

Оглавление

Введение	4
Мой творческий путь	6
ГЛАВА 1. Что такое Визуальный Дневник?	10
ГЛАВА 2. Как вести Визуальный Дневник? ...	48
ГЛАВА 3. Основы рисования	66
ГЛАВА 4. Композиция	78
ГЛАВА 5. Персонажи	98
ГЛАВА 6. Текст	122
ГЛАВА 7. Креативность	132
ГЛАВА 8. Как не забросить и регулярно вести Визуальный Дневник?	146
Заключение	168



Введение

Воспоминания. Как много они для нас значат, и как мало мы ради них стараемся. Мы думаем, что они будут с нами всегда, по умолчанию, встроенная карта памяти сама все запишет. Но вот проходит месяц, и мы уже не помним истории, над которыми смеялись до слез. А через год жалуем, что не сделали подробный видеоотчет о событиях. Или еще хуже – вспомнить даже нечего. Учит ли это нас чему-то? Едва ли.

А тем временем именно благодаря воспоминаниям мы те, кто мы есть. Они связывают нас с прошлым и помогают строить будущее. Мы – это совокупность прожитых нами событий, уникальная концентрация индивидуального бэкграунда: хорошего и плохого, счастливого и травмирующего, триумфального и серого. Поменять местами лишь пару моментов в нашей биографии – и получится уже совершенно иной человек. Эффект бабочки, не иначе. И из воспоминаний состоит буквально вся наша жизнь: на встрече выпускников мы вспоминаем детские шалости, на семейных праздниках пересматриваем фотоальбомы, по будням принимаем решения с отсылкой к былым ошибкам, а перед сном придумываем, что надо было сказать тому козлу пять лет назад... Хотя бы только из-за этого стоит чуть

трепетнее относиться к обслуживанию собственной памяти: сдувать пыль и проводить ревизию воспоминаний в разговорах с близкими, регулярно пополнять объем хранилища, докупая новые альбомы и жесткие диски, совершенствовать носители, придумывая новые форматы.



Но, помимо хранения, следует позаботиться и о создании этих самых воспоминаний, что невозможно без момента «здесь и сейчас». Кажется, что это абсолютно естественный процесс, который не терпит человеческого вмешательства. Но как только мы осознаем, что это мы — творцы своей жизни и в наших силах управлять своей памятью, то оказывается, что мир еще способен удивлять. Ведь только мы нынешние способны наделять события эмоциональным окрасом и дополнительным значением. Мы из настоящего момента соглашаемся выйти из дома навстречу приключениям. И мы, читая сейчас эти строки, принимаем решение наконец изменить свою жизнь и начать все заново.

Поэтому есть смысл всегда жить, направляя взгляд в будущее. Ведь когда-нибудь мы пожалеем о том, что спешили повзрослеть, избавиться от одиночества и закончить вуз, забывая как следует насладиться беспечностью детства, легкостью свободы и бесшабашностью юности. Мы лишь поблагодарим себя за то, что чаще пребывали в моменте и старались взять от него все.

И эта благодарность будет наполнять нас счастьем уже в настоящем, побуждая на новые свершения.

Мой творческий путь

Наверное, у каждого в детстве была стопка блокнотов, в которых они делали яркие коллажи из журнальных вырезок, фантиков и билетов в кино. А каждая запись непременно начиналась с «Дорогой Дневник...» И, видимо, именно эти воспоминания легли в основу всей моей жизни.

Пожалуй, все началось на выпускном в детском саду, когда я при всех заявила, что хочу стать художницей. Занимательно, что после этого Мама решила отвести меня на спортивно-бальные танцы, а не в художественную школу. По итогу рисование стало лишь частью моей бесконечной любви к творчеству. Я даже мечтала открыть свой магазин handmade подарков. Ну, знаете, ох уж этот юношеский максимализм. Параллельно я продолжала своими силами осваивать все принципы рисования человека, изучала учебные материалы, смотрела видео и много практиковалась. Но особую слабость я питала к оформлению различных блокнотов. Пару раз даже зарисовывала события своей жизни, но мне и в голову не приходило, что из этого может получиться нечто достойное...

В университете я наконец-то поняла, что мне больше нравится именно говорить о творчестве, а не делать что-то на заказ. Мне нравится создавать и делиться собственным опытом. Поэтому я завела блог «Мир.Труд.Craft» – блог о творчестве, вдохновении и обо мне. Тогда я этого не осознавала, но именно в тот момент я наконец обрела любимую работу, которая радует меня и по сей день!

Но особенно я благодарна блогу за то, что он помог мне явить миру один важнейший для меня проект. В 2018 году я узнала, что такое скрайбинг – способ донесения информации через иллюстрирование ключевых моментов. А так как интересные выступления я не посещала, а попрактиковаться все равно хотелось, я решила поскетчить какие-то моменты из жизни. Постепенно к первому развороту прибавился еще один, потом еще, и я даже не заметила, как начала стараться и переживать из-за пропущенных событий. Первая поездка в Москву, мое двадцатилетие, первые 100 подписчиков – я ничего больше не хотела упустить!



мой первый разворот...



Поначалу это было очень личное и секретное хобби. Кому есть дело до того, что творится в моей жизни? Но постепенно рисунки становились лучше, а истории вырисовывались в интересные сюжеты. Я начала публиковать фотографии своего Визуального Дневника (даже название придумала!) и вместо осуждения встретила живой интерес: люди спрашивали, что это такое и как им сделать так же, видео в TikTok набирали сотни тысяч просмотров, многие ребята начинали вести свои дневники и делиться ими в интернете... Так и пришло осознание, что идея действительно стала чем-то большим, чем просто блокнотик



...и один из последних

с рисунками. А, значит, пора выходить на новый уровень и познакомить с Визуальным Дневником как можно больше творческих личностей!

Сейчас же я уже пятый год веду Визуальный Дневник, делюсь своей жизнью на YouTube-канале, пишу эту книгу и не могу поверить, что это действительно происходит... И, самое главное, теперь я наконец могу сказать той шестилетней девочке: «Катюша, привет! Это я – ты из будущего. У тебя все получилось, ты стала художницей! Правда, ты удивишься, какой:))»

ГЛАВА 1.

Что такое Визуальный Дневник?

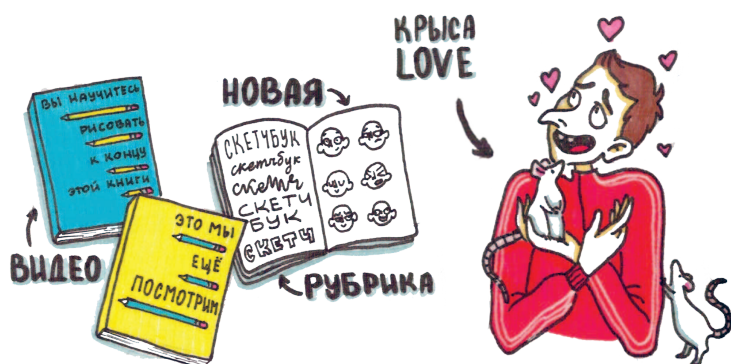
Главная подсказка – слово «Дневник», которое отсылает нас в далекие времена блокнотов на замочке и школьных дневников. Благодаря им мы запоминали все подробности беспечного детства и учебного процесса – то есть они служили в качестве некоторой формы отчетности. И как бы часто мы не забрасывали ведение этого дневничка и не вырывали листы с неуютной отметкой – эти маленькие книжки в любом случае помогали сохранить память.

Но времена меняются, а мы вместе с ними. Мы хотим развиваться и достигать новых высот, и как было бы удобно совмещать это с таким привычным с детства делом... Поэтому обыденные слова и развернутые описания можно попробовать заменить на красочные рисунки.

Визуальный Дневник – это дневник, который хранит в себе наиболее интересные события жизни в виде рисунков и других визуальных элементов.

Такой формат ведения блокнотов действительно очень похож на Личный Дневник (ЛД). Но лишь отчасти. ЛД – это все-таки нечто максимально личное. Он для мыслей, пере-





живаний, сомнений и размышлений. Подобные записи не терпят цензуры, самоограничений и подбора более аккуратных слов, лишь бы никого не обидеть. Мы выливаем на бумагу накопившееся, рефлекслируем, делаем выводы и решаем, что дальше делать со своей жизнью. Это отличная практика, которой необходимо обзавестись каждому человеку, стремящемуся к осознанной и качественной жизни.

А Визуальный Дневник (ВД) — это некий творческий проект с элементами личной жизни. И в отличие от ЛД, он создан не размышлять, а запоминать. Личный Дневник для мыслей, а Визуальный Дневник для событий.

ЛД помогает нам осмыслить фундаментальные основы жизни, а в ВД можно немного снизить градус серьезности и от души побаловаться: зарисовать свой самый сумасшедший сон, изобразить содержимое сумки, составить сборник анекдотов от местных таксистов — зафиксировать все то, что в разрезе вселенной не очень важно, но так сильно украшает жизнь.

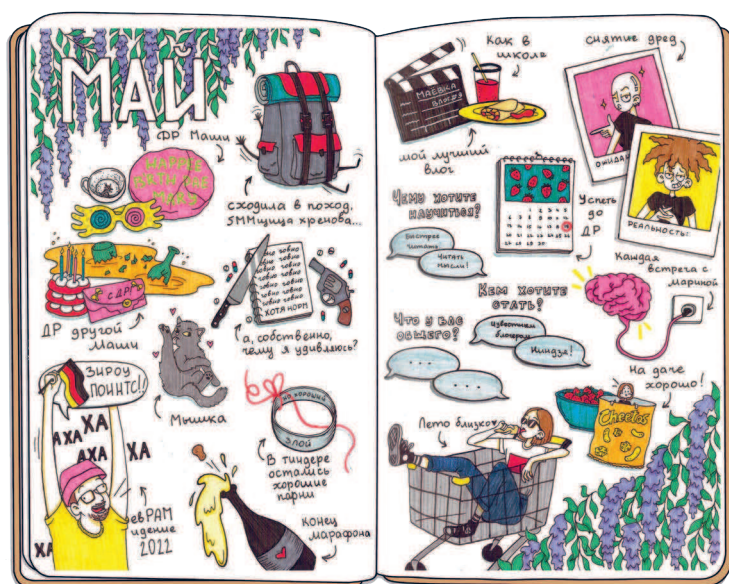
ЗАЧЕМ ВЕСТИ ВИЗУАЛЬНЫЙ ДНЕВНИК?

Если же еще не до конца понятно, какую пользу вам может принести такая вещь, то нам стоит это подробно обсудить. Потому что именно четкое осознание своих мотивов дарит самую сильную мотивацию не останавливаться! К тому же я уверена, что некоторые пункты вас приятно удивят и заинтересуют;)

Наработка навыка рисования

Пожалуй, это самая главная польза ВД. Но всего лишь на первый взгляд... Хотя вполне можно начать с этой мотивации, а остальные осознания обязательно догонят.

И, казалось бы, чем нас не устраивают скетчбуки?! Бери да рисуй. Кто нам мешает учиться рисовать классные картинки в этих блокнотах?.. Но причина заключается в концепции самого ВД. В нем мы зарисовываем СВОЮ ЖИЗНЬ, а это значит, что:



1. **Блокнот надо заполнять регулярно.** Ведь мы живем каждый день, а не раз в неделю между 18:00 и 19:30. Мир такой большой, а жизнь такая динамичная, что всегда будет, что зарисовать в ВД. А именно благодаря регулярной практике наши навыки совершенствуются и оттачиваются.

2. **Надо рисовать разное.** В обычной практике рисования мы часто склонны заикливаясь на одних и тех же сюжетах: красивые девочки в статичных позах, милые котики, скучные цветочки... А жизнь ведь склонна преподносить сюрпризы, где рисованным девочкам непременно придется сменить маску безразличия на то, в чем будет удобнее наскоку вбежать в горящую избу за конем. За двумя конями. К тому же наше «умение рисовать» чаще всего измеряется не в идеальности рисунков, а в количестве сюжетов, которые мы способны изобразить. Можно идеально рисовать анатомию человека и не представлять, как расположены педали у велосипеда. Грош цена такому навыку! Поэтому в наших интересах рисовать не только много, но и разнообразно.

3. **Не надо каждый раз выдумывать, что рисовать.** Частенько от дополнительных пары часов рисования нас отговаривает страх отсутствия идей. А чем круче вы овладели искусством находить приключения на пятую точку, тем меньше времени вам будет требоваться на наброски в ВД и поиски вдохновения.

Я всю жизнь пытаюсь заставить себя сесть за рисование, но белый лист никогда не внушал столько доверия, чтобы удержать меня дольше двух недель. Всегда находились дела поважнее. Потому что «просто так» рисовать мне неинтересно. Скетчбук забрасывался и больше никогда не открывался, потому что «уже как-то и неприлично возвращаться». Но мечта научиться рисовать не отпускала, поэтому ВД

стал для меня настоящим спасением. Уже на протяжении пяти лет я постоянно к нему возвращаюсь, потому что есть смысл – хочу запомнить свою жизнь. У меня есть повод – этим надо заниматься регулярно, ведь жизнь не стоит на месте. У меня есть мотивация – хочу делиться своим творчеством и жизнью с другими, а в старости с внуками пролистывать эти странички и, смеясь, рассказывать, какой их бабка когда-то тоже была молодой, пылкой и безбашенной (хотя, честно говоря, я всегда планирую такой и оставаться).

Поэтому, если вам тоже не подходят стандартные способы наработки навыков, то советую присмотреться к зарисовке своей жизни.

Развитие креатива

Но часто (даже слишком, можно было бы и поменьше) нам приходится переживать периоды, в которых дни, события и проблемы идентичны вчерашним. И это даже не глупое недоразумение, а крайняя необходимость. Ведь порой для достижения результатов приходится выполнять кучу монотонных, рутинных, регулярных действий (то же происходит и с умением рисовать). Жизнь и не должна походить на одну сплошную вечеринку. Знаете, как говорят: «Хорошего всегда мало». А я считаю, что его столько и должно быть, чтобы еще больше ценить эти крупницы счастья.





Поэтому и возникает вопрос: а что, каждый день рисовать одно и то же? Один раз нарисовать себя, застрявшего в беличьем колесе забавно. Но в третий раз — уже дурной тон. Что делать, если одни и те же события повторяются из раза в раз и нет возможности разорвать этот круг?

Здесь на помощь приходит креатив, и совершенно не важно, считаете ли вы себя человеком с живым воображением. Когда нам становится невыносимо однообразно и легко, то наступает смертельная скука. Поэтому, когда все самые примитивные образы будут отрисованы по десятому кругу, мозг уже самостоятельно начнет выискивать сложности и выдавать удивительные варианты оформления разворотов. Одно и то же событие можно изобразить десятком разных способов, стоит лишь приоткрыть портал в мир бесконечных метафор, отсылок к поп-культуре и преувеличений [об этом мы подробнее поговорим в «Глава 7. Креативность»]. А ВД смотивирует активно заниматься этим вопросом.