

Will Storr

THE SCIENCE OF STORYTELLING

Why Stories Make Us Human and
How to Tell Them Better

William Collins
London

Уилл Сторр

ВНУТРЕННИЙ РАССКАЗЧИК

Как наука о мозге
помогает сочинять
захватывающие истории

Перевод с английского
Дмитрия Виноградова

Individuum
Москва, 2024

УДК 808.1

Издательство благодарит за содействие

ББК 80

агентство AJA Anna Jarota Agency

C82

Сторр, Уилл.

C82 Внутренний рассказчик. Как наука о мозге помогает сочинять захватывающие истории / Уилл Сторр ; [пер. с англ. Д. Виноградова]. — М.: Individuum, 2024. — 304 с.

ISBN 978-5-6048006-5-2

Нас определяют истории. Они лежат в основе наших убеждений и верований, характеров и вкусов. Тысячелетия назад умение складывать захватывающие сюжеты помогало нам расселяться по планете, поддерживать связь, проводить и стирать границы между племенами. А с недавних пор еще и писать книги, снимать фильмы и придумывать виртуальные миры.

Но почему мы так любим истории? Ответ кроется в устройстве нашего мозга. С помощью последних достижений нейронаук Уилл Сторр объясняет, что корни всемирной славы Шекспира лежат в эволюции, в чем сила «Гражданина Кейна» и «Красоты по-американски» и чему мы можем научиться у самих себя. По мнению Сторра, жизнь каждого человека — блестящий сценарий, только пишут его не высшие силы, а наш мозг, ежеминутно наполняя происходящее смыслом и предназначением. «Внутренний рассказчик» переворачивает представление о литературном мастерстве и навыках сценариста и показывает, как истории рождаются в наших головах — и как авторы киноблокбастеров и признанных литературных шедевров манипулируют глубинными слоями подсознания.

Осторожно: спойлеры! В книге раскрывается сюжет «Короля Лира», «Гамлета», «Дороги перемен», «Лолиты», «Лоуренса Аравийского» и др.

УДК 808.1

ББК 80

Copyright © 2019 by Will Storr

All rights reserved including the rights of reproduction
in whole or in part in any form

© Д. Виноградов, перевод с английского, 2020

ISBN 978-5-6048006-5-2

© ООО «Индивидуум Принт», 2022, 2024

Моему первенцу — Паркер

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВСТУПЛЕНИЕ	13
------------------	----

ЧАСТЬ 1. СОЗДАВАЯ РЕАЛЬНОСТЬ

1.0	С чего начинается история?	23
1.1	Моменты изменений; мозг в поисках контроля	23
1.2	Любопытство	29
1.3	Мозг — создатель моделей; как устроено чтение; грамматика; кинематографический порядок слов; упрощение; действительный залог против страдательного; специфические подробности; «показывай, а не рассказывай»	32
1.4	Создание миров в фэнтези и научной фантастике	43
1.5	Одомашненный мозг; теория разума в анимизме и религии; как ошибки в понимании чужого сознания создают драматический эффект	45
1.6	Значимость; создание напряжения с помощью деталей	51
1.7	Нейронные модели; поэзия; метафора	53
1.8	Причина и следствие; художественный сторителлинг против коммерческого	60
1.9	Не только изменения	68

ЧАСТЬ 2. САМО НЕСОВЕРШЕНСТВО

2.0	Несовершенная личность; теория управления	75
2.1	Личность и сюжет	82
2.2	Личность и окружающая обстановка	87
2.3	Личность и точка зрения	90
2.4	Культура и персонаж; западные истории против восточных	93
2.5	Строение несовершенной личности; момент зажигания	98
2.6	Вымышленные воспоминания; нравственные заблуждения; антагонисты и нравственный идеализм; антагонисты и завышенная самооценка; героическое повествование	107
2.7	Давид и Голиаф	113
2.8	Как несовершенные персонажи придают всему смысл	115

ЧАСТЬ 3. ГЛАВНЫЙ ВОПРОС

3.0	Конфабуляция и запутавшийся персонаж; главный драматический вопрос	121
3.1	Множественная личность; персонаж, существующий в трех измерениях	129
3.2	Два уровня историй; как сражение в подсознании персонажа создает сюжет	134
3.3	Модернистские истории	143
3.4	«Хотеть» и «нуждаться»	146
3.5	Диалог	147
3.6	Истоки главного вопроса; социальные эмоции; герои и злодеи; моральное осуждение	151

3.7	Битва за статус	159
3.8	«Король Лир»; унижение	165
3.9	Истории как племенная пропаганда	169
3.10	Антигерои; эмпатия	179
3.11	Первичная травма	185

ЧАСТЬ 4. СЮЖЕТЫ, КОНЦОВКИ И СМЫСЛЫ

4.0	Целенаправленность; «удушье» и «облегчение»; видеоигры; «личные проекты»; эвдемонизм	199
4.1	Сюжетное событие; стандартная пятиактная модель сюжета; сюжет: строгий рецепт или симфония изменений?	206
4.2	Финальная битва	214
4.3	Концовки; контроль; «божественное мгновение»	217
4.4	Истории как симулякр сознания; нарративное перемещение	222
4.5	В чем сила историй	225
4.6	В чем ценность историй	227
4.7	Чему учат истории	228
4.8	Как утешают истории	229

ПРИЛОЖЕНИЕ: МЕТОД СВЯТОГО НЕСОВЕРШЕНСТВА	231
--	-----

ПРИМЕЧАНИЕ К ТЕКСТУ	273
---------------------------	-----

СПИСОК БЛАГОДАРНОСТЕЙ	275
-----------------------------	-----

ПРИМЕЧАНИЯ	277
------------------	-----

*Коль необязтное мы не хотим обзять,
Зачем тогда нам рай?*

Роберт Браунинг (1812–1889)

ВСТУПЛЕНИЕ

Мы знаем, чем все закончится. Вы умрете — как и все, кого вы любите. А затем Вселенную настигнет тепловая смерть. Все замрет, звезды погибнут, и от всего сущего останется лишь бесконечная, мертвая, леденящая пустота. Человеческая жизнь, шумная и горделивая, навечно обратится в бессмыслицу.

Но обычно мы не задумываемся об этом. Люди обладают, быть может, уникальным знанием — того, что наше существование на самом деле бессмысленно, однако мы продолжаем жить, будто не ведая об этом. Мы припеваючи проживаем наши минуты, часы и дни — с пустотой, нависшей над нами. Вглядеться в нее — значит вполне резонно впасть в отчаяние от увиденного, что будет диагностировано как психическое расстройство, классифицировано как нечто неправильное.

От ужаса нас вылечивают истории. Мозг отвлекает от чудовищной правды, занимая нас многообещающими целями и побуждая к ним стремиться. Наши мечты и перипетии на пути к желаемому — вот история о каждом из нас. Она придает нашему существованию видимость осмысленности и отводит наш взгляд от его кошмаров. Представить человеческий мир без историй попросту невозможно. Они наполняют наши газеты, залы судов, стадионы, залы заседаний, детские площадки, компьютерные игры, тексты песен, сокровенные мысли и публичные дискуссии и наши грезы — как во сне, так и наяву. Истории повсюду. Истории — это и есть *мы*.

Именно истории делают нас людьми. Недавние исследования предполагают, что развитие языка главным образом связано с необходимостью обмениваться социальной информацией внутри племени¹. Иными словами, мы сплетничали в каменном веке. Мы обсуждали, хорошо или плохо кто-то поступил, и за хорошее поведение вознаграждали, а за плохое — наказывали, тем самым поддерживая взаимодействие и порядок в племени. Истории о героях и злодеях и вызываемые ими радость и возмущение стали ключевым фактором выживания человечества. Мы устроены так, чтобы наслаждаться ими.

Некоторые исследователи полагают, что особо важную роль в таких племенах играли бабушки и дедушки²: старшие рассказывали детям всяческие истории³ — о древних героях, увлекательных приключениях, духах и магии — и тем самым помогали сориентироваться в физическом, духовном и моральном мирах. Из этих историй и возникла сложная человеческая культура. Когда мы занялись сельским хозяйством и разведением домашнего скота, а наши племена постепенно осели и постепенно объединились в государства, бабушкины и дедушкины сказки у костра превратились в крупные религии, способные удержать вместе значительное число людей. Коллективная идентичность современных наций по-прежнему определяется главным образом историями — о наших победах и поражениях, героях и недругах, отличительных ценностях и образе жизни, — которые мы с удовольствием рассказываем.

Мы воспринимаем повседневную жизнь в сюжетном режиме^{**}. Мозг создает мир, внутри которого нам предстоит жить, и наполняет его союзниками и злодеями. Он превращает хаос и серость реальности в простую и обнадеживающую сказку, а в центр помещает свою звезду — прекрасного, драгоценного

* В видеоиграх — режим игры, в котором игровой процесс организован вокруг истории. — *Здесь и далее, если не указано иное, примечания редактора.*

меня, — сподвигая его преследовать череду целей, которые складываются в сюжет нашей жизни. Истории — основное занятие мозга. Это «процессор историй, — пишет психолог и профессор Джонатан Хайдт⁴, — а не логический процессор». Истории зарождаются в человеческом разуме так же естественно, как дыхание — в легких. Не нужно быть гением, чтобы овладеть этим навыком. Вы уже это умеете. Задавайтесь вопросом, как именно мозг добивается этого, и ваше мастерство рассказчика возрастет.

У этой книги необычное происхождение: она основана на курсе лекций по сторителлингу**, который, в свою очередь, базируется на моей исследовательской работе для ряда других книг. Мой интерес к науке сторителлинга возник около десяти лет назад, когда я работал над своей второй книгой, «Еретики», исследованием в области психологии веры. Я хотел узнать, каким образом умные люди приходят к безумным убеждениям. Найденный мной ответ заключался в том, что, если мы психологически здоровы, наш мозг создает впечатление, что мы добродетельные герои произведения, а разворачивающиеся вокруг нашей жизни события — его сюжет. Все «факты», что встречаются на нашем пути, подчиняются этому повествованию. Если какой-либо «факт» льстит нашему героическому самоощущению, мы склонны доверчиво принять его, независимо от того, насколько сообразительными мы себя считаем. Если же нет, мы найдем хитроумный способ его отвергнуть. Работая над «Еретиками», я впервые представил мозг как рассказчика. Эта идея позволила мне взглянуть другими глазами не только на себя, но и на мир в целом.

Изменился и мой подход к творчеству. Собирая материал для «Еретиков», по совместительству я работал над своим первым романом. Художественная литература всегда вызывала у меня затруднения, и в конце концов я сдался и прибег к помощи

* Буквально — «сказительство». В современном значении сторителлинг подразумевает любую, а не только устную форму рассказа.

традиционных руководств для начинающих писателей. Изучая их, я заметил нечто странное. Многие из того, что теоретики литературы говорили про повествование, поразительным образом напомнило мне, что психологи и неврологи, у которых я брал интервью, рассказывали про мозг и разум. Повествователи и ученые, несмотря на совершенно разные стартовые позиции, приходили в итоге к одному и тому же.

Я продолжал находить новые взаимосвязи, работая над своими следующими книгами, и стал задумываться: возможно ли совместить эти две области и поможет ли мне это как рассказчику? В конечном счете это привело меня к созданию научно обоснованного курса для писателей, пользовавшегося весьма неожиданным успехом. Постоянное общение лицом к лицу с полными залами умнейших авторов, журналистов и сценаристов подталкивало к еще более глубокому погружению в тему. Вскоре я понял, что собранного материала хватит на небольшую книгу.

Надеюсь, что изложенное ниже не оставит равнодушным интересующихся научными основами условий существования человека даже при отсутствии у них практического интереса к сторителлингу. Но эта книга и для самих рассказчиков. Каждый из нас сталкивается с непростой задачей — захватить и удержать внимание чужого мозга. Я убежден, мы все можем стать лучше в этом деле, если получше разберемся, как же он работает.

Мой подход контрастирует с более традиционными попытками разобраться с устройством истории. Как правило, ученые сопоставляют известные сюжеты и классические мифы со всего мира и выделяют в них общие черты. Такие методики приводят к наперед известным сюжетным структурам, где события выстраиваются в заданную последовательность, словно в кулинарном рецепте. Наиболее влиятельным примером, несомненно, является «мономиф» Джозефа Кэмпбелла⁵, в полном виде включающий в себя семнадцать стадий путешествия главного героя, начиная с основополагающего «зова к странствиям».

Подобные сюжетные шаблоны пользуются огромной популярностью. Они привлекают миллионную аудиторию и приносят миллиардную прибыль. Они произвели промышленный переворот в сюжетостроении, особенно заметный в кинематографе и телесериалах. Некоторые из примеров чудесны, взять хотя бы вдохновленные Кэмпбеллом «Звездные войны: Эпизод 4 — Новая надежда». Но куда чаще попадаются истории с конвейера — в красивой обертке, но безжизненные и лишённые авторского почерка.

Проблема традиционного подхода, на мой взгляд, вызвана чрезмерной озабоченностью готовыми рецептами. Легко понять почему. Часто все начиналось с поиска Той Самой Истории — эталона сюжетной структуры, по которому можно было бы судить о любом рассказе. А разве можно подобраться к *нему* иначе, кроме как препарировав и вычленив все, что в нем происходит?

Путешествие в науку сторителлинга раскрывает правду о таких рецептах. Большинство из них оказываются вариациями стандартного пятичастного сюжета — успешного не из-за каких-то тайных знаний высшего порядка, не из-за существования универсального закона сторителлинга, а просто потому, что это самый ясный способ передать глубокие перемены в персонажах. Он прост, эффективен и безотказен — идеально отлажен, чтобы завладеть вниманием и умами масс.

Подозреваю, именно эта вера в сюжет как волшебную формулу виновата в том ощущении холодного расчета, от которого часто страдают современные истории. Но сюжет не может работать сам по себе. Центр внимания, по моему убеждению, должен быть смещен с сюжета на персонажа, ведь неподдельный интерес у нас вызывают именно *люди*, а не события. Превратности судьбы отдельных, увлекательных и несовершенных личностей — вот что заставляет нас ликовать от счастья или рыдать, уткнувшись лицом в подушку. Конечно, внешние события в сюжете крайне важны и структура — практичная, работающая и стройная — тоже обязана присутствовать, но лишь на вторых ролях.

Хотя общие организационные принципы и базовые формы повествования действительно полезно знать, вероятно, было бы ошибкой считать их категорическими правилами.

Существует множество способов привлечь и удержать внимание мозга. Рассказчики приводят в действие ряд нейронных процессов, по разным причинам сложившихся в ходе эволюции и ожидающих, что на них сыграют, как на инструментах в оркестре: праведное возмущение, неожиданное изменение, колебание статуса, внимание к деталям, любопытство и так далее. Разобравшись в работе этих механизмов, мы сможем с легкостью создавать захватывающие, глубокие, волнующие и необычные истории.

Этот подход, надеюсь, будет способствовать расширению творческой свободы. Наука сторителлинга учит критическому отношению к нормам и правилам, кажущимся общепринятыми. Понимание, что именно стоит за каждым из правил, открывает новые возможности, потому что тогда мы точно знаем, как их можно нарушать разумно и с пользой.

Ничего из этого не означает, что нужно пренебрегать открытиями, совершенными теоретиками вроде Кэмпбелла. Наоборот, многие известные книги о сторителлинге содержат блистательные соображения по поводу повествования и человеческой природы, лишь недавно нашедшие подтверждение в современной науке. На страницах этой книги я не раз процитирую их авторов. Я даже не утверждаю, что необходимо отказываться от их драгоценных сюжетных структур — они с легкостью послужат полезным дополнением к этой книге. Нужно лишь правильно расставить акценты. Я полагаю, что убедительный, глубокий и оригинальный сюжет возникнет скорее благодаря персонажу, нежели маркированному списку. А лучший способ создать многогранных правдоподобных персонажей, способных повести повествование в неожиданном направлении, — это изучить человеческие характеры в реальной жизни — а значит, без помощи науки тут не обойтись.

Я постарался написать ту книгу, которой мне так не хватало во время работы над моим романом. Я попытался сохранить баланс, сделав «Внутреннего рассказчика» полезной на практике, не задумывая при этом творческий настрой списками строгих назиданий. Я согласен с прозаиком и преподавателем писательского мастерства Джоном Гарднером⁶, утверждающим, что даже «наиболее строгие эстетические принципы на практике оказываются весьма относительными». Если вы затеяете проект, связанный со сторителлингом, рассматривайте прочитанное не как список обязательств, а как арсенал, оружие из которого можно использовать при необходимости. Я также описываю методику, доказавшую свою эффективность на моих занятиях в течение многих лет. Метод «Заветной небыстроты», ставящий во главу угла персонажа, предпринимает попытку создать историю путем имитации различных способов, которыми мозг воплощает окружающую действительность, что придает результату правдоподобие и чувство новизны, наполняет его драматическим потенциалом.

Книга разделена на четыре части, каждая посвящена отдельному срезу сторителлинга. Для начала мы разберемся, как повествователи и наш мозг создают живописные миры, в которых мы существуем. Затем, в центре такого мира, познакомимся с небыстрым протагонистом. После чего раскроем спрятанные в глубинах его подсознания сомнения и желания, делающие человеческую жизнь такой сложной и необычной, а истории, рассказываемые о ней, такими захватывающими, непредсказуемыми и волнительными. Наконец, мы рассмотрим смысл и назначение историй и окинем свежим взглядом сюжеты и концовки.

Перед вами попытка осмыслить работы нескольких поколений выдающихся гуманитарных исследователей в свете научных открытий, к которым пришли не уступающие им в одаренности женщины и мужчины. Я в бесконечном долгу перед ними всеми.

Уилл Сторр

