывайте в «достаточно» (самые смелые могут переписать в категории «много» и начинайте ежедневно замечать, что у вас достаточно и много).

Это такой же навык, как и постоянная критика. Просто критика стала уже для большинства настолько привычным явлением, что она происходит на автомате.

Теперь ваша задача перестроить привычку, взломать её код и начать вместо критики щедро давать себе похвалу, «поглаживания» и поддержку, что у вас уже получается. Что

у вас достаточно! Да, можно было бы еще поработать, и вы хотите больше, но и сейчас **достаточно!**

**На любой ступеньке развития вам будет хотеться больше! Те, кто делает в месяц миллион, точно хочет делать три и уже идет к этому.**

**Важно ваше эмоциональное состояние! Когда вам тяжело, тоскливо, мало, недостаточно, у вас не станет больше. Больше станет, когда вы начнете чувствовать, что вам хорошо, потому что у вас есть читатели и продажи.**

Да, пока у вас получается похуже, чем у авторов из списка ТОП-10 бестселлеров, но уже получается. Сегодня получается одно, завтра другое, а послезавтра вы уже приблизитесь к плашке «Хит продаж».

## Глава 2. Мотивация: давайте я заставлю вас писать

Итак, вы уже писатель. Обычно, когда к вам только приходит новый сюжет, вы горите идеей. Вы удивительным образом находите 25-й час в сутках, чтобы сесть и немного поработать. Прописать план, зафиксировать обрывки диалога или накидать образ героя. На старте вы переполнены энергией и можете легко просидеть в интернете два часа, тщательно изучая и собирая материал для книги.

Однако если вам тяжело начать, то проблема может быть в следующем:

**1. Задача «Написать книгу» кажется вам непонятной и неподъемной.** «Это должно быть делом жизни, на книгу уйдет куча времени, а его нет», – думаете вы.

Все нормально! Любая непонятная и длительная задача со стороны выглядит трудной, но если разбить её на короткие и доступные блоки (вы же знаете, что слона надо есть по кусочкам?!), дело пойдет веселее. Дальше я покажу на конкретном примере.

**2. Вы хотите начать писать, но не знаете, как это делать.** Сочинения в школе вы постоянно списывали, а по русскому у вас всегда были тройки.

Позвольте вас поздравить! Это не мешает вам написать

роман. Я читала книги, похожие на личный дневник с подробной детализацией чувств (что было даже некомфортно), и, наоборот, романы с крайне простым слогом, почти как для начальных классов – и у каждого из них были читатели. Причем обе книги хорошо продавались! Почему?! Потому что авторы по-разному умели цеплять читателей.

Если вы не знаете, **как** писать, учитесь! У вас появляется куча любопытных задач: изучить приёмчики захвата внимания, подтянуть русский язык (или найти редактора-корректора), собраться с мыслями, продумать идею и общий каркас романа, а затем сесть за первую главу.

Какие проблемы возникают дальше? Давайте разберем их по порядку:

**Проблема 1. Вы очень долго готовитесь, прежде чем сесть и начать писать**

Если у вас пока нет навыка писать каждый день, то закопаться в сбор информации – это самое простое и понятное для психики обычного человека. Каждого из нас школа с институтом научили тщательно готовиться прежде, чем что-нибудь начать.

Лечится «болезнь» очень просто. Давайте сразу договоримся, что ваша первая книга не станет бестселлером. Она не попадет в список «100 лучших романов всех времен и народов», вам не дадут за нее Нобелевскую премию по литературе, а Стивен Кинг не пришлет вам на почту письмо с восторгами.

Нет, не пришлет!

Адекватизируйте свои ожидания от первого романа – это поможет вам его написать за несколько месяцев, вместо нескольких лет.

### **Ваши писательские цели на первую книгу:**

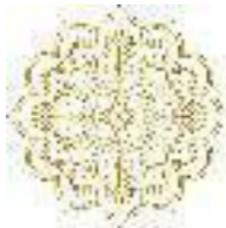
- 1) научиться делать цепляющие аннотации, подбирать захватывающие обложки и темы для историй;
- 2) писать бодро, с эмоциями и деталями;
- 3) постоянно интриговать, дергать, цеплять читателя, чтобы держать его в тонусе;
- 4) составить план книги, чтобы роман не показался занудным и тягостным;
- 5) не слить сюжет и достойно зафиналить книгу;
- 6) не впасть в депрессию, потому книга затягивается, что-то постоянно не получается, и вам начинает не хватать времени на свою собственную жизнь;
- 7) не сорваться в перфекционизм и сознательно ограничить время на редактуру и правки;
- 8) сохранить доброжелательные отношения с любимым человеком (и не развестись), из-за того, что стали уделять меньше времени семье;
- 9) сделать выводы после окончания первого романа, подвести итоги, что получилось хорошо, а что не очень, разобраться, как можно улучшить не текущий текст, а уже следующий роман!

Отсюда главный и немного болезненный вывод, что ваш

первый блин (т.е. книга) все равно будет неидеален. Потому что найдется сотня причин, чтобы что-то пошло не так! Даже тысяча причин!

Поэтому самое разумное, что можно сделать, это поскорее «прожарить» ваш первый «блин», а затем набив шишки и получив опыт, взяться за следующую книгу.

Когда вы пройдете весь путь написания книги, вам по умолчанию будет проще начать следующий роман.



## **Проблема 2. Вы пишете редко, неравномерно, урывками, абы как**

Писать каждый день – это привычка. Она не зависит от вдохновения и вашей загруженности в течение дня. Это банальная привычка!

Задумайтесь, вам же не нужно вдохновение каждый день, чтобы почистить зубы перед сном? А почему нет? Потому что у вас уже годами сформирована данная привычка. Даже если вы заболели, устали, у вас был невероятно тяжелый день, то, как правило, вечером вы все равно найдете в себе силы подойти к раковине и почистить зубы.

Поэтому дело за малым. Вам всего лишь нужно установить в свой «интерфейс» новую привычку – писать каждый день.

**Вот тут внимание! Писать книгу каждый день!**

Не оставлять длинные сложноподчинённые предложения в родительских чатах, не сочинять на страничках в социальных сетях захватывающие истории, как вы сходили с мужем в кино на выходных, а писать вашу книгу!

Не просто что-то где-то писать (#яумамыблогер), а глава за главой писать роман. Или на худой конец повесть.

Без обид! Если вы и блогер, и писатель, то пишете в блог тоже, разумеется. Но и про роман не забывайте!

Для начала возьмите за правило писать тридцать минут в день. Уж полчаса-то можно выделить каждый день! Не можете найти 30 минут, выделите 20 минут!

Данная книга написана именно так.

Я знаю, что за эти 20 минут я обычно пишу 2500 знаков. В дальнейшем вам нужно будет знать и понимать собственные цифры.

Например, прогнозируемый объем данной книги – 185 000 знаков, у меня в плане на день прописан пункт «Ваш первый роман – 30 минут». Я понимаю, что за эти тридцать минут я выдам примерно 2500 – 3500 знаков, а значит, в итоге книга будет полностью написана примерно через 60 дней.

*(Новости из будущего: в итоге книга вышла за 360 000 знаков (еще бонусы, да), и я писала её 4 месяца, постоянно*

*придумывая, что еще добавить и как еще улучшить задумку! Надеюсь, вам понравится!)*

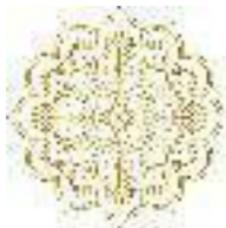
Итак, если вы хотите не знать проблем с вдохновением, вводите в «План на день» новую привычку «Писать вашу книгу – 30 минут». Минимум! Далее мы подробнее поговорим о том, чтобы плодотворно использовать эти минуты. Не прокрастинировать, не отвлекаться, а смело и бодро бить по клавишам, создавая новые миры.

Если у вас есть время, смело «ставьте рекорд» и пишите 1 час в день. На первых порах абсолютно не важно, насколько гениальными будут ваши тексты.

**Ваша цель проста и понятна (потому что на сложные цели люди любят забивать: поставить привычку писать книгу, вместо того, чтобы заниматься какой-нибудь другой абсолютно бесполезной фигней!**

Вы же хотите стать писателем, не так ли?!

**Так это проще простого! Нужно каждый день писать вашу книгу!**



**Проблема 3. У вас нет времени писать книгу**

На самом деле, вам кажется, что у вас нет времени писать книгу! Но это не так.

Для того чтобы увидеть, на какую ерунду утекает ваше время в течение дня, нужно 3-4 дня замерять, сколько минут занимают у вас привычные дела.

Начали дело, засели время, закончили – засеки снова. И вот тут могут открыться невероятные истории, достойные фэнтези-романов в духе «Попаданцы (или Пропаданцы) во времени».

Например, вы можете с умилением выяснить, что взбалмошное желание «А гляну-ка я, какие фильмы сейчас идут в кинотеатре» – забирает не 2 минуты, а целых 37! Потому что сначала захочется пересмотреть все трейлеры, потом вас затянули интересные видео от ютуба, а в итоге вы пропали с радара жизни больше, чем на полчаса!

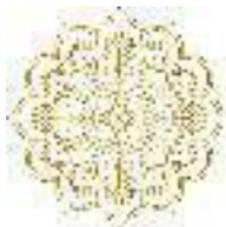
А в это время где-то одиноко грустит ваша едва начатая рукопись, которую вредный автор вероломно забросил...

Или, наоборот, благодаря замерам времени, вы сможете выяснить, что для написания одной страницы текста, вам нужно ровно 40 минут. И с этими цифрами можно уже работать! Всего 40 минут каждый день в течение одного месяца, и вы написали примерно 70 000 знаков. Это достаточный объем текста!

**Итак, когда вы замерите, что и сколько времени занимает у вас в течение дня, то с легкостью сможете выделить те самые 30 минут в день, чтобы писать ва-**

**шу книгу.**

Да, возможно для этого придется от чего-то отказаться! Но куда интереснее создавать свои миры, чем наблюдать, как их создают другие!



**Проблема 4. Вы отвлекаетесь, когда начинаете писать, и не знаете, что еще бы такого выдумать по сюжету**

Помогут 2 момента:

1. Изолируйте себя от всех возможных отвлечений (поставьте телефон на беззвучный режим, попросите домашних не подходить к вам 30 минут, даже если случится зомби-апокалипсис, закройте все лишние вкладки в браузере);

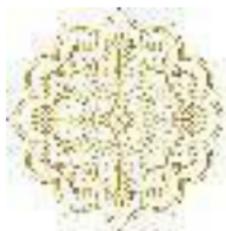
2. Подходите к белому листу уже с готовым сюжетом. Вы должны заранее продумать в голове, что сейчас будете писать. Крупными мазками распланировать, что за чем должно идти, видеть точки входа и выхода из сцены и понимать, куда вы ведете читателя. Когда у вас в голове есть хотя бы примерный план, вам останется только одно: быстро бить по клавишам и стараться угнаться за мыслью!

Когда у вас в голове свой первоклассный сюжет, то вам не до ютубов и не до оповещений из чата телеграм (отключите уже их, наконец!). Сюжет должен вас самих настолько вдохновлять и будоражить, что хочется все бросить и пойти писать.

Если писать книгу не хочется, надо срочно поколдовать над сюжетом.

Дальше мы рассмотрим подробнее, как составлять план, чтобы избавиться от страха пустого листа.

Запомните: у всех писателей бывает ступор и затык, когда не знаешь, что и как дальше писать. И проблема решается очень просто: сесть, успокоиться и продумать, что должно произойти дальше по сюжету, исходя из задуманного вами развития героев. И если вы продумали этот момент заранее и сели писать уже с заготовкой, то в 99% случаев вам останется лишь одно: настойчиво передвигать пальцами по клавишам.



**Проблема 5. Вы ждете специального момента или знака свыше, что уже пора**

Нужно сначала сходить в отпуск/разгрести дела на рабо-

те/подождать, когда дети окончат школу, а потом уже начинать. «Болезнь» в том, что вас останавливают вовсе не внешние факторы, а только вы сами.

Можно уже в отпуске каждый день выделять 30 минут, чтобы прописать героя или общую канву романа. Или чтобы отдохнуть после душной и скучной работы, набивать по дороге домой начало глав прямо стоя в метро. Например, в Гугл. Докс (даже интернет не нужен).

Специальный момент никогда не настанет, а знаком свыше можете считать данную книгу. В ней я постаралась сделать понятными все аспекты нового романа: от выбора обложки до продаж.

### **Ежедневное вдохновение**

Вообще я пишу без вдохновения... Заголовок сейчас выглядит обманом, но позвольте пояснить! Есть шаблонное и не особо продуктивное вдохновение – традиционное вдохновение с Музой или Музом, которые почти, как бесы, приходят на помощь писателям, и тогда текст идет, как по маслу. Слова будто сами складываются в яркие и манящие фразы.

Однако есть проблема! В этом случае вы почти не можете управлять процессом вдохновения.

На вас будто что-то находит...

Ну, или не находит...

Такое вдохновение нужно искать, ловить, механически в себе вызывать. При этом иногда глушить тревоги, сомнения и банальные отвлечения, рутины и хлопоты, чтобы искус-

ственно себя взбодрить и раскочегарить на творчество.

Не раскочегарили себя – и не написали. Как говорят авторы «Не пишется»!

Нет ни сил, ни энергии, нужно сдвинуть с дороги настоящую гору сопротивления, чтобы сесть за стол, открыть файл и снова взяться за новый мир, который прежде казался вам восхитительным.

В противовес этому внезапному и неуправляемому, почти мистическому вдохновению, я использую целую систему смыслов-плюшек-радостей, которая поддерживает ваш уровень энергии на нужном уровне. Тогда вам не только пишется легче, вам вообще живется легче!

**Поделюсь аспектами своего ежедневного «вдохновения»:**

1. Я отслеживаю чувства и уровень энергии в течение дня, и когда нахожу, как что-то выбивает почву из-под ног, оставляет неприятное "послевкусие", обездвиживает или раздражает, я это вычищаю из жизни.

Да, в этом пункте можно было бы пойти глубже. Исследовать, что именно бесит и почему, разобраться детальнее, но когда хочется быстрого результата, проще вырвать с корнем и выкинуть. Я называю это возвращать себе свою жизнь!

В рамках данного пункта я беспощадно удаляю приложения с телефона, блокирую все отвлечения и уведомления из чатов, которые выпрыгивают и отвлекают. Звонки у меня всегда приглушены, а лента социальных сетей и экран брау-

зера очищены от новостей.

2. Я погружаюсь в задачу целиком, до кончиков пальцев.

Есть очень хорошая аналогия со вкусом. Если пить кофе на бегу, то чаще всего вы сможете почувствовать только, как напиток обжигает язык. И не сможете оценить ни тонкого аромата корицы, ни легкости воздушной пенки, ни приятной крепости напитка.

Погружение дает более насыщенный спектр ощущений, даже если это не писательство, а ежедневная уборка.

3. У меня есть приятные писательские ритуалы.

Книги пишутся под вкусный чай или какао, перед глазами лежит мой позитивный якорь – шоколадная медаль – копия настоящей медали Нобелевской премии из Швеции.

4. У меня есть общий список радующих меня моментов и «плюшек», которые вписаны в ежедневное расписание.

5. Я понимаю, зачем пишу и что это дает. И это моя глубинная корневая мотивация, которая даже в упадок сил эротично шепчет на ухо: «Ну, пойдем попишем на полчаса, а? Тебе веселее станет».

Все пять пунктов помогают собрать ежедневный каркас из «вдохновения», который поддерживает даже в самые трудные времена.

А у вас уже появились полезные писательские привычки?



**Писательский совет.** «Про вдохновение стоит забыть и просто работать. Тут такое дело "аппетит приходит во время еды". Так, можно сесть писать просто из-за дисциплины. А через полчаса обнаружить, что появилось нечто вроде вдохновения. Впрочем... ожидать этого не стоит. Стоит "просто писать". Работать, самореализовываться. Через тошноту, отвращение и совсем уж большое напряжение воли – не нужно. Но это отдельные случаи. Во всех остальных нужно сесть и писать так же, как вы делаете любую другую работу. Писатель – тот, кто пишет, а не тот, кто ждёт вдохновения».

**Лидия Миленина** – автор 22-ти книг в жанре фэнтези и космическая фантастика, руководитель литературного объединения "Синий мост", создатель множества фантастических животных и необычного жениха из книги "Жених по наследству и зоопарк в придачу".



### **Упражнение 5. «9 причин, чтобы писать»**

Пропишите еще раз причины, почему вы хотите стать писателем, подумайте, что вам это по сути дает. В этом упражнении пробуем добраться до самых важных для вас вещей!

Будьте честны с собой и выпишите максимально конкретно, что вы вообще хотите от писательства (и может ли оно это вам, на самом деле, дать?!) Вдруг реальнее и быстрее получить то же самое каким-то более простым способом без писательства?

Упражнение поможет ковырнуть вашу глубинную мотивацию. Рассмотрим варианты на примере.

#### **Причины:**

– **Исполнить детскую мечту?**

– Вы мечтали в детстве издать книгу или стать писателем?

Это две разные вещи. Первая – банальная задача, которую можно решить за месяц, методично действуя по плану. Это даже не мечта, это цель, причем достаточно простая.

– **Стать известным?**

– Одна книга не сделает вас известным! Прошли те времена, когда вы могли, как Эмили Бронте, написать один единственный роман и запомниться. Сейчас на наши головы ежедневно обрушивается тонна информации, и люди тонут в этом потоке.

### **– Выразить свои идеи через тексты?**

– Ок, но вы можете выражать их другими способами для этого не нужно писать. Можно общаться с людьми, вести аудиоподкасты или записывать видеоролики. Возможно, записать харизматичное аудио вы сможете куда быстрее, чем напечатать текст!

### **– Почувствовать свою уникальность? Не все могут написать книгу.**

– Свою уникальность можно прекрасно почувствовать и без собственной книги! Для этого достаточно каждый фиксировать вечером что удивительного, крышесносного и невероятного вы учудили за день!

Как и где вы неожиданно успели, что уникального придумали и что успели сделать, вопреки постоянно мелькающей баннерной рекламе!

### **– Оставить след в вечности?!**

– Серьезно?! У меня для вас пренеприятнейшее известие, коллега. Читатель «тратит» на вашу книгу несколько вечеров (по сути, несколько часов) и, как правило, если вы не пишете жуткие истории про маньяков и расчленёнку, то ваш роман не будет сильно значимым событием в течение дня для

обычного человека. Его больше волнуют проблемы на работе, начальник-самодур, беды со здоровьем, деньгами, ипотекой и долгами, ссоры с детьми и разлад в отношениях со второй половиной.

Да, роман может привести на какие-то полезные и вдохновляющие мысли, успокоить, поддержать, отвлечь и оставить теплый след в душе отдельного человека. Но это не будет следом в вечности.

Хотите след в вечность?! Не пишите про машину времени, создайте её во плоти.

**– Наполнить жизнь радостными и удивительными моментами постоянного волшебства и приключений?**

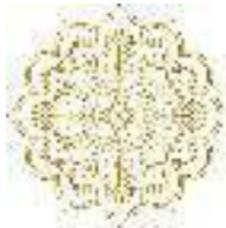
– Да-да, у «нормальных людей» на столе лежат напоминки «купить в аптеке витамин D и капли в нос», а у меня обрывок куска диалога из новой книги: «Если демон сочтет тебя недостаточно сильным хозяином, то нападёт».

Давайте будем реалистами, писать книги – это увлекательно. Вы не только чувствуете себя автором уникального мира, в котором щелчком пальца можете создавать империи и возрождать к жизни героев, когда пишете, вы словно проживаете несколько новых жизней сразу. Это наполняет вашу привычные будни приключениями, необыкновенными событиями и новыми знакомствами.

Но! Важно задуматься, что если вам в принципе постоянно не хватает новых эмоций, драйва и волшебства в повседневности (я психологизирую, коллеги), нужно подо-

брать для себя несколько других вариантов, как добавить их в жизнь по-настоящему. Подобрать для себя не книжные встречи и приключения, а реальные походы в новые места и знакомства с необыкновенными людьми.

Наконец, задание! Вытащите из себя все причины писать (их никто не увидит). Наедине с собой вы можете быть по-настоящему откровенны. Это ваша мотивация – топливо, на котором вы либо стремительно поплывете в кругосветное путешествие, либо быстро затоните у берега.



### **Упражнение 6. «Страх и ненависть в писательстве»**

Поиграйте в шпиона и устройте за собой слежку! Ваша задача отслеживать в течение дня любые отвлечения и отговорки, которые мешают вам писать. Страхи, самообвинения (ненависть к себе, что не получается), критику, сомнения и укоры.

Почему сейчас вы не сидите за ноутбуком и не набиваете текст вашей новой книги?! Почему, а?! Что конкретно вам мешает?

Кто-то держит пистолет у вашего виска и заставляет ли-

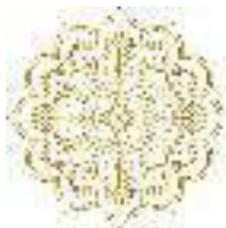
стать ленту ВКонтакте?

Или кто-то похитил ваших детей и принуждает вас второй час отстаивать в родительском чате свою позицию, на которую всем обычно наплевать?!

Фиксируйте, что вы делаете вместо того, чтобы писать!

Что делаете, лишь бы не писать?! А?

Как вы откладываете, где тупите и зависаете на бесполезной ерунде, где с энтузиазмом бросаетесь на дела, которые можно вообще не делать! Ищите свои собственные отвлечения! Потому что на пути к вашему роману стоите только вы сами... И мешаете его начать и закончить тоже только вы сами!



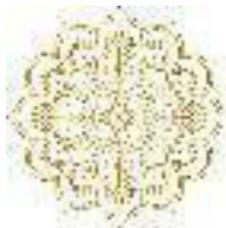
### **Упражнение 7. «Дом грёз у моря»**

Выпишите все мечты, которые у вас связаны с писательством. Помним, что мечты – это не что-то воздушное и эфемерное, это наши цели. Когда вы напишете книгу, то возьметесь за эти мечты и начнете мягко и нежно пинать их, чтобы сделать реальностью.

Пока просто выписываем!

Например,

1. Хочу, чтобы мою книгу издали в аудиоверсии;
2. Хочу, чтобы по моему фэнтези-миру была нарисована карта!
3. Хочу, чтобы мой роман экранизировали!



### **(Психо)Упражнение 8. «Грань будущего»**

Вы уже выяснили, зачем хотите написать первую книгу, а теперь давайте разобьем эту задачу на конкретные и понятные шаги, что для этого потребуются. Затем обозначим, сколько времени займет каждый шаг. Как известно, если запланировать на решение задачи целую неделю, то вы и будете делать её неделю, хотя можно было сесть и зафиналить за день. А если не указывать сроки, то малюсенький шаг можно делать вечность!

Увы, вечности у вас в запасе нет, поэтому давайте научимся базовым навыкам писательской самоорганизации. В этом примере я указываю время для новичков, с запасом. Знаю много историй, как авторы за ночь пишут аннотацию и первую главу и уже с утра стартуют. Но это прошаренные

ребята, у которых за плечами опыт, навыки и десятки завершённых таким образом романов (они пишут книги по подпiske<sup>1</sup>).

Итак, вам понадобится:

1) Сам текст. Предположим, средний объём романа 300 000 знаков. Если вы будете ежедневно выдавать по 3000 знаков в день, вы закончите его через 100 дней. Это примерно 3 месяца. Но если осилите 6000 в день, то закончите уже через 50 дней (выгода!).

Подцели:

- Выяснить, какие названия и темы популярны в моем жанре – 2 часа;
- Составить план книги – 2 дня (у меня обычно занимает пару часов);
- Придумать захватывающее название – 1 день;
- Писать минимум 3000 знаков каждый день – дедлайн на всю книгу 110 дней (с запасом).

2) Обложка. Подцели:

- Выяснить, какие обложки популярны в моем жанре – 2 часа;
- Купить или сделать обложку – 3 часа;

3) Аннотация. Подцели:

- Выяснить, какие аннотации популярны в моем жанре – 2 часа;

---

<sup>1</sup> Книга, которую пишут в по главам. Читатель покупает незавершённый роман в процессе написания. На ЛитРес эта функция реализована как «Черновик».

– Написать аннотацию – 2 часа;

4) Продвижение (вы начинаете во время написания книги). Подцели:

– Рассказать в соц.сетях, что я пишу книги – 1 час;

– Создать авторскую группу, наполнить её первым контентом – 4 часа;

– Составить план ведения авторской группы – 1 час;

– Найти группы, в которых можно разместить рекламу книги – 2 часа;

– Составить общий план продвижения – 2 часа;

5) Редактура. Подцели:

– Оставить рукопись в покое минимум на 7 дней – ура, 0 часов!

– Перечитать книгу, сделать правки – дедлайн на все 2 недели;

\*

**Риски (где что-то может пойти не так):**

– Нет навыка писать по 3000 знаков в день – риск затянуть текст на полгода;

– Риск бросить книгу на середине, устать и перегореть от сюжета;

– Риск постесняться рассказать о своем писательстве и книге;

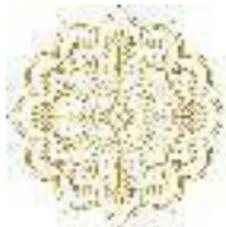
– Риск сделать много ошибок в тексте, из-за чего его сложно будет читать.

\*

**Ресурсы (что вам поможет, сгладит или полностью уберет риски):**

- Найти/Создать группу поддержки, которая будет «пинать», мотивировать, помогать расставаться со страхами;
- Найти человека, у которого лучше с русским языком или подходящего по цене корректора.

Итак, цель упражнения, чтобы вы составили себе похожий подробный план. Чем чётче и понятнее он будет выглядеть, тем проще вам будет его выполнять.



### **Упражнение 9. «Послезавтра»**

Пройдитесь по всем пунктам главы и упражнениям еще раз и четко пропишите, какие конкретные действия вы делаете завтра/послезавтра, чтобы начать писать определенное количество знаков в день.

## **Глава 3. Главные писательские страхи: убить, нельзя смириться**

Давайте подробно рассмотрим преграды, которые мешают вам с удовольствием писать каждый день. Надеюсь, вы заметите, что похожие страхи мешают всем творческим людям. Больше того, эти же страхи останавливают вас и перед другими, ничуть не писательскими целями.

Не пора ли их придушить?!

Не цели! Страхи, разумеется!

**Страх 1. Я слишком молода или стара, чтобы начинать**

Идеального времени никогда не будет. Начинать нужно прямо сейчас, потому что вы никогда не знаете наверняка, наступит ли завтра. У вас есть только сегодняшний день, и если он прожит в соответствии с вашими идеалами, ценностями и мечтами, то он прожит не зря.

Лермонтов в 26 лет уже был убит, хотя кто-то считает, что начинать писательскую карьеру можно минимум после 40-ка лет. Раньше нельзя: нужно состояться как личность, отработать жизненный опыт и... еще 100500 причин.

И действительно, интернет – свидетель, американка Харриет Доерр опубликовала дебютный роман «Камни для Ибарры», когда ей было... 74 года! За него, кстати, женщина

получила Национальную книжную премию.

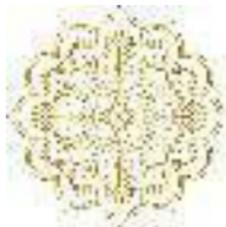
Это к мысли, что вы уже слишком стары. Если вам меньше 74, то смело можно начинать!

На сайте издательства «Эксмо» есть замечательная подборка «Писатели, которые прославились до 25 лет». Погуглите сами, это любопытно и местами поучительно. Например, Франсуаза Саган издала первый роман в 19 лет и заработала полтора миллиона франков.

Если вы молоды, поищите самых юных успешных писателей, чтобы избавиться от мысли, будто отсутствие десятка прожитых лет сможет вас остановить. Осторожно: в списках много тех, кому еще и 18-ть не стукнуло!

Как я уже говорила (и боюсь, повторю снова), тормозит вас только один человек. Вы же помните, кто?!

Спойлер: посмотрите в зеркало!



## **Страх 2. Я не знаю, как. Боюсь, что не получится**

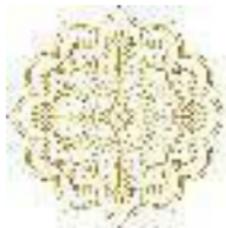
Если не пробовать, то даю 100% гарантию, что точно не получится. Надо пробовать! Ошибаться, падать, разбивать в кровь коленки, вставать и пробовать снова.

В детстве, когда вы учились ходить, вы же бросили пытаться после первой неудачи?! Нет! Вы пробовали снова и снова, пока у вас не начало получаться!

Не получилось с первого раза (по секрету, с первого раза ни у кого не получается!), пробуйте дальше. Учитесь, штудлируйте правила, тренируйтесь на «кошках» и продолжайте писать и работать над историей, сюжетом, героями и вашим писательским стилем.

Это навязанное мнение, что для писательства нужен дар или талант. Иногда достаточно опыта, навыков и знаний, и вы уже мастерски создаете миры. Да, тем, у кого есть способности, будет легче, но это вовсе не значит, что остальные должны сидеть, сложа руки.

Вспомните, Избранный в истории обычно всегда один, а всем остальным остается что?! Серая и безрадостная жизнь?! Да вот еще! Усадили попку перед монитором и вперед писать! Пока избранные будут восторгаться собственной гениальностью и слушать аплодисменты, вы под шумок напишете несколько вкусных историй!



### **Страх 3. В меня никто не верит, поэтому я даже не буду пробовать писать**

Стоп, минуточку! Как это никто не верит?! Даже вы сами в себя не верите? Тогда да, конечно, нет смысла начинать, если внутри вас нет огня и уверенности, что «сейчас я задам всем жару»!

Но если в вас не верит муж/жена или мама, то запомните, что они и не обязаны в вас верить и вас поддерживать! Больше того, они могут всеми силами убеждать вас, что не надо высовываться, у вас не получится, это слишком тяжело, долго и вообще, вы отнимаете время у семьи!

Вместо того, чтобы писать, лучше бы перегладили рубашки мужу и пересадили цветы у мамы (у вас же рука легче, да и времени побольше будет).

Дело в том, что если у вас самих нет планов, какие дела и увлечения должны присутствовать в вашей жизни, то обязательно найдутся люди, которые навяжут вам свои планы.

Итак,

1. Никто не обязан в вас верить, но вам и не нужно, чтобы кто-то в вас верил. У вас есть вы, а значит, вы справитесь!

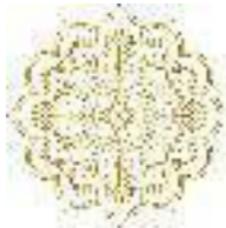
2. Запланируйте для себя писательство, выделите для него конкретное время, как для хобби или дополнительного источника дохода. Само ничего не случается. Нужно хотя бы лежать в направлении мечты. Но желательно не только лежать!

3. Объясните родным и близким, что для вас это хобби/ис-

точник дохода важен и нужен. Для вас это радость, источник удовольствия и ежедневного волшебства, что вы без него тухните и гниете...

Когда вы пишете, вы к тому же делаете для мужа хорошую довольную жену, которая чувствует, что её жизнь наполнена захватывающими историями и творчеством.

В конце главы вы найдете специальное упражнение, чтобы научиться вкусно доносить до близких свои увлечения и зажигать их своими проектами.



#### **Страх 4. Боюсь, что кому-то не понравится моё творчество**

Да я больше скажу: обязательно кому-то не понравится ваше творчество!

**Даю 100% гарантию, что кому-то оно не понравится!**

Однако в той же степени есть гарантия, что найдутся люди, которые будут в восторге от того, что вы создали.

Помню, когда написала философскую сказку «Знак: Восемь доказательств магии», я вовсе не была уверена в пи-

сательских способностях. И как это обычно бывает, отдавала текст друзьям и знакомым, чтобы те почитали и вынесли вердикт, насколько интересно я пишу.

Одна коллега-психолог тогда напрямую сказала, что с *таким* постыдилась бы к людям выходить...

Остановило ли меня это? Вовсе нет! Потому что я и не собиралась создать шедевр русской литературы, история была философская, психологическая, и мне хотелось донести до людей свои мысли в простой и понятной форме.

Ну, знаете, ведь Библия – это, кроме всего прочего, тоже набор сюжетов, как следует поступать. Просто эти истории оформлены в книгу.

Хотя моей коллеге было бы стыдно за такую книгу, многим людям сказка «Знак: Восемь доказательств магии» настолько понравилась, что они перечисляли небольшие суммы, хотя повесть история была выложена бесплатно.

Всегда будут люди, которые вас совсем не поймут или поймут по-своему, исходя из своего мировоззрения и фильтра реальности. С этим ничего не поделать.

Противники и ненавистники есть даже у благотворительных социальных проектов, а почитатели остаются и у Гитлера.

Люди всегда читают ваши книги через призму своего опыта, мировоззрения, ценностей и ориентиров. Вы можете написать одно, они увидят что-то совсем иное! И в этом нет вашей вины, просто потому что любая оценка – чисто субъек-

активное явление.

**«У всякого свой вкус: кто любит дыню, а кто арбуз, а кто – свиной хрящик».**

Вы все равно кому-то не понравитесь. Вопрос только в одном: почему это вас так сильно беспокоит?

А вот это уже куда любопытнее!

Почему вы хотите всем нравиться? Почему вы считаете, что обязаны всем нравиться?

Если вы кому-то не нравитесь, то, что вы делаете, то что у вас внутри происходит?

**– Вы расстраиваетесь, грустите, замыкаетесь в себе?**

Тогда прокачивайте писательскую уверенность в себе! Понимайте чисто для себя, что вы делаете в своих историях, диалогах, сюжетах и почему именно это вы делаете. Почему сейчас герой орет, хотя раньше казался паинькой, почему в финале мир накрывает апокалипсис, а не клубнично-ванильный хэппи-энд.

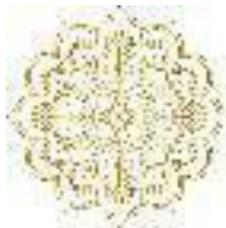
Чем четче вы сами для себя понимаете, почему так, а не иначе, тем сложнее другому человеку заставить вас сомневаться в себе.

**– Вы начинаете агрессивировать в ответ и убежать, что человек неправ и сейчас вы ему докажете, в чем именно?**

Перенаправьте энергию в позитивное русло, займитесь творчеством, а не агрессией! Вы никому и ничего не дока-

жете, потому что, вероятно, у собеседника и нет цели что-то понять и разобраться. Он хочет просто вывести вас на эмоции, зацепить или показать, что он круче. Или просто потроллить. Иногда человеку важно высказывать свое мнение. Что ж, у каждого есть это право, но и у вас есть право пропустить чужие слова мимо ушей. Или сдержанно написать: «Спасибо за мнение».

Вступать в перепалки точно не стоит. Если чувствуете, что внутри все закипает, идите лучше напишите какую-нибудь напряженную сцену! Драку, например. Или убейте пару человек в тексте...

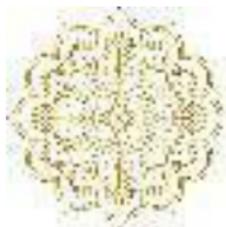


**Страх 5. Страх, что в героях читатель увидит вас и узнает что-то личное, поймет, что ваша героиня – это вы**

На мой взгляд, главные герои всегда что-то берут от автора. От этого никуда не деться! Книги, как дети. Что-то берут от вашего мировосприятия, другое полностью отрицают, третьи доводят до абсурда.

Иногда, наоборот, стоит ввести в текст какой-то очень

личный случай, потому что такой кусочек получится очень ярким и эмоциональным. Плюс вас самих «отпустит», вы выскажете на бумаге то, что держали в себе, и переступите через то событие.



## **Страх 6. Страх отказа**

Возможно, в этом пункте стоило бы вспомнить историю Джоан Роулинг, которой отказали 11 издательств, и Стивена Кинга с 30-тью безуспешными попытками пристроить роман «Кэрри».

Но я предлагаю вам взглянуть на ситуацию шире. Ведь дело не в том, что вашу историю не примут. На самом деле, страх отказа сковывает гораздо глубже.

– Вам может казаться, что если книгу не примут, то вас самого не принимают;

– Вам может казаться, что если издательство проигнорировало вашу рукопись, что с вами что-то не так, вы недостаточно умны, грамотны, плохо продумываете персонажей и сюжет!

Остановитесь на минутку и вспомните, были ли у вас по-

хожие опасения, что вас не примут, что вы не понравитесь, но в других областях?

– Например, вы тяжело вливаетесь в новые компании, где большинство людей вам не знакомы, и бессознательно избегаете таких сообществ?

– Или вам очень трудно поменять место работы, именно потому, что придется как-то налаживать отношения с коллегами, а вам это тяжело. Лучше перетерпеть те условия, что есть сейчас, и не начинать.

Таких проблем нет у профессиональных продавцов, которые ежедневно сталкиваются с десятками клиентов, например, через холодные звонки. Они понимают, что отказ – это обычная часть их работы. Невозможно продать 100% клиентов, даже если ты гениальный продажник с многолетним опытом. Поэтому они просто делают свою работу. Вот и я предлагаю вам точно также отнестись к продвижению книги, как к работе.

– Вам нужно выполнить план по рассылке рукописи в издательство. Только и всего. С трезвой головой и холодным сердцем. Без ожиданий и нервов, это просто работа!

– Вам нужно показать первую главу книги трем друзьям и узнать их мнение, что понравилось, что нет и захотели бы они читать дальше. Только и всего: первый, второй, третий. Кто-то отказал, ну, ок! Бывает! Берем следующего!

Дальше вы узнаете варианты, как можно выложить готовый роман и продавать его, не ожидая ни от кого милостей.

Да, вероятно, в этом случае о нём узнают меньше читателей. Да, оформление (обложка, аннотация) ляжет на вас.

Но вам важно начать и начать делать неидеально!

## **Жизнь без страха**

Писательство – первоклассный инструмент для работы со страхами. Вы можете создавать героя, вкладывать в его сердце и душу свои личные страхи и через текст проживать их в безопасной форме.

При этом вы автор, а значит в ваших руках и степень погружения в страх, и форма, которая помогает его преодолеть.

### **Как это может выглядеть в тексте:**

– Вы сталкиваете героя с собственным страхом и через сюжет выводите его в новую точку развития;

– Вы не просто сталкиваете героя с вашим страхом, но еще и усиливаете проблему. Добавляете в нее стекла, боли и отчаяния, и снова находите выход из ситуации.

Вы автор, и вы решаете, как пройдет или преодолеете страх. Вариантов могут быть десятки. На этом построена работа в сказкотерапии:

1. Героя вовремя спасут;
2. Герой даст отпор;
3. Герой сумеет убежать и спрятаться;
4. Поможет случайное совпадение;
5. Герой отомстит врагам и станет сильнее;
6. Герой отряхнётся, сделает выводы и пойдет дальше;
7. Герой проработает болезненный опыт с психологом, на-

пишет книгу о пережитом, и она поможет сотням других людей.

Предлагаю вам несколько техник из арт-терапии, чтобы пойти еще глубже и перевести вашу работу со страхами в шаги из реальной жизни.

**Чем можно усилить вашу работу со страхами (если вы прорабатываете в книге свой страх):**

1. Отыграть сценку страха, проиграть движениями, голосом происходящее;
2. Создать несколько вариантов концовок, как герой преодолел страх (вы пишете несколько финалов);
3. Нарисовать финальную точку, когда герой прошел через страх (его чувства, что его окружает), и сохранить для себя, как память (можно схематично);
4. Если рисовать финал совсем тяжело, можно заменить его коллажем из фотографий или просто подобрать кадр, который вызывает у вас похожие эмоции (свободы, преодоления, счастья) и оставить для себя, чтобы возвращаться в то состояние, если появится необходимость;
5. Прописать для себя понятную стратегию поведения: как вы теперь станете поступать, если столкнетесь с той пугающей ситуацией.



**Писательский совет.** «Всегда оставайтесь собой. В текстах, в общении с читателями, с коллегами. Писательство – дистанция длинная и против своей природы так долго идти не выйдет.

На каком-то этапе может показаться, что можно задавить себя и подстроиться под аудиторию, писать что-то более востребованное, но как показывает практика ничего кроме невроза из этого не получается.

Безусловно стоит немного подкорректировать свои задумки, чтобы их лучше читали (например, где-то добавить любовную линию, где-то мордобоя и кровищи), потому что каждому из нас хочется найти читателя, но надо понимать, что эффективной будет именно корректировка, а не радикальное изменение в угоду публике.

Ищите баланс между тем, что хотите писать вы и тем, что хотят читать. Именно в нем и есть самый большой секрет. Когда история нравится автору, когда она создается с любовью и энергией, она оживает и дарит удовлетворение и ра-

дость всем участникам процесса: и автору, и читателю».

**Анна Пожарская** – современная российская писательница, пишушая, в основном, в жанре фэнтези. У Анны более двадцати книг. Каждая отличается проработанными мирами, объемными характерами персонажей и головокружительными приключениями. Многие стали бестселлерами книжного интернет-магазина ЛитРес. Все книги автора можно приобрести в аудиоформате, роман "Брачная афера Ривотта Мадсона" также доступен в бумажной версии.



### **Упражнение 10. «Момент истины»**

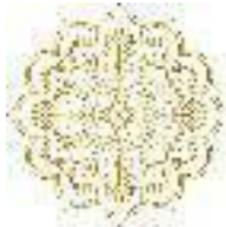
Давайте поучимся стойко переносить отказы.

Найдите группу из трех человек, которые готовы прочитать 2-3 ваших первых главы.

Если у вас нет подходящих знакомых, идите в интернет. В социальных сетях масса групп, посвященных писательству. В каждой есть раздел «Обсуждения», где активные люди что-то спрашивают или делятся мыслями. Походите по их стра-

ничкам и найдите тех, кто хотел бы, как и вы, обмениваться обратной связью, чтением глав и только встает на писательский путь.

Интернет – это крайне безопасная среда для общения. В самом худшем случае вас проигнорируют или пошлют лесом. Но пошлёт кто? Какое-то левое существо с чужой фоткой на аватарке. Однако в писательских группах, как правило, тысячи участников, вы просто пишете следующему, кто вам понравился. Все-таки обычно в группах собираются люди, увлеченные одной идеей.



### **(Психо)Упражнение 11. «Ревизия страхов»**

Выпишите все свои страхи на тему писательства. Используйте следующую методику.

Вот как я решаю проблему со страхами. 10 практических шагов:

Я вызываю страх на серьезный разговор. Пусть он боится, а не я! Давайте узнаем, как побороть страх. Да-да, я подвергаю страх трепетному и серьезному допросу:

1. Откуда он появился? Что произошло? Какое событие

повлияло на этот страх? Это разовое событие или повторяющееся? Что можно еще попробовать, чтобы улучшить ситуацию?

2. Как давно у меня этот страх? Что можно еще попробовать, чтобы улучшить ситуацию?

3. Кто подселил мне этот страх? Может, это вообще не мое и вообще не про меня?

4. Что я чувствовала (гнев, раздражение или спокойствие), когда страх появился в первый раз? В каком состоянии лучше быть, чтобы страх ушел? Что поможет создать это состояние?

5. Чего я боюсь на самом деле? Что стоит за страхом? (Вопрос с подковыркой). Как минимизировать эти риски?

6. Было ли со мной уже что-то похожее на реализовавшийся страх? Был лично у меня опыт, что «страшное событие» (то самое событие) – это реально страшно? Как минимизировать эти риски?

7. Как я могу усилить свой страх? (Что не надо делать)

8. Как я могу ослабить свой страх? (Вот это пригодится!)

9. Как я могу сделать из страшного события обычное регулярное действие, которые не будет вызывать у меня излишних эмоций и переживаний?

10. Что я начну делать со страхом теперь, когда ответила все вопросы? Прописать план!

Давайте рассмотрим на конкретном примере, как справиться со страхом.

Итак, страх: «Мой канал на Дзене никто не станет читать». Плак-плак!

1. Я выложила несколько интересных статей, никто их не читает. Что сделать: везде рассказать о канале!

2. Недавно. Я только создала канал и еще не разобралась. Что сделать: почитать, как люди продвигают канал.

3. Читала в паблике, что сейчас трудно продвигать. У меня такого опыта нет. Выходит, что перенимаю чужое, да.

4. Чувствовала раздражение. Думала, что легче происходит раскрутка. Что лучше чувствовать: кураж, драйв.

5. Боюсь, что потеряю время зря. Пишу контент, редактирую фото, если никто не будет читать, то в чем тогда смысл?! Как минимизировать: выделять на Дзен всего по 30 минут в день. Если не получится, то выложу статьи на своем сайте. Не проблема!

6. Были проекты, которые не выстреливали. Я тратила время, но людям не было это интересно. Как минимизировать: расслабиться, поиграть. Да, значит, да. Нет, значит, нет. Зато написан полезный контент!

7. Постоянно переживать, почему так мало просмотров.

8. Почитать, как надо делать. Рассказать всем о канале, попросить помощи, чтобы читали и лайкали.

9. С утра, например, первым делом: писать пост и выкладывать. И больше не думать о Дзене весь день.

10. Выписать все пункты!

Поймали свои страхи?! Тогда вперед по вопросам!



## **(Психо)Упражнение 12. «Еще по одной»**

В этом упражнении вас ждут рабочие и проверенные методики для уверенности в себе. Это не суперпродвину-тые техники. Наоборот, простые мелочи, круто меняющие жизнь.

### **1. Когда видите себя в зеркале, говорите приятные и подбадривающие слова**

Повторяйте себе с утра, что вчера вы шикарно закончили главу, что вы талант. У вас прекрасно выходят персонажи. Вас читают (читают же, ну!)? Не бойтесь напомнить себе лишний раз и подтвердить комплименты фактами. Вспомните, как вас поддержали друзья, еще раз проговорите самые приятные слова из недавнего отзыва. Воскресите в памяти картинку, как ваши сочинения хвалили на уроках литературы.

В упражнении нет границ и стандартов. Перехвалить себя – это замечательно!

### **2. В течение дня всегда подмечайте успехи и достоинства**

Сегодня (сейчас) фокусируйтесь на преимуществах, а не недостатках:

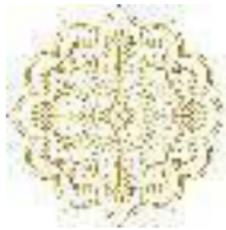
- что вы сели вовремя за стол, чтобы написать главу;
- как быстро вы придумали новый эмоциональный виток сюжета;
- насколько ловко вы убедили любимого подсказать, каким должно быть правильное мужское поведение в новой сцене.

**3. Выписывайте в «План на день» приятности и полезности (чтобы похвалить и подбодрить себя за работу) наравне с писательскими делами**

Например, я включаю в распорядок массаж головы и уход за кожей. Смешиваю абрикосовое масло и эфирное масло иланг-иланга и наношу этот ароматный коктейль перед сном. Раньше у меня частенько не доходили руки до таких приятных мелочей. А теперь – забыть не получается! План всегда напомнит.

**4. Держите перед глазами листок с выписанными писательскими целями (на текущий месяц)**

Техника помогает помнить о самом важном. Так или иначе в течение дня взгляд упадет на лист с выписанным списком, и вы начинаете задумываться, что еще можно сделать для писательских целей.



### **(Психо)Упражнение 13. «Игра на выживание»**

Давайте научимся зажигать других своими увлечениями, чтобы ваши любимые и дети помогли вам находить время на книги, не отвлекали и поддерживали.

Исходим из вводной установки, что данное упражнение – игра. Чем легче вы к нему относитесь, тем круче и ярче оно работает. Завышенные ожидания, напряжение и страхи, всякие «а вдруг не получится» – выкидывайте в окошко.

Сейчас вы просто играете и получаете удовольствие!

Итак, пофантазируйте, какие плюшки получит ваша вторая половина (или мама, которая не дает вам ежедневно писать!) от вашего творческого увлечения.

Когда близкие нас поддерживают, это необыкновенно помогает. Однако часто нужно самим им помочь и подсказать, что полезного, вкусного, значимого есть **ДЛЯ НИХ** в вашем хобби. Почему **ИМ** нужно вас оберегать от творческих кризисов, носить на ручках и шептать на ушко любопытные сюжетные ходы и детальки, которые они поймали в кино или в чужих разговорах.

– Может быть, творчество вас расслабляет, умиротворяет.

И благодаря писательству муж обретает довольную жену...

– Может, ваша вторая половина мечтала участвовать в творческих посиделках интеллигенции, обсуждать философские темы, а не цены в магазинах. Что ж, это вполне в вашей власти: если вы автор, то сможете без проблем собрать компанию таких же авторов и познакомить близкого человека с кругом людей, которые пишут о нравственных вопросах и душе.

– Может, ваша половина и сама мечтала всю жизнь что-то сочинить, но у нее со страхами куда хуже, чем у вас. Тогда как здорово вам будет обрести совместное хобби, или объяснить близкому человеку: что сначала вы пройдете этот путь полностью сами, досконально разберетесь, узнаете, какие бывают ошибки и промахи, как их исправлять, а затем подскажите любимому, как написать книгу быстро и без ошибок.

Вы лучше знаете, чем завлечь!

Нафантазировали, а теперь вперед! Ваша задача – завербовать любимых в вашу писательскую секту, сделать из них первых фанатов и помощников.

## **Глава 4. Как правильно реагировать на критику и никого не расстрелять**

Давайте проведем эксперимент.

Возьмем заряженную тему – «Деньги». В принципе можно взять любую другую, но про деньги обычно всем интересно.

Итак...

**– Если у вас совсем нет денег, вы едва сводите концы с концами, спите на улице и питаетесь объедками из мусорных баков, будут ли люди, которые станут вас презирать и ненавидеть?**

– Конечно!

**– Если у вас откровенно мало денег, долги, кредиты забирают большую часть, вы живете от зарплаты до зарплаты урывками, найдутся ли люди, которые станут вас презирать и ненавидеть?**

– Да! Хотя бы те, кому вы должны и не отдаёте долги уже годами.

**– Если вы по деньгам стабильный середнячок, у вас все, как должно быть: квартира, машина, море раз в год, средняя зарплата, будут ли люди, которые станут вас презирать и ненавидеть?**

– Определенно! Те, кому вы у метро не подали денег на

бутылку, кинут вам вслед пару ласковых...

– Если у вас достаточно денег, вы можете покупать вещи, не посмотрев на цену, вы живёте свободно и уезжаете к морю, если вам просто захотелось сменить обстановку, найдутся ли среди ваших знакомых люди, которые станут вас презирать и ненавидеть?

– Еще бы! Слишком легко живете, не порядок!

– Если у вас очень много денег, вы можете купить всё, ну, или почти всё, будут ли люди, которые станут вас презирать и ненавидеть?

– Обязательно!

**Итог: всегда найдутся те, кто будет вас презирать и ненавидеть!**

**Хоть делайте, хоть не делайте!**

Картинка печальная, но давайте не будем плакать. Рано плакать! Давайте повернём эксперимент в обратную сторону. «Я же добрый фей».

– Если у вас совсем нет денег, вы едва сводите концы с концами, спите на улице и питаетесь объедками из мусорных баков, будут ли люди, которых восхитит ваша способность идти против правил?

– Конечно!

– Если у вас откровенно мало денег, долги, кредиты забирают большую часть, вы живете от зарплаты до зарплаты урывками, найдутся ли люди, которые поймут вас, посочувствуют, помогут, попытаются искрен-

**не подсказать, как улучшить вашу ситуацию?**

– Да!

**– Если вы по деньгам стабильный середнячок, у вас все, как должно быть: квартира, машина, море раз в год, средняя зарплата, будут ли люди, узнав о вашем стиле жизни, захотят дружить, с удовольствием начнут проводить с вами время?**

– Определенно!

**– Если у вас достаточно денег, вы можете покупать вещи, не посмотрев на цену, вы живёте свободно и уезжаете к морю, если вам просто захотелось сменить обстановку, найдутся ли люди, которых вы будете вдохновлять и мотивировать своим примером?**

– Еще бы!

**– Если у вас очень много денег, вы можете купить всё, ну, или почти всё, будут ли люди, которые станут вами восхищаться и бегом читать все ваши интервью, чтобы узнать секреты успеха?**

– Обязательно!

Мораль сей басни такова: что бы вы ни делали (даже если ничего не будете делать), найдутся как те, кто будет вас ненавидеть, завидовать, презирать, обзывать, так и те, кто будет вами восхищаться и любоваться!

Вернемся к теме с критикой и начнем с вводных терминов. Естественно, вы должны понимать, корень проблемы не только в том, как вы остро реагируете на критику на ваше

творчество, он глубже!

Давайте посмотрим, как вы реагируете вообще на любую критику! Но сначала пробежимся по базовым настройкам:

**1. Творчество – это продукт, который каждый воспринимает со своей колокольни, используя личный культурный уровень и мировосприятие**

Вы, как автор, вложили в текст свои идеи, но они могут быть поняты читателями совершенно иначе, исходя из их опыта, жизненной позиции и «тараканов». И очень часто вы никак не можете повлиять, как именно другой человек воспринимает ваш текст! Потому что это его чувства и его восприятие!

**Чужое восприятие – это вообще не про вас!**

В одной и тоже пернатой сове (как показывает опыт работы психологом с метафорическими картами) можно увидеть и символ мудрости, и то, что «пора сбежать от мужа и вырваться погулять ночью».

Да, конечно, можно впасть в морализаторство и несколько раз прямым текстом описать свою позицию, но вы же не букварь пишете, а книги для взрослых людей, поэтому прямое морализаторство в сюжете редко уместно.

**2. Есть люди, у которых по их природе отсутствует гибкость в мышлении**

Они живут в жесткой и суровой реальности, в которой остальные должны быть, как они. И если появляются другие персонажи, думающие иначе, то они становятся врагами. Эта

категория людей обычно неэмпатична и бестактна.

В обычной жизни они спросят вас: «Когда за вторым ре-бенком пойдете?», если у вас только один, и посоветуют не заниматься фигней, узнав, что вы пишете роман.

Они почему-то считают, что если они живут по какой-то модели, то и остальные должны жить точно также и ни шагу в сторону.

Они полагают, что вправе интересоваться вашей жизнью и указывать, как вы должны поступать.

**Что с ними делать:** не реагировать!

Я обычно внутренне удивляюсь, когда встречаю челове-ка из этой категории, и молча отхожу в сторону, вспомнив «Молитву гештальтиста»:

*«Я делаю свое дело, а ты делаешь свое дело.*

*Я живу в этом мире не для того, чтобы соответство-вать твоим ожиданиям.*

*И ты живешь в этом мире не для того, чтобы соответ-ствовать моим ожиданиям.*

*Ты – это ты.*

*А я – это я.*

*И если нам случилось встретить друг друга – это пре-красно.*

*Если нет, то ничего не поделаешь».*

**3. Вседозволенность и безнаказанность в интернете породила армии троллей**

Их задача «сбросить» на вас агрессию, развести вас на

эмоции, вывести из себя, обратить на себя внимание. Они напишут вам самое знаменитое «что курил автор», оболют грязью, что захочется забиться в угол и рыдать без остановки, скажут, что вам надо заниматься другим делом.

**Что с ними делать?** Первое: посмеяться!

Что еще от дураков ждать?!

Вдумайтесь, у тролля нет ни увлечений, ни целей, ни хобби, он тратит свое время (которое ограничено! – это самый ценный ресурс) на то, чтобы писать вам гадости.

Второе: отстреливать!

Помните в упражнении №3 «Книги, деньги, два ствола» я обещала, что два ствола вам скоро пригодятся. Так вот... Два ствола нужны, чтобы отстреливаться от критиканов! Без них в писательстве никак.

Мое жизненное правило по работе с такими людьми – не вступать в переговоры. Сразу стрелять!

Блокируйте, заносите в черные списки, отправляйте жалобы админам – бессмысленно убеждать или что-то доказывать троллю, он того не стоит.

#### **4. Каждый делится тем, что имеет в избытке**

Одни делятся светом и поддержкой, другие – злобой и желчью, потому что другого просто нет.

**Что с ними делать?** Вспомните притчу про ненужные подарки для Будды.

*«Однажды Будда сидел в прохладе под своим любимым деревом и медитировал. К нему пришел путник. Сел рядыш-*

ком и стал Будду критиковать и оскорблять. Прошло достаточно много времени, а Будда все слушал и улыбался. Когда путник замолк, то Будда спроси путника:

– Скажи мне путник, когда ты идешь на день рождения и несешь имениннику подарок, то кому подарок принадлежит?

– Путник: Раз я подарок не подарил, то он принадлежит мне.

– Будда: А когда ты пришел и подарил своей подарок имениннику, то кому он принадлежит?

– Путник: Он принадлежит имениннику.

– Будда: А если имениннику не понравился твой подарок и о тебе его вернул, то кому принадлежит подарок в этом случае?

– Путник: В этом случае подарок опять принадлежит мне.

– Будда: Так вот, путник, мне не понравился твой ненужный подарок. Забирай свои оскорбления обратно. Они мне не нужны».

Помню случай в зоопарке Ростова-на-Дону. Закрытый стеклянный павильон с обезьянами, табличка «Не дразнить животных». Взрослый мужик под сорок, как ребёнок, корчит рожи обезьянкам, пучит глаза и шумит. Так старается, что покраснел до пунцового цвета.

Поймите, что писать отзывы вам будут и такие люди тоже. Те, кто корчат рожи обезьянкам рядом с табличкой «Не

дразните животных».

## **5. Кандидаты филологических наук не живут на пиратках. А кто там живёт?**

О да, комментаторы с пираток лучше вас знают, как писать книги, но увы, не имеют в кошельке даже 100 рублей, чтобы оплатить вашу работу.

Почувствовали сарказм?! Похоже, они все-таки не так образованы и умны, какими мечтают казаться. И под их «замечательными» комментариями о том, какую фигню вы написали, скрывается обычный недостаток образования и культуры.

У человека с умом и высшим образованием обычно хватает мозгов, чтобы заработать 100 рублей на книгу. Если все-таки не хватает, то он явно живет в самообмане и грёзах, что у него есть мозги.

## **6. Самое главное: запомните это ваше творчество и ваш путь**

Только вы можете знать, как должно быть, потому что вы создатель. Вы воспринимаете мир определенным образом и рассказываете об этом историю. Это ваша реальность и ваше удовольствие.

Никто не должен указывать вам, как жить и как творить. Все рекомендации данной книги скорее советы, чем незыблемые правила. Да, они помогут сделать из вашей книги более рыночный продукт, который будет понятен читателю, но эти советы – не истина.

**Истина – внутри вас. И найдите в себе смелость транслировать её!**

**Вы больше, чем одна книга!**

Я читала популярные книги, которые больше походили на личный дневник, и заходили аудитории. Видала истории, где чувствам уделялось мало внимания, но зато каждая глава имела богатое описание действий и магии, и эти романы тоже были любимы читателями.

**Начинайте! Творчество – это совсем не про страх!**

При этом важно отличать критику от полезной обратной связи, которая помогает вам расти, как писателю, и совершенствовать мастерство.

**Полезная обратная связь:**

– конкретна (что именно удивило и не понравилось человеку);

– обоснована (почему не понравилось), критик в состоянии объяснить свою картину мира и почему должно быть по-другому, а не орет, как обиженная трехлетка в песочнице: «Героиня бесит, герой дурак, книга для малолеток».

Если человеку что-то не зашло, он пишет, что именно и почему так считает, а не «все поступки героев нелогичны».

Например, если вы получаете критику какого-то сюжетного хода или поступка героя от знакомого человека, попробуйте уточнить, что именно вызвало непонимание. Могут открыться крайне любопытные вещи. Предположим, вы услышите, что «суровые мужчины никогда не плачут»

и столкнётесь с тем, что у вас со знакомым в принципе разные убеждения, как должны себя вести суровые мужчины.

Ваш знакомый считает, что слёзы для мужчин – табу, а вы полагаете, что взрослый человек не ведет себя, как робот, он может себе позволить искренне проявлять чувства, если он их испытывает. И для вас, наоборот, странно, когда мужчину что-то растрогало, а он делает лицо кирпичом.

В этой ситуации по сути ваш знакомый критикует не героя, он критикует ваше представление о том, как должны себя вести настоящие мужчины. Но это про не вас! Мысли знакомого, что должно быть вот так – это про вашего знакомого, не про вас. Это его фантазии, предубеждения, его мировосприятие.

Именно поэтому в этой книге я часто призываю находить и создавать группы поддержки, чтобы у вас появилась возможность получать критику в безопасной среде, докапываться до её сути и разбираться, разница каких убеждений и мировоззрений лежит в её основе.

### **Как зарождаются новые книги**

Часто у творческих людей спрашивают, где они находят вдохновение на романы. Давайте покажу на примере, как одна прогулка и витрина кофейни легко открывают двери в новую историю.

Иду я по Петровке, рассматриваю дома, как вдруг взгляд цепляет необычный шрифт вывески на противоположной стороне улицы. Изящные чёрные глянцевые буквы напоми-

нают настоящее заклинание.

«Волшебный кофе», – читаю на ходу название.

На самом деле, не «волшебный», а «волшебнутый» – вглядываюсь в слова и разбираю уже правильный смысл. Хихикаю про себя.

«Волшебнутый на всю голову» – это почти про меня! Мысленно делаю пометку запомнить название и пробить в поисковике, что за любопытное место.

Визуально кафе чересчур лаконичное: узкая стеклянная дверь и панорамное окно. Рядом с входом нет ни столиков с магическими хрустальными шарами, ни «припаркованных» метел, ни колоритных ведьм, раздающих флаеры. А жаль!

Уже дома, вспоминаю про кафе, ищу фото, как выглядит интерьер и что в меню, и тут меня накрывает начало новой истории про попаданку. Кафе непростое, к напиткам дополнительно предлагают услуги по гаданию на Таро и кофейной гуще. С интересом рассматриваю фотографии внутри кофейни: психоделические росписи с райскими птицами и горящие цветные свечи. Вы же знаете, что существует магия свечей и каждый цвет в колдовстве используется по особому назначению?

Вместо обычного меню в кафе лежит «Меню предсказаний», и названия у кофе соответствующие – магические. По крайней мере, хочется заглянуть и узнать, что такого делают в этом местечке, чтобы заявленное в названии исполнилось.

– Волшебнутый капучино «Любовь и богатство»;

- Травяной чай «Подсказка свыше»;
- Какао классический «Горячие объятия».

Как вам?

Улыбаюсь, и отчетливо представляю новую героиню – будущую попаданку, которая, как и я, бежит по улице... Бежит в слякотный, промозглый вечер с работы до метро без зонта, замученная скучной должностью ассистента в офисе. Заметив на противоположной стороне улицы почти волшебное слово «кофе», девушка не дочитывает название до конца. Бегом спешит переждать дождь, обсохнуть и согреться, как понимает, что угодила в «мракобесное» место.

Героиня хмурит лоб, стеклянными глазами рассматривает меню, где капучино стоит 450 рублей, а не 150, как в похожих малюсеньких кофейнях, и в задумчивости делает шаг к выходу. Ей преграждает путь бойкая гадалка в цветастом шелковом платье, предлагает экспресс-предсказание на кофейной гуще и...

...а дальше продолжение следует!

P.S. До кофейни я дошла еще раз, чтобы оценить атмосферу. Попробовала раф с грушей и кориандром. У напитка тоже было какое-то особенное название, но оно сразу вылетело из головы. Гадать не стала, сама ведьма! Люблю места с волшебством и необычными маркетинговыми ходами!



**Писательский совет.** «Когда вы садитесь за работу над своей первой книгой, не забудьте подумать, что вы хотите иметь в перспективе. В современном мире, как оказывается, просто писать и ждать чуда свыше – не самый выигрышный вариант.

Писатель сейчас это не только тот, кто творит, но и тот, кто двигает свою книгу. Поэтому если вы хотите зарабатывать на своем творчестве, стоит обратиться к основному сегменту – читателям. Понять, что нравится тем, для кого вы пишете, и соответствовать этому стандарту. Такой подход сулит вам не только популярность в массах, но и высокий доход. Однако стоит помнить о том, что вся это беготня может негативно отразиться на самом творческом процессе. Представьте только, вы должны придумать сюжет, который будет нравиться аудитории, купить обложку, которая будет нравиться аудитории, название и аннотация, кстати, тоже... должны нравиться аудитории. Но надо заметить, аудитория действительно щедра к тем, кто делает то, что им нравится.

Идеально, когда представления писателя о сюжете совпадают с читательскими, тогда и работа в кайф, и отклик внушительный подстегивает двигаться дальше. Но так бывает не всегда. Не все умеют писать для аудитории, и не все хотят. Подстраиваться, кстати, необязательно, творчество оно и есть творчество, что заточить его в границы можно, но чувствовать себя будешь не очень.

Вот так мы плавно возвращаемся к началу диалога. А именно к тому, что вы хотите. Если вы хотите просто писать, не думая о продвижении книги, об отзывах, издательствах и тому подобном, то вы, на самом деле, счастливый человек. Все, что вам нужно, просто открыть белый лист документа и начать печатать. Если же вы человек амбициозный и хотите добиться успеха, то придется подойти к процессу с маркетинговой точки зрения и сначала изучить рынок, а потом выдать продукт для него.

Но да, счастливого случая никто не отменял. Вы можете быть хорошим писателем, который пишет не массовый ширпотреб, а действительно качественные книги, и вас заметят. Так что никогда не стоит отчаиваться и отступать от того, что вам близко и важно. Главное, верить в лучшее. Ну и конечно, что-то делать. Удачи!»

**Юлия Николаева** – современный автор, пишущий в жанре женского детектива и современного любовного романа. На ее счету более тридцати книг, часть которых стала бестселлерами на сайтах ЛитРес и Литнет. В бумажном ви-

де издано три книги, в этом году в планах четвертая. Живые нешаблонные герои, сильные эмоции, неожиданные повороты сюжета, – все это ждет вас на страницах книг автора.



#### **Упражнение 14. «Нелюбовь»**

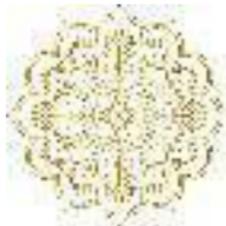
Разбиваем вдребезги идею, что критикуют только вас!

Зайдите на сайт ЛитРес и найдите самые продаваемые книги. Почитайте отзывы к ним! Вы увидите, что у маститых авторов точно так же полно негатива, как и у начинающих.

Да-да, не поленитесь и промотайте всю «простыню» отзывов. Иногда первые сплошь положительные и хвалебные, но если добраться до последних, вы удивитесь, сколько злости и желчи пишут другим.

Пройдитесь по нескольким авторам, и вы увидите, что истеричный и ненавидящий комментарий – это не вина писателя. Просто некоторые люди воспринимают мир только таким образом: их все не устраивает, все бесит и раздражает, они всегда недовольны!

Теперь загляните на «Кинопоиск», возьмите наугад несколько фильмов и почитайте к ним рецензии: и положительные, и отрицательные. Вы легко заметите уже более аргументированные мнения, которые основаны на разном мировоззрении, жизненном и культурном опыте. Для одного фильм ужасов – это «сказка для детей», для другого – «после просмотра несколько дней я боялась смотреть в зеркала».



### **Упражнение 15. «Враг не пройдёт!»**

Эта «настройка» навсегда поможет вам взглянуть на критику иначе. Следите за руками: все, что говорит человек, его претензии и обвинения, не относится к вам. Человек на самом деле мало о вас знает и говорит обычно про самого себя. Обвинениями он объясняет свою картину мира, которая не имеет к вам никакого отношения.

Рассмотрим на примере:

Например, придирка на улице «У вас пуговица неправильно застегнута». Что это на самом деле? У человека есть убеждение, что все в этом мире должно быть правильно. Четко и понятно, любой шаг в сторону с прямой дороги для та-

кого человека, как ножом по сердцу.

При этом чтобы поддерживать такую идеально верную картину мира для самого себя нужно невероятное количество энергии. Да, человек сливает её в никуда, но вы тут причём?!

У данной настройки есть еще звездочка для продвинутых. Все, что говорит вам человек, как претензию, не просто о нем самом, оно характеризует его личную боль.

В данном случае боль – жизнь должна быть четкой, стабильной и понятной! Почему это именно «боль», а не просто убеждение? Потому что жизнь в принципе будет поворачиваться разными сторонами, она не всегда будет правильной, «пуговица к пуговице», и убеждение в итоге сыграет с человеком недобрую шутку.

# 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.