

НЕЙРОТРЕНАЖЕР



АННА  
ЖУКОВСКАЯ

# РУССКИЙ ОРНАМЕНТ

УЗОРЫ, СИМВОЛЫ И СМЫСЛЫ



КЛАДЕЗЬ

ИЗДАТЕЛЬСТВО АСТ  
МОСКВА

УДК 7.0116.4(470)  
ББК 85.1(2)  
Ж86

*Все права защищены.*

*Ни одна часть данного издания не может быть воспроизведена или использована в какой-либо форме, включая электронную, фотокопирование, магнитную запись или какие-либо иные способы хранения и воспроизведения информации, без предварительного письменного разрешения правообладателя.*

**Жуковская, Анна Юрьевна.**

Ж86     Нейротренажер. Русский орнамент : узоры, символы и смыслы / А. Ю. Жуковская — Москва : Издательство АСТ : Кладезь, 2026. — 64 с. — (Арт-тренажер).

ISBN 978-5-17-183078-6

Ваш путь к вдохновению через узоры, сотканные веками!

Авторские упражнения на основе русских орнаментов, эскизы для колористики по мотивам росписи разных областей и наконец создание собственных орнаментов на силуэтах современного интерьера. Симметричные узоры снимают стресс и тренируют мозг, формируя новые нейронные связи, но главное — пробуждают чувство причастности к многовековой традиции Древней Руси.

Оживите традиционную символику, где каждый завиток несет силу предков!

УДК 7.0116.4(470)  
ББК 85.1(2)

ISBN 978-5-17-183078-6

© Жуковская А. В., текст, иллюстрации, 2025  
© ООО «Издательство АСТ», оформление, 2026

# ОТ АВТОРА

*Народный орнамент – это не просто узор или украшение. Он отражает традицию, верования, привычки и богатство художественного наследия народа.*

Меня зовут Анна Жуковская. Будучи профессиональным художником, вот уже более 10 лет я исследую русский орнамент. Меня всегда интересовал вопрос: каким бы был современный традиционный орнамент, не остановись его развитие в в определенный момент истории?

В моей истории все началось с росписи по дереву — там мне открылся огромный мир узоров, различных по форме, наполненности, цвету и характеру... За эти годы я создала множество орнаментов, наполненных смыслом и красотой народного искусства. И именно этим я хочу с вами поделиться.

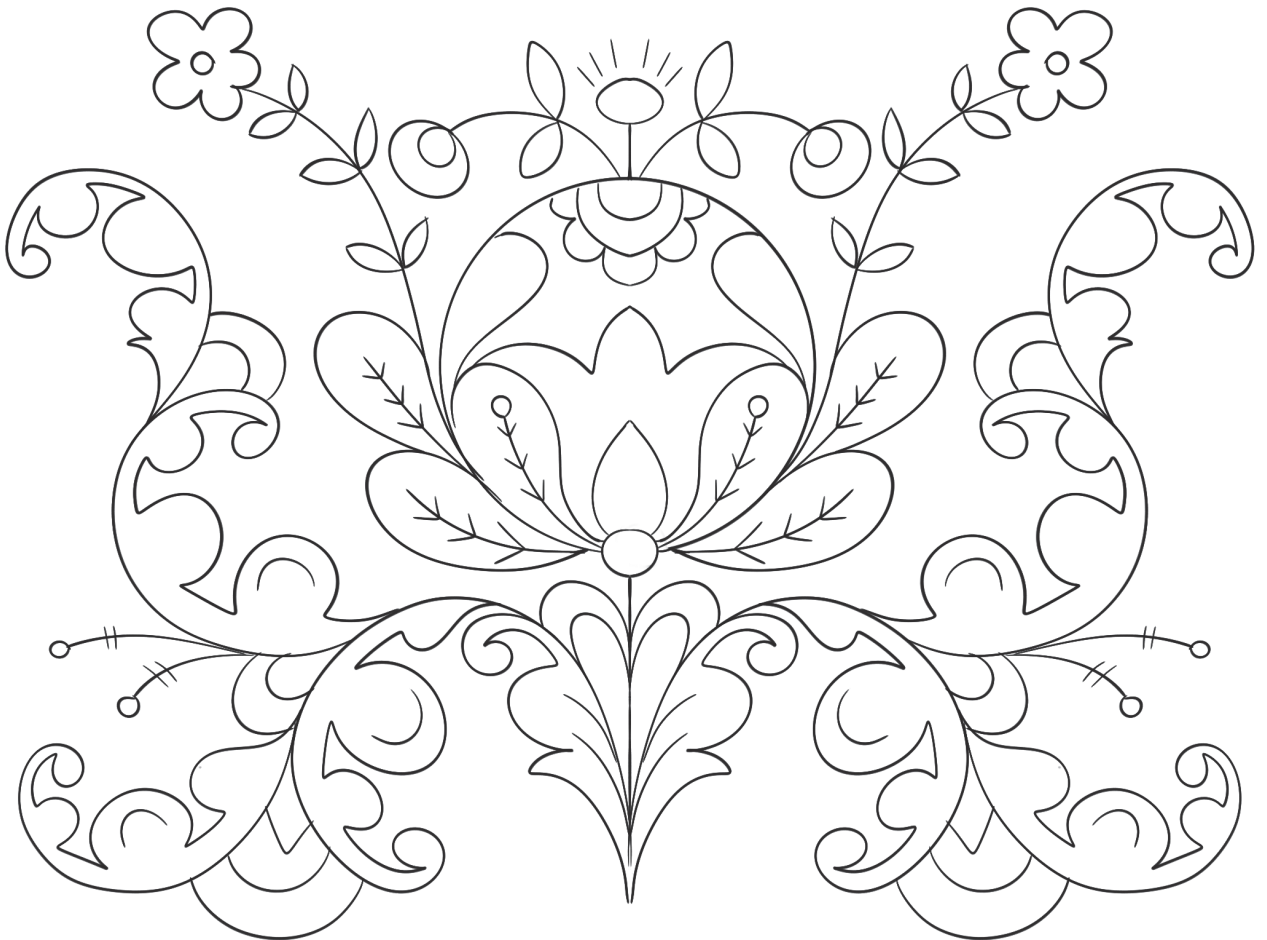
Важно понимать, что в древности орнаментом украшали не только предметы быта, но и сами дома: стены, печи, фронтоны — все имело символическое значение и служило для хозяев оберегом. Многие из этих предметов потеряли свою актуальность и функциональность, но их смыслы остались.

Сегодня, опираясь на богатый опыт наших предков, мы можем создавать личные смыслы, вкладывая в них часть себя. Это будет помогать нам и нашим близким твердо стоять на ногах и жить счастливо.

Я предлагаю вам отправиться в мир русского орнамента через создание узоров. Постепенно освоив простые элементы, вы сумеете собрать собственный орнамент, которым после сможете украсить предметы вашего дома!



Часть первая  
**ТРЕНИРУЕМ РУКУ:**  
орнаменты для знакомства





*Рисование орнаментов –  
это способ замедлиться, отключиться  
от рутины и соединиться со своими корнями.  
Это не только творчество, но и возможность  
почувствовать связь с традицией,  
ее смыслом и красотой.*

Русский орнамент условно можно разделить на геометрический и растительный. В этой части мы с вами немного потренируемся на разных элементах этих двух направлений. И постепенно соберем свой орнамент.

Каждый символ всегда нес некое послание, занимал определенное место в жизни людей: как правило, это были пожелания добра, благополучия, здоровья. Со временем это знание потерялось, но даже интуитивно, по образам, мы можем догадаться, о чем шла речь. Например, в росписях Русского Севера очень много растительных элементов — знаки вспаханного поля, зерна и ростков, а также воды и ветра — говорят нам о плодородии и богатом урожае.

Задания этой части — хорошая разминка для глаз и руки. Тут вы познакомитесь с основными элементами узоров из разных традиций и потренируетесь с ними работать. Попробуйте повторять и соединять — это отличный способ научиться видеть и создавать красивые узоры!

## Часть первая

1. Повторите знак зерна в одном направлении, а затем в другом.



2. Соедините по очереди два зернышка, внутри нарисуйте зигзаг или линию и получите проросшее зернышко.

