ИМАДЖИНАРИУМ,

или Что стоит за кадром

Клэр Розен

ИМАДЖИНАРИУМ,

или Что стоит за кадром

Клэр Розен

Перевод с английского Анны Агаповой

Москва
«Манн, Иванов и Фербер»
2018

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Моим родителям, которые привили мне
ощущение чуда и тягу к приключениям
и сделали все, чтобы я никогда их не утратила

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ **6**

1. *Об искусстве* 9

ЦЕЛЬ ИСКУССТВА 12

СИЛЬНЫЕ КАДРЫ 16
Анатомия изображения

ПУТЬ ХУДОЖНИКА 22
Художественное ви́дение
Психе
Истоки творчества
Области интереса

ЦЕЛИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ 51
Выявление целей

РЕЗЮМЕ 60

2. *Стиль жизни художника* 62

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ 64

УПРАВЛЯЙТЕ ЖИЗНЕННЫМ ОПЫТОМ 66

ИЩИТЕ ИСТОЧНИКИ ВДОХНОВЕНИЯ 68

ПОИСК ИСТОЧНИКОВ ВДОХНОВЕНИЯ 70
Искусствознание и современное искусство

ПРОНИКНОВЕНИЕ В БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ 72
Интуиция

ОСВОЕНИЕ БЕССОЗНАТЕЛЬНОГО 76
Медитация
Сны

ПСИХОЛОГИЯ ТВОРЧЕСТВА 84
Природа художника
Преодоление препятствий
Обретение уверенности

ЗДОРОВЬЕ 98
Режим питания, депрессия и микробиом
Счастье
Прогулки и физические упражнения

КАК ПИТАТЬ ТВОРЧЕСКОЕ НАЧАЛО 108
Практика
Неудачи
Время
Рабочее пространство
Записи

СООБЩЕСТВО ХУДОЖНИКОВ 124
Сотрудничество
Ученичество
Наставники
Образование

РЕЗЮМЕ 130

3. *Управление временем* 132

ДВИЖЕНИЕ VS ПРОГРЕСС 134
Умение сказать «нет»

ПРОДУКТИВНОСТЬ 138
Планирование дня

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

мотивация 146

работа, которая подстраивается под вас 148

резюме 152

4. *Превизуализация* 155

как запустить идею 156

дивергентное мышление 158

свободные ассоциации 160
Генерация случайных идей

мозговой штурм 164
Не бойтесь невероятных идей
Полезные советы
Избегайте буквализма

ассоциативные карты 172

доски настроения 176

превизуализация 178

развитие замысла 180

резюме 185

5. *Создание фотографий* 187

подготовка 190
Организация
Рабочие планы

ресурсы и их поиск 195
Взаимовыгодные сделки
Синхроничные события
Смета

формируем команду 208
Изложение замысла
Члены команды
График съемки, чек-листы, листы вызова

план B, C и D 218

план съемки 220

полезные советы 222

редактирование 226
Как выбрать тот самый кадр

постобработка 232

резюме 236

6. *Зрительское восприятие* 238

зрительское восприятие 241

подача 242

критика и отзывы 244

циклы работ и долгосрочные проекты 246

заказы/задания 250

творческое наследие: что мы оставляем после себя 254

резюме 257

ЗАКЛЮЧЕНИЕ **258**

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ВВЕДЕНИЕ

Каждый, кто хоть раз в жизни пытался что-то создать, испытывал и тревогу, и радость, которые неизменно сопровождают творческий процесс: ощущал неустойчивость творческого порыва, искал вдохновение, испытывал мучительное разочарование, когда все шло не так, как запланировано, и переживал момент, когда замысел и исполнение сливаются в законченном произведении. Я открыла для себя фотографию, когда была совсем юной и училась в Бард-колледже в Саймонс-Роке*. Фотография наделила меня собственным голосом. Художественные произведения, которые возникли в результате, определили мою жизнь и меня как личность. В своей книге я надеюсь поделиться тем даром, которым стал для меня процесс творчества и создания фотографий, и опишу путь, ведущий к длительной и приносящей удовлетворение творческой практике.

Творческое мышление и воображение складываются в комплексный базовый навык, который оказывается полезным в разных сферах деятельности. Это умение помогает решать новые задачи и улучшать существующие решения. Творческие усилия не ограничены областью искусства, они предпринимаются в любой сфере, требующей осознанных действий. Многие из идей, которые в этой книге рассматриваются на примере фотографии, можно применить в творческих исканиях другого рода, а также в повседневной жизни. Творческий подход к решению повседневных вопросов и преодолению обыденных трудностей откроет перед вами множество возможностей.

ПРИМЕЧАНИЕ. Редко существует только один способ сделать что-то. В фотографии, как и в жизни, следуя *своим* курсом, вы выбираете самый надежный путь к долгосрочному успеху. Вместо рассказа о том, как сделать такие же фотографии, как у меня, делясь на скорую руку разными приемами и уловками, я опишу в этой книге другой принцип мышления. Он заключается в целостном взгляде на *собственные* работы с целью ввести творчество в повседневную жизнь, а также в готовности экспериментировать. Какие-то советы подойдут вам, а какие-то — нет. Возьмите на вооружение то, что будет работать в вашем случае, а остальное оставьте без внимания.

---

* Частный гуманитарный колледж свободных искусств США. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Мои подсказки взяты из различных источников, в том числе из собственного опыта. Где это возможно, я даю ссылки на источники, чтобы вы могли глубже изучить ту или иную тему.

Это книга не про технику. Многие считают, что они уже освоили искусство фотографии в тот момент, когда поняли, как управляться с фотоаппаратом, светом и соответствующими компьютерными программами.

Освоить оборудование очень важно, чтобы обрести свободу самовыражения, не скованную пробелами в технических знаниях. Но притягательной фотографию делает именно то, как и что она *рассказывает*. Вот почему речь в этой книге пойдет о создании притягательных снимков через генерирование идей, развитие замысла, превизуализацию, подготовку к съемке, формирование условий для плодотворного творческого процесса и технику решения задач.

Ваша главная цель — представить себе такие фотографии, которые вам глубоко небезразличны, настолько, чтобы вы сделали все необходимое для их создания. Зачастую это непросто. Потребуются время и усилия, и здесь нет легких путей. Но это того стоит.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

06

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ГЛАВА ПЕРВАЯ

искусстве

: ЦЕЛЬ ИСКУССТВА

СИЛЬНЫЕ КАДРЫ
Анатомия изображения

ПУТЬ ХУДОЖНИКА
Художественное ви́дение
Психе
Истоки творчества
Области интереса

ЦЕЛИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
Выявление целей

РЕЗЮМЕ

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ЦЕЛЬ ИСКУССТВА

С самых истоков цивилизации искусство выражало идеи своей эпохи, воплощая в себе ее повседневность, ее надежды и страхи. И хотя искусство не является необходимым условием выживания человечества, это не просто блажь. Создание и понимание красоты — это неотъемлемый метафизический опыт человечества, проявления самой человеческой сути.

> *Искусство <…> напоминает нам о том, кто мы есть на самом деле, или даже о том, кем мы должны быть.*
>
> *А жизнь <…> это то, что открывается нам, когда мы замедляемся, позволяя* КРАСОТЕ *окружить нас.*
>
> *Когда мы приветствуем то, что находится прямо перед нами, и верим, что оно достойно нашего внимания.*
>
> *Но чтобы это произошло и жизнь наконец открылась нам, нас нужно приостановить, отвлечь от наших мелочных хлопот и направить* НА БЛАГОРОДНЫЙ ПУТЬ.

Джефф Гоинс*.
Чудесная мука красоты (Зачем нам искусство)

В своей книге «Жизнь в искусстве» Марк Гетлейн пишет о задачах современных художников.

> *Создавать* НЕПРИВЫЧНЫЕ *версии привычных объектов.*
> *Запечатлевать и увековечивать.*
> *Придавать* НЕИЗВЕСТНОМУ *осязаемую форму.*
> *Придавать чувствам осязаемую форму.*
> *Освежать восприятие и помогать видеть мир* ПО-НОВОМУ.

---

* Американский писатель, оратор и специалист по распространению информации. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Для художника творчество — это способ познания окружающего мира.

Оно позволяет нам изображать, толковать, высвечивать, отторгать, ставить под сомнение, прославлять любое проявление жизни, которое притягивает или завораживает нас, —

ОТ НЕЗАУРЯДНОГО ДО САМОГО ОБЫДЕННОГО.

Есть две причины, по которым я делаю фотографии. Во-первых, благодаря творчеству в мою жизнь входят новые люди, места, открытия, становясь частью головокружительного приключения, во время которого мир моего воображения воплощается в конкретных образах. Процесс визуализации скрытой, внутренней жизни, когда я изучаю психологическую подоплеку тех или иных концепций, оказывает на меня терапевтическое воздействие. Делая фотографии, я познаю мир, вырабатываю отношение к нему и отыскиваю свое место в нем.

Мы взращиваем
стремление, лежащее
в основе традиционной
функции искусства —
утвердить свой личный
смысл во вселенной,
которая, ***вероятно,***
наполнена смыслами.

—

Питер Лондон.
Больше никакого
вторичного искусства:
пробуждение художника

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Во-вторых, когда снимки сделаны и опубликованы, они начинают взаимодействовать со зрителем. Я нахожу радость, выражая себя и общаясь с людьми через зрительные образы. Надеюсь, что мои снимки помогают убежать от повседневности — пусть даже только на мгновение, что они перемещают зрителя в причудливый мир, где все возможно.

Цель искусства – смывать с человеческой души пыль повседневной жизни.

Пабло Пикассо

Задача этой главы — помочь вам отыскать корни ваших собственных интересов, подтолкнуть к размышлениям о том, что привлекает именно вас в занятиях фотографией и как это выявить в ваших работах.

Чем, какого рода опытом вы хотели бы наполнить свою жизнь?

Каких людей вы хотели бы встретить?

О чем вы хотели бы рассказать?

Что должно произойти после того, как ваши снимки будут опубликованы?

Ответив на эти вопросы, вы зададите своей работе направление и сделаете свою художественную практику более сознательной.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

СИЛЬНЫЕ КАДРЫ

Мы живем в торопливое, насыщенное информацией *время*. Нас со всех сторон с головокружительной скоростью атакуют зрительные образы, так что привлечь внимание становится очень трудно. Поэтому и создавать зрительные образы довольно сложно.

Подумайте, какие снимки действительно впечатлили вас, поразили, как молния. Вероятнее всего, это не просто красивые или технически грамотные фотографии. Задумайтесь над тем, *что именно впечатлило или тронуло вас в этих изображениях? Что оставило послевкусие? Что очаровало?* Составьте список того, что вас действительно привлекает в художественных произведениях. Обращайтесь к нему, когда будете анализировать или редактировать собственные работы.

> *Цель искусства — представить не внешний вид вещей, а их внутреннее значение.*
> —
> Аристотель

Невыразимое

"Нечто"

делает изображение особым, *притягивает*, заставляет задуматься.

Обычно не производные, наглядные или буквальные, запоминающиеся фотографии несут оттенок загадки, они скорее нашептывают смысл, чем провозглашают его. Произведения, которые обращаются к ШИРОКОЙ АУДИТОРИИ, затрагивают **общечеловеческие** вопросы и позволяют взглянуть на них по-новому. Кто я? Почему мы здесь? В чем смысл? Почему я так чувствую?

Подобные произведения проливают свет на коллективное и личное восприятие повседневных событий и сокрытых тайн жизни. Зачастую именно то, что на фотографии остается невысказанным, и делает ее выдающейся.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

*З*апоминающиеся

кадры не отвечают на наши вопросы, напротив, они
задают новые.

Это связано с тем, как наше сознание воспринимает мир. Нам хочется во всем разобраться, увидеть взаимосвязи, решить стоящие задачи и вникнуть в суть. Фотографию, которая вызывает подобного рода рассуждения и размышления, забыть непросто. Можно снова и снова возвращаться к такому снимку, и каждый раз он будет пробуждать интерес. Я не хочу сказать, что все зрительные образы должны обладать тем же весом, что и вопросы бытия, заключенные в них, или что они должны быть очень сложными. Напротив, даже самая простая фотография может оказать подобное воздействие. Вне зависимости от того, что на ней изображено, она должна вызвать у вас смех, слезы, размышления или чувство трепета — в общем, задеть за живое.

Существует множество рекомендаций, как сделать фотографию «технически грамотной», но указать, что делает фотографию интересной или значительной, гораздо труднее.

Гештальт (от немецкого «целое» или «форма») —

это понятие из теории визуального восприятия, которое подразумевает, что целое гораздо больше, чем сумма его частей. Взятые по отдельности, элементы изображения обладают ограниченным воздействием или потенциалом; успех фотографии определяется именно взаимодействием ее элементов.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Анатомия изображения

ОБЪЕКТ(Ы) ИЗОБРАЖЕНИЯ
человек, животное, предмет

ВЫРАЖЕНИЕ ЛИЦА И ПОЗА

СТИЛИСТИЧЕСКОЕ РЕШЕНИЕ
костюмы, укладка волос, макияж, украшения

ДЕКОРАЦИИ И РЕКВИЗИТ

ФОН / МЕСТО СЪЕМКИ

СВЕТ
естественный, студийный, смешанный

КОМПОЗИЦИЯ И УГОЛ СЪЕМКИ

НАСТРОЕНИЕ

ЦВЕТОВАЯ ПАЛИТРА

ПОСТОБРАБОТКА ФОТОГРАФИИ

Все это следует учитывать при создании снимка. От каждого аспекта зависит, насколько успешной и визуально интересной будет фотография.

№2015/02/30/330000-1 от 27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Кадр складывается из множества подвижных деталей, и все в нем должно быть продумано и осознано. Когда разные элементы гармонично сочетаются друг с другом, зритель не задумывается, как это сделано, а погружается в сюжет. Искусство фотографа заключается именно в создании этих условий для зрителя.

Очень важно уметь отдать должное взаимосвязи элементов на всех стадиях, начиная с подготовки и работы над декорациями и заканчивая этапом обработки фотографий, и уметь оценить, что в этой взаимосвязи работает, а что нет. И хотя существуют какие-то рекомендации, нет четких правил, как создать идеальный баланс всех элементов кадра, чтобы фотография стала интересной и зацепила зрителя. Как говорил фотограф Бобби Лейн, «все зависит от всего». Очень трудно вывести абсолютные величины, когда так много переменных.

Сильный кадр должен представлять интерес как с точки зрения эстетики, так и с точки зрения содержания. Эстетика кадра должна грамотно соответствовать его содержанию. Элементы, визуально интересные по отдельности, но не сочетающиеся друг с другом или расположенные не на своем месте, не могут сложиться в сильный кадр. Фотография может состоять из правильных визуальных элементов и быть выполнена технически верно, но при этом оставаться невыразительной и скучной. И напротив, все может пойти не так, как задумывалось, то, что казалось несочетаемым, вдруг подходит друг к другу, и в итоге получается нечто неожиданное и прекрасное.

Нужно помнить, что это зыбкий процесс и в нем нет аксиом, поэтому принципиально важно обращать внимание на каждый элемент сюжета и постоянно анализировать свой кадр. Со временем к этому привыкаешь, и чем больше размышляешь, тем быстрее развивается интуитивное чувство кадра. Знакомство с классическими мастерами и «мощным» современным искусством, о чем я еще буду говорить ниже, помогает это чувство уловить и развить.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РОЗОВОЩЕКИЙ НЕРАЗЛУЧНИК № 7523

(2012)
ДИПТИХ ИЗ СЕРИИ «ПТИЦЫ ОДНОГО ПОЛЕТА»

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ПУТЬ ХУДОЖНИКА

Как пишет Роберт Грин в своей книге «Мастер игры», траектория развития настоящего мастера включает, как правило, следующие этапы.

ПОИСК ПРИЗВАНИЯ / ДЕЛА ЖИЗНИ. По Грину, «голос из ниоткуда, момент восхищения, некий поворот событий вызывает поразительную мысль: „Вот что я должен делать!“ <…> Оглядываясь назад, вы чувствуете: это была рука судьбы».

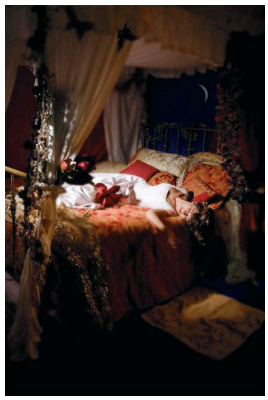
Я точно помню момент, когда полюбила фотографию. Будучи студенткой, я впервые увидела, как в растворе проявителя проступает изображение, и подумала: «Это настоящее чудо!» В тот момент я поняла, что фотография — это то, чем я хочу заниматься. Позднее она помогла мне узнать об истории моей семьи, и я еще раз убедилась, что это судьба.

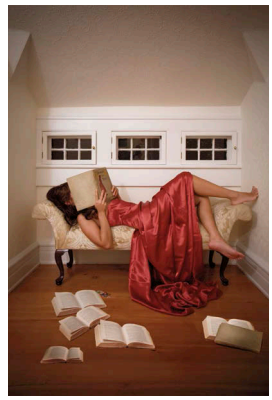
ПАССИВНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ. Обратите внимание на творчество мастеров в той области, которая вам интересна, и постарайтесь понять, что вас в нем привлекает. Мир полон разнообразных произведений искусства, и зачастую приходится в нем что-то искать целенаправленно. Открыв для себя мастеров, произведения которых вам созвучны, вы испытаете глубокое чувство внутренней связи с ними и будете черпать в них вдохновение. Я регулярно разглядываю шедевры, вызвавшие у меня сильный отклик. Они вдохновляют и мотивируют развиваться.

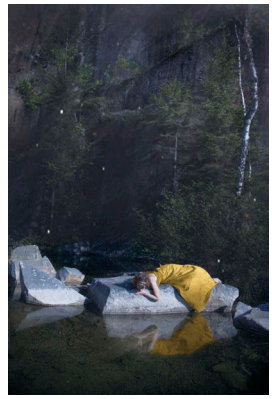
ОСВОЕНИЕ НАВЫКОВ — РЕЖИМ ПРАКТИКИ. Не жалейте времени на освоение приемов, практикуйтесь, копируйте и подражайте работам мастеров. Ожидание, пока ваши технические умения догонят идеи, роящиеся в вашей голове, может показаться мучительным, но в конце концов, по Грину, вы вступите «в цикл ускоренного обратного хода, когда практика дается легче и работать становится интереснее».

Я бы нашла фотографии или картины, которые меня привлекают, еще в процессе учебы и стала подражать им, стремясь улучшить свои технические способности. Освоив механику процесса, вы освободите ум и внимание для реализации ваших принципов, ви́дения и стиля.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года







ВЗГЛЯД ВНУТРЬ СЕБЯ

Работа над этой серией позволила мне погрузиться в размышления над технической стороной процесса и над моим эмоциональным состоянием, благодаря чему я выросла как личность и как художник и научилась выражать свой внутренний мир посредством визуальных символов и архетипов

ЭКСПЕРИМЕНТИРОВАНИЕ. Затем перестаньте копировать мастеров и начните отрабатывать собственные методы и сюжеты. На этом этапе формируется ваш индивидуальный стиль, и со временем из него разовьется ваше собственное ви́дение. Это поворотный момент, когда вы переходите от подражания к свободному творчеству, которое ставит вопросы о жизни и том, что лежит за ее пределами. Развивайте свой неповторимый визуальный язык и метод повествования.

Серия автопортретов «Сказки и другие истории» была моей первой работой после окончания колледжа. Тогда я была менеджером фотостудии в штате Мэн и все свое свободное время посвящала автопортретам. Работала я в основном одна, и никто не заставлял меня публиковать эти снимки, поэтому я могла экспериментировать, развивать и оттачивать свои

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

технические навыки и собственные методы повествования. Для этого проекта я сделала сотни снимков, хотя только около тридцати из них вошли в портфолио. Каждый кадр был важен в процессе обучения. И хотя я все еще была подвержена влиянию признанных мастеров, мое ви́дение уже начало формироваться.

МАСТЕРСТВО. Станьте художником с узнаваемым почерком и создавайте оригинальные произведения, которые будут побочным продуктом ваших внутренних и внешних поисков. Мастерства добиваются тогда, когда индивидуальное ви́дение и технические навыки закрепляются и становятся второй натурой. Как утверждает Грин, «дорога к мастерству требует терпения <…> 10 лет или 10 000 часов практики».

Совершенствуясь и работая над своим почерком в искусстве, я продолжаю развивать художественное ви́дение. Наконец-то я чувствую, что создаю произведения, которые по-настоящему мои, и хотя процесс развития продолжается, я знаю, что двигаюсь в правильном направлении.

Нельзя сказать, сколько времени займет у вас каждый из этих этапов, и к тому же путь художника не всегда прямо ведет к цели. Каждый этап сопровождается опасениями и страхами, но терпение, практика и понимание того, что вы движетесь в правильном направлении, помогут вам справиться с трудностями и остаться преданными своему делу. Воспользуйтесь идеями, подсказками и инструментами, о которых шла речь в этой главе, чтобы найти правильное направление и вдохновиться на эксперименты.

МАСТЕРСКАЯ

(2011)
Кампания Алекс Рэнделл
«Светильники под заказ»

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

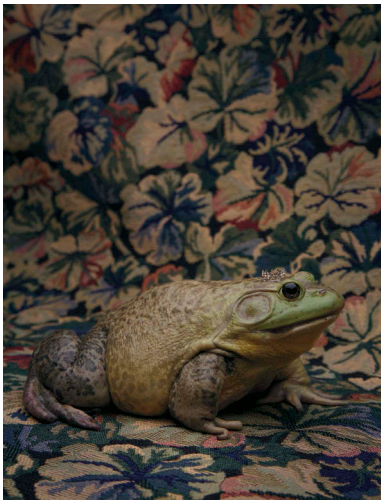
Художественное ви́дение — это узнаваемый, осознанный подход к созданию визуальных образов, который характеризуется устойчивостью в плане эстетики, содержания, тематики и/или техники исполнения.

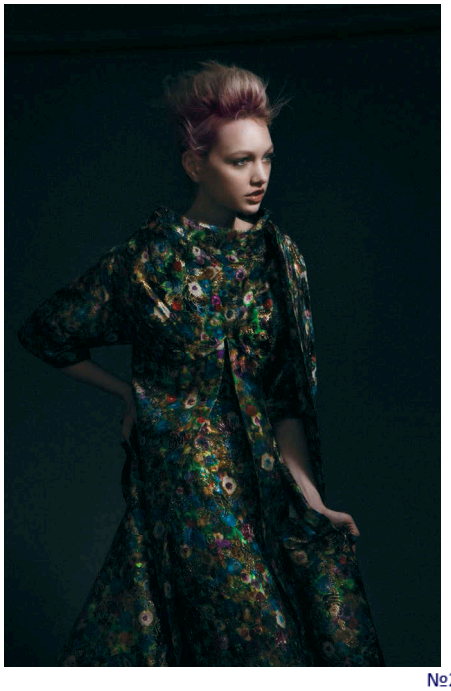
Художественное ви́дение нельзя выдавить из себя или быстро им обзавестись. У вас оно уже есть — ЭТО ВАШ ГОЛОС, — но чтобы он мог развиться и устояться, нужны время, эксперименты, пробы и ошибки. При этом будьте осторожны и не позволяйте себе склоняться к единственной манере под влиянием внешних факторов и называть ее художественным ви́дением. Ваш индивидуальный стиль гораздо более свободен и изменчив. Это то, каким образом вы выражаете свое ви́дение с помощью художественных методов, техники и технологий

Многие художники оказались в ловушке после первого успеха. Они попали в замкнутый круг, воспроизводя снова и снова свой успешный снимок, и называли это собственным художественным ви́дением. Но этот замкнутый круг не дает развиваться, потому что в нем нет истинного художественного ви́дения, которое подразумевает самовыражение личности, а не простое повторение. Оно глубоко индивидуально, и только вы можете прийти к его истинной и достоверной форме.

Художники, обладающие ярким художественным ви́дением, потратили много времени, чтобы понять, как именно они хотят себя выразить. В этом-то и состоит процесс фотографии: это не только создание снимков, но в такой же степени и самопознание. По мере того как вы будете больше узнавать себя, ваш голос будет звучать в ваших снимках все чище.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

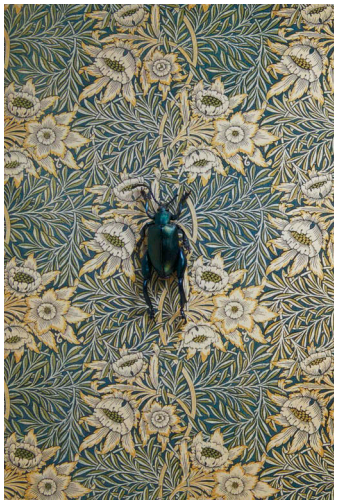


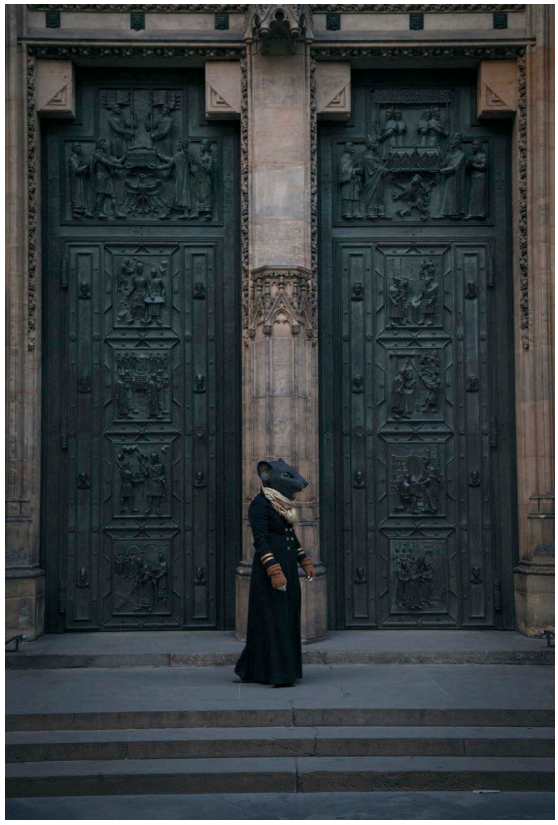


ХУДОЖЕСТВЕННОЕ ВИ́ДЕНИЕ

Вне зависимости от того, для кого я фотографирую (для себя или для клиента), вне зависимости от предмета изображения (будь то модель, животное или предмет), все мои работы можно узнать по общему свойству, как по отпечаткам пальцев. И хотя стиль может варьироваться, художественное ви́дение остается неизменным

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года





№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Поразмышляйте об уже созданных работах и о работах, которые вы МЕЧТАЕТЕ создать.

?

На произведения каких художников они похожи?

Чье влияние вы испытываете?

Кто из художников является для вас примером?

Что делает ваши снимки уникальными?

О чем ваши работы?

Что рассказывают о вас ваши фотографии? *(Иными словами, что могут о вас подумать посторонние люди, глядя на снимки?)*

К каким темам вы неизменно обращаетесь?

Какое настроение или эмоция, как правило, присутствует в ваших работах?

Какие техники или инструменты определяют художественную сторону ваших работ?

Какой формат вы предпочитаете?

Что повторяется в эстетическом плане?

Какую цветовую гамму вы используете чаще всего?

Не переживайте, если вам сложно ответить на эти вопросы, особенно когда вы находитесь в самом начале пути. На них нет единственно верного ответа. Эти вопросы нужны, чтобы вы могли от чего-то отталкиваться, когда начнете размышлять о своем творчестве. И скорее сам мыслительный процесс, а не конкретные ответы на эти вопросы, поможет вам что-то прояснить. Со временем, по мере творческого развития, вы, вероятнее всего, найдете точные формулировки.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

В толковом словаре Вебстера (Random House Webster's Dictionary) психе определяется как

«разум, душа или дух; психе — это центр *мысли*, *чувства* и *стремлений*, который определяет осознанные и неосознанные реакции человеческого тела на внешние факторы».

Осмыслив свое психе и личные качества, вы поймете не только какие фотографии делаете, но и как вы их делаете. Это понимание — ключ к созданию оригинальных и осознанных произведений.

Понятия «индивидуальное» и «бессознательное» — центральные в юнгианской психологии.

КАРЛ ГУСТАВ ЮНГ

(26 июля 1875 — 6 июня 1961)
Швейцарский психиатр и психотерапевт, основатель аналитической (или юнгианской) психологии

Индивидуальное бессознательное, которое Юнг называет «теневой стороной» личности, психолог Кэролайн Кауфман определяет как «вытесненные, подавленные и отрицаемые качества индивидуального сознания». Они могут быть как положительными, так и отрицательными. Как утверждает Кауфман, Юнг считал, что «хотя — или поскольку — теневая сторона предназначена заключать в себе темные характеристики личности, она одновременно является творческим центром».

Наше бессознательное — это средоточие ВООБРАЖЕНИЯ. Идеи зарождаются именно в этой области, здесь заключен весь опыт, индивидуальный и коллективный. В следующей главе речь пойдет о том, как через интуицию, медитацию

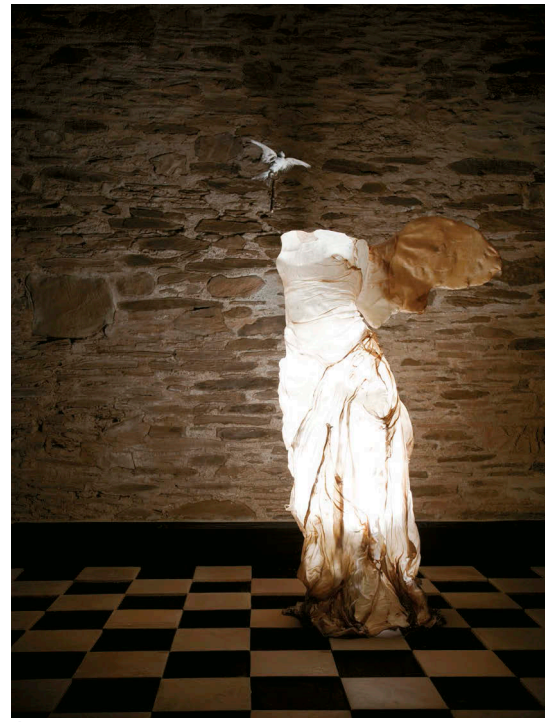
№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

и сновидения добраться до бессознательного. Этот процесс поможет вам извлечь оригинальные идеи, которые, оставаясь глубоко личными, будут тем не менее иметь универсальное значение.

У психе человека есть конструктивные и деструктивные аспекты. Деструктивный аспект — это то, что люди в себе ненавидят или не принимают. Мы склонны отрицать черты, которые считаем негативными, но без тени не существует света. Например, сосредоточенные и дотошные люди могут делать досконально продуманные снимки с особым вниманием к мельчайшим деталям. С другой стороны, дотошность часто оборачивается неуступчивостью, излишней требовательностью и одержимостью. Отрицательные проявления того или иного качества неизбежны, хотя мы изо всех сил пытаемся неосознанно побороть их. Более конструктивный путь — принять свои «теневые» качества, понять, что они говорят о вас и как могут пригодиться в процессе творчества.

ПОСЛАННИК БОГИНИ ПОБЕДЫ

(2011)
Кампания Алекс Рэнделл
«Светильники под заказ»



№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ПУТЬ ХУДОЖНИКА | *Психе*

ТРАНСФОРМАТИВНЫЙ БРЕНДИНГ

Несколько лет назад я начала брать консультации у Бет Таубнер, специалиста по брендовым стратегиям и креативного директора компании Mercurylab. Бет разработала авторскую методику, основанную на психологическом и аналитическом подходах и помогающую компаниям, художникам и обычным людям более осознанно подойти к своей работе и подготовиться к выходу на рынок. Ее подход базируется на методологии бренда, на основах бизнес-стратегии и психологии и включает в себя интервьюирование, анализ, упражнения на мотивацию и тренировку внимания, творческое руководство, разработку дизайна и стратегии маркетинга.

Когда мы начали работать с Бет в 2013 году, я уже вступила на свой творческий путь, но мне нужен был некий толчок, чтобы развиваться дальше и услышать собственный голос — художника и человека. Еще мне хотелось выйти на несколько рынков, в частности художественной и коммерческой фотографии, но я не понимала, как это сочетать. Я выбрала Бет, потому что ее работе свойственны глубина и психологизм, и она помогла мне отточить мастерство, проанализировать рынки и понять, что движет мной и моим творчеством. В процессе работы с ней я осознала свои ключевые качества и научилась пользоваться ими всегда, что бы я ни создавала, говорила или делала.

Бет так описывает трансформативный брендинг:

Вы можете приступить вместе со мной к процессу самопознания вне зависимости от того, на каком этапе вы находитесь и чем вы занимаетесь. Когда Клэр пришла ко мне, она уже была на пути к тому, какой она стала. Она принесла с собой масштабную схему, напечатанную на бумаге кислотно-зеленого цвета. Это была сложная карта ее творчества, в которой разные части сцеплялись друг с другом. Схема была невероятно любопытна, но она не включала главного — эмоциональных качеств, а также тех тем и мотивов, которые неизменно движут ею как художником.

Давайте здесь остановимся и определим, что такое качество. Это важно понимать, поскольку «качество» и «дифференциация» — это базовые понятия в процессе выявления бренда, и, как я убедилась, многие люди испытывают трудности, когда сталкиваются с этим словом. Качество — это черта или характеристика. Например, описывая дядюшку Джо, которо-

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

го вы хорошо знаете, вы говорите, что он честный, общительный и добродушный, называя тем самым его основные, или ключевые, качества. В процессе трансформативного брендинга мы определяем ваши ключевые качества и заостряем на них внимание, чтобы вы могли работать с ними более осознанно и эффективно.

Как и с другими клиентами, мы с Клэр много говорили о ее семье, уходя все дальше вглубь поколений и при этом разбирая ее творчество. Этот процесс самоанализа открывает те стороны личности, которые чаще проявляются, и, что еще более важно, черты, о которых вы даже не подозревали. Эту часть процесса я называю «юнгианской». Юнг считал, что теневая сторона личности, то есть нечто скрытое от всех, зачастую определяет наши взгляды, поступки и жизнь в гораздо большей степени, нежели то, что мы в себе осознаём. В процессе самопознания, который осуществляют клиенты компании, мы поначалу работаем с эмоциями и психологией и только потом, когда речь идет о ключевых качествах, начинаем использовать более традиционные аналитические и дедуктивные приемы методологии бренда. Эти качества имеют светлую и теневую стороны. Иными словами, то, что вы знаете про себя и свою работу и при этом считаете „хорошим“, — это светлая сторона ваших качеств. То, что вы не осознаёте или осознаёте не до конца и при этом считаете «плохим», — это теневая сторона.

Определив качества, мы располагаем их в виде пирамиды, основание которой содержит те, которыми должен обладать каждый в вашей области деятельности, а верхушка — четыре ключевые черты, которые характерны именно для вас и которые мы обнаружили в процессе самопознания. Двигаясь вверх, мы располагаем качества в следующем порядке: сначала те, что вы хорошо осознаёте, затем — те, что вы осознаёте не до конца, и наконец, то качество, которое вы вообще не осознаёте (ваше целевое качество). Ваши лучшие художественные произведения будут воплощать все четыре ключевых качества вашей личности и указывать на светлые и теневые их стороны, с которыми вы сможете работать более осознанно.

Трансформативный брендинг приводит к значительным внутренним сдвигам, при этом клиенты утверждают, что принятие и использование своих ключевых качеств приводит к изменениям не только в работе, но и вообще в жизни.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Ключевые качества составляют основу вашего развития, они определяют всё, начиная с повседневных дел и заканчивая тем, что вы снимаете, как вы снимаете, как вы обрабатываете фотографии, как вы их преподносите, для кого вы фотографируете, с кем вы сотрудничаете, в каких выставках участвуете и в какие галереи обращаетесь.

Это программа, которая дает вам все инструменты для того, чтобы вы сохраняли верность себе и осуществили прицельный и осознанный выход на рынок в соответствии с вашими особенностями и спецификой творчества, не по шаблону, а путем, действительно подходящим вам как человеку и как художнику.

УПРАЖНЕНИЕ

Возьмите дневник или блокнот, в котором вам будет приятно писать, и начните процесс трансформации бренда со следующего упражнения. Сядьте там, где вас ничто не будет отвлекать: ни телефон, ни интернет, ни музыка.

В течение часа записывайте свои цели, мечты, отметьте, где вы находитесь прямо сейчас — в вашей карьере (как вы ведете свои дела или занимаетесь какой-то практикой) и на вашем творческом пути. Вам не обязательно писать законченные предложения или составлять список. Пишите так, как вам будет удобно, ГЛАВНОЕ — в течение целого часа. Постарайтесь не сдерживать себя и не оценивать то, что получается. Пишите свободно, не вынося суждений. Будьте честными. Пишите о хорошем, о плохом, о неприятном, чтобы увидеть, что вы собой представляете, прийти к определению своего творчества и достичь большей аутентичности процесса.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ПИРАМИДА КАЧЕСТВ

СТРОГАЯ / УТОНЧЕННАЯ

тонкая,
образованная,
изысканная, стильная,
чуткая, изящная,
педантичная, дотошная,
сдержанная, осторожная,
обидчивая, раздражительная,
душная, нетерпеливая, неприступная

НЕОРДИНАРНАЯ / ХАРИЗМАТИЧНАЯ

отвлеченная, волшебная, странная,
прихотливая, невероятная, мечтательная,
мифическая, возвышенная, самовлюбленная,
эскапистка, эксцентричная, эзотеричная,
инфантильная, мрачная, готичная

ПЛОДОТВОРНАЯ

изобилующая идеями, выразительная, энергичная,
женственная, романтичная, чувствительная, преувеличенная,
неумеренная, избыточная, впадающая в крайности, пафосная,
аффектированная

СТОЙКАЯ

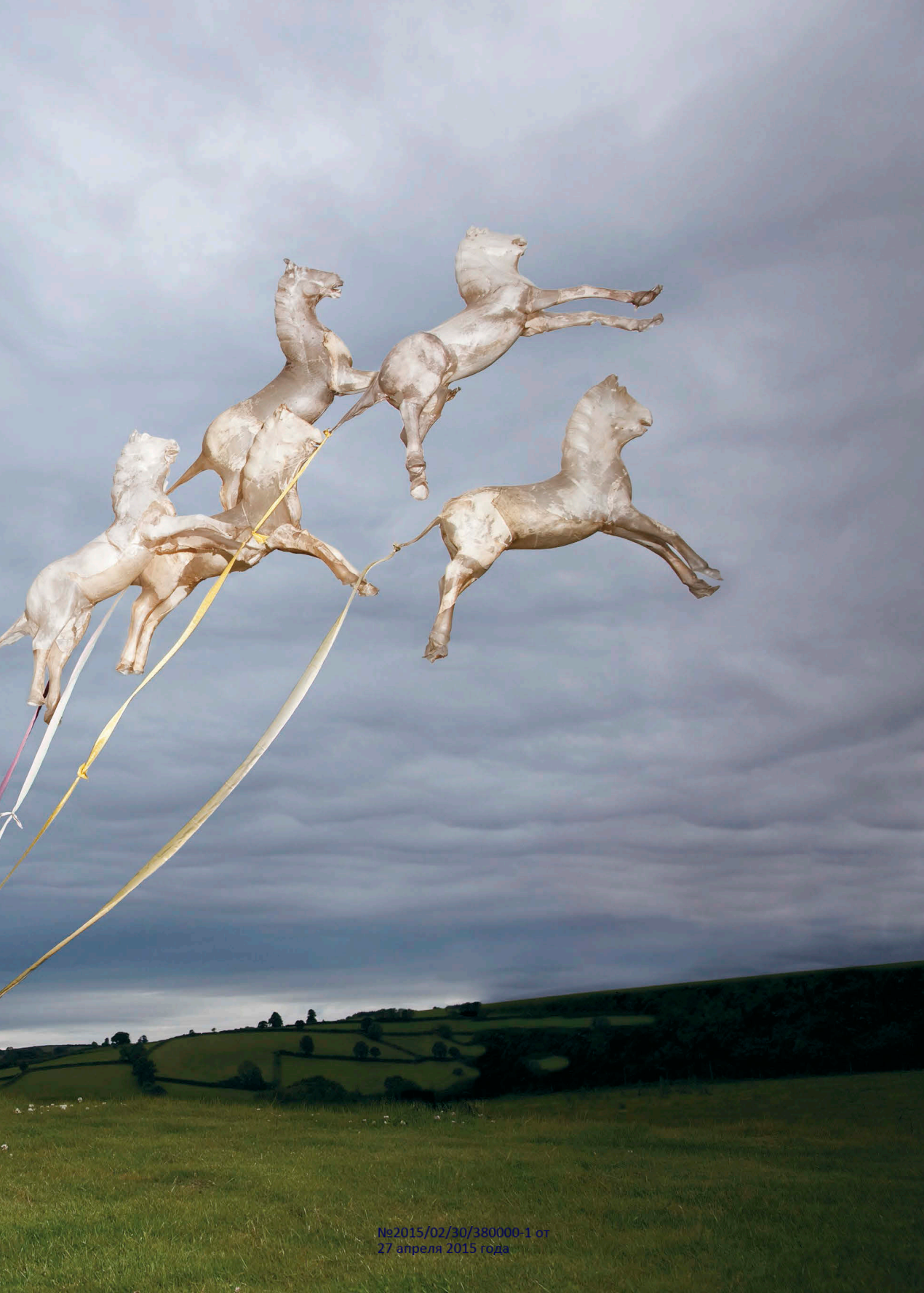
сосредоточенная, упорная, самодостаточная, предприимчивая,
находчивая, неистовая, выносливая, надежная, одержимая,
требовательная, категоричная, упрямая, поглощенная собой, радикальная

ПИРАМИДА КАЧЕСТВ ДЛЯ КЛЭР РОЗЕН

Сокращенная версия пирамиды моих личных качеств, созданная Бет Таубнер из компании Mercurylab

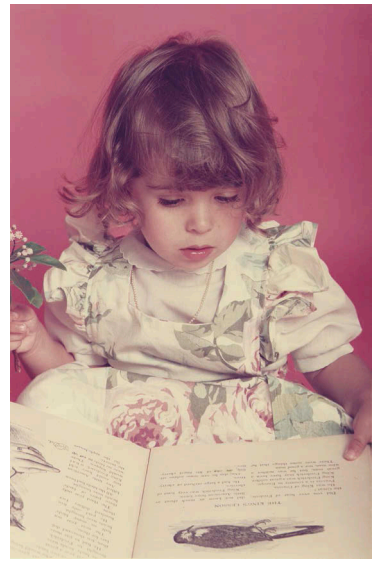
№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года



№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Наш детский опыт кардинально определяет то, какими мы станем во взрослом возрасте: кем мы будем, что будет для нас важно и к чему мы будем склоняться в идейном и эстетическом плане. Взгляд в прошлое может быть очень поучителен: диагностировав сформировавший нас опыт, мы можем использовать это знание, чтобы проследить проявление личностного начала в своем творчестве.



СКАЗКИ

Как известно, Эйнштейн советовал читать больше сказок детям, чтобы развить их ум и воображение. На коллаже (справа) представлены книги, которые повлияли на меня в детстве. А на этой фотографии, сделанной Кеном Клэром, я в трехлетнем возрасте

Мое детство прошло в городке Монклер в штате Нью-Джерси, в доме, выстроенном в викторианском стиле. Я была старшей из четырех сестер. Мои первые воспоминания связаны с поездками в Метрополитен-музей, Музей естественной истории, в нью-йоркский цирк Big Apple, в зоопарк и на карусель в Центральном парке, с тщательно продуманными тематическими праздниками по случаю дня рождения, чтением перед сном — сказок братьев Гримм, «Приключений Алисы в Стране чудес», «Волшебника страны Оз», басен Эзопа и греческих мифов. Влияние этого детского опыта на мое творчество кажется теперь очевидным, но я только недавно смогла проследить эту нить начиная с самого первого моего занятия по фотографии.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РАННЕЕ ТВОРЧЕСТВО

Я познакомилась с фотографией в Бард-колледже в Саймонс-Роке, там я вновь испытала любовь к учебе и интерес к окружающему миру — чувства, которые я утратила за время, проведенное в старшей школе.

Затем я поступила в Колледж искусств и дизайна в Саванне, где получила необходимые технические навыки и где мне не мешали, а, напротив, поддерживали в поисках собственной творческой концепции и художественного ви́дения.

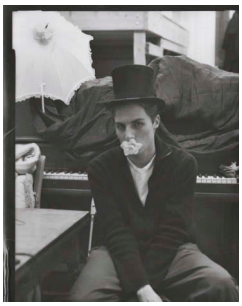
Мне всегда хотелось заниматься построением кадра, рассказывая о мире моего воображения. В моих ранних студенческих работах (пусть они и не всегда были удачными) присутствуют многие из тех мотивов, с которыми я работаю сегодня: ностальгия, детство, память, мечты, женственность, красота, бессознательное, мифология, сказки, басни и архетипы. Более того, мои работы сохранили преемственность с точки зрения стиля, места съемки, композиции, света и настроения.

Хотя я не осознавала этого в начале своей карьеры, теперь я понимаю, как моя личная история влияет на творчество. Сейчас в нем больше ясности, и каждый мой выбор (сознательный или бессознательный) обладает своей внутренней логикой. Понимание этого благотворно сказалось на самом процессе, как в психологическом, так и в творческом плане. Осознавая истоки своего творчества, я могу четче сформулировать, о чем мои работы, откуда они берутся и почему я их создаю.

СТУДЕНЧЕСКИЕ РАБОТЫ

(2001–2006)
Я экспериментировала с сюжетом, прибегая к помощи сокурсников, младших сестер и их друзей. Для съемок я выбирала интересные места и причудливый реквизит, я делала платья, просто скалывая булавками куски ткани.
В студенческих съемках особенно важной для меня была совместная работа

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года



№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

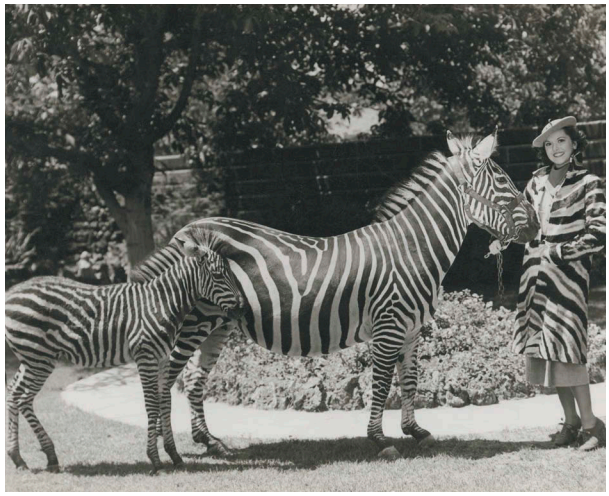
ИСТОРИЯ СЕМЬИ

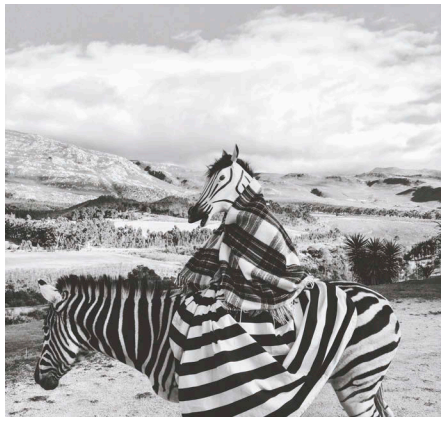
Мой дедушка умер еще до того, как я родилась. Несколько десятков лет спустя, когда я активно делала карьеру, Бет Таубнер, мой творческий консультант, посоветовала узнать о нем побольше. Я выяснила, что дедушка был в 1950-х успешным коммерческим фотографом в Голливуде.
Я с удивлением обнаружила загадочное сходство между его и моими работами. Рассматривая его фотографии, я убедилась, что это именно то, чем мне суждено заниматься.
У меня было ощущение, что дедушка всегда нашептывал мне на ухо. Если оставить в стороне генетику, эта явная связь между его и моим творчеством укрепила меня во мнении, что ранний детский опыт оставляет на личности глубокий отпечаток. Моя мать сформировалась под влиянием деда, а я, в свою очередь, сформировалась под влиянием матери. Тематическая и эстетическая преемственность нашего творчества свидетельствует о наследии опыта.

АЛЛЕН БУРГ

(1912–1976)
Памятные вещи из фотостудии моего деда

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года





СРАВНЕНИЕ РАБОТ

(Верхний ряд, второй ряд справа)
Фотографии Аллена Бурга для модных журналов
(Нижний ряд, второй ряд слева)
Мои фотографии «Леопард среди тигров», съемка для модного журнала, Чиангмай, Таиланд. Примерно за год до того, как я увидела фотографии, сделанные дедом

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ВЛИЯНИЕ ДЕТСТВА

Поддерживая связь с впечатлениями из детства, вы легче придете к созданию осознанного, важного лично для вас искусства. Я чувствую, что снимки выражают мое истинное «я», и важную роль в этом играет четкое понимание взаимосвязей, которые сделали мое творчество таким, какое оно есть.

Сядьте в спокойном месте, закройте глаза и вспомните ваше детство.

?

Место вашего рождения

Самое раннее воспоминание

Любимое занятие в детстве

Любимое место

Любимая детская книга

Любимый герой

Изменения в семье в течение вашего детства

Взаимоотношения с родителями

Место рождения родителей

Род их занятий

Место рождения родителей ваших родителей

Род их занятий

Этнический и культурный фон

Взаимоотношения с братьями и сестрами

Взаимоотношения с религией или определенной системой взглядов по мере вашего взросления

Ваш стиль в детстве

Интерьер детской комнаты / всего дома

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Город, где вы жили в детстве

Знакомство с произведениями искусства, музыкой, фильмами, телевидением

Периоды ваших увлечений

Цветовая гамма ваших воспоминаний

А теперь подумайте о своем творчестве. Можете ли вы связать его с этими воспоминаниями так, как вам до сих пор не приходило в голову?

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Фотография — это пропуск в безграничный мир тем, от незаурядных до самых обыкновенных. С фотоаппаратом в руке вы подглядываете за жизнью интересных людей, абсолютно незнакомых или, напротив, очень близких вам. С помощью фотографии вы попадаете в новые места или смотрите на привычные вещи по-другому. Вы путешествуете в удаленные уголки мира и исследуете потаенные закутки во дворе своего дома. Список захватывающих тем и идей, дающих почву для размышлений, бесконечен.

Составьте перечень тем, вопросов и понятий, которые вас волнуют. Их безграничное множество, но попробуйте перечислить то, что вызывает у вас личный отклик. Составьте на листе бумаги список ассоциаций, начиная с философских понятий и заканчивая простыми и узкими темами, и не задумывайтесь, в каком порядке вы их располагаете. Возвращайтесь к этим записям время от времени.

Вот пример возможного списка тем.

Память, *любовь*, забвение, юмор, *неполноценное питание*, **бегемоты**, феминизм, садоводство, 1940-е, герой, горлышко бутылки, дети, 17:45, орхидеевый цвет, глобальное потепление, Алекс, китайские бумажные фонарики, *Мода*, меланхолия, цветная капуста, жилой комплекс «Нью Хоуп», мотив и повтор, социальная несправедливость.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Этот пример иллюстрирует только то, насколько он может быть разнообразным, но в вашем списке темы будут, скорее всего, тесно связаны друг с другом.

Вот мой собственный сокращенный список тем.

> *Ностальгия, детство, память, мечты, женственность, красота, бессознательное, мифология, сказки, басни, сверхъестественное, викторианская эпоха, прерафаэлиты, тень/темнота, причудливый, таксидермия, животные, естественная история / естественные науки, редкости, старинные куклы и игрушки, воображение, психология, философия, цирк, варьете, путешествие, жажда странствий, Джозеф Кэмпбелл, архетип, коллективное бессознательное, индивидуализация, заклинания, замки, миниатюры, дизайн интерьера / внутренняя отделка, декорации, антропоморфизм, кукольная анимация, классические иллюстрации детской литературы, права женщин, история, монархии, дикая природа, энтомология, Уильям Моррис, обои, ведьмы.*

Темы и мотивы, вошедшие в ваш список, укажут на содержание произведений, которые вы хотели бы создавать. И, скорее всего, они уже в той или иной степени присутствуют в вашем творчестве. Вы сможете проследить некую сквозную нить, которая пронизывает все ваши работы. Осознав эту нить, вы сможете говорить о своем творчестве, идеях и интересах с большей ясностью.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ЦЕЛИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Алиса: *Скажите, пожалуйста, куда мне отсюда идти?*
Чеширский Кот: *А куда ты хочешь попасть?*
Алиса: *Мне все равно…*
Чеширский Кот: *Тогда все равно, куда и идти.*

—
Льюис Кэрролл.
Приключения Алисы в Стране чудес[*]

Вы можете быть художником в личной и/или профессиональной жизни. Именно вы решаете, насколько глубоко и в какой степени. Цели, которые вы ставите перед собой, осознанно или случайно, определяют вашу жизнь. Важно, чтобы эти цели были преднамеренными: тогда ваш путь приведет вас туда, где вы действительно хотите оказаться.

Быть художником значит в том числе и вплетать творчество в повседневную жизнь. Не знаю, хорошо это или плохо, но вы не можете просто превратиться в художника, когда начинаете работать, и перестать им быть, закончив работу. Вы все время художник. Вы наделены свободой творить свою жизнь, создавая свои произведения, и наоборот.

Не существует готовых рецептов успеха. Задумайтесь о ваших личных устремлениях, чтобы потом не оказалось, что вы разбрасывались, но так и не достигли желаемого.

БЕЗУМНОЕ ЧАЕПИТИЕ

(*2011*)
Из серии «Сказки и другие истории». По мотивам «Приключений Алисы в Стране чудес» Льюиса Кэрролла

---

* В переводе Н. М. Демуровой. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ЦЕЛИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ | *Выявление целей* в жизни

Определитесь с долгосрочными практическими и материальными целями вашего творчества. Этот список поможет вам сосредоточиться.

?

Что вы хотите сделать, прежде чем умереть?

Какой образ жизни вы хотите вести?

Если бы вы могли выбрать любую работу, чем бы вы стали заниматься?

Где вы живете (хотите жить)?

Вам нравится город, пригороды или деревня?

У вас есть (вы хотели бы, чтобы у вас была) семья?

Хотите ли вы путешествовать?

Чем еще вам нравится заниматься?

Вам нравится работать с людьми?

Как вам больше нравится работать: с глазу на глаз, в маленькой команде или в крупном коллективе?

Что вам больше всего нравится снимать: людей, места, предметы и/или животных?

Вам нравится высокий темп и напряжение или вы предпочитаете более расслабленную атмосферу?

Вам нравится быть в центре внимания или вы предпочитаете оставаться в тени?

Вы обращаете внимание на детали?

Вам нравится что-то сооружать или мастерить?

Вам интересна техническая сторона фотографии и фотооборудование?

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Составив представление о том, что вы хотите получить от работы, а также о ваших ресурсах и ограничениях, можно выстроить структурную схему вашей деятельности. В рамках фотографии существует множество жанров и отраслей, которые устроены совершенно по-разному. Фотография для модных журналов сильно отличается, например, от фотографии еды, детей, сёрферов, автомобилей, от судебной или концептуальной фотографии. Более того, один и тот же жанр может меняться в зависимости от региона или рынка. И уже сейчас границы между этими областями начинают постепенно стираться, поскольку акцент перемещается с тематики на точку зрения художника.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Подумайте о том, какое место ваше творчество должно будет занимать в мире. Я убеждена, что в первую очередь нужно делать то, что вы хотите. О коммерческом успехе подумаете потом.

Как уже говорилось, для дальнейшей работы полезно иметь четкое представление о целях своей деятельности. В зависимости от того, на каком этапе карьеры вы находитесь, ваши цели можно разделить на краткосрочные и цели-мечты, на достижение которых может уйти от 5 до 10 лет. Задайтесь такими вопросами.

?

Вы занимаетесь творчеством в частном порядке, только для себя?

Что должен, по-вашему, почувствовать/подумать зритель, взглянув на ваши работы?

Каким людям (пол, возраст и т. д.) вы хотели бы показать свои работы?

Вам хочется выставляться в музеях и галереях?

Вам хочется создавать книги о фотографии?

Вам хочется заниматься коммерческой/рекламной работой или выполнять заказы?

Вам бы хотелось видеть свои работы в газетах или журналах?

Своими работами вы хотите просто проиллюстрировать некоторые стороны жизни или привлечь внимание к важным вопросам?

Вам хотелось бы освещать события, происшествия, развлекательные или торжественные мероприятия?

Вам важно или необходимо, чтобы ваше творчество приносило вам доход? Если да, то сколько?

Вам важно быть заметным, быть окруженным вниманием или славой?

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Ответив на эти вопросы, вы сможете составить базовый список краткосрочных и долгосрочных целей. Разумеется, эти цели не высечены в камне, и как бы вы для себя их ни определили, важно понять, что такое успех для вас и как вы к нему можете прийти. Существует множество способов сделать «успешную» карьеру фотографа, но это уже тема для отдельной книги.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ЦЕЛИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ | *Выявление целей*

ПРИМЕР ЦЕЛЕПОЛАГАНИЯ

ОБЩИЕ ЦЕЛИ

Вести интересную жизнь, полную открытий, постоянно стремясь узнавать новое.

Открывать для себя мир, всегда по наименее проторенным маршрутам.

Создавать притягательные снимки, которые позволят мне путешествовать, задавать вопросы, узнавать новое и работать с тем, что меня увлекает + притягивает + интересует.

ферма пенсильвания | Дом художников — СООБЩЕСТВО образовательное и культурное направление

Создавать ПРОИЗВЕДЕНИЯ

альбомы к каждой серии фотографий

выставки } персональные и групповые
галереи, музеи
нетрадиционные пространства
инсталляции в общественных местах

продажа фотоотпечатков
размещение фотографий в галереях
благотворительность
заказы
продажа фотопродукции

творчество
фотография
кино
живопись
скульптура
печатная графика
писательство
обработка древесины
обработка металла
иллюстрация
дизайн
каллиграфия
изготовление бумаги
ремёсла
кулинария
садоводство
сельское хозяйство
животные
история

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

(ближайшие 1–6 месяцев)

КРАТКОСРОЧНЫЕ ЦЕЛИ

Закончить эту книгу! — Провести кампанию по продвижению книги и провести мастер-класс

Поддерживать заметность личного бренда
- социальные сети
- конкурсы
- выставки
- лекции и мастер-классы
- расширение сети знакомств на различных мероприятиях
- пресса

Выстроить отношения с галеристами, кураторами, коллекционерами, консультантами по искусству, дизайнерами интерьеров и т. д.

- навести порядок с накопившимися документами
- одобрить проект выставки
- разобраться со списком поваров

СЕРИЯ «ПИРШЕСТВА» (зима)

КОЛЛЕКЦИЯ ШКОЛЫ В МИЛБРУКЕ: (как можно скорее)
- отправить окончательные файлы Джорджио
- ввести копии данных Kickstarter

Заняться *своим* ЗДОРОВЬЕМ

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ГЛАВА 1 | *Резюме*

Эта глава представляет панораму процесса создания произведений искусства и того, что делает кадры сильными, и призвана помочь вам определить ваши личные мотивы и интересы, лежащие за пределами средств художественной изобразительности. И это еще только начало. Держите в уме ответы на вопросы, заданные в этой главе. Мы к ним еще вернемся.

— Черты произведений искусства, которые вас привлекают
— Ваше художественное ви́дение
— Ваши детские воспоминания
— Области вашего интереса
— Цели вашей деятельности

По мере того как вы будете читать эту книгу, вам станет ясно, как привести ваш рабочий процесс в соответствие с полученными знаниями о себе. Вы научитесь извлекать пользу из этого знания в процессе творчества. Это произойдет само собой, как только вы соотнесете полученные знания с тем, что вы уже создали. В первую очередь эти связи и соответствия помогут вам на этапе мозгового штурма, на стадии подготовки и анализа своих работ. Для понимания некоторых закономерностей потребуется время. Будьте терпеливы.

РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

Рудольф Арнхейм. Искусство и визуальное восприятие. М. : Архитектура-С, 2012.

Роберт Грин. Мастер игры. М. : Рипол Классик, 2016.

Carl G. Jung, Joseph Campbell. The Portable Jung (Юнг в кармане), 1976.

Карл Густав Юнг. Человек и его символы. М. : Серебряные нити, 2017.

РЕКОМЕНДОВАННОЕ ВИДЕО

Нил Гейман, речь на выпускной церемонии в Университете искусств в Филадельфии, 2012 (www.uarts.edu/neil-gaiman-keynote-address-2012).

ИСТОЧНИКИ ВДОХНОВЕНИЯ

Франческа Вудмен
Сиг Харви
Лалла Эссаиди
Дебора Турбевилль
Сара Мун

Галерея Янси Ричардсона
Сара Лэрд
Фотоагентство VII

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Стиль жизни

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ГЛАВА ВТОРАЯ

художника

: ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

УПРАВЛЯЙТЕ ЖИЗНЕННЫМ ОПЫТОМ

ИЩИТЕ ИСТОЧНИКИ ВДОХНОВЕНИЯ

ПОИСК ИСТОЧНИКОВ ВДОХНОВЕНИЯ
Искусствознание и современное искусство

ПРОНИКНОВЕНИЕ В БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ
Интуиция

ОСВОЕНИЕ БЕССОЗНАТЕЛЬНОГО
Медитация
Сны

ПСИХОЛОГИЯ ТВОРЧЕСТВА
Природа художника
Преодоление препятствий
Обретение уверенности

ЗДОРОВЬЕ
Режим питания, депрессия и микробиом
Счастье
Прогулки и физические упражнения

КАК ПИТАТЬ ТВОРЧЕСКОЕ НАЧАЛО
Практика
Неудачи
Время
Рабочее пространство
Записи

СООБЩЕСТВО ХУДОЖНИКОВ
Сотрудничество
Ученичество
Наставники
Образование

РЕЗЮМЕ

№2015/02/30/380000-1 от 27 апреля 2015 года

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Я думаю, что все в жизни является искусством. То, что вы делаете. Как вы одеваетесь. То, как вы любите кого-то и как вы разговариваете. Ваша улыбка и ваш характер. То, во что вы верите и о чем мечтаете. То, как вы пьете чай. Как вы украшаете свой дом. Или вечеринку. Ваш список покупок в гастрономе. Блюда, которые вы готовите. Ваш почерк. И то, как вы чувствуете. Жизнь — это искусство.

—

Хелена Бонэм Картер

В отличие от стандартной работы с девяти до пяти, быть художником — это базовое свойство личности и образ жизни. Рождение оригинальных идей — это загадочный процесс, и серьезная наука мало может нам сказать о том, что такое творческое начало или откуда берутся хорошие идеи. В этой главе речь пойдет о том, как продолжительная практика может способствовать творческой продуктивности. Долговременная практика — это фундамент работы художника. А еще это первое, чем пренебрегают и что откладывают, когда неизбежно начинает не хватать времени. Порождение идей и их развитие, подпитываемые постоянной творческой практикой, внимание к личным потребностям художника — это краеугольный камень творчества.

Давайте рассмотрим практические методы, способствующие появлению идей. Мы поговорим об использовании опыта и поиске источников вдохновения, затем обсудим, как проникнуть в бессознательное с помощью медитации, интуиции и сновидений. Далее мы прольем свет на некоторые возможные препятствия в творческой работе, в частности самокритику и страх, — и назовем пути их преодоления. Наконец, мы разберем, как подпитывать творческое начало, следуя индивидуальному творческому методу, как справляться с неудачами, как пребывать в состоянии игры, как дать себе время и организовать рабочее пространство и как найти сообщество, которое будет оказывать вам поддержку.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

48.2082° с. ш., 16.3738° в. д.
КОНДИТЕРСКАЯ «ДЕМЕЛЬ»

(2015)
Инжирное мороженое для Мыши-Путешественницы в исторической кондитерской «Демель», открытой в 1786 году в Вене (Австрия)

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

УПРАВЛЯЙТЕ ЖИЗНЕННЫМ ОПЫТОМ

Мы уже не можем рассматривать то, что делает художник, как изолированную деятельность в результате загадочным образом снизошедшего вдохновения, не связанную с другими занятиями и не имеющую отношения к ним. Вместо этого мы признаём, что возвышенное ви́дение, которое ведет к созданию великого искусства, — это следствие гораздо более скромной и повседневной работы зрения и обыденной жизни. Как банальный поиск информации становится «художественным», когда нужно нащупать форму и смысл, так и, наоборот, восприятие художника является житейским инструментом, утонченным способом понять, кто мы и где находимся.

—

Рудольф Арнхейм.
Искусство и визуальное восприятие

Фотография, как и писательство, имеет дело с сюжетом. Ручка и фотоаппарат — это просто инструменты нашего самовыражения. Если вам нечего сказать, это будет видно по вашим снимкам. Важно выработать свой способ повествования посредством поисков, изучения и анализа разнообразных переживаний, которые обогатят ваш талант рассказчика. То, чем вы занимаетесь, когда не снимаете, так же, если не более, важно для вашего творческого процесса, как и нажатие кнопки спуска затвора.

Начало моей карьеры независимого фотографа может служить предостережением. Я была настолько помешана и зациклена на работе, что ничем больше не занималась. Прожив в таком темпе два года, я оглянулась на то, что было сделано, и подумала: «Эти снимки — скучные». Я только и делала, что механически воспроизводила ту модную фотографию, которая была моей единственной визуальной подпиткой. В результате работы получались пустыми, бездушными. Я надеялась, что они приведут меня к коммерческому успеху, но в итоге эти фотографии утратили для меня всякое значение.

В тот момент я поняла, как важно подходить к работе фотографа *целостно*, а не просто как к процессу установки настроек фотоаппарата. Мои снимки похожи на сны в том смысле, что они — амальгама того, с чем я сталкивалась

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

в последнее время: текущих забот, воспоминаний и бессознательных проявлений, переплетенных друг с другом и выраженных через визуальные образы. Мозг выдает то, что вы туда загружаете.

Все, что вы видите и делаете, влияет на вас, и ваши снимки выигрывают, когда вы осознанно управляете вводимыми данными.

Не обманывайтесь модой на ограниченную специализацию, гласящую, что делать хорошо можно только одно. Истинные гении были настоящими эрудитами с широким кругом интересов. Даже сегодня наиболее успешные новаторы имеют самые разнообразные и экзотические хобби. Когда вы смешиваете информацию, полученную из разных сфер, это приводит к бесконечному потоку новых мыслей. Я заметила, что лучшие идеи приходят мне в голову, когда я занимаюсь делами, не имеющими никакого отношения к фотографии.

ТВОРЧЕСКОЕ СВИДАНИЕ

Творческое начало — это колодец, в который вы погружаетесь постепенно, и это означает также, что вам его нужно наполнять. Книга Джулии Кэмерон «Путь художника» — это настоящий кладезь идей для художников разного рода. Краеугольный камень ее метода — это так называемое творческое свидание. Раз в неделю выделяйте время для встречи с самим собой. Проведите это время так, чтобы испытать вдохновение. Сходите в музей или галерею. Посмотрите фильм. Загляните на блошиный рынок, в магазин «Все по 37», в парк, в гастроном или в зоопарк — куда угодно, лишь бы вам нравилось. Важно пойти одному, настроиться на поиск вдохновения и не пропускать свидания.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ИЩИТЕ ИСТОЧНИКИ ВДОХНОВЕНИЯ

Помимо жизненного опыта, на творчество значительным образом влияет визуальная информация, которая поступает в ваше сознание или подсознание. Как говорит Остин Клеон в своей книге «Кради как художник»*, «мусор на входе — мусор на выходе». Найдите для себя среди художников родственные души, тех, кто будет служить вам примером и чьи работы вас восхищают и вдохновляют. Впитывайте в себя те произведения, на которые вам хочется почему-то смотреть снова и снова. Вернитесь к характеристикам художественных произведений, притягивающих вас (об этом речь шла в главе 1, когда мы говорили о сильных кадрах).

Важно искать вдохновение в разных местах, чтобы не находиться под слишком сильным влиянием конкретного художника, стиля или даже определенной техники. Фотография и живопись — это прекрасные источники идей, но существует множество других сфер и предметов для вдохновения: кино, литература, танец, зрелищные искусства, кулинария, история, скульптура, боевые искусства, СМИ, иллюстрация, мультипликация, графические романы, мода, дизайн, флористика и т. д. Возможности БЕЗГРАНИЧНЫ.

НАВЕЯНО

(2016)
Собрание случайных предметов в стиле цикла «Ностальгия»

* Остин Клеон. Кради как художник. М. : Манн, Иванов и Фербер, 2014.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ПОИСК ИСТОЧНИКОВ ВДОХНОВЕНИЯ |
Искусствознание и современное искусство

Если вы хотите узнать больше о композиции, свете, настроении, пафосе, глубине, о позе и жестах персонажей, рассматривайте живопись старых мастеров. Моя любовь к классическим произведениям искусства и знакомство с искусствознанием существенным образом повлияли на мое чувство прекрасного. Шедевры живописи могут помочь вам понять, как находят воплощение идеалы красоты, символы, архетипы и постоянство человеческой природы. Об этих категориях можно долго рассуждать, но ничто не заменит то метафизическое чувство, которое охватывает вас, когда вы смотрите на что-то действительно впечатляющее.

ОФЕЛИЯ

(1851–1852)
Джон Эверетт Милле

Точно так же и современное искусство может вас многому научить. Полезно быть в курсе того, что происходит не только в художественной, но и в коммерческой отрасли современного искусства, поскольку границы между ними размыты. Речь идет не о том, чтобы создавать аналогичные работы, а скорее о том, как важно понимать,

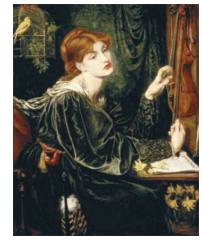
* Крупный английский живописец, один из основателей Братства прерафаэлитов. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

что сейчас происходит в коллективном бессознательном, какие возникают новшества и как вы можете вписаться в эту тенденцию. Критический взгляд на классическое и современное искусство поможет вам улучшить свои редакторские способности. Приучившись разбирать каждое произведение, которое вы рассматриваете, и прислушиваться к тому, насколько оно созвучно именно вам, вы разовьете способность анализировать и улучшать собственные работы.

СОЗДАНИЕ БАЗЫ ДАННЫХ ПО ВДОХНОВЕНИЮ

Проследите, что вас вдохновляет, и составьте «базу данных по вдохновению». Заведите папку или коробку, куда вы будете складывать книги, открытки или вырезки из журналов. Или же создайте ее электронную версию, заведя доску в Pinterest или собрав картинки в папку на вашем компьютере. Я не только храню изображения, которые вдохновляют меня, я еще сохраняю места, источники и имена людей, с которыми хочу иметь дело в будущем. Я возвращаюсь к этому фонду, когда переживаю творческий спад или же для того, чтобы создать доску настроения, о которой речь пойдет в главе 4.



(Верхний ряд, слева направо)
КОРОЛЕВА ФРАНЦИИ МАРИЯ-АНТУАНЕТТА (1783)
Элизабет Виже-Лебрен

СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА
Эдмунд Дюлак, Собрание картин и искусства, Нью-Йоркская публичная библиотека

ЭНН АУРЕТТИ (174–?)
Отдел танца имени Джерома Роббинса, Нью-Йоркская публичная библиотека

(Нижний ряд, слева направо)
ГИЛАС И НИМФЫ (1896)
Джон Уильям Уотерхаус

ВЕРОНИКА ВЕРОНЕЗЕ (1872)
Данте Габриэль Россетти

ЮНЫЕ ЦИРКАЧКИ В ЦИРКЕ ФЕРНАНДО (1879)
Пьер Огюст Ренуар, Нью-Йоркская публичная библиотека

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Мы не подвергаем сомнению важность нашего сознательного опыта, следовательно, мы не должны сомневаться в ценности нашей бессознательной жизни.

—
Карл Густав Юнг

Важно подпитывать свое творческое начало с помощью осязаемых, видимых, слышимых источников вдохновения, но внимание к области бессознательного тоже благотворно влияет на ваше творчество. По Юнгу, два слоя бессознательного — *коллективное* и *личное* — связаны друг с другом. Коллективное бессознательное — это наследуемое, нерациональное и универсальное хранилище памяти, общее для всех представителей одного биологического вида. У людей, вне зависимости от расовых и географических различий, это хранилище состоит из взаимосвязанных противоположностей: архетипов и инстинктов. Пять основных инстинктов управляют человеческим поведением: голод, сексуальность, деятельность, рефлексия и творчество.

Архетипы — это аллегорические символы, которые мы все внутренне понимаем: Мать, Мудрый Старик, Тень, Вода, Древо Жизни и т. д. Все они заключают в себе душевный опыт всего человечества, не ограниченный сроком отдельной человеческой жизни.

> *Это «изначальные образы», или «архетипы», как я их назвал; они принадлежат к стержневому каркасу бессознательного психического, и поэтому их нельзя объяснить как личное приобретение. Вся их совокупность составляет в итоге тот психический уровень (страту), который я назвал коллективным бессознательным.*
>
> Карл Густав Юнг.
> *Значение конституции и наследственности для психологии*[*]

* Перевод В. В. Зеленского. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Архетипы (например, те, что приведены в коротком списке ниже) формируют язык визуальных/мифологических нарративов и существенным образом влияют на наши идеи.

Эго		Тень
Великая Мать		Ужасная Мать
Мудрый Старик		Трикстер**
Анима*		Анимус***
Значение		Абсурд
Централизация	↔	Диффузия
Порядок		Хаос
Оппозиция		Союз
Время		Вечность
Священное		Профанное
Свет		Тьма
Трансформация		Неподвижность

Архетипы представляют особый интерес для художников, поскольку мы хотим, чтобы наше творчество подействовало на как можно большее число людей. Обладая богатым визуальным и метафорическим потенциалом, они находят отклик у зрителей с любым прошлым. Они залог постоянства человеческой натуры, они объединяют всех нас. Примеры архетипов можно найти в фольклоре, сказках, детских баснях, где они позволяют преподнести жизненные уроки в аллегорической форме. В зависимости от культуры варьируются только конкретные детали, но сюжеты остаются универсальными. Мой цикл «Сказки и другие истории» опирается на эти символические описания. Фотографии, вошедшие в него, — это автопортреты, но они не изображают меня как личность. Скорее, я просто использую свой образ, создавая характер, или архетип, для выражения универсальной идеи.

Как уже было сказано, второй слой бессознательного — личное бессознательное — уникален у каждого конкретного человека и находится на границе сознания. Он включает все, что исчезло из вашей текущей памяти, поскольку было по какой-то причине забыто, подавлено или вытеснено. (Это так называемый теневой аспект, о котором шла речь в главе 1 в разделе «Психе».) Вы можете получить доступ к этой области бессознательного через интуитивные ощущения, медитацию и собственные сны.

---

* Бессознательная женская сторона личности мужчины. *Прим. ред.*

** Мифологический комический персонаж, плут. *Прим. ред.*

*** Бессознательная мужская сторона личности женщины. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

не все модели поведения — усвоенные. Не все мысли конкретны и рациональны. Интуиция отличается от мышления тем, что она проистекает из внутреннего знания.

Нам всем порой что-то подсказывает наше «нутро» или чутье, но мы часто игнорируем его, не доверяя своему внутреннему голосу по причине сомнений, самокритики или культурных предубеждений, отождествляющих интуицию с чудачеством и сверхъестественными явлениями. Однако интуитивные чувства заслуживают нашего внимания. Они лежат в основе любого творчества, принуждают нас следовать за своими мыслями и руками, чтобы увидеть, что нас ждет, идти за тем, что ведет нас, не спрашивая, почему и как.

Осознанно прислушивайтесь к собственной интуиции, когда она что-то говорит о ваших работах или творчестве: так вы останетесь в гармонии со своим личным бессознательным. Медитация, фиксация снов, пребывание в одиночестве или в состоянии безмыслия усилят вашу способность слышать свою интуицию и доверяться ей.

ЭТЮД В ТОНАХ ЛИСМОРСКОГО ЗОЛОТА

(2016)
Из цикла «Ностальгия. Этюд в цвете», по заказу для выставки Дэниела Лисмора «Будь собой, все остальные роли уже заняты» в музее моды SCAD FASH при Колледже искусств и дизайна в Атланте

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/180000-1 от
27 апреля 2015 года

Медитация — это техника, позволяющая достичь глубин сознания, когда ум остается спокойным и обращенным внутрь. Цель медитации — отстраниться от беспокойно шевелящихся мыслей, добраться до «естественной сути», открыть для себя индивидуальное бессознательное. Успокоить ум и укротить мысли сложно, но, если терпеливо практиковаться, станет легче. Медитация создает разрыв между личностью и самосознанием. Она позволяет наблюдать за собой, видеть составляющие личности без привязки к ним и эмоциональной нагрузки. Абстрагировавшись от образа самого себя, вы развиваете контроль над мыслями и поступками, которые раньше совершались непроизвольно.

Я только начинаю пользоваться медитацией с целью достичь большей осознанности. Но я уже вижу ту пользу, которую медитация приносит в обыденной жизни и во время целенаправленного ее применения, например в практике мозгового штурма. Медитация помогла мне стать более наблюдательной в повседневных делах и научила концентрироваться на текущем моменте. Она позволила мне настроить мой внутренний голос на более позитивный лад и отбросить сомнения и негатив (о чем я подробнее расскажу чуть ниже). Медитация — это не та практика, которая подействует сразу же, после одного-двух раз, ее нужно делать регулярно, как зарядку. Иногда она будет получаться лучше, иногда — хуже. Занимайтесь медитацией с полной отдачей и преданностью.

Семена, посеянные сегодня, не взойдут завтра, но все-таки принесут урожай. Нужно время, чтобы увидеть результат.

—

Свами Рама*

Чем больше вы будете всматриваться внутрь себя, тем глубже проникнете в свое бессознательное, которое является важнейшим хранилищем идей для вашего творчества. Вы научитесь укрощать своего внутреннего критика (о чем тоже речь пойдет чуть ниже). Все это приведет к тому, что у вас будут зарождаться и развиваться более качественные идеи.

* Поэт, мыслитель. Основатель Гималайского института науки йоги и философии. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Основы медитации

Через медитацию вы можете визуализировать в своем воображении замыслы и образы, а также представить успешное завершение тех или иных событий.

> Найдите тихое удобное уединенное место, где вы можете сесть прямо. Постарайтесь практиковать медитацию в одном и том же месте в одно и то же время дня в течение как минимум 5–20 минут.
>
> Держите голову, шею и тело на одной линии и примите удобную позу для медитации (войдите в асану). Закройте глаза и расслабьте мышцы.
>
> Дышите медленно и глубоко, с помощью диафрагмы. Вдохните через нос, наполняя легкие воздухом, затем сделайте паузу и медленно выдыхайте через рот. Сконцентрируйтесь на своем дыхании.
>
> Мысли все равно будут приходить вам в голову и вызывать реакции, которые перечислены у Свами Рамы: «Оценка, действие, стремление продолжить мысль, попытка избавиться от нее». Вы заметите, насколько беспокоен ваш ум, застрявший в бесконечном водовороте суеты. Как только вы научитесь следовать за своими мыслями, не реагируя на них, они будут уходить, едва вы снова сосредоточитесь на дыхании. Часто используют следующую метафору: представьте себя горой, а мысли — облаками. Провожайте их, не принимая в них участие.
>
> Некоторые люди читают во время медитации мантры или произносят позитивные аффирмации, чтобы сосредоточить свое внимание на конкретной цели.

Техника, описанная выше, основана на рекомендациях Свами Рамы (1925–1996), основателя Гималайского института.

Для начала вы можете воспользоваться какой-нибудь готовой аудиозаписью медитации, они часто содержат полезные приемы и предлагают разные методы концентрации внимания.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Многие мои снимки были созданы непосредственно под влиянием сновидений, этого кладезя вольных образов, символов и мотивов, возникающих прямо из бессознательного. Я всегда увлекалась толкованием снов. Во многих древних цивилизациях сны считались сверхъестественным способом коммуникации или вмешательством божественного начала, несущим определенные сообщения, которые могут быть расшифрованы людьми, одаренными особыми способностями.

Юнг полагал, что архетипы проявляются во снах в виде символов или фигур, обнаруживающих скрытые от сознания бессознательные установки. По мнению Юнга, раскрытие архетипов через такие символы позволяет постичь эти установки, объединяя не связанные, казалось бы, друг с другом аспекты психе и способствуя процессу целостного самопознания.

Хотя Юнг подчеркивал универсальный характер архетипов, он, тем не менее, настаивал на важности личного контекста в толковании снов. У сновидений, как и у бессознательного, свой язык. Юнг утверждал в эссе «Практическое использование анализа сновидений», что сны «могут быть безжалостными истинами, философскими сентенциями, иллюзиями, дикими фантазиями, воспоминаниями, планами, предвосхищением событий, даже телепатическими видениями, иррациональными переживаниями и бог знает чем еще»*.

Держите у себя на ночном столике ручку и тетрадь, чтобы записывать свои сны сразу же после пробуждения. Если же времени мало и за окном утренние сумерки — оставляйте в своем мобильном телефоне голосовые заметки. Когда это войдет в привычку, запоминать сны станет проще.

Как только вы научитесь осознанно запоминать свои сны, вы можете попробовать управлять ими, чтобы проникнуть в свое подсознание с более конкретной целью. Когда у меня есть замысел фотографии, я концентрируюсь на этом будущем снимке перед тем, как лечь спать, в надежде увидеть его в своих снах. И почти каждый раз я просыпаюсь с новыми идеями относительно этого снимка.

---

* Перевод Е. Б. Глушак. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ЗАПИСИ СНОВИДЕНИЙ

Я долго шла одна по красивой, но опасной местности в поисках мудрости и совета. Мне хотелось узнать ответ, но я не помнила вопроса. Я села у лап огромной птицы (она была гораздо больше, чем на этом снимке), распростершей свои крылья, и казалось, стоит ей взмахнуть ими, как воздух всколыхнется и завертится смерчем. Я слушала ее внимательно, но не понимала ни слова. Казалось, мне еще далеко идти, но что-то близилось к своему концу.

Когда мне приснился этот сон, я была художником — резидентом школы в Милбруке, расположенной к северу от Нью-Йорка. Я работала над серией фотографий обширной винтажной коллекции чучел, которой владеет школа. Я провела много часов в одиночестве, фотографируя экспонаты, поэтому неслучайно в процессе работы над этим проектом я видела сны, в которых животные разговаривали со мной. В тот день, когда был сделан этот снимок, я сопровождала школьников на фотоэкскурсию в ближайший парк. Я была рада отдохнуть от темных декораций своей студии, взяла с собой фотоаппарат, штатив, пульт дистанционного управления, два стробоскопа, охапку выпускных платьев с пышными юбками, вывезенных из благотворительного магазина Goodwill, и пару экспонатов из коллекции чучел. Я шла с целью воссоздать атмосферу некоторых моих недавних снов, и этот снимок, названный «Путешествие», был самым удачным в тот день.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/27/380000-1 от
27 апреля 2015 года

КАК ВИДЕТЬ ЛУЧШИЕ СНЫ

Старайтесь спать ежедневно по 7–9 часов.

Ложитесь спать в одно и то же время.

Ложитесь спать рано (лучше — не позднее 11 часов вечера).

Заведите ритуалы, которым вы будете следовать перед сном: читайте книгу или пейте чай.

Не ешьте за 2–3 часа до сна.

Воздержитесь от алкоголя, кофеина (после 12 часов дня) и сигарет.

Спите в полной темноте.

Исключите телефон и компьютер перед сном.

Применяйте ароматерапию; спокойному сну способствует, например, запах лаванды.

Попробуйте мелатонин. Доказано, что он активирует фазу быстрого сна и делает сновидения более живыми. Принимайте в пищу продукты, богатые мелатонином: вишню, овсяные хлопья, миндаль, семечки подсолнечника, льняное семя, редис, рис, томаты, бананы, белую и черную горчицу.

Перед сном напомните себе о том, что вы собираетесь запомнить свои сновидения целиком. Положите рядом с кроватью ноутбук или диктофон.

Превизуализируйте свои сновидения. Представьте, что вы хотите увидеть во сне, и создайте в воображении подробный образ этого. Скажите себе: «Я сплю». Продолжайте, пока в действительности не заснете.

Поставьте рядом с кроватью фотографию, некий символический предмет или вещь, отражающие то, о чем вы хотите увидеть сон.

Когда вы проснетесь, останьтесь на некоторое время в постели и сосредоточьтесь на подробностях сна. Запишите их — на бумагу или на диктофон.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ПСИХОЛОГИЯ ТВОРЧЕСТВА

Творчество — это замечательный, приносящий радость процесс. Оно наделяет нас способностью говорить о том, чего не сказать традиционным языком. Как художник вы, возможно, уже сталкивались с теми чудесами, на которые способно искусство, и вам знакома эта неудержимая потребность творить. И все же творческий процесс не всегда идет как по маслу. Художники неизбежно сталкиваются с рядом психологических и эмоциональных трудностей, сопровождающих процесс создания любого произведения искусства. Каждого человека в отдельности ждет свой набор трудностей, но, определив и осознав те преграды, которые могут поджидать именно вас, вы легче справитесь с ними.

Возможно, вы встретитесь со всеми или с некоторыми перечисленными ниже трудностями или же вообще избежите их. Какие-то из них вскоре могут исчезнуть, а какие-то так и будут сопровождать вас в течение всей карьеры. Одни возникают в начале творческого пути, другие — скорее позже, а некоторые присутствуют всегда. У меня нет цели запугать вас и представить все в мрачном свете. Скорее, мне бы хотелось привлечь внимание к потенциальным трудностям, поддержать и предложить конкретные инструменты борьбы и работы с эмоциональными и психологическими преградами на этом пути.

Каждый из нас способен на творческие подвиги. Но у многих из нас навыки, необходимые для творчества, были оттеснены на второй план или выбиты стандартной системой образования, подавляющей любую творческую пытливость, или членами семьи, имеющими собственные представления о том, кем мы должны быть. И хотя мы все наделены творческими способностями, не все мы обладаем свободой их эксплуатации. Художниками движет любопытство и стремление выражать идеи. Мы по природе — чувствительные и эмоциональные наблюдатели, и зачастую очень ранимые. То, что делает нас вдумчивыми и изобретательными художниками, порой может привести к изоляции и разочарованиям. Я всегда чувствовала себя немного не в ладу с этим миром. Я с трудом пробилась сквозь годы учебы в старшей школе и с тех пор регулярно встречаю студентов любых возрастов, чувствующих себя непонятыми и творчески нереализованными.

Художники создают то, чего никто и никогда раньше не видел. Они замечают невероятное, находят исключительное в обыкновенном и соединяют то, что казалось несовместимым.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

БОЛЬШОЙ КАНЬОН

(2009)
Из цикла «Сказки и другие истории». Эта серия работ, в которую я вложила все свои вопросы, тревоги, страхи и опасения, имела для меня терапевтический эффект

Мы вынуждены СМОТРЕТЬ на вещи иначе, чтобы оправдать тот факт, что мы можем БЫТЬ немного другими.

Или же, как говорила нейробиолог Нэнси Андреасен* в книге «Мозг творящий: нейроисследование гения», «крайне неординарный человек может казаться для остальных странным или чудаковатым, [художник] иногда вынужден сталкиваться с критикой или неприязнью из-за излишней пытливости или нестандартности». Это может привести к депрессии или социальной дезадаптации. В следующих разделах речь пойдет о том, как эти тенденции могут повлиять на вашу способность творить, и о том, каким образом можно их преодолеть.

Ниже описываются общие психологические блоки, препятствующие работе и успеху.

* Крупный американский нейробиолог и нейропсихиатр, исследователь феноменов креативности. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

САМОКРИТИКА

Вне зависимости от того, на какой именно стадии своей карьеры находится художник, он неизменно испытывает в той или иной мере опасения относительно своей работы, слышит в голове назойливый голос: «Ты недостаточно хорош», «Твоя идея глупа», «Твоя работа никуда не годится». Его часто называют «внутренним критиком». Неважно, как часто вас хвалят и одобряют, внутренний критик заставляет вас чувствовать себя шарлатаном. Художники постоянно подвергают себя самокритике, страшась оценки извне и будущих разочарований. Чтобы научиться усмирять этого критика, требуются знания и время. Самый эффективный способ — перестать думать об этом голосе как о своем собственном. Чаще всего он не прав, ошибается. Чем более осознанно вы будете игнорировать этот голос, понимая, что это всего лишь побочный продукт вашего страха, тем меньше силы он будет иметь над вами.

Ученый Чарльз Лимб проводил исследование, в котором он подключил несколько джазовых музыкантов к мозговому томографу и попросил начать импровизировать, а сам наблюдал за тем, какие части мозга активируются во время импровизации. Целью эксперимента было определить, какие части человеческого мозга связаны с творчеством. В процессе эксперимента в одних зонах наблюдались вспышки активности, другие же оставались пассивными. Что примечательно, во время импровизации префронтальная кора головного мозга, отвечающая за осознанный самоконтроль, отключается. Однако при этом активируется лобная доля, в которой «расположено» наше сознание и которая отвечает за самокритику, самонаблюдение и рабочую память. Кроме того, лобную долю считают ответственной за индивидуальность и самовыражение.

Это исследование подтверждает, что способность к творческому самовыражению заключена в каждом из нас, нужно только обладать определенной свободой, чтобы не заглушать ее. Искусство не рождается в вышних мирах, где только избранные могут черпать вдохновение. Нужно просто создать ментальные условия для творческой реализации и зарождения идей. Чтобы это произошло, нужно, прежде всего, отключить в мозгу центр самокритики, дабы он не создавал препятствий.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Страх неудачи или успеха

Страх может стать для художника сильной преградой. Существует боязнь неудачи, опасение вложить время и эмоциональную энергию в то, что в итоге принесет разочарования, и сомнение, примет ли зритель работу. Каждый художник испытывает эти чувства. Возможно, это покажется парадоксальным, но лучший способ победить страх — принять его. Я на своем опыте убедилась, что, смирившись с возможными неудачами (как будет описано в этой главе), я стала испытывать гораздо меньше беспокойства в связи с творчеством.

А еще художники боятся успеха. Мы опасаемся, что когда станем популярными, от нас будут ждать слишком многого. Что мы не сможем поддерживать эту планку. Мы приходим в замешательство и чувствуем себя незащищенными, вообразив перед собой гораздо более широкую аудиторию с высокими ожиданиями.

Боязнь критической оценки извне

Показывать свои работы другим может быть страшно: вы делаете себя уязвимым в надежде на понимание и душевную связь. Я часто подавляю стремление сопроводить демонстрацию своих снимков оговорками вроде «Я все еще работаю над этим» или «Это еще не оконченная работа» — просто на случай, если зрителю они не очень придутся по душе. Вне зависимости от того, что вы думаете о своей работе, делясь ею с другими, вы доверяете зрителю часть себя и в какой-то степени просите понять и принять вас. А это требует невероятного мужества.

Нужно осознать, что ваша работа не обязательно должна нравиться всем, чтобы иметь какую-то ценность. Некоторые люди ее не понимают — и никогда не поймут, других же она глубоко тронет. Если эта работа вызывает отклик у вас самих, является важной и ценной как выражение вашей личности, вы уже меньше ищете одобрения у других.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Преждевременное прекращение работы из-за трудностей в исполнении

Я часто сталкиваюсь с тем, что фотографы отказываются от наполовину сформировавшихся и многообещающих идей, поскольку боятся, что их будет слишком трудно реализовать и результат не будет соответствовать тому, что они представили в своем воображении. Прежде всего, подумайте, что вы хотите сказать своей работой, а затем проведите мозговой штурм, чтобы понять, как вы можете реализовать эти идеи. Если у вас есть творческое мышление и способность к решению проблем, вы почти всегда найдете выход, и зачастую это не то, что сразу приходит в голову. Хотя в краткосрочной перспективе отказ от сложной идеи может показаться привлекательным, впоследствии, реализовав замысел, который потребовал дополнительных усилий и прилежной работы, вы получите гораздо большее одобрение и признание.

Все уже придумано до нас

Нет ничего более досадного, чем наткнуться на работу, по сути аналогичную задумке, которую вы долго вынашивали и над которой много трудились. Досаднее, пожалуй, только корпеть над идеей, которую, как выясняется в один прекрасный момент, уже реализовали, причем не один, а множество раз. На самом деле все уже в той или иной степени тем или иным образом воплощено в жизнь, но это не значит, что вы не можете придумать что-то свое. Важно быть в курсе того, что уже сделано, чтобы подойти к своей задумке с другой стороны, освоить и перерасти то, что было придумано раньше, сделать собственные кадры еще сильнее.

Неважно, откуда вы берете, важно — куда.

—
Жан-Люк Годар*

* Франко-швейцарский кинорежиссер, кинокритик, актер, сценарист и кинопродюсер. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ВКУС VS НАВЫКИ

Никто не говорит этого новичкам, но было бы здóрово, если бы кто-то сказал это мне, когда я начинал: все мы — люди, которые занимаются творческой работой, — занимаемся ею, потому что у нас хороший вкус. Но процесс совсем не соответствует ожиданиям. Первые несколько лет ты работаешь, но результат не особо хорош. Он вроде бы не так плох, у него есть потенциал, но он и не особенно хорош. Но твой вкус, который втянул тебя в эту историю, все равно великолепен. И это он дает понять, что твоя работа недотягивает до уровня. Многие люди не проходят эту фазу и все бросают. Большинство моих знакомых, которые занимаются интересной творческой работой, годами чувствовали эту разницу. Мы знаем, что в нашей работе нет чего-то особенного, что мы хотели бы в ней видеть. Мы все проходим через это. И если вы только в начале пути, если вы еще на этой стадии, вам стоит знать, что это нормально и самое важное, что вы можете сделать, — это много работать. Ставьте перед собой задачу: например, каждую неделю писать один рассказ. Только проделав уйму работы, вы сможете преодолеть эту разницу, и качество ваших произведений станет соответствовать вашим амбициям. Я шел к этому дольше всех, кого знаю. На это нужно время. И это нормально. Вы просто должны пробиться через это.

—

Айра Гласс*

Мои работы далеки от того, какими бы я хотела их видеть, и то, что я создаю, — это всего лишь робкий отголосок тех визуальных идей, которые возникают в моей голове. Неважно, сколько я получаю положительных отзывов, — результат все еще недостаточно хорош. От этого я временами впадаю в тоску, но все-таки стараюсь настроить себя на другие мысли: я делаю лучшее из того, что могу, учитывая имеющиеся у меня ресурсы, и я постепенно развиваюсь. Я настраиваю себя, что буду творить и показывать другим то, что получилось.

* Известный американский радиоведущий и продюсер. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ПОБОРОТЬ ПЕРФЕКЦИОНИЗМ

Я полагаю, что в работе задаю себе высокую планку и обладаю сильной профессиональной этикой. Хорошая работа требует времени и самоотверженности. Однако случается, что стремление выполнить ее безупречно скорее сковывает, чем способствует продуктивности. Отпустите ситуацию… Результат никогда не будет идеален, главное — чувствовать разницу между тем, когда вы сделали все возможное, и тем, когда еще стоит приложить усилия.

ОТКАЗ ОТ ПОПЫТОК

Иногда безопасность и комфорт, которые дает отказ от попыток сделать что-то, кажутся очень заманчивыми, особенно если существует риск неудачи. Вам легче смириться с отсутствием успеха, если вы намеренно не предпринимали никаких попыток, чем вложившись в него и не получив результата или признания, на которые рассчитывали. Но вы правда хотите остаться на этом этапе своего пути? Не созрев, не развившись и так и не рискнув? Психологически трудно выставить себя и свои работы на всеобщее обозрение и при этом надеяться на положительный отклик. Будьте честными сами с собой и наберитесь мужества!

Жизнь сжимается и расширяется пропорционально нашей смелости.

—
Анаис Нин*

УПАВШИЙ ИКАР

(2007)
Из цикла «Сказки и другие истории». Этот снимок был сделан в тот день, когда я особенно остро переживала свое поражение

* Американская и французская писательница. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Если быть до конца откровенной, я провела в своей студии много времени одна, плача от горьких разочарований. Хотя признаваться в этом неловко, я считаю, что это абсолютно нормально. Моя работа настолько важна для меня и я так много о ней думаю, что после некоторых неудач у меня буквально разрывается сердце. Как и я, вы будете переживать моменты, когда будете взбудоражены результатом или поворотом в вашей карьере, но иногда вам будет казаться, что вы двигаетесь в одном направлении — туда же, куда стремительно падает якорь.

Нужны надежда и оптимизм…
и немного адекватности.

> *Настойчивость, упрямый ОТКАЗ бросить начатое — это единственный надежный предвестник успеха. Одна-единственная черта отличает крайне успешных творческих личностей от всех остальных. Способность преследовать свою цель и с решимостью продираться сквозь все преграды — или настойчивость — вот что ведет к великим свершениям. Иными словами, то, как вы реагируете на неудачи, неизбежно возникающие на вашем пути, будет важнейшим индикатором финальной игры.*
>
> —
> Джона Лерер*

Кэрол Дуэк, психолог и автор книги «Гибкое сознание. Новый взгляд на психологию развития взрослых и детей»**, провела исследование с целью выяснить, как дети реагируют на трудности. Она выявила два типа «установок» или подходов, которые дети (и взрослые) применяют при обучении и решении проблем. УСТАНОВКА НА ДАННОСТЬ — это убежденность в том, что ваши качества высечены из гранита, что вы по природе либо талантливы, либо нет. Напротив, УСТАНОВКА

* Американский блогер и журналист, один из известных авторов научно-популярной литературы. Автор книги «Вообрази. Как работает креативность». Цитата по хронике конференции 99U (www.99u.com/articles/7173/99-conference-2012-key-takeaways-on-making-ideas-happen). *Прим. ред.*

** Кэрол Дуэк. Гибкое сознание. Новый взгляд на психологию развития взрослых и детей. М. : Манн, Иванов и Фербер, 2013. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

на рост зиждется на убеждении, что ваши качества поддаются развитию, если при этом усердно работать, следовать продуманному плану действий и сотрудничать с другими. Неважно, кто вы и насколько умны, — у каждого есть способность расти. Этот сдвиг точки зрения колоссальным образом влияет на то, как мы боремся с возникшими трудностями.

Вы либо воспринимаете процесс, стратегию, попытку
и возможность провала

как возможность для роста,

либо избегаете трудностей, оставаясь в зоне комфорта, где вы знаете, на что способны. Вместо того чтобы думать: «Я не умею этого, у меня нет таланта, я тупица», поменяйте точку зрения и скажите себе: «Я учусь думать, решая задачи, подниматься после падений и понимать, что я меняюсь к лучшему». Изменив взгляды на личный потенциал, я связала их со своей системой представлений о неудачах. Все эти размышления смогли освободить меня от некоторых тлетворных внутренних конфликтов.

Другой способ, с помощью которого я преодолеваю особо трудные преграды, занимаясь тем или иным проектом, — это параллельная работа над несколькими легкими проектами. Так что если оказывается, что один из моих проектов в данный момент невозможно продолжить, я могу переключиться на другой, более легкий, а затем с новыми силами вернуться к проблемному проекту. Как вы узнаете из этой главы, сильное, оказывающее поддержку сообщество специалистов из вашей области также может помочь вам проскочить эту черную полосу. Но запомните: создание новых, уязвимых произведений и их демонстрация требуют мужества.

→

облик: медуза. бухарест

(2013)
Мода. При участии Марты из модельного агентства MRA Models, Ралуки Ракасан (стиль), Алекса Клаудиу Сарге (прическа), Ирины Селеси (макияж), Института археологии (место съемки), Кристиана Мовилы (продюсер)

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1.ot
27 апреля 2015 года

Старая поговорка «Притворяйся, пока это не станет правдой» совершенно справедлива. Если вы не верите в свою работу, никто не поверит.

Если уверенность вам дается нелегко или, стараясь казаться уверенным, вы чувствуете себя обманщиком, придумайте себе альтер эго — художника-супергероя, уверенную версию вас самих, — чтобы включать его при необходимости взаимодействия с миром. (У моего героя даже есть костюм, своего рода броня, и когда я надеваю ее, я чувствую себя защищенной.) Мой супергерой — это тоже я, но только воображаемая, с неограниченным ресурсом уверенности в своей работе.

То, как мы воспринимаем друг друга, во многом зависит от невербальной коммуникации и языка тела: как мы стоим, как двигаемся, как располагаем руки, от выражения лица и общего внешнего вида. Контролируя эти моменты, вы сможете казаться уверенным в себе, даже когда вам на самом деле будет не хватать уверенности. Некоторые также читают мантры, произносят аффирмации или дают себе установки, чтобы преодолеть беспокойство, возникающее вследствие недостатка уверенности.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

позы силы

Выступая на конференции TED, социальный психолог Эми Кадди предложила технику, которая не требует особых сил и вложений: всего лишь на две минуты примите позу силы — и вы измените свою жизнь.

Кадди выяснила на основании экспериментов, что люди, которые на две минуты принимали позы силы, неожиданным образом меняли свой гормональный фон в лучшую сторону. Чтобы почувствовать полноту сил, требуется высокий уровень тестостерона и низкий уровень кортизола. Эти гормоны достигают нужного уровня, если в течение всего лишь двух минут удерживать одну из следующих поз.

> **Чудо-женщина,** или **Супермен**. Ноги широко расставлены, грудь поднята, руки упираются в бока.
>
> **Звезда** или **Победа**. Ноги широко расставлены, руки подняты вверх в виде буквы V.
>
> **Главный управляющий**. Положение сидя, ноги на столе, туловище отклонено назад, руки сомкнуты в замок за головой.

Прежде чем оказаться в стрессовой ситуации, настройте свой мозг, чтобы было легче справиться с ней, и на две минуты примите позу силы. Найдите укромное местечко. Пусть уровень тестостерона вырастет, а уровень кортизола снизится.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ЗДОРОВЬЕ

Дихотомия «дух — тело» — это один из мифов современного общества, имеющий особое значение для художников. Наше творчество отражает наше внутреннее состояние, и хорошее самочувствие влияет не только на то, что мы создаем, но и, прежде всего, на нашу мотивацию. Хотя постоянный дискомфорт — это то, что движет художником в его поисках, важно, чтобы он не становился деструктивным и изнуряющим. Для успешного занятия творчеством необходимо быть уверенным в своем физическом, эмоциональном и психологическом здоровье.

ХРОНИЧЕСКИЕ БОЛЕЗНИ, ДУШЕВНОЕ ЗДОРОВЬЕ И ДЕПРЕССИЯ

> *Все люди, добившиеся успеха в философии, политике, поэзии, искусствах, склонны к меланхолии.*
>
> — Аристотель

Люди творческих профессий больше склонны к аффективным расстройствам. Это не новость, тем более что мы все знаем, как трудно заниматься творчеством, когда нам из рук вон плохо — либо в силу психологического дискомфорта, либо из-за физической боли, либо по обеим причинам.

Нэнси Андреасен, психиатр и нейробиолог, изучает связь между творчеством, зарождением оригинальных идей и душевными расстройствами, среди которых наиболее распространены депрессия, тревожное и биполярное расстройство. Особо творческие люди с большей вероятностью имеют родственников, страдающих шизофренией. В своей книге «Мозг творящий» Андреасен выдвигает гипотезу о том, что «некоторые особо творческие люди обязаны своей одаренностью субклинической форме шизофрении, которая ослабляет ассоциативные связи в достаточной степени для того, чтобы улучшить творческие способности, но в недостаточной для душевной болезни».

Люди творческих профессий предприимчивы, пытливы и часто идут на риски. Все самое новое происходит в области неизведанного, где велика опасность сомнений и угроза бросить начатое. Тот, кто рискует, может испытывать возбуждение, но каждая попытка может обернуться болью. Как пишет Андреасен, «все это может привести к психической боли, которая проявляется в виде депрессии или тревоги или же заставляет искать способы уменьшения дискомфорта в притупляющих боль средствах, как, например, алкоголь».

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Желание всем сердцем, умом и душой пойти на риск ради впечатления, которое будет обладать невероятной преобразующей силой (если оно действительно его произведет). Здесь важно это «ЕСЛИ». Видеть связи там, где их никто не видит, не всегда означает, что они действительно существуют. Некоторые люди видят то, чего другие не видят, — тогда мы называем их творческими гениями. Некоторые видят то, чего не видят другие, и они ошибаются — тогда мы называем их душевнобольными.
— Нэнси Андреасен

Как человек, который боролся одновременно с хронической болезнью и депрессией, я знаю, что многие люди страдают в одиночестве. Я верю в тесную связь между душевным и телесным, и одно от другого даже бывает сложно отличить, особенно чувствительным людям. Настроение и физическое состояние колоссальным образом влияют на творчество. Вопреки расхожему мнению, вовсе не обязательно подвергаться пыткам или пребывать в депрессии, чтобы творить великое искусство. На самом деле лично мне трудно создавать что-либо, когда я болею или нахожусь в депрессии. Но, с другой стороны, невозможно быть счастливым все время. Я считаю, что важно испытать весь спектр человеческих эмоций: это и значит «жить полной жизнью». Вы столкнетесь с болью, тревогой, разочарованием, и это нормально, если только не приводит к изнуряющей депрессии.

Чтобы видеть звезды, нужна темнота.

— Ошо

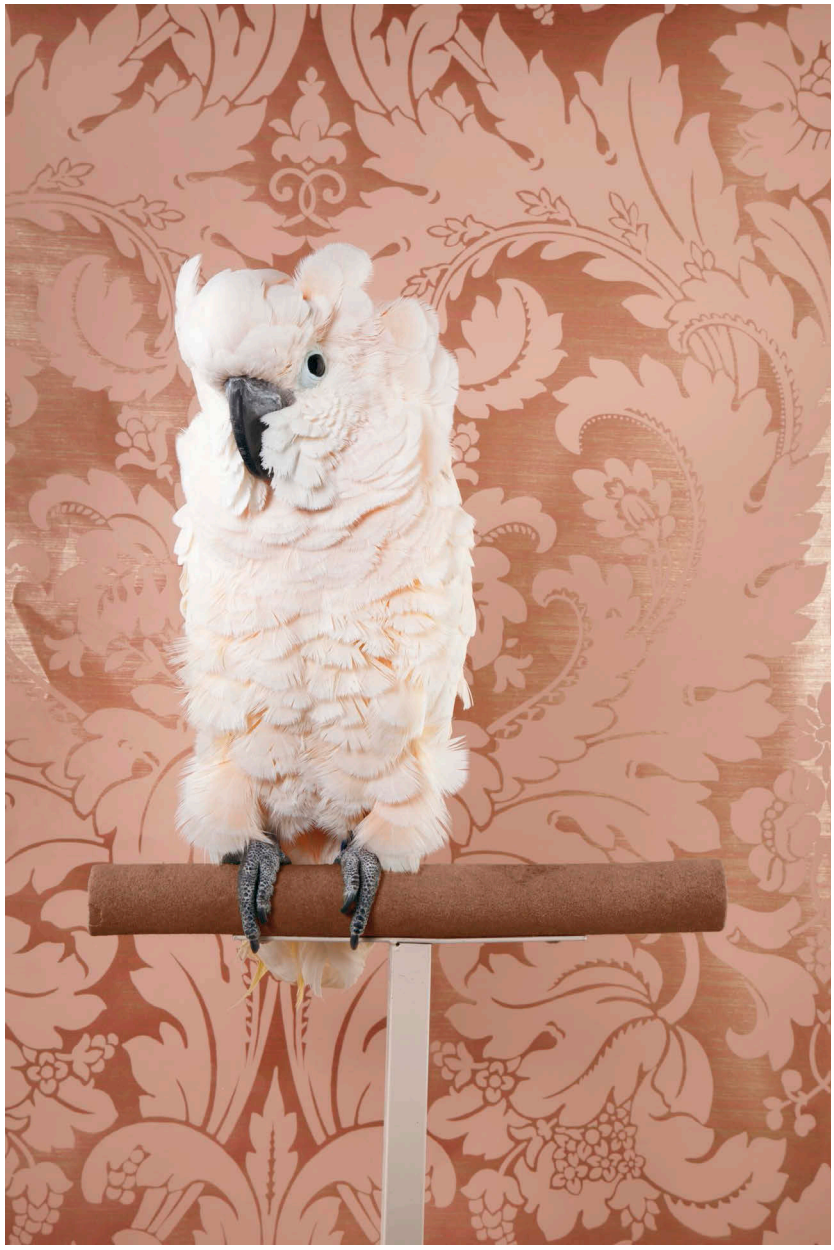
К сожалению, я не могу посоветовать лекарства от депрессии, но я могу дать некоторые советы относительно образа жизни (вы найдете их ниже в боковой колонке). Они оказались очень полезными для профилактики погружения в болезнь и депрессию. Не бойтесь обратиться за помощью, если она вам нужна. Выстройте свою систему поддержки, окружив себя понимающими людьми. Попробуйте выявить закономерности и поводы, вызывающие перепады настроения. Сохраняйте пространство для вдохновения. Постарайтесь обнаружить внешние обстоятельства, которые привели к депрессии (например, болезнь или диета) и которые могут усилить ее, и найдите способ их изменить.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

АБСОЛЮТНАЯ ВЛАСТЬ

(2011)
По заказу отеля Jumeirah Zabeel Saray

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года



молуккский какаду № 7696

(2012)
Из цикла «Птицы одного полета»

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

НЕБОЛЬШИЕ СОВЕТЫ ПО БОРЬБЕ С ДЕПРЕССИЕЙ

Тому, кто с головой погрузился в депрессию, что-то из этого списка может показаться невыполнимой задачей, но все-таки постарайтесь: принять душ, заправить постель, одеться, попить воды, выйти на улицу, поиграть с животными, порисовать пальчиковыми красками, заняться тем, что приносит вдохновение, побывать в своем святилище, применить ароматерапию, приобрести лампу для светотерапии, употреблять в пищу суперпродукты, богатые полезными веществами, — и обратитесь за помощью.

ПИРШЕСТВО МОЛУККСКИХ КАКАДУ

(2014)
Из цикла «Фантастические пиршества»

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Согласно новейшим исследованиям, существует связь между режимом питания и клинической депрессией. Данные показывают, что употребление в пищу натуральных сырых продуктов помогает предотвратить депрессию, в то время как режим питания, включающий множество высокорафинированных углеводов и переработанных ингредиентов, депрессию обостряет.

Кишечный микробиом (регулирующий иммунную защиту организма) влияет на душевное и физическое здоровье. Исследования показывают, что некоторые патогенные бактерии, вызывающие воспаление, процветают в условиях нездорового питания, которое приводит к депрессии. Изменив режим питания и начав употреблять в пищу больше сырых продуктов вместо распространенных на Западе высокорафинированных, углеводных, жареных продуктов, вы измените бактериальный фон кишечника и снизите риск развития клинической депрессии.

РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

Emily Deans. Diet, Depression, and the Microbiome (Режим питания, депрессия и микробиом), 2015, статья.

Julia Ross. The Diet Cure: The 8-Step Program to Rebalance Your Body Chemistry and End Food Cravings, Weight Gain, and Mood Swings — Naturally (Джулия Росс. Лечение диетой: восемь шагов к тому, чтобы естественным образом восстановить химическое равновесие и покончить с чрезмерным аппетитом, набором в весе и перепадами настроения), 2012.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Позитивный психолог Шон Ачор в своем веселом выступлении на конференции TED, названном «Преимущество счастья», подчеркивает, насколько важно сменить призму, сквозь которую мы смотрим на мир, и сосредоточиться на благоприятном и позитивном вместо негативного. Таким образом мы можем трансформировать реальность.

Ачор указывает на необходимость пересмотреть общепринятое предположение: «Если я буду больше работать, я буду успешнее. А если я буду более успешным, я буду счастливее». По мнению Ачора, эта установка неизменно приводит к страданиям: каждый раз, когда вы добиваетесь успеха, у вас появляется новая цель. И если счастье находится позади успеха, оно становится недостижимым.

Но если вы пересмотрите общепринятое представление о том, что счастье лежит во внешнем мире, и вместо этого сможете сохранять позитивный настрой в текущий момент времени, тогда ваш мозг действительно сможет работать усерднее, быстрее и лучше. Позитивно настроенный мозг значительно опережает мозг, настроенный отрицательно или нейтрально или испытывающий стресс, в том, что касается умственных, творческих способностей и результативности. Дофамин (гормон счастья) активирует в мозге центр обучения и позволяет адаптироваться к миру.

Поскольку я помешана на самосовершенствовании и всегда стараюсь добиться высокого качества своей работы, я иногда становлюсь чересчур строгой и разочарованной в себе, и если оставить все как есть, в итоге рождаются нездоровые и непродуктивные установки. Хотя я все еще пытаюсь найти разумный баланс между высоким качеством работы и позитивным настроем, та логика и те методы позитивной психологии, которые предложил Шон Ачор, как мне показалось, помогут мне поменять свои представления.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

СОСРЕДОТОЧЬТЕСЬ НА ХОРОШЕМ

Для перестройки своего мозга Шон Ачор советует ежедневно выполнять следующие действия непрерывно в течение 21 дня.

ТРИ БЛАГОДАРНОСТИ. Напишите три вещи, за которые вы испытываете благодарность. Это приучит ваш мозг искать во всем прежде всего положительные моменты.

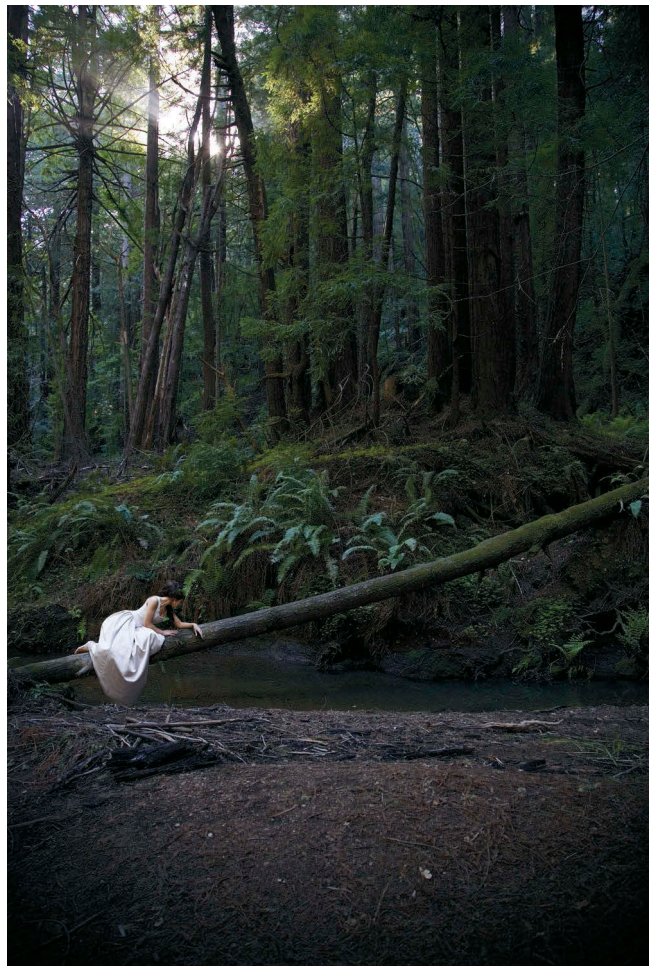
ВЕДЕНИЕ ДНЕВНИКА. Напишите об одном положительном впечатлении, которое вы испытали за последние сутки, чтобы ваш мозг еще раз его пережил.

УПРАЖНЕНИЯ. Занимайтесь физическими упражнениями ежедневно по крайней мере в течение 10–20 минут.

МЕДИТАЦИЯ. Медитируйте по крайней мере в течение 5–10 минут ежедневно.

ОДНО ДОБРОЕ ДЕЛО. Каждый день делайте кому-то добро, пусть даже это будет короткое сообщение со словами благодарности или небольшое проявление заботы.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года



СЕКВОЙИ

(2008)
Из цикла «Сказки и другие истории».

Если вы не можете позволить себе
провести день в лесу, даже
двадцатиминутная прогулка поможет
перенастроить мозг

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Мозг очень быстро утомляется от постоянной напряженной работы. Если вы замедлитесь и выберетесь на природу, это не только восстановит ваши силы, но и улучшит вашу способность творчески решать задачи.

Врач лечит, природа исцеляет.

—

Парацельс

Журнал National Geographic опубликовал статью Флоренс Уильямс «Это твой мозг на природе», где рассказывалось о научном исследовании Ёсифуми Миядзаки из Университета Чибы, который доказал, что

прогулка в лесу

в течение 15 минут приводит к заметным физиологическим изменениям: снижается уровень кортизола (гормона стресса), кровяное давление и пульс, замедляется дыхание. Прогулка в течение 40–50 минут еще благоприятнее сказывается на настроении и внимательности: «снижается активность в субгенуальной области префронтальной коры (в той части мозга, которая ответственна за навязчивую депрессию)» и повышается активность «в передней поясной коре и островковой доле (в зонах, отвечающих за эмпатию и альтруизм)».

Дэвид Стрейер, когнитивный психолог из Университета Юты, изучает то, что он называет «эффектом трех дней». Он проанализировал изменения, произошедшие в мозге испытуемых, которые провели три дня на лоне природы. Вот что сказано в статье «Это твой мозг на природе»: «Гипотеза Стрейера состоит в том, что пребывание на природе позволяет префронтальной коре, командному центру мозга [отвечающему за рациональное мышление и удержание внимания], расслабиться и отдохнуть, как перетренированной мышце». Развивая эту идею, Стрейер выдвигает гипотезу о том, что снижение стресса и умственной усталости приводит к долгосрочному положительному воздействию на способность решать задачи высшего порядка.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

КАК ПИТАТЬ ТВОРЧЕСКОЕ НАЧАЛО

Существует много способов создать условия для развития творческих способностей и повышения продуктивности. Хотя творческое начало заложено в каждом, для полной реализации его необходимо подпитывать.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ МЕТОД

Люди полны странностей и причуд. Когда речь идет о творческом процессе, способность принять собственные особенности оказывается крайне важной. Позвольте себе развить индивидуальный творческий метод, который в вашем случае работает лучше всего. ВАМ НЕОБЯЗАТЕЛЬНО ДЕЙСТВОВАТЬ ТАК ЖЕ, КАК ВСЕ ОСТАЛЬНЫЕ. Это касается метода вашей работы, ваших произведений и способа их публикации.

> *Современный человек обладает самосознанием [...], открывает мир [...] и подвергает сомнению презумпции, действующие в современном обществе, вместо того, чтобы слепо следовать господствующим принципам и нормам.*
>
> — По Карлу Густаву Юнгу*

Те, кто в меньшей степени чувствуют свое творческое начало, инстинктивно реагируют на возникающие ситуации привычным образом, те же, кто теснее связан с ним, как правило, задаются вопросами, мыслят более независимо и более гибко реагируют на новые ситуации. Наш мозг запрограммирован создавать паттерны и искать короткие пути, экономить время, затрачиваемое на обработку и анализ данных, а также на принятие решений в привычных ситуациях. Хотя иногда это может быть полезно, бывает, что эта программа заставляет нас выбирать проторенные тропы, не подвергая свой выбор сомнению и не подыскивая альтернативы, слепо следовать правилам и условностям, которые на самом деле существуют только у нас в голове. Прежде чем решить сделать что-то так, а не иначе, задайтесь вопросом, почему именно так. Нигде не сказано, что вы не можете печатать свои фотографии,

* Частичная цитата по книге Alao K., Kobiowu S, Adebowale O. Fundamentals of Educational and Counselling Psychology, где авторы кратко описывают позицию Юнга. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

сжигать их, вышивать и рисовать на них, а затем фотографировать их и превращать получившийся кадр в неоновую вывеску. Вместо того чтобы размышлять над тем, почему идеи невозможно реализовать, представьте, что их надо реализовать, а затем подумайте, как это можно осуществить.

Выберите тот метод работы, который подходит именно вам, и выстройте свой процесс создания фотографий, основываясь на том, кто вы на самом деле, каковы ваши сильные и слабые стороны. Подумайте о своих потребностях, своем рабочем процессе и своих ресурсах. Задайтесь вопросом: «Мне лучше работается глубокой ночью? Или утром? В команде? Или одному? На людях? Во время еды?» Пренебрегайте условностями, нарушайте правила и выясните, куда вас это приведет. Если для вас это означает есть по вторникам на завтрак только красное и работать только по нечетным часам, пусть так и будет. Это справедливо также для разработки стратегий обучения, исполнения и маркетинга.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Увидеть мир

(2014)
Демонстрация творческого начала в Павильоне плюща, Колледж искусств и дизайна в Атланте.
Модель — Джиллиан Кристмас

Вы, конечно, хотите узнать секрет, как стать хорошим фотографом, может быть даже именно поэтому вы купили эту книгу. Я вам его раскрою: если вы хотите стать хорошим фотографом, ВАМ НУЖНО РАБОТАТЬ. МНОГО, МНОГО РАБОТАТЬ. Чем больше снимков вы сделаете, тем лучше вы будете фотографировать (правда, только если при этом вы анализируете свои работы).

Я раньше думала, что человеку нужно иметь талант, чтобы в чем-то преуспевать. Теперь я понимаю, что врожденный талант — это, конечно, здóрово, он поначалу сильно облегчает дело, но в старой поговорке «Терпение и труд все перетрут» есть своя доля правды.

Когда я была моложе, я хотела писать картины, но у меня выходило ужасно, и я потеряла всякую охоту заниматься живописью. Когда я открыла для себя фотографию, я подумала: «Наконец-то! Я могу реализовать свои идеи так, чтобы это не выглядело ужасно». А спустя десять лет я начала брать уроки рисования, настроившись на то, что потребуются практика и время, чтобы отточить эти навыки. Я продвинулась далеко вперед, и все благодаря тому, что была преданна этому делу, делала множество предварительных эскизов и выполняла упражнения. Хотя мои рисунки трудно назвать изумительными, я получаю удовольствие от того, что вижу, как кривая моих способностей постепенно растет вверх. Я испытала облегчение, когда позволила себе рисовать «действительно ужасно», не коря себя за это и не бросая начатое.

Художники, ставшие поистине великими, совершенствуют ремесло на протяжении всей жизни. Те навыки, которые у состоявшегося художника кажутся врожденными и не требующими усилий, возможно, выработались у него только спустя годы практики и повторений. Творческие способности — как мышца, которую нужно постоянно тренировать. Если вы ими не пользуетесь, они атрофируются. Если вы часто задействуете их, они становятся сильнее. К счастью, начать пользоваться своими творческими способностями можно в любое время. Хотя поначалу может быть трудно, чем больше фотографий вы создадите, тем больше будет разгон и тем легче пойдет дело. Как художник-фрилансер, я регулярно работаю не по заказу, чтобы практиковаться и экспериментировать. Я делаю много снимков, и идеи, которые оказываются хорошими, я развиваю, остальное же не продвигается дальше пробных кадров.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Успех — это 10 процентов вдохновения и 90 процентов труда.
—
Томас Эдисон

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Неудачи нужны. Фотографы часто стремятся к тому, чтобы каждый кадр был идеален и достоин размещения в портфолио. Это стремление рождает множество страхов: боязнь потерять время напрасно, боязнь потратить впустую время членов твоей команды, опасение извести зря ресурсы и ужас перед недостаточно благоприятной оценкой окружающих. В результате многие люди застывают в бездействии: они слишком много думают о том, как все ДОЛЖНО быть, вместо того чтобы смириться и сделать хоть что-то.

Примирившись с провалами, вы сможете избавиться от этого гнета и начать творить более свободно. Когда я говорю о неудачах, это не тот случай, когда вы отказываетесь пробовать, это та ситуация, когда вы стараетесь реализовать некую идею или замысел, но в итоге все выходит не так, как было задумано. Будет гораздо хуже, если вы так и не попробуете, так и не рискнете. Если вы делаете то, в чем вы уверены, это не попытка. Вы выбираете легкий путь, не пробуете что-то новое, и как фотограф вы не растете и не развиваетесь. Будет гораздо лучше, если вы сможете пойти на риск и принять ситуацию, даже если все полетит в тартарары. Я гарантирую вам, что, в конечном счете, провалы окажут положительное влияние на ваше творчество. Те фотографии, которые я делаю сейчас, были бы невозможны без некоторых чудовищных ляпов, которые я допустила раньше. И запомните (вдруг это вам поможет): вы не обязаны показывать кому-либо свои работы, не оправдавшие ваших ожиданий.

Семечку, чтобы достичь высшей степени самореализации, нужно погибнуть. Шелуха лопается, зерно прорастает, и все меняется. Тому, кто не знает, как происходит рост, этот процесс покажется разрушительным.

— Синтия Очелли*

* Американский блогер и оратор, рассказывает о женщинах и женственности. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Я отнюдь не предлагаю вам искушать судьбу, когда вы работаете на клиента. В этом случае вам нужно прежде всего выполнить техническое задание, и, как правило, это фотография, которую вы уже умеете делать. Затем, когда вы поймете, что ваш клиент доволен, если это допускают обстоятельства, попробуйте раздвинуть границы и реализовать при съемке более интересную идею. Это не всегда возможно или приемлемо в коммерческих условиях. Но коммерческому фотографу крайне важно сохранять личный стиль на протяжении всей своей карьеры, а не следовать слепо прихотям клиента.

ПОДГОТОВКА

Музыканты и танцоры тратят множество часов, готовясь к выступлению. Многие фотографы, напротив, отправляются на выступление (снимают по заказу или для портфолио) без какой-либо предварительной подготовки. Я думаю, это зря потраченная возможность саморазвития. Даже скульпторы и художники делают множество макетов и эскизов, прежде чем перейти к созданию главного произведения. Поскольку фотография по природе своей сиюминутна, установка на предварительную подготовку так и не стала частью культуры фотографов. Если вы посмотрите на кадр как на свое выступление и будете готовиться к нему соответствующим образом, это положительно повлияет на вашу работу и процесс развития замысла.

ИГРА

Идея игры может сильно облегчить тот гнет и уменьшить те страхи, которые художник испытывает при работе над своим портфолио. Дайте себе возможность поиграть, и вы освободите себя от необходимости создавать нечто «серьезное» в рамках традиционных преставлений о взрослом поведении, а также о его правилах и последствиях. Состояние игры позволит вам открыть для себя новые возможности. Просто забавляйтесь. У игры нет никакой цели, так что не мудрствуйте лукаво. Свобода и радость, которые она дает, заряжают энергией, как ничто другое. Но эта энергия проявится позже. Я нисколько не преувеличиваю, когда говорю, что почти все мои успешные проекты выросли из игры.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Творчеству нужно время. Длинные непрерывные отрезки времени. К сожалению, мы так спешим выполнить работу, соблюсти сроки и при этом оставаться активными в социальных сетях, что эта суета влияет на качество наших произведений. Кроме того, стандарты качества повсеместно снижаются, а художники страдают от профессионального выгорания.

В своем выступлении «Почему на работе не работают» на конференции TED Джейсон Фрид сравнивает рабочий процесс со сном. Коротких промежутков времени в обоих случаях оказывается недостаточно, частые перерывы тоже не идут на пользу. Для глубокого погружения в работу, как в период глубокого сна, необходимо пройти все предшествующие периоды, один за другим. Нельзя ничего пропускать, нельзя прерываться. Как правило, в голову сначала приходят очевидные, тривиальные идеи или клише. Наш мозг выдает их сразу с готовностью, но они нужны только для того, чтобы от них оттолкнуться. Если посвятить некоторое время обдумыванию конкретной идеи, она станет меняться и совершенствоваться, как мясо в маринаде, вкус которого со временем становится более насыщенным и богатым разными оттенками. Когда мыслям дают время, они становятся более сложными, более тонкими. Я трачу часы, дни, недели, иногда даже месяцы на обдумывание фотографии или проекта, даю идеям возможность вызреть и окончательно сформироваться.

Должна же я стерпеть двух-трех гусениц, если хочу познакомиться с бабочками.

— Антуан де Сент-Экзюпери.
Маленький принц[*]

Речь не о том, что идеи не могут зародиться и воплотиться за короткое время. Случалось, я выполняла заказы, и от появления идеи до ее исполнения проходило меньше 10 часов. И, надо признаться, такая быстрая и сосредоточенная работа приятно будоражит чувства. Но я не всегда работаю именно так. И, честно говоря, я убеждена, что конечный продукт был бы лучше, если бы у меня было больше времени.

Я делала снимки и откладывала их на несколько месяцев. И возвращалась к ним позже, исполненная новых идей, как

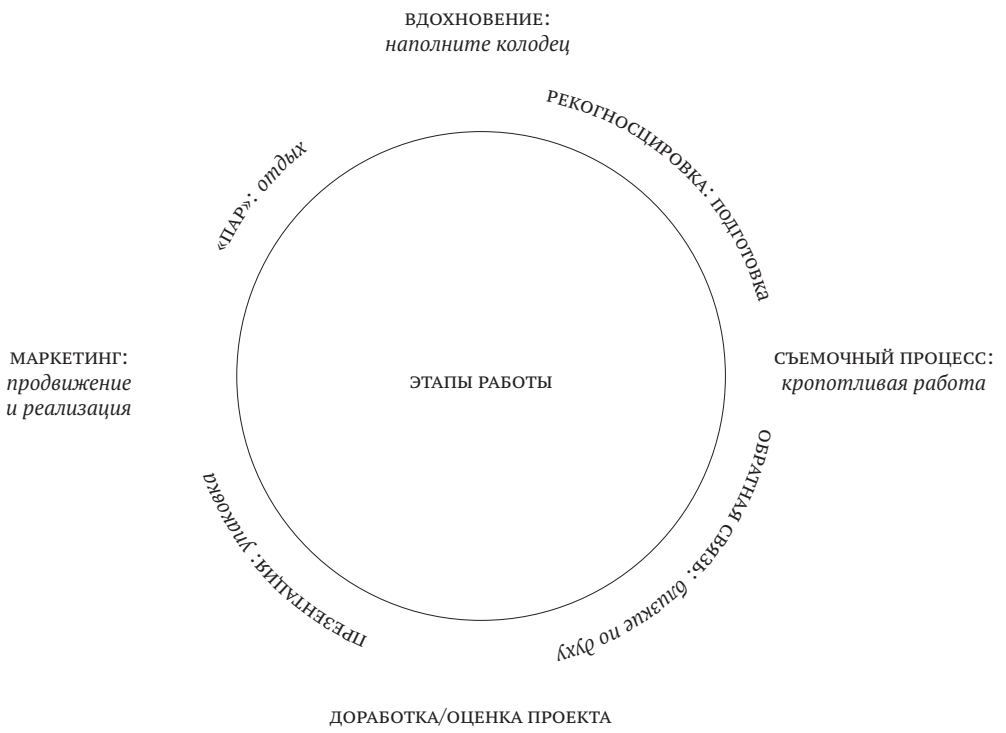
* Перевод Норы Галь. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

лучше проявить пленку, сделать кадр более концептуальным, — идей, которые меняют работу в лучшую сторону.

Термин «пар» пришел из области земледелия и обозначает период времени, в течение которого поле остается незасеянным. В это время поле отдыхает, возобновляется питательность почвы, и земля восстанавливается для нового урожая. Художникам тоже важно побыть «под паром»: дать отдых уму и восстановить исчерпанные творческие ресурсы.

Одиночество — это еще один компонент, необходимый, чтобы установить связь со своим разумом, обдумать информацию и породить идеи. Определите, в чем для вас состоит ценность одиночества, и постарайтесь найти баланс между одиночеством и взаимодействием с окружающим миром.



Разделите ваш рабочий процесс на этапы или стадии, вместо того чтобы пытаться сделать все одновременно. Если вы пытаетесь сделать все сразу, вы ничего не можете сделать хорошо.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Для создания великих произведений вам не требуется гигантская студия с новейшим высококлассным оборудованием — вам нужно пространство, где вам будет приятно находиться. Пространство, которое дает вам ощущение комфорта и прилив творческих сил. Оно необязательно должно дорого стоить. Вне зависимости от того, каким оно будет по размеру (будет ли это удачно освещенный уголок комнаты со столом и удобным стулом или часть гаража), вы сможете превратить его в то место, где вам захочется находиться и которое будет располагать к работе, добавив приятных мелочей. Творческий процесс и так достаточно труден, облегчите себе задачу, создав пространство, которое соответствует вашим запросам. Энергия вашего рабочего пространства повлияет на вашу способность работать эффективно. Какого рода снимки вы планируете делать? Вы будете использовать много реквизита? Или вам нужна светлая незаставленная студия без лишних деталей? Вам хочется видеть вокруг себя вещи, которые вам нравятся? Яркие цвета? Темноту? Вам лучше работается сидя на полу? На стуле? На диване? На улице? Среди людей? Вы любите творческий беспорядок? Обратите внимание на такие детали, как освещение, мебель для сидения, оформление стен, способ хранения вещей и т. д. Воспользовавшись идеями и методами философии фэншуй, вы сможете организовать свое рабочее пространство так, чтобы оно способствовало творчеству и успеху.

ФЭНШУЙ

Китайская система правил организации и освоения пространства, основанная на представлении о потоках энергии (ци). Эти представления учитываются при проектировке пространства и зданий. Фэншуй используется не только при дизайне и декорировании помещений: психологические принципы фэншуй, влияющие на душевное, эмоциональное, физическое и духовное здоровье человека, применяются для гармонизации интерьеров.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

В процессе съемки важны разные потоки энергии:

ТВОРЧЕСКАЯ ЭНЕРГИЯ / СНЫ / МОЗГОВОЙ ШТУРМ / РЕКОГНОСЦИРОВКА

ИСПОЛНЕНИЕ / ПРАКТИКА

АДМИНИСТРАТИВНАЯ / ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ЭНЕРГИЯ

Когда вы будете обустраивать свою студию, ответьте на вопрос: «Какие ощущения мне нужны, чтобы хорошо осуществлять эту деятельность?»

В художественной практике применяется множество материалов и инструментов. Если они расположены как попало, они напоминают свалку ненужных вещей. Четкая организация пространства студии важна для поддержания потоков творческой энергии. А свалка — это груда вещей, которые уже перестали выполнять свою функцию.

Избавляйтесь от того, что вам не нужно или не нравится.

—
Тиша Моррис*.
Фэншуйте свою жизнь: Краткое руководство по избавлению от хлама и обновлению жизни

Свалка подавляет творческое начало. Она опустошает эмоционально. Время от времени нужно наводить порядок в своих вещах и освобождать место для нового. Это субъективный процесс, и суть его не в том, чтобы избавиться от всего, что накопилось. Скорее, обратите внимание на нагромождения вещей, обладающих негативной энергией.

Я понимаю беспорядок, который возникает в процессе работы над проектом. Но как только вы завершите проект, наведите порядок, чтобы не мешать потокам благоприятной энергии.

* Дизайнер интерьеров, специалист и автор книг об искусстве фэншуй. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ФЭНШУЙТЕ СВОЕ РАБОЧЕЕ ПРОСТРАНСТВО

ЧУВСТВЕННЫЕ СТИМУЛЫ
настроение / энергия

НАТУРАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ
растения, естественный свет, камни и т. д.

ЦВЕТ
цвет стен
работы

ДВИЖЕНИЕ
фонтан

ОСВЕЩЕНИЕ

ЗВУК
музыка
звуки природы

ЗАПАХ
ароматический диффузор

˅

Красный
Оранжевый
Желтый

˅

Творчество
Бергамот. Лимон. Ладан. Нероли. Роза. Жасмин. Гвоздика

Сосредоточенность
Тимьян. Лимон. Фенхель. Бергамот. Базилик. Кипарис. Корица

Леонардо да Винчи ежедневно пользовался маслом нероли, стимулируя вдохновение.

РАЗБЕРИТЕ ЗАВАЛЫ. Все, начиная со старых / не распределенных по папкам файлов и заканчивая старыми запасами. Помойте пол, вынесите мусор. Освободите место для новой работы.

+

РАЗЛОЖИТЕ материалы и инструменты.
Предметы одной категории храните рядом.

ГАЛЕРЕЯ
Выставляйте удачные работы. Развесьте по стенам письма, заметки или одобрительные слова, чтобы привлечь энергию будущего признания.

«ДИКАЯ» зона беспорядка.
Предметы, необходимые для текущей работы. ОДНАКО вам нужно регулярно разбирать и расчищать эту зону.

ЗОНА ВДОХНОВЕНИЯ | АЛТАРЬ | ТВОРЧЕСКИЙ ТАЛИСМАН
Пространство для предметов и изображений, которые вас вдохновляют.

ИГРОВОЕ пространство
Что-то по-детски веселое… поиграйте в мозговой штурм.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

расположите зоны относительно
ВХОДА В ПОМЕЩЕНИЕ | МЕСТА ЗА СТОЛОМ

Возьмите за основу сетку Багуа* для определения ориентации отдельных зон помещения и вашего рабочего стола и усиления потоков положительной энергии.

> Разместите мебель так, чтобы вы сидели лицом к входной двери: важно видеть, как люди и новые возможности «входят» в помещение. Если это невозможно, расположите на столе небольшое зеркало, в котором будет отражаться вход.
>
> Ваши работы должны быть видны из сектора СЛАВА И РЕПУТАЦИЯ.
>
> Разберите стол. По крайней мере 50 процентов должны оставаться свободными, в особенности в секциях УМ, ТЕЛО И ДУХ и КАРЬЕРА И ЦЕЛИ В ЖИЗНИ.

Подсчитайте, какую долю пространства и какую площадь будут у вас занимать секторы:

ЗОНА ТВОРЧЕСТВА И МОЗГОВОГО ШТУРМА |
ЗОНА ПРОИЗВОДСТВА/МОНТАЖА | ЗОНА СЪЕМКИ | ГАЛЕРЕЯ | ОФИС | МЕСТО ДЛЯ ВСТРЕЧ |

ХРАНИЛИЩЕ
документы / архив / библиотека / книги и справочники /
оборудование / реквизит / декорации / костюмы / работы

Воспользуйтесь этими рекомендациями, чтобы распланировать или реорганизовать рабочее пространство для достижения оптимальной продуктивности.

---

* Схема, используемая для определения зон по фэншуй. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Если вы хотите понять, насколько верное представление сложилось у вас в связи с той или иной темой или идеей, запишите свои мысли в виде свободного потока, ничего не редактируя. Я никогда не была уверена в своих писательских способностях, поэтому знаю, с каким сомнением вы, возможно, отнесетесь к этой идее. И все же поток сознания раскрепощает мышление. Когда вы берете ручку, водите ею по странице и, не прерываясь, выплескиваете на бумагу все, что приходит вам в голову, тогда открываются двери для новых идей. Ваши мысли раскрываются в потоке сознания, поэтому будьте раскованными и не обращайте внимания на правила грамматики и правописания.

ПИСАТЬ ОТ РУКИ ИЛИ ПЕЧАТАТЬ НА КЛАВИАТУРЕ?

Согласно исследованиям, процесс письма от руки сильнее активизирует концептуальное мышление, чем процесс работы на компьютере. Построение ассоциативных карт и техника мозгового штурма начинаются с использования бумаги и ручки. Если будет необходимо, вы впоследствии можете перенести на компьютер и выстроить логически то, что написали от руки.

Заведите себе скетчбук с идеями проектов и фотографий, которые вы хотите создать в будущем. Даже если вы умеете рисовать только домики и человечков, делайте наброски в этом блокноте, сопровождая их кратким изложением идеи будущей фотографии, чтобы не забыть, что имелось в виду. Кроме того, вы можете использовать технику мозгового штурма, создавать ассоциативные карты, доски настроения и листы статистики, о которых подробнее речь пойдет в главе 4. Часто идеи проектов возникают у меня задолго до того, как я оказываюсь готова приступить к ним. Но у меня всегда под рукой мой скетчбук, и я знаю, что эти идеи дождутся своего часа. Если случается, что мне не хватает вдохновения и я не знаю, чем заниматься дальше, я бегло просматриваю свой скетчбук, который безошибочно подсказывает мне, над чем работать.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

«УТРЕННИЕ СТРАНИЦЫ»

Мне нравится еще одна идея из книги Джулии Кэмерон «Путь художника» — практика «утренних страниц». Нужно просто написать две-три страницы свободного текста сразу же после пробуждения, перед началом нового дня. Эта практика имеет двойной эффект.

> У нас у всех в голове постоянно роятся отвлекающие мысли: о повседневных заботах вроде грязной посуды, замены масла или похода в магазин и о более серьезных вещах вроде работы, любовных связей, здоровья, самооценки и смысла жизни. Этот нестройный хор звучит у нас в голове в течение всего дня. Но если вы, едва проснувшись, очиститесь от этого ШУМА, вы сможете свободно начать свой день и сосредоточиться на творчестве.
>
> Эта практика вынуждает вас писать, не заботясь о правильности и структуре текста. Чем больше вы практикуетесь в свободном письме, позволяя мыслям непринужденно перетекать на бумагу, не оценивая и не редактируя их, тем легче новые идеи будут возникать в других контекстах.

Если вы будете выполнять это упражнение регулярно, вы заметите, как меняются ваши установки и ваш настрой на день.

→

попугай тови № 7736-81

(2012)
Из цикла «Птицы одного полета»

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

СООБЩЕСТВО ХУДОЖНИКОВ

Молодые художники зачастую бывают охвачены тревогой, сомневаясь в себе. Они находят опору, изучая жизнь художников, на которых хотят быть похожими, но еще им нужна поддержка со стороны окружающих…

—

Вера Джон-Штайнер.
Заметки ума: изучение мышления

Учитывая все эмоциональные и психологические аспекты творчества, наличие художников, готовых оказать вам поддержку и осознающих, через что вам приходится пройти, очень важно и ценно. Это люди, которые понимают вас и не считают вас странным или сумасшедшим. Создав устойчивую сеть таких людей, вы заручитесь общей поддержкой, приобретете тестовую аудиторию и создадите партнерскую среду на случай, если вам понадобится помощь.

Очень важно уметь распознавать здоровые отношения. Некоторые доброжелательно настроенные друзья и члены семьи могут не до конца понимать, чем вы занимаетесь, и не вполне одобрять это. И хотя эти люди стремятся оказать «поддержку» из лучших своих побуждений, скорее всего, это будут послания смешанного характера, из-за которых вы будете ощущать неловкость, чувствовать недопонимание и опустошение. Вы должны защитить себя в эмоциональном плане от такого рода отношений.

Успех других художников естественным образом обостряет чувство конкуренции и вызывает зависть. Однако на самом деле все может обстоять не так, как кажется на первый взгляд, и гораздо важнее продолжать как можно лучше делать собственную работу, чем праздно интересоваться другими или сравнивать себя с ними.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

СООБЩЕСТВО ХУДОЖНИКОВ | *Сотрудничество*

Одна голова хорошо, а две лучше. Найдите родственную душу в человеке, с которым вы готовы сотрудничать, и вы обретете невероятную объединенную силу, которая может вывести ваше творчество на новый уровень. Успешное сотрудничество может принести неизмеримую пользу вне зависимости от того, с кем вы работаете: со специалистом в вашей области или с представителем другой сферы искусства. Помимо ценных идей, партнерство может принести пользу в процессе реализации проекта — как физическую, так и эмоциональную. Союзники помогают решать разного рода задачи и часто психологически поддерживают.

Даже в лучших партнерских отношениях могут возникнуть сложности: эти связи нужно постоянно развивать, и основываться они должны на доверии и взаимном уважении. Заранее обсудите роли, взаимные ожидания и авторскую принадлежность идей, чтобы в будущем избежать неприятностей и конфликтов.

РЕКОМЕНДОВАННОЕ ВИДЕО

Студия NIX + GERBER. Гостиная (www.vimeo.com/165461598).

Фантастические нелепости Кана и Селесника, журнал Chronogram (www.youtube.com/watch?v=hYXvAHHFAvE).

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Раньше, начиная с эпохи Средневековья, подмастерья в течение семи лет жили и работали с мастером. В обмен на свой труд подмастерье получал еду, кров и ремесленное образование. Эта система позволяла ученикам получить структурную подготовку, приобрести знания и практические навыки.

В наши дни эта система еще сохранилась в высших и профессионально-технических учебных заведениях. Продолжительность обучения значительно сократилась, и больше внимания стало уделяться стажировке и практике на производстве.

Активное участие в реальной работе, позволяющее студентам приобрести опыт, — это один из наиболее эффективных методов обучения. Поскольку индустрия искусства по природе своей крайне непредсказуема (в ней нет аксиом), очень сложно подготовиться к карьере художника, не выходя за пределы учебной аудитории. Вот почему так нужны стажировки. С их помощью студенты получают полное представление о том, как другие занимаются повседневной творческой и практической деятельностью. Кроме того, стажировки позволяют создать сеть полезных контактов и выстроить деловые отношения.

Подавая заявление на стажировку, вы должны разборчиво относиться к тому, у кого вы будете практиковаться. Постарайтесь найти кого-то, кто будет не просто многообещающим специалистом, поскольку такие люди, как правило, допускают изрядное количество ошибок, осваивая неизведанные области. Найдите того, чья карьера вызывает у вас восхищение, того, кто занимается примерно тем, чем вы бы хотели заниматься. Неплохо найти стажировку в том регионе, где вы в конце концов хотели бы остаться жить и работать.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Никакое образование и никакие стажировки не уберегут вас от вопросов и трудностей, которые поджидают вас на пути. И хотя к успеху в области искусства ведет много дорог и ни одна творческая карьера не похожа на другую, очень важно иметь наставника — человека, которого вы уважаете, которым восхищаетесь, которому доверяете и который уже сделал успешную карьеру. Если у вас будет к кому обратиться с вопросами технического, творческого (например, о направлении работы) или делового характера (Сколько мне за это брать? С этим договором все в порядке?), вы будете чувствовать себя более уверенно, принимая трудные решения. Само собой, множество информации доступно в интернете, но гораздо полезнее иметь специального человека (или людей), к которому можно обратиться за советом и поддержкой. Возможно, вы столкнетесь с тем, что переросли вашего первого наставника. По мере того как вы будете продвигаться в своей карьере, вам будет все труднее найти себе учителя, но тем не менее фигура наставника будет оставаться важнейшим элементом вашей личной системы поддержки.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Образование — это дело всей жизни. Даже если вы окончили учебное заведение, время от времени посещайте занятия или мастер-классы, чтобы ставить перед собой новые задачи. Лично мне нравится брать уроки, которые не имеют прямого отношения к моей области или специальности: я обогащаю свое творчество новыми знаниями и открываю в нем новые горизонты. Помимо возможности приобрести новые навыки, мне нравится общаться со своими коллегами из других областей искусства, поскольку так я чувствую себя частью сообщества.

Если вы живете в удаленном регионе или у вас нет возможности ездить далеко на занятия, вы можете воспользоваться одним из прекрасных образовательных интернет-ресурсов, например CreativeLive или Lynda.com.

Не обязательно учиться в художественной школе, чтобы стать художником, но, посещая Колледж искусств и дизайна, я приобрела базовые технические навыки фотографирования и множество полезных связей. Имея доступ к позитивной образовательной среде с преподавателями, которые могут вас поддержать и вдохновить, вы можете изменить ход развития своего творчества и карьеры. Я признательна преподавателям за те знания, которые получила. Мой опыт был успешным, но я слышала от других фотографов множество историй о том, как учителя отбили у них всякую охоту творить. Они либо пытались вылепить учеников по своему собственному образу и подобию, создавая тем самым враждебную атмосферу, либо губили доверие и любовь к творчеству, свойственные нежному возрасту. Если вы подумываете о высшем образовании в области искусства, тщательно выберите программу, факультет и обратите внимание на обстановку в учебном заведении, прежде чем подавать заявление.

Если у вас есть возможность преподавать (в любом качестве), я настоятельно рекомендую ею воспользоваться. Преподавание дает очень многое, и в роли учителя вы узнаете не меньше, чем будучи студентом. Очень важно делиться своими знаниями с другими, даже если это происходит за пределами аудитории. Это стоит делать не только из соображений альтруизма: лучший способ понять материал — объяснить его кому-то еще.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

СОЗДАЙТЕ СЕТЬ РЕСУРСОВ

Я член сообщества художников, помогающих друг другу советом и делом и оказывающих дружескую поддержку. К счастью, как искусство, так и фотография вызывают живой интерес, так что будущих друзей и компаньонов можно с большой вероятностью найти на разных образовательных курсах, отраслевых мероприятиях, презентациях фотографий, в каталогах, в клубах и организациях, музеях и галереях. Само собой, дружескую поддержку вам могут оказать не только ваши непосредственные коллеги; художники, работающие с другими техниками, тоже могут внести уникальный вклад в вашу систему поддержки.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ГЛАВА 2 | *Резюме*

Во второй главе речь шла о базовых практиках, которые позволяют создать идеальную творческую среду. Эта среда должна в физическом, душевном и эмоциональном плане благоприятствовать рождению новых идей и творчеству. Анализируя природу и психологию художников, мы обсудили основные идеи и инструменты борьбы с трудностями: как обрести уверенность через «позы силы», медитацию, здоровый сон, игру, ведение записей, организацию рабочего пространства и создание сообщества художников, оказывающих всяческую поддержку. Все эти практики способствуют созданию сильных произведений и в то же время учитывают ваши потребности как художника.

Я сама далека от совершенства, и не все, что описано в этой главе, я применяю в своей практике. Я поняла, что мы зачастую с самого начала знаем, что нам нужно, чтобы стать или чувствовать себя лучше, но новые привычки приживаются с большим трудом. Когда я следую рекомендациям, приведенным здесь, я вижу значительные изменения в своем настроении, в продуктивности и результатах работы, но постоянно сбиваюсь с пути, и, чтобы вернуться, мне требуется чуткая поддержка со стороны родственников или коллег. Но это не значит «все или ничего». Делайте то, что можете делать, и следите за этим, ведь даже небольшие изменения — это уже результат. Мы ловко умеем оправдывать свое поведение, ссылаясь на внешние обстоятельства или подыскивая мотивацию своим поступкам. Постарайтесь осознавать это. Способствует ли ваша система взглядов мотивации и продуктивности? Или же она служит вам скорее опорой, чтобы легче было оправдать себя и отложить проекты и цели в долгий ящик?

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

Остин Клеон. Кради как художник. М. : Манн, Иванов и Фербер, 2014.

Джулия Кэмерон. Путь художника. М. : Livebook, 2014.

Дэвид Бейлс и Тед Орланд. Искусство и страх. Гид по выживанию для современного художника. СПб : Питер, 2011.

Peter London. No More Secondhand Art (Больше никакого вторичного искусства), 1989.

Джозеф Кэмпбелл. Тысячеликий герой. СПб.: Питер, 2016.

Экхарт Толле. Сила настоящего. Руководство к духовному пробуждению. М. : София, 2014.

Джош Вайцкин. Искусство учиться. Как стать лучшим в любом деле. М. : Манн, Иванов и Фербер, 2014.

Кэрол Дуэк. Гибкое сознание. Новый взгляд на психологию развития взрослых и детей. М. : Манн, Иванов и Фербер, 2013.

Эми Кадди. Присутствие духа. Как направить силы своей личности на достижение успеха. М. : Азбука, 2016.

Adam Grant and Sheryl Sandberg. Originals: How Nonconformists Move the World (Оригиналы. Как нонконформисты движут миром), 2016.

Florence Williams. This Is Your Brain on Nature (Это твой мозг на природе), 2016, статья в журнале National Geographic.

Mary Oliver. Blue Pastures (Голубые выгоны), 1995.

Sibella Court. The Life of a Bowerbird: Creating Beautiful Interiors with the Things You Collect (Жизнь птицы-шалашника. Как украсить интерьер предметами своей коллекции), 2012.

РЕКОМЕНДОВАННОЕ АУДИО

«Как выглядит творческий мозг?», передача «Радиочас TED», Национальное общественное радио США NPR (www.npr.org/2014/10/03/351549673/what-does-a-creative-brain-look-like).

РЕКОМЕНДОВАННОЕ ВИДЕО

Элизабет Гилберт. Ваш неуловимый творческий гений, 2009, выступление на конференции TED (www.ted.com/talks/elizabeth_gilbert_on_genius?language=en).

Эми Кадди. Язык тела формирует вашу личность, 2012, выступление на конференции TED (www.ted.com/talks/amy_cuddy_your_body_language_shapes_who_you_are).

Джейн Макгонигал. Игра, продлевающая жизнь на 10 лет, 2012, выступление на конференции TED (www.ted.com/talks/jane_mcgonigal_the_game_that_can_give_you_10_extra_years_of_life?language=en).

Шон Ачор. Счастье — секрет успешной работы, 2011, выступление на конференции TED (www.ted.com/talks/shawn_achor_the_happy_secret_to_better_work?language=en).

Интервью с Тимом Уолкером. В мире моды, 2009, сайт SHOWstudio (www.showstudio.com/project/in_fashion/tim_walker).

Джейсон Фрид. Почему на работе не работают, 2010, выступление на конференции TED (www.ted.com/talks/jason_fried_why_work_doesn_t_happen_at_work?language=en).

Николас Кан и Ричард Селесник. Предсказания «Аполлона», документальный фильм, 2005.

ИСТОЧНИКИ ВДОХНОВЕНИЯ

Кан и Селесник
Лори Никс
Дебби Флеминг Каффри
Лейла Джеффрис
Лаура Эль-Тантави
Галерея Кэтрин Эдельман
Студия Art Partner
Фотоагентство Noor

№2015/02/30/380000-1 от 27 апреля 2015 года

Управление

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ГЛАВА ТРЕТЬЯ

временем

: ДВИЖЕНИЕ VS ПРОГРЕСС
Умение сказать «нет»

ПРОДУКТИВНОСТЬ
Планирование дня

МОТИВАЦИЯ

РАБОТА, КОТОРАЯ
ПОДСТРАИВАЕТСЯ ПОД ВАС

РЕЗЮМЕ

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ДВИЖЕНИЕ VS ПРОГРЕСС

Нас охватила эпидемия постоянной занятости. Если все ваше время заполнено делами, это не всегда означает, что вы работаете продуктивно, делаете что-то значимое или идете навстречу своим целям. Поразмышляйте над тем, каковы ваши цели и что вам непременно нужно делать, чтобы достичь их. Составьте список задач А, не выполнив которые вы никогда не достигнете своих целей. Затем составьте список Б: туда войдут задачи, без которых вы сможете прийти к цели, но это скажется на исполнении, качестве или эффективности работы. Наконец, составьте список В, состоящий из задач, которые вы хотите выполнить, но которые не связаны непосредственно с вашими целями. Как только списки будут готовы, вы сможете распределить в соответствии с ними свое время и свои силы. Это задание, возможно, заставит вас сурово пересмотреть, как и с кем вам стоит проводить время, ведь крайне важно отдавать предпочтение именно тем шагам, которые приближают вас к цели.

> *Многие амбициозные люди считают работой любую деятельность, которая потенциально может привести к профессиональному успеху. Большинство специалистов могут назвать бесконечное множество разных занятий, подпадающих под это определение, — от нескончаемых совещаний до изматывающего присутствия в социальных сетях. Этому обобщенному пониманию работы мы во многом обязаны культуре занятости, которая причиняет нам столько страданий и которая подразумевает, что успех прямо пропорционален степени усталости. Однако это определение работы неточно. Целесообразнее разделить этот вид деятельности на две категории: глубинную и поверхностную.*
>
> *Глубинная работа. Когнитивно нагруженные задачи, которые требуют концентрации и применения трудноимитируемых навыков.*
>
> *Поверхностная работа. Задачи логистического плана, не требующие напряженной концентрации и трудноимитируемых навыков.*
>
> *В сущности, поверхностную работу нельзя назвать плохой, просто она не требует особых умений*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

> *и, следовательно, мало способствует (в лучшем случае) созданию ценностей… Сократите количество поверхностной работы и сосредоточьтесь на работе глубинной. Таким образом вы воспользуетесь важным обстоятельством, о котором часто забывают: именно глубинная работа порождает значащие вещи.*
>
> —
>
> Кэл Ньюпорт.
> *Хочешь делать значащие вещи? Будь ленивым*

Не так-то просто преодолеть диктат нашей современной культурной, социальной и деловой ментальности, с этими безумными расписаниями, дедлайнами, постоянными собраниями, перерывами, необходимостью мгновенного ответа и круглосуточной доступностью. Чтобы пересилить это, вам нужно держать в голове ту цель творчества, которая в будущем принесет ощутимые результаты. Отдайте предпочтение тем шагам, которые ведут к этой цели, вместо того чтобы ответить еще на несколько писем или обновить статус в социальных сетях.

В наши дни, когда мы доступны 24 часа в сутки, способность порадовать клиентов и членов команды эффективностью работы и ответственным к ней отношением, не давая им злоупотреблять вашим временем, — это настоящее искусство. Если с самого начала установить разумные границы и оговорить ожидания сторон, это поможет всем участникам проекта избежать недоразумений и остаться довольными сотрудничеством. Конечно, может возникнуть ситуация, когда приходится потратить несколько дополнительных часов на работу для спасения положения. Тем не менее вы можете обнаружить, что некоторые люди, с которыми вы работаете, иногда обосновывают срочностью неоправданные притязания на ваше время.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Расставляя приоритеты, мы вынуждены отказываться от проектов, которые не приближают нас к нашим долгосрочным целям. При этом очень трудно заранее оценить, какие возможности превратятся в значимые вехи творческого пути. То, за что, на первый взгляд, не стоит браться, может привести к знакомству с человеком, который окажет вам поддержку. И наоборот, то, что на первый взгляд представляется прекрасным шансом, в итоге может оказаться пустой тратой времени и сил. В самом начале своей карьеры я соглашалась на все, потому что не была уверена, насколько мне будет полезен тот или иной проект, кроме того, мне хотелось набраться опыта. Я вымоталась, стараясь подстроиться под каждого. Начались проблемы со здоровьем. Теперь я гораздо более разборчива в выборе возможностей и заказов и могу сосредоточиться на том, что мне действительно интересно.

Когда вы рассматриваете предложение, обратитесь к своему списку целей и попытайтесь оценить, насколько эта работа приблизит вас к вашим целям или отдалит от них.

ВРЕМЯ

(2013)
Экспериментальный натюрморт с крокодилом и карманными часами

№2015/02/30/380000-1 от 27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Работа РАСТЯГИВАЕТСЯ, *как резина, чтобы заполнить время, отпущенное для ее выполнения.*

—

Закон Паркинсона

Организуя свой рабочий процесс, я применила некоторые идеи для повышения продуктивности. Первая идея — это метод периодического действия. Он состоит в том, что повторяющиеся задачи решаются более эффективно, если они объединены во времени. Например, вместо того чтобы отвечать на электронную почту в несколько заходов в течение дня, выполните эту задачу за один или два раза.

Имея это в виду, я составляю длинные списки дел. Нам приходится делать кучу вещей одновременно, и, если не записывать их, можно что-то упустить. Потратив время на составление списка дел, вы будете уверены, что все они зафиксированы на бумаге и вам не нужно будет держать их в голове. Именно «ВСЕ»: если я что-то не указываю, это сразу же выветривается из головы, так что я составляю два списка — с краткосрочными и долгосрочными задачами.

Да, я предлагаю вам найти способ составления списков, который подходит вам больше всего. Это могут быть специальные приложения, «Google Календарь» с возможностью создания задач, электронные таблицы, старые добрые листочки и ручки, меловые и маркерные доски и т. п.

→

(Следующий разворот, по часовой стрелке сверху слева)

ЭТЮД В КОРИЧНЕВЫХ ТОНАХ (2013)
Цикл «Ностальгия. Этюд в цвете»

ЗАСНЕЖЕННЫЙ ЛЕС (2007)
Цикл «Сказки и другие истории»

МЕДВЕДЬ № 2676 (2013)
Коллекция школы в Милбруке

ТОЛСТОРОГИЙ БАРАН № 6229 (2010)
Коллекция школы в Милбруке

ПИРШЕСТВО МУЛАРДОВ (2014)
Цикл «Фантастические пиршества»

ОБЛИК: МЕДУЗА (2013)
Мода

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ДЕЛАТЬ ИЛИ НЕ ДЕЛАТЬ

Вот несколько рекомендаций, как извлечь максимальную пользу из списков дел.

Добавляя что-либо в список, задайтесь вопросом, насколько это дело помогает вам добиться своих целей.
Составляйте списки дел на день и списки с долгосрочными задачами.
Ставьте перед собой реальные сроки.
Распределите задачи по категориям, не пишите всё вперемешку.

Ваш список дел на день может выглядеть следующим образом.

> То, что делается за две минуты или даже быстрее
> Задачи на сегодня (максимум пять, в порядке важности)
> Звонки
> Электронная почта
> Административные дела
> Социальные сети
> Поручения

Распределите долгосрочные задачи в соответствии с выполняемым проектом, видом деятельности или повесткой. Повестка — это ряд тем, которые вам нужно обговорить с разными людьми; под каждым именем вам нужно написать список вопросов, которые вы хотите обсудить.

Долгосрочные задачи остаются нерешенными, если они выглядят слишком громоздкими. Разделите их на маленькие конкретные шаги и выполняйте постепенно.

Выделите на каждую задачу определенное время. Оставьте запас (15–20 минут) на то, чтобы приступить к задаче и погрузиться в нее, запланируйте какое-то время, которое вы потратите на уборку или дорогу (если вам нужно перемещаться).

Определите свой порог концентрации. У каждого человека в процессе работы наступает такой момент, когда умственная усталость берет свое и уже не получается работать в полную силу. Очень важно заметить этот момент и либо переключиться на другую задачу, либо сделать перерыв.

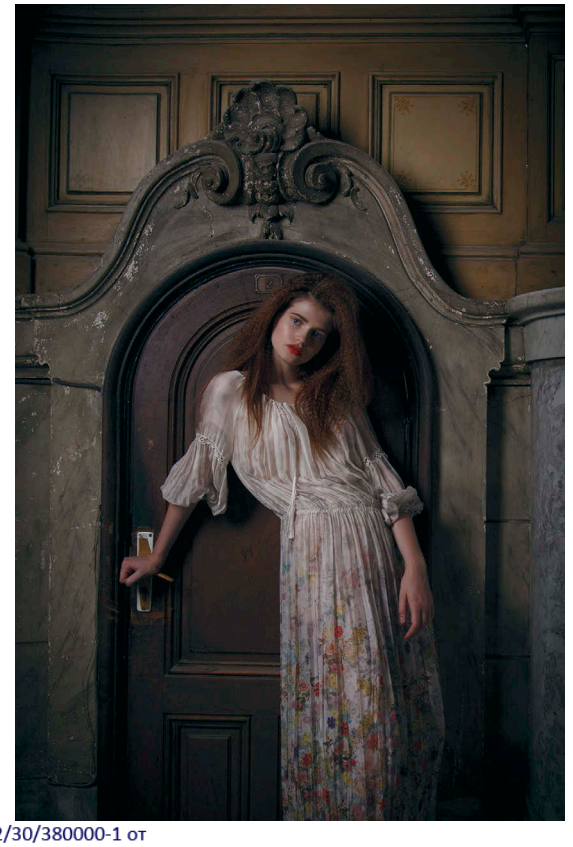
Завершив дело, потянитесь и немного пройдитесь, чтобы перезагрузить свой мозг и подготовиться к новым задачам.

Избегайте многозадачности. Это миф, что многозадачность делает ваш рабочий процесс более продуктивным. Она распыляет ваше внимание, и вам становится трудно сконцентрироваться. Сосредоточьтесь на одной задаче. Если я возьмусь сразу за 25 задач, я не выполню ни одной, потому что буду перескакивать с одного дела на другое.

Когда вы приступаете к глубинному виду работы, который требует сосредоточенности, выключите свой телефон, отключите уведомления в электронной почте и социальных сетях. Закройте все ненужные вкладки и приложения, ничто не должно вас отвлекать.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года



№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ПРОДУКТИВНОСТЬ | *Планирование дня*

Я всегда с большим трудом планирую жизнь, и у меня редко случаются упорядоченные дни. Тем не менее я бы хотела организовать свое время примерно так.

ПРОБУЖДЕНИЕ

Я оставляю ноутбук на ночном столике. Когда я просыпаюсь, я пишу в нем заметки в течение нескольких минут. Это нечто среднее между дневником сновидений и «утренними страницами». Кроме того, я начала писать о том, за что я испытываю благодарность, чтобы настроиться на более позитивный лад. Затем я медитирую в течение 10 минут с помощью приложения Headspace.

УТРО

Когда я готова начать новый день, я просматриваю электронную почту (я борюсь с желанием проверить почту сразу же после пробуждения, от этой привычки очень трудно избавиться). Если ответ занимает минуты две или меньше, я отвечаю сразу же. Остальные письма я помечаю флажком. Затем я составляю структурированный список дел в виде расписания в приложении «Google Календарь». Все нестандартные запросы, которые я получаю по электронной почте, я заношу в расписание на конкретную дату, чтобы не забыть о них.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ДЕНЬ

Завершая этап планирования, я составляю расписание звонков и встреч. Я выполняю поручения, решаю административные задачи или черпаю в чем-либо вдохновение в первой половине дня. Я стараюсь делать короткие перерывы по 7–12 минут, во время которых выхожу на улицу, прогуливаюсь или играю с собакой.

ВЕЧЕР

Такие творческие задачи, как мозговой штурм, создание досок настроения, съемка в студии, ретуширование и работа над эскизами, я оставляю на вечер, когда чувствую творческий настрой. Большинству людей легче заниматься творчеством ранним утром. Все зависит от человека, я же всегда была «совой».

НОЧЬ

Я стараюсь ложиться спать до полуночи, хотя период с полуночи и до 4 часов утра для меня — лучшее время для творчества. Вы легко можете представить себе негативные последствия такого режима, и к работе ночью нужно заранее готовиться, чтобы избежать профессионального выгорания.

Я не могу похвастаться образцовым режимом дня. Об идеальном расписании приходится забыть, когда у меня съемочные дни, важные встречи рано утром, когда я путешествую или чувствую себя не очень хорошо. Главное — быть гибким и стремиться включить в свой день важные для вас занятия, даже если для этого потребуется что-то куда-то передвинуть. Вы сами можете подобрать подходящий именно вам ритм дня и ежедневные ритуалы.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

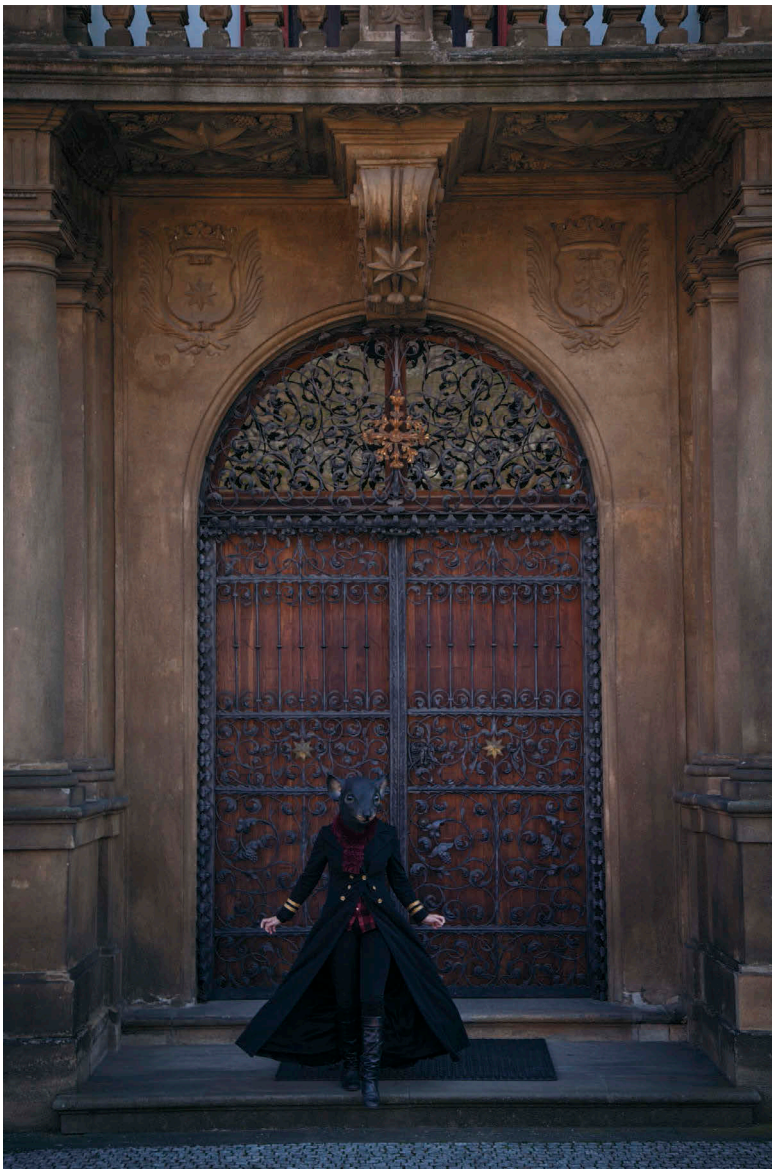
КЛАССИКА

(2010)
Из цикла «Сказки и другие истории»

50.1164° с. ш., 14.4128° в. д. ЗАМОК ТРОЯ

(2015)
Мышь-Путешественница в замке Троя (Прага, Чехия). Замок был построен в 1679–1691 годах для графского рода Штернбергов

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года



№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

МОТИВАЦИЯ

Выступая на конференции TED, Тони Роббинс поделился своими представлениями о человеческой мотивации и о «невидимых силах», которые побуждают к действию. Он назвал две такие силы, влияющие на наши решения. Первая — это фильтр, сквозь который мы смотрим на мир и который определяет наше мировоззрение. Вторая — это комплекс из шести универсальных человеческих потребностей, которые делятся на две группы.

Потребности личности

БЕЗОПАСНОСТЬ. Уверенность в том, что мы можем избежать боли и иметь, по крайней мере, безопасное жилье, пищу и воду.

РАЗНООБРАЗИЕ. Вопреки стремлению к безопасности, мы хотим некоторой неопределенности, чтобы не умереть от скуки.

ЗНАЧИМОСТЬ. Нам всем нужно чувствовать себя важными, особенными, уникальными.

ЕДИНЕНИЕ. Мы все хотим чувствовать единение или любовь по отношению к другому человеку (людям) или к животному.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Потребности души

рост. Нам нужно чувствовать, что мы растем и развиваемся, а не застряли на одном месте.

отдача. Мы испытываем потребность делать что-то для блага других.

Мы испытываем все шесть потребностей, но у каждого человека одна из этих потребностей оказывается наиболее острой и сильнее прочих определяет его выбор, поведение и устремления. Если вы определите свою главную потребность и будете стремиться удовлетворить те, что пока не реализованы, вы сможете направить ваши эмоции и энергию в нужное русло и чего-то достичь. Если, скажем, единение — это самая важная ваша потребность, найдите коллег, с кем вы можете вместе учиться или заниматься художественной практикой, или же создавайте такие произведения, которые подразумевают взаимодействие с другими. Иначе говоря, если вам все равно, вы не станете вкладывать в это время и силы.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РАБОТА, КОТОРАЯ ПОДСТРАИВАЕТСЯ ПОД ВАС

Великие произведения не всегда требуют съемки в экзотических местах, большого бюджета и многочисленной команды. Если вы изобретательны, вы поймете, что уже можете создавать нечто выдающееся.

Определяющий фактор совсем не ресурсы, это —

изобретательность.

<…> если мы испытываем необходимые чувства, мы можем заставить себя сделать все что угодно. <…> Если вы творческая, веселая и интересная личность, вы можете достучаться до кого угодно. <…> Если у вас нет денег, но вы достаточно творческий и решительный человек, вы достигнете цели. Так что это основной ресурс[*].

— Тони Роббинс[**]

Подумайте о том, как организована ваша жизнь, на что вы тратите больше всего времени и с чем вы имеете дело в вашей повседневной работе. Можете ли вы выстроить свою работу так, чтобы иметь дело с теми людьми и вещами, которые вам уже доступны, и делать то, что вы в любом случае стали бы делать? Можете ли вы использовать ресурсы одного проекта в каком-то другом проекте?

Недостатки и ограничения могут, напротив, привести к прекрасному результату. Как известно, необходимость — мать изобретательности, и в действительности нашему мозгу требуется задать определенные условия для порождения новых идей. Может показаться парадоксальным, но творческий человек может оказаться в ступоре, если у него будет слишком много вариантов выбора. Какого рода ограничения вы можете наложить на свою работу?

Многие утверждают, что они черпают вдохновение и делают лучшие снимки во время путешествий. Когда вы находитесь далеко от дома, вы нацелены на то, чтобы воспринимать все, что вас окружает, непредвзято. Мы прохаживаемся по овощным рынкам новых городов с чувством первооткрывателя, которое

* Перевод Татьяны Запевалиной. *Прим. ред.*

** Американский писатель, предприниматель, мотиватор, актер, тренер. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

редко испытываем в овощном отделе местного супермаркета. Это любопытство нужно культивировать и в повседневной жизни. Если вы всегда будете смотреть на мир такими глазами, это неизбежно повлияет на ваше творчество.

Куда бы я ни шла, я воображаю себя собирателем историй, идей и средств, которые пригодятся мне для фотографий. Вы не подозреваете какие сюрпризы будут вас поджидать в вашем собственном дворе, когда вы научитесь смотреть на мир глазами первооткрывателя.

УПРАЖНЕНИЕ

Вот несколько примеров, как использовать ограничения. Пользуясь этими рекомендациями, постарайтесь все же делать снимки, которые будут отражать ваше собственное ви́дение.

> Можете ли вы каждый день в течение месяца делать в ванной одну оригинальную фотографию? УСЛОВИЕ: вы можете брать только те вещи, которые вам уже принадлежат. ПЛЮСОМ будет, если по крайней мере в половине случаев никто не догадается, что фотография была сделана в ванной. ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ УСЛОВИЕ: на создание каждой фотографии отведите 30 минут.
>
> Придумайте для каждого дня недели свой цвет. Каждый день фотографируйте только то, что по цвету соответствует текущему дню недели. Вы можете делать как постановочные снимки, так и документальные фотографии.
>
> Сделайте фотографию, на которой все предметы начинаются на одну и ту же букву алфавита.
>
> Возьмите печенье судьбы. Сделайте фотографию, иллюстрирующую спрятанное внутри предсказание, используя только те предметы, которые вы найдете на кухне.
>
> Найдите прохожего с рыжими волосами. Представьтесь и попросите разрешения сфотографировать его с какой-нибудь оранжевой безделушкой.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ИЗОБРЕТАТЕЛЬНОСТЬ

Многие из своих проектов я делаю на собственные средства, так что мне приходится извлекать максимум из имеющихся возможностей. При этом я всегда стараюсь использовать одни и те же ресурсы в разных проектах.

Например, во время своей недавней поездки в Дубай на выставку в центре фотографии Gulf Photo Plus я провела мастер-класс и публичную лекцию, а также делала снимки для трех разных текущих проектов: «Птицы одного полета», «Фантастические пиршества» и «Мышь-Путешественница»

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ГЛАВА 3 | *Резюме*

В третьей главе мы говорили о том, как организовать свое время, отдавая предпочтение тому, что приближает вас к вашим целям. Кроме того, речь шла о том, как подойти творчески к планированию задач и как выработать идеальный режим продуктивного рабочего дня.

Следующая глава будет посвящена дивергентному мышлению, важнейшему методу решения задач. Освоив этот метод, вы легко сможете придумать сразу несколько решений для той или иной проблемы, научитесь творчески подходить к делегированию задач и извлекать максимум из предоставившихся возможностей.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

Cal Newport. Want to Create Things That Matter? Be Lazy (Хочешь делать значащие вещи? Будь ленивым), статья, 2015 (www.99u.com/articles/52345/want-to-create-things-that-matter-be-lazy_).

Грег МакКеон. Эссенциализм. Путь к простоте. М. : Манн, Иванов и Фербер, 2015.

Тимоти Феррис. Как работать по 4 часа в неделю. М. : Добрая книга, 2009.

Jocelyn K. Glei. Manage Your Day-to-Day: Build Your Routine, Find Your Focus, and Sharpen Your Creative Mind (Управляй повседневными делами. Как выстроить режим работы, расставить приоритеты и развить творческое мышление), 2013.

РЕКОМЕНДОВАННОЕ АУДИО

Тим Крейдер, восьмая глава «Манифест лентяя» из книги «Мы ничему не учимся», 2013, аудиокнига (www.youtube.com/watch?v=WWyV_GaH7K0).

РЕКОМЕНДОВАННОЕ ВИДЕО

Тони Роббинс. Почему мы делаем то, что делаем, 2006, выступление на конференции TED (www.ted.com/talks/tony_robbins_asks_why_we_do_what_we_do?language=en).

Фил Хансен. Смирись с дрожью, 2013, выступление на конференции TED (www.ted.com/talks/phil_hansen_embrace_the_shake).

ИСТОЧНИКИ ВДОХНОВЕНИЯ

Эрик Алмас
Эрвин Олаф
Майлз Олдридж
Мэттью Ролстон
Джулия Блэкмон

Галерея Clamp Art
Агентство Jed Root
Фотоагентство Magnum Photos

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Пре

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ

визуализация

: КАК ЗАПУСТИТЬ ИДЕЮ

ДИВЕРГЕНТНОЕ МЫШЛЕНИЕ

СВОБОДНЫЕ АССОЦИАЦИИ
Генерация случайных идей

МОЗГОВОЙ ШТУРМ
Не бойтесь невероятных идей
Полезные советы
Избегайте буквализма

АССОЦИАТИВНЫЕ КАРТЫ

ДОСКИ НАСТРОЕНИЯ

ПРЕВИЗУАЛИЗАЦИЯ

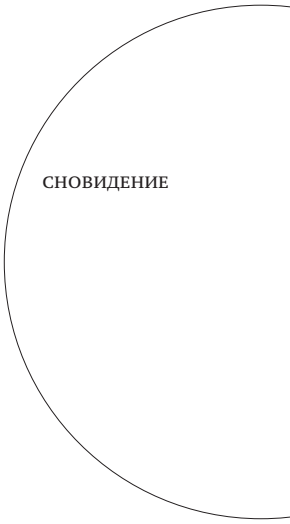
РАЗВИТИЕ ЗАМЫСЛА

РЕЗЮМЕ

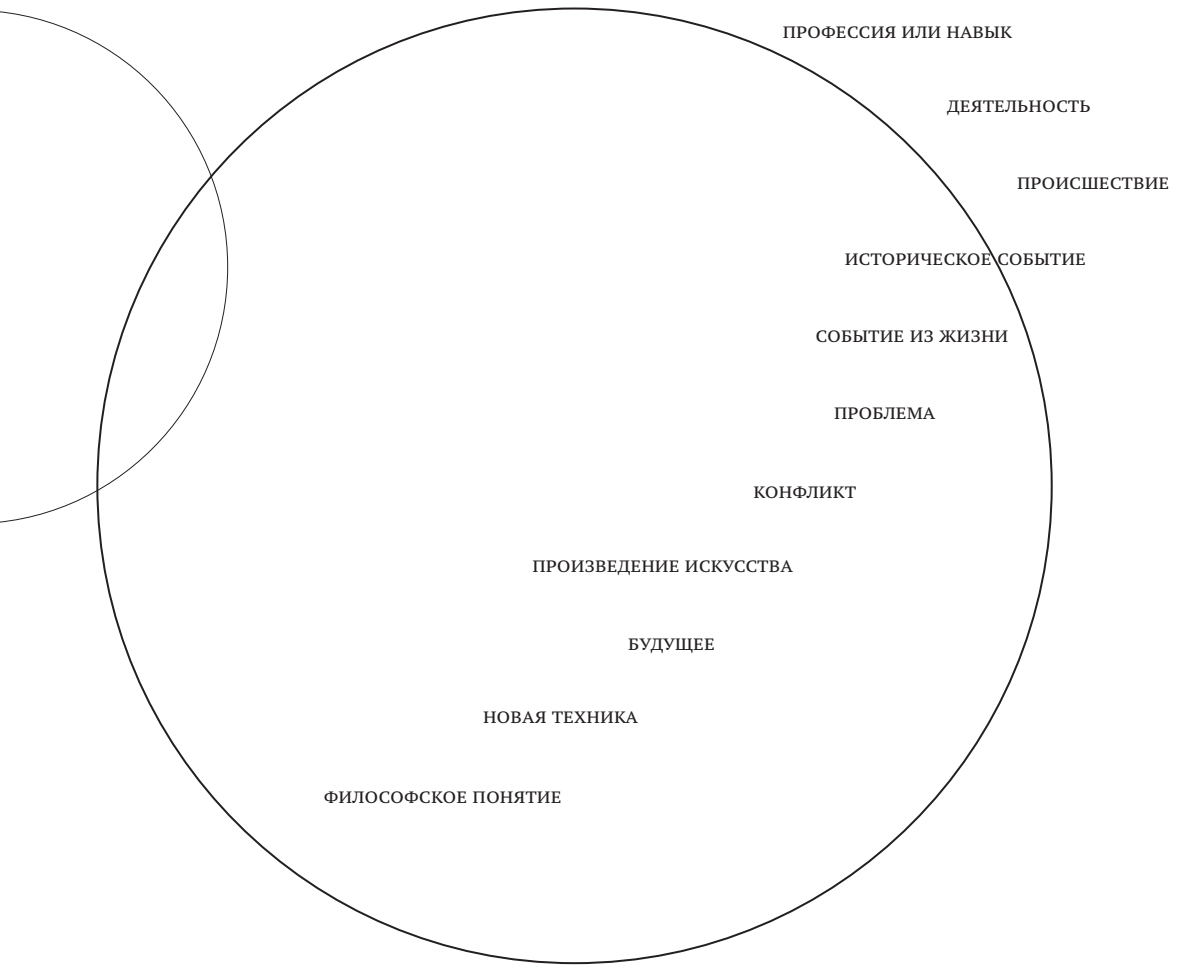
№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

КАК ЗАПУСТИТЬ ИДЕЮ

Источником идей может стать что угодно: сновидение, случай из жизни, происшествие или историческое событие, некое место, человек или животное, растение, предмет или понятие. Вспыхнувшую идею нужно развивать так, чтобы получился сюжет, заполняя пропуски в нем с помощью доступных вам ресурсов. Первоначальная идея должна притягивать, захватывать вас, вам должно быть интересно ее развивать. Вернитесь к списку интересов, который вы составляли в главе 1. Используйте темы из этого списка, чтобы оттолкнуться от них и с помощью мозгового штурма развить идеи, которые вы хотите передать посредством творчества.



№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года



№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ДИВЕРГЕНТНОЕ МЫШЛЕНИЕ

Дивергентное мышление — это мыслительный процесс, направленный на создание творческих идей путем подбора множества возможных решений вместо одного-единственного. Во многих образовательных системах студентов приучают запоминать и переваривать информацию стандартным образом; считается, что есть только один правильный ответ, а за ошибочные ответы полагается наказание. Это сказывается на творческом процессе катастрофически. Искусство — это готовность идти на риски и ошибаться, и к созданию произведения можно прийти разными путями. Многие, насколько мне известно, считают, что некий снимок можно сделать только так, а не иначе, затем решают, что так его сделать невозможно, и вообще отказываются от своей идеи. Любой снимок можно создать множеством разных способов (это касается как его идеи, так и исполнения), достаточно обладать изобретательностью и упорством.

Сколько разных применений вы можете придумать для зубной щетки?

20? 200? Нет правил и нет неверных ответов. Подумайте немного, возьмите лист бумаги и запишите столько способов использования зубной щетки, сколько сможете придумать.

Я давала это упражнение в разных группах людям разных возрастов по всему миру. Поначалу, как правило, предлагают использовать щетку для чистки чего-либо, помимо зубов, и только спустя некоторое время люди оказываются способными освободиться от очевидных представлений и начинают предлагать отстричь щетинки и использовать их для удлинения бровей — или что-то вроде этого. Некоторые так сильно боятся сказать что-то «глупое», что вообще ничего не могут придумать. Многие только спустя долгое время начинают понимать, что им, вопреки их ожиданиям, не нужно соблюдать какие-либо условия (например, можно взять сколько угодно щеток разных размеров, и они не обязательно должны подчиняться законам физики). И хотя этот пример может показаться слишком приземленным или смешным, он раскрывает ход мыслей большинства людей.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Первое, что приходит в голову, — это самые обычные и самые тривиальные идеи,

и они,
как правило,
отражают то,
что вы уже
видели или слышали
раньше.

Вам нужно проскочить этот этап, чтобы добраться до идей действительно новых и оригинальных. Кроме того, любопытно было обнаружить, что мы все предполагаем наличие каких-то правил и не уточняем, из чего мы можем в принципе выбирать.

Так что этот пример с обыкновенной зубной щеткой — это отличное упражнение.

Он иллюстрирует важнейшую часть работы художника, берущего некие повседневные или устоявшиеся нормы и представляющего их в новом, необычном свете, так, чтобы зритель подверг сомнению существующие идеи и представления.

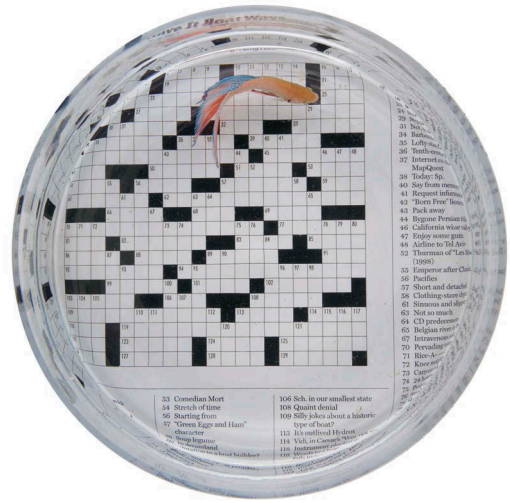
№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

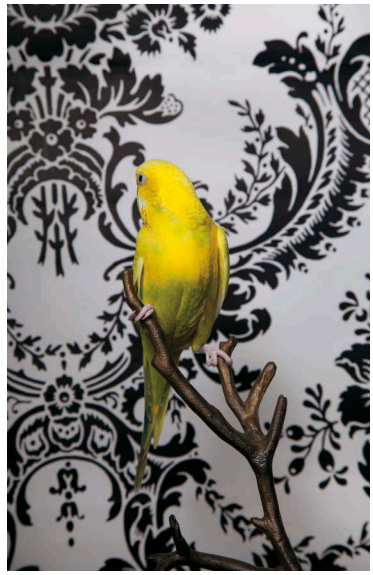
СВОБОДНЫЕ АССОЦИАЦИИ

Свободные ассоциации — это спонтанный, свободный поток непринужденных, необдуманных и неконтролируемых идей, эмоций и ощущений, возникающий под воздействием того или иного стимула. Эту технику широко используют в дивергентном мышлении или при поиске решений, чтобы набросать как можно больше идей. Как утверждают Фрейд и другие психоаналитики, свободные ассоциации позволяют понять бессознательные процессы, поскольку обнаруживают необдуманные реакции и взаимосвязи.

57 по горизонтали

(2015)
Из цикла «Это — вода»





Что первое приходит вам в голову при слове «корова»? Ваш ответ — это и есть *свободная ассоциация*.

волнистый попугайчик № 7024

(2012)
Из цикла «Птицы одного полета»

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

VOI*

(2011)
По заказу отеля Jumeirah Zabeel Saray.
При участии Бронкс из модельного агентства Bareface, Кристель Плишке-Ливолси (стиль), Кэти Кузинс (прическа и макияж), Бобби Лейн и Дэвида Техада (свет) и Белинды Мюллер (продюсер)

Если вы закладываете в основу фотографии некую идею, вам пригодится техника свободных ассоциаций: она поможет развить сюжет и определить, какие элементы позволят визуализировать ваш замысел.

* Черно-белая компьютерная игра-головоломка, в которой нужно собрать сложную фигуру по образцу из различных деталей. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Генерация случайных идей — это метод, позволяющий создать некий мысленный образ или установить некие ограничения на основании случайно выбранного слова или стимула, который запускает процесс мозгового штурма. Эта случайность может спровоцировать возникновение оригинальных идей. Вот пара примеров.

ОНЛАЙН-ГЕНЕРАТОРЫ.

Получите с помощью онлайн-генератора случайное слово или набор слов, с которых вы начнете мозговой штурм или построение ассоциативной карты. Я пользуюсь, например, вот этими:

www.randomwordgenerator.com
www.ideagenerator.creativitygames.net

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ПРОБИВНАЯ СИЛА СВОБОДНЫХ АССОЦИАЦИЙ

Выберите два числа: одно в промежутке от 1 до 300 (это будет **x**), другое — в промежутке от 1 до 10 (это будет **y**). Возьмите энциклопедию (или любую другую книгу) и откройте ее на странице **x**. Отсчитайте сверху вниз **y** строчек и прочитайте в искомой строчке первое слово. В течение 30 минут придумывайте свободные ассоциации к этому слову. Подумайте, можно ли найти какие-то взаимосвязи между вашей исходной задачей и теми понятиями, которые возникли случайным образом. Очень любопытно заставлять свой ум выискивать взаимосвязи, которые в иных обстоятельствах не пришли бы в голову.

(Эта техника была придумана Джоном Биленбергом, Институт Джона Биленберга на краю земли, Белфаст, штат Мэн.)

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Если вы хотите, чтобы у вас возникла новая, оригинальная идея, вы не можете, как говорил Джон Биленберг, описывая понятие «ложного мышления», следовать «в процессе творчества заданным синаптическим путем. Художникам нужно позволить и даже призвать их

думать иначе».

ПИРШЕСТВО ЕЖЕЙ

(2014)
Из цикла «Фантастические пиршества»

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Мы уже говорили о том, какие препятствия создает для творческой мысли внутренний критик: сколько раз ваша идея затухала, как только вы думали, что она глупая или никогда не выстрелит? Подавление внутреннего критика — обязательное условие в процессе мозгового штурма, только в этом случае мыслительный процесс не будет ограничен какими-либо фильтрами. Годятся все идеи, даже те, которые вам кажутся странными, сложными, невероятными. Хорошие идеи могут возникнуть из плохих, поэтому не пренебрегайте ни теми, ни другими.

Со временем и с практикой этот способ мышления становится все естественнее.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Вы можете использовать технику мозгового штурма как в группе, так и индивидуально. Вот несколько рекомендаций, как добиться эффекта.

Чем быстрее, тем лучше

Будьте проворны. Идеи вам нужны свежими, не пропущенными через какие-либо фильтры. Энергичность, спонтанность и скорость — вот ваш девиз!

Количество vs качество. Больше идей

Не бойтесь диких идей

Дикие или дерзкие идеи нужны, чтобы пройти сквозь непроходимые трудности.

Берите за основу другие идеи

Новые идеи могут рождаться из старых (вы можете начать думать в противоположном направлении, чтобы стимулировать мыслительный процесс).

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Не думайте как

Пусть замысел сформируется до того, как вы начнете думать о его реализации.

больше возможностей

Хватайтесь за все

Не отсеивайте идеи. Записывайте все, что приходит в голову. Порядок в записях вы наведете, когда закончите упражнение.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

МОЗГОВОЙ ШТУРМ | *Избегайте буквализма*

Поначалу, когда мы только начинаем заниматься фотографией, мы стремимся представить предмет нашего восхищения слишком буквально. Мы как будто говорим: «Посмотрите вот сюда!» Это вполне понятно: вас что-то привлекло, и вы хотите, чтобы зритель увидел это вашими глазами. Но чаще всего это заканчивается разочарованием, потому что в итоге получается очень буквальный образ, в нем нет того волшебства, которым вы хотели поделиться. Создавая кадр, важно мыслить о нем целостно и как можно менее буквально, чтобы прийти к такому художественному ви́дению, которое вызывает нужную эмоциональную и психологическую реакцию. Вы переносите зрителя в особый мир и скорее заставляете его почувствовать то, что почувствовали вы, чем показать ему буквальный слепок того, что вы видели.

Этого можно достичь разными путями. Воспользуйтесь качествами, присущими фотографии, для усиления этого художественного эффекта: направьте внимание зрителя, спланировав композицию, создайте настроение с помощью света, выстройте сюжет посредством жестов и выражения лица, передайте энергию через движение и размытость контуров. *Визуализация* — это мысль, переведенная на язык визуальных образов, как правило, путем символизации. *Символизация* — это замещение действия, человека или понятия неким его визуальным представителем. Язык символов возник еще на заре цивилизации. Многие символы универсальны, но некоторые обладают культурной спецификой. В повседневной жизни можно найти множество примеров символов. Архетипы, о которых речь шла выше, в связи с коллективным бессознательным (см. раздел «Освоение бессознательного» в главе 2), — это примеры символизации. Символами могут быть цвета, животные, растения, стихии и предметы. Как правило, зритель считывает эти символы, так что вы можете воспользоваться ими для выражения тех или иных понятий менее буквально и более интересно с точки зрения эстетики.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Ловля фей

(2008)
Из цикла «Сказки и другие истории». Граница между землей и водой обладает любопытным символическим потенциалом, как место, где встречается сознание и бессознательное. Такое место, увиденное во сне, означает символическое путешествие вглубь себя. Рассвет означает озарение и надежду, начало чего-то нового. Фонарь означает внутренний свет (сильное устремление или мотивацию), с его помощью мы прокладываем свой путь в мире, обретая знание, понимание и прозрение.
Ива — это еще один символ, это знак силы, гибкости и развития

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

СЛУЧАЙНЫЕ ФОТОГРАФИИ VS ПОДГОТОВЛЕННЫЕ ФОТОГРАФИИ

Для простоты я выделяю два основных вида фотографий: случайные и подготовленные. Процессы мозгового штурма, подготовки и создания снимка для этих двух видов сильно различаются. Мое творчество, безусловно, это подготовленные фотографии, и те инструменты, о которых речь пойдет в следующей главе, относятся именно к этой разновидности творческого процесса. Тем не менее многие техники, описанные далее, могут применяться и в сфере случайной — документальной и публицистической — фотографии, чтобы развить идею сюжета и разработать метод, с помощью которого эти снимки можно будет находить и претворять в жизнь.

СЛУЧАЙНЫЕ ФОТОГРАФИИ появляются на свет, когда фотограф выходит в мир, чтобы запечатлеть нечто в том виде, в каком оно существует (сюда относятся фотожурналистика, документальная, уличная, пейзажная тревел-фотография, некоторые другие виды художественного фото). Художники, работающие со случайными фотографиями, делают осознанный технический и эстетический выбор, а затем терпеливо ждут или ведут поиски, пока внешние элементы не сложатся в кадр. Такие художники заранее тщательно собирают информацию или нанимают посредников (сведущих местных проводников, которые устанавливают необходимые договоренности и обеспечивают фотографу необходимый доступ), увеличивая свои шансы оказаться в нужное время в нужном месте.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

КРОВЬ И МЕД *(1999)*
Рон Хавив
(СЛЕВА)

КУКЛЫ И ОРУЖИЕ (*2014)*
(СПРАВА)

Обе представленные фотографии говорят об одном и том же: как насилие отражается на детях.

Слева — кадр, пойманный фотожурналистом Роном Хавивом. На нем изображены обломки куклы, которую албанская семья оставила, спасаясь от сербских военных во время войны в Косове.

Справа — постановочный кадр, который я сделала в ответ на насильственные преступления против детей с применением оружия

ПОДГОТОВЛЕННЫЕ ФОТОГРАФИИ — это постановочные, сконструированные фотографом снимки (сюда относится модная, рекламная, концептуальная и художественная фотография). В них тоже делается осознанный технический и эстетический выбор, принимаются взвешенные решения относительно каждого элемента в кадре: места съемки, объектов, декораций, реквизита и т. д., а также логистики (расстановка, создание, поиск и составление списка деталей, которые потом сложатся в кадр).

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

АССОЦИАТИВНЫЕ КАРТЫ

Ассоциативная карта — это способ визуального представления информации, при котором от главной идеи, расположенной в центре, отходят ответвления в виде тем, связанных с ней ассоциативно. При этом используется техника свободных ассоциаций, которая позволяет развить основную мысль, наполнить ее содержанием и нащупать ее возможности. Имеет смысл вести записи на бумаге, чтобы видеть связи между разными направлениями мысли. Как уже было сказано, существует множество подходов к одной и той же теме. Создавая ассоциативную карту, вы записываете на бумаге все возможные варианты, группируете их и выбираете то направление мысли, которое вам больше всего нравится.

Я пользуюсь этой техникой не только для разработки замысла фотографий или чтобы подкинуть клиентам идеи. Я применяю ее при построении бизнес-планов, планов проектов и при разработке стратегий маркетинга. Ассоциативные карты визуализируют ход моих мыслей, позволяют структурировать идеи и выявить разные возможности.

ОБЛИК: МЕДУЗА

(2013)
Фотосессия в Бухаресте (Румыния).

Ассоциативная карта, иллюстрирующая развитие замысла съемки *(следующий разворот)*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Рококо
Барокко
1800-е

Былое величие
Полуразрушенный
Бетонный
Запустить
Пыль
Паутина
Распадаться

Средневековье
Рыцари
Принцесса

Королевство
Аристократия
Драгоценности
Корона
Фривольный

Осыпающаяся штукатурка
Колонны
Роскошь
Великолепие
Архитектура
Декоративные детали
Фрески
Классика
Замысловатый орнамент
Гобелены
Статуя - статный
Раковины - ангелы

Румы
Буха

Винтовая Лестница

...Золото...
Яркие цвета
Ненасыщенные
Винный, Красный, Серебряный, Медный
Кремовый + Коричневый
Сверкать
Драгоценности
Сухие цветы
Оружие

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Женственный
женщина
искусительница
яблоко
Знание
Прельстительница
Сирена
Леди Лилит
Прерафаэлиты
Романтичный
Мечтательный
Загадочный
Долгий взгляд
Красота
Муза . . . .
Инструменты, Искусства
Классика
Куклы
Романтизм
Декоративный

Европейский
Старый Свет
Исторический
Древний
Вневременной

НИЯ
РЕСТ

Загадочный
Темнота
Вампир
Опасность, Пронзить
Страх, Страсть
Фольклор
Отчаяние
Трагедия
Липкий
Готический
Душный Стеснительный
Замкнутый

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ДОСКИ НАСТРОЕНИЯ

Доска настроения — это коллаж с изображениями, надписями, образцами или примерами объектов, который служит для превизуализации и презентации еще не осуществленного художественного замысла. Этот коллаж может быть создан как в электронном виде, так и на физическом носителе. Для художника это способ развить художественную идею и наполнить ее содержанием, выяснить, что уже было создано, подобрать новые варианты и составить сценарий работы на съемках. Это прекрасный способ обобщить результаты процесса рекогносцировки и мозгового штурма.

Мои доски настроения, как правило, содержат примеры настроения, света, цветовой палитры, стилистических решений, причесок и макияжа, реквизита, площадок для съемки, поз и выражений лица, декораций и т. д.

Доски настроения — это, помимо прочего, эффективный способ презентации идей. Их можно использовать при работе с клиентами и членами команды для того, чтобы убедиться, что вы пользуетесь одним и тем же визуальным языком для конкретного проекта. Обычного языка может не хватать, когда вы хотите передать свою мысль или описать то, что вы задумали. Если вы способны четко продемонстрировать кому-либо, что вы собираетесь делать, значит, вы, скорее всего, уже пришли к собственному ви́дению задачи. При этом вам нужно быть как можно более конкретным в своем эстетическом выборе — по разным причинам, но в особенности потому, что существует множество способов рассказать одну и ту же историю. Ваша доска настроения поможет четко объяснить, какая площадка нужна для съемки, какой реквизит и другие ресурсы понадобятся, — и обрести больше шансов на их получение.

ОБЛИК: МЕДУЗА. ДОСКА НАСТРОЕНИЯ

(2013)
Изображения, иллюстрирующие то, как я видела и чувствовала свои будущие снимки. Как правило, мои доски настроения содержат больше современных фотографий, но в силу ограничений, связанных с законом об авторских правах, я не могу продемонстрировать здесь всю свою доску настроения целиком

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ПРЕВИЗУАЛИЗАЦИЯ

Способность предугадать законченную фотографию, прежде чем будет настроена экспозиция.

—

Ансел Адамс*

Превизуализация — это процесс визуализации кадра или серии кадров до того, как они будут созданы. Он начинается в голове, затем осуществляется в виде нарисованного или собранного на компьютере эскиза и требуется для того, чтобы впоследствии облегчить построение композиции и концептуализацию снимка (снимков).

Изобразите фотографию заранее, чтобы яснее понять, что именно вы хотите сделать. Кроме того, вы можете мысленно экспериментировать и менять декорации, площадку для съемки, стилистические решения, моделей, реквизит, освещение и угол съемки, не тратя при этом ни копейки. Когда у вас в голове сложится ясное ви́дение снимка, сделайте его эскиз или макет и затем вычлените те элементы, которые вам потребуются для воплощения замысла в реальность.

* Американский фотограф, легенда в истории фотографии, признанный классик, получивший всемирную известность благодаря своим черно-белым пейзажам. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ОБЛИК: МЕДУЗА. ЭСКИЗ

(2013)
Рисуя эскизы, подумайте над кадрированием снимка и позой модели в разных постановках. Воспользуйтесь фотографиями места съемки

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РАЗВИТИЕ ЗАМЫСЛА

В процессе развития идеи вы можете воспользоваться любыми техниками, описанными в этой главе, в любом сочетании или по отдельности. Порядок, в котором вы их будете применять, может быть разным. Это процесс, связанный с этапом подготовки (о котором речь пойдет в главе 5), поскольку подбор элементов определяет некоторые аспекты концепции и характер ее реализации. Упражнение, которое приводится ниже, — это пример рабочего процесса, включающего все описанные в этой главе техники, используемые для создания более продуманного представления. На странице справа взаимосвязь процесса развития замысла и подготовки показана на примере моего проекта «Облик: Медуза».

УПРАЖНЕНИЕ

В течение 20 минут пишите от руки на бумаге то, что приходит вам в голову, помня о том, что это никто никогда не прочитает. При этом важно не отрывать ручку от бумаги, даже если вы будете просто писать, что не знаете, о чем писать.

На чистом листе бумаги посередине запишите одно слово — то, что первым придет вам в голову после того, как вы закончите фиксировать на бумаге свой поток сознания. Это и будет ваше ключевое понятие.

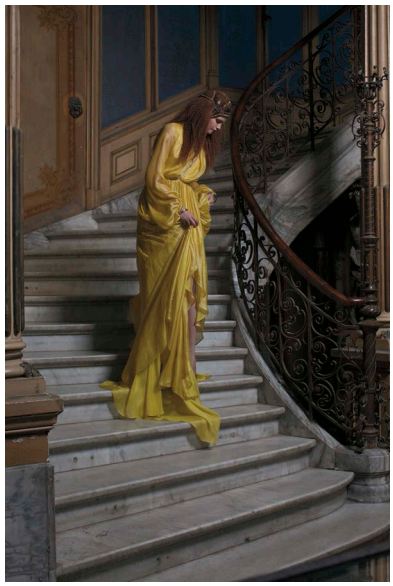
Пользуясь техникой мозгового штурма, составьте список свободных ассоциаций — прилагательных и абстрактных понятий, связанных с ключевым понятием. Перейдите к существительным или словам, называющим визуальные символы, чтобы обозначить основные идеи на вашей карте ассоциаций.

Визуализируйте вашу будущую фотографию. Облеките свои идеи в слова, составив короткое описание вашего замысла на основе созданной вами карты ассоциаций.

СОЗДАЙТЕ ДОСКУ НАСТРОЕНИЯ.

Следующий шаг — это подготовка (подробнее о ней — в главе 5), в процессе которой вы составляете план действий и список элементов, которые вам понадобятся для реализации вашего замысла.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года



ОБЛИК: МЕДУЗА

(2013)
(На этой и следующих страницах)

Результаты фотосессии в Бухаресте (Румыния). При участии Марты из модельного агентства MRA Models, Ралуки Ракасан (стиль), Алекса Клаудиу Сарге (прическа), Ирины Селеси (макияж), Института археологии (место съемки), Кристиана Мовилы (продюсер).

исходное условие › поездка в РУМЫНИЮ
Бухарест

рекогносцировка и ресурсы
— познакомиться с Кристианом через Рона
— поиск мест для съемки
— Кристиан знакомит с фоторедактором журнала Elle Romania
› связывает со стилистом и модельным агентством
› стилист отвечает за прическу и макияж

подготовка и развитие замысла
— выбрать площадку для съемки
— свободное письмо › мозговой штурм / ассоциативная карта › доска настроения
— обсудить замысел с командой › подбор модели › выбрать гардероб
— эскизы к чек-листу фотографий

исполнение

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

W. Glenn Griffin. *The Creative Process Illustrated: How Advertising's Big Ideas Are Born (Иллюстрированный творческий процесс. Как рождаются великие идеи в рекламе),* 2010.

РЕКОМЕНДОВАННОЕ ВИДЕО

Кен Роббинсон. Новый взгляд на систему образования, 2011, выступление на конференции TED (www.ted.com/talks/ken_robinson_changing_education_paradigms).

ИСТОЧНИКИ ВДОХНОВЕНИЯ

Паоло Вентура
Эухенио Рекуэнко
Паоло Роверси
Ромина Рессиа
Зерен Бадар

Галерея Йосси Мило
Кейт Райан
Фотоагентство Redux Pictures

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ГЛАВА 4 | *Резюме*

Глава 4 была посвящена созданию идей с помощью мозгового штурма, поиску решений посредством метода дивергентного мышления и техники свободных ассоциаций и развитию замысла с помощью ассоциативных карт и досок настроения.

Я думаю, это очень ценный набор приемов, который можно применять в любой области: он, безусловно, не ограничен сферой искусства. Ум, открытый для разных возможностей и способный найти множество выходов из любой ситуации, — это преимущество, которое ценно при любых обстоятельствах.

Я часто замечаю, что многие студенты стараются побыстрее проскочить этап мозгового штурма и перейти к стадии подготовки. Тем не менее, если у вас не сложилось четкое представление о том, что вы хотите сказать и как это передать визуально, все остальные этапы рабочего процесса очень быстро поставят вас в тупик. И чем дальше, тем больше вы будете сталкиваться с трудностями, с неопределенностью и испытывать стресс. Конечно, бывают такие счастливые случайности, когда все само по себе складывается удачно, но в этом случае ваш замысел все равно остается менее продуманным. Пройдите все этапы развития замысла и превизуализации, и тогда дальше вам будет легче.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Создание

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ГЛАВА ПЯТАЯ

фотографий

: ПОДГОТОВКА
Организация
Рабочие планы

РЕСУРСЫ И ИХ ПОИСК
Взаимовыгодные сделки
Синхроничные события
Смета

ФОРМИРУЕМ КОМАНДУ
Изложение замысла
Члены команды
График съемки, чек-листы,
вызывные листы Call sheets

ПЛАН B, C И D

ПЛАН СЪЕМКИ

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

РЕДАКТИРОВАНИЕ
Как выбрать тот самый кадр

ПОСТОБРАБОТКА

РЕЗЮМЕ

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ПИРШЕСТВО СЛОНОВ

(2013)
Из цикла *«Фантастические пиршества»*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Чтобы снимки были удачными, важно продумать процесс их создания до мельчайших деталей. Прежде всего, необходимо понять, каким должен быть каждый ваш снимок, а после того как вы визуализируете свой замысел, нужно продумать, что вам нужно для его воплощения.

Снимок состоит из ряда элементов, и если вы вычлените их заранее и убедитесь, что вы продумали каждый из них, сам процесс съемки уже не будет казаться непосильным. Вам нужно просчитать свет, композицию, угол обзора, продумать настроение, фон (или место съемки), предметы изображения (людей, животных или вещи), выражение лица и позу модели, стилистические решения, элементы декораций и реквизит и этап постобработки фотографий. С некоторыми из этих элементов, например с позой и выражением лица модели, углом зрения и композицией, вы будете экспериментировать, пробовать разные варианты.

Один и тот же замысел можно реализовать по-разному, поэтому убедитесь, что вы рассмотрели все возможные способы. Вот несколько вопросов, над которыми стоит подумать. Вам нужно какое-то специфическое место для съемок? Или вы можете воссоздать это место у себя в студии? Можете ли вы использовать миниатюрные декорации? Другой пример: допустим, вам нужен волк. Настоящий волк? Достаточно ли будет собаки, похожей на волка? Или чучела волка? А может быть, можно нарядить кого-то в костюм волка? Или использовать графический силуэт? Или нарисованную/напечатанную и вырезанную из картона фигуру волка? Может быть, нужна только волчья тень? Или можно просто взять фигурку волка в качестве элемента композиции или поместить ее в миниатюрные декорации? Используя технику дивергентного мышления, вы сможете найти ряд возможных решений, которые не обязательно будут очевидными. Принимая как можно менее буквальные решения, вы придадите эстетике вашей фотографии бóльшую уникальность.

Если вы уже приняли окончательное решение, что именно вы хотите создать, начинайте составлять списки рабочих задач. Хотя в этой книге приводятся примеры рабочих планов, лучше всего использовать их только в качестве основы для создания собственной рабочей системы с учетом характера вашего мышления и ваших потребностей в определенных декорациях и местах для съемки.

ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ РАБОЧЕГО ПРОЦЕССА

С развитием технологий в мире появилось множество инструментов, делающих нашу жизнь проще. Мне нравится работать с приложениями Google, поскольку они доступны в любой точке, обновляются в реальном времени и их можно запросто использовать при работе с клиентами и членами команды.

«Google Календарь», «Задачи», «Таблицы», «Презентации» и «Формы» — все эти приложения существенно упрощают рабочий процесс.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РАБОЧИЙ ПЛАН ПОДГОТОВКИ: *элементы фотографии*

ИМЯ	:	
ДАТА	:	
ПРОЕКТ	:	
КЛИЕНТ	:	

ТЕХНИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ | ОПИСАНИЕ | ОТМЕТКИ

		ИДЕИ	РЕШЕНИЯ
СЮЖЕТ	*Время дня*		
	Освещение		
	Настроение		
	Цветовая палитра		
	Точка съемки		
ДЕКОРАЦИИ	*Место съемки*		
	Задний фон		
	Элементы декораций		
	Реквизит		
ПРЕДМЕТ ИЗОБРАЖЕНИЯ	*Основной фокус*		
	Модель		
	Дополнительно		
СТИЛЬ	*Волосы*		
	Макияж		
	Костюмы		

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РАБОЧИЙ ПЛАН ПОДГОТОВКИ: *чек-лист съемки*

ИМЯ :

ДАТА :

ПРОЕКТ :

КОД СЪЕМКИ :

ДАТА СЪЕМКИ :

ПОГОДА :

КЛИЕНТ И КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ :

ВРЕМЯ СЪЕМКИ :

УЛИЧНАЯ СЪЕМКА : □ + □ -

ЧИСЛО ПОСТАНОВОК

ПЛОЩАДКА ДЛЯ СЪЕМКИ

Адрес

Контактное лицо

Требуются ли документы? □ + □ -

Парковка? □ + □ -

Мобильная связь? □ + □ -

Санузел? □ + □ -

Электропитание? □ + □ -

МОДЕЛЬ

ИМЯ, АГЕНТСТВО, ТЕЛ.

ПАРАМЕТРЫ ОДЕЖДЫ

Релиз подписан? □ + □ -

КОМАНДА

	ИМЯ	ТЕЛ. / E-MAIL	ОТМЕТКИ / ДИЕТА
Фотограф			
Продюсер			
Арт-директор			
1-й ассистент			
2-й ассистент			
Технический специалист / ретушер			
Парикмахер-стилист			
Визажист			
Стилист по костюмам			
Декоратор			
Художник по реквизиту			

РЕКВИЗИТ И МАТЕРИАЛЫ
(*на обороте*)

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РАБОЧИЙ ПЛАН ПОДГОТОВКИ: *чек-лист оборудования*

ИМЯ :

ДАТА :

ПРОЕКТ :

КОД СЪЕМКИ :

КЛИЕНТ :

КОНТАКТЫ АРЕНДОДАТЕЛЯ :

		МОДЕЛЬ	КОЛ-ВО	ОТМЕТКИ
ФОТОКАМЕРА	*Фотокамера*			
	Фотокамера (резерв)			
	Аккумулятор + зарядное устройство			
	Объектив			
	Объектив			
	Объектив			
	Карта памяти			
	Штатив с креплением			
	Спусковой тросик или пульт дистанционного управления			
КОМПЬЮТЕР	*Ноутбук + зарядное устройство*			
	Жесткие диски			
	Картридер			
	Кабели			
	Графический планшет + стилус			
ФОН	*Сплошной*			
	Декорации			
	Стенды + опоры			
ОСВЕТИТЕЛЬНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ	*HDRI-карты*			
	Студийный свет			
	Батарейки			
	Радиосинхронизаторы			
	Синхрокабели			
	Светофильтры			
	Фотоэкспонометры / серая карта			
	Черный и белый затемнители			
	Осветительные стойки			
	Си-стенды			
	Удлинительная штанга			

РАЗНОЕ	КОЛ-ВО
Утяжелители для стоек	
Тканевый скотч	
Зажимы	
Батарейки (AA и AAA)	
Удлинители	
Блок розеток	
Генератор	
Отпариватель	
Дым-машина	
Тележка для оборудования	
Стул-стремянка	
Мешки для мусора (белые/черные)	
Релиз модели/ собственника	
Разрешения	
Рекламная продукция	
ТЗ / доска настроения	

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РЕСУРСЫ И ИХ ПОИСК

Теперь, когда вы знаете, чего хотите, начинается поиск всего необходимого: площадок для съемки, предметов изображения, моделей, членов команды, специалистов, реквизита, элементов декораций и оборудования. Повторюсь: планирование — это важнейшая часть рабочего процесса. Составьте подробные списки того, чего вам не хватает, и затем начинайте поиски. Вне зависимости от того, будет ли это документальная фотография или тщательно спланированный постановочный снимок, если вы запишете все, что вам потребуется, вы будете уверены, что ничего не забыли.

Почти все можно найти с помощью интернета, но, возможно, вам придется немного покопаться. Развитые навыки поиска онлайн открывают безграничные возможности. Я пользуюсь Google, Instagram, Facebook, Model Mayhem, Behance, Craigslist, Etsy, eBay, TripAdvisor, Airbnb, Pinterest, Flickr, различными сайтами агентств и сервисами поиска ресурсов, позволяющими найти кого угодно и что угодно. Иногда приходится пользоваться связями внутри личной или профессиональной сети контактов (искать через друзей друзей друзей), чтобы найти именно то, что нужно.

В процессе развития карьеры важно постоянно расширять свою профессиональную сеть контактов, создавая проверенную, надежную и сплоченную команду специалистов с общими интересами и целями. Я обращаюсь за советом к нескольким надежным людям, когда ищу членов команды по рекомендации либо пытаюсь найти необычный реквизит или интересные площадки для съемки. Кроме того, существуют компании, сдающие в аренду оборудование и реквизит, занимающиеся поиском площадок и натуры для съемок.

→

50.0755° с. ш., 14.4378° в. д.
МАГНОЛИЯ

(2015)
Мышь-Путешественница возле Страговского монастыря в Праге (Чехия)

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Ваша увлеченность тем, что вы делаете, сильно поможет вам в поиске необходимых ресурсов и привлечении помощи со стороны. При этом я не только демонстрирую свою доску настроения и делюсь идеями конкретной съемки; как правило, я даю ссылку на свой сайт, приношу портфолио, демонстрирую свои фотографии на мобильном устройстве либо приношу рекламные материалы, чтобы о моей работе создалось правильное и ясное представление. Все это помогает мне приобрести нужные ресурсы, особенно когда я работаю над личными проектами с ограниченным или отсутствующим бюджетом.

Когда я обращаюсь за помощью к людям, я стараюсь представить себе ситуацию с их точки зрения.

Чем участие в этом проекте для них привлекательно, интересно, выгодно?

Чего они могут опасаться и почему могут ответить «нет», и как мне обратиться к ним, чтобы заранее уменьшить их возможные опасения? Важно, чтобы они вкладывались в проект и были увлечены совместной работой: я, например, никогда не стану повторять свой запрос, если вижу, что человеку проект неинтересен. Предлагая принять участие в проекте, я предоставляю всю информацию в структурированном виде: это увеличивает шансы на положительный ответ. Причем я делаю это вне зависимости от характера запроса, будь то аренда площадки, реквизита или что-либо другое. Иногда приходится убеждать. Если вы хотите, чтобы вам помогли, лучшее, что вы можете сделать, — это создать условия, когда людям легко вам помочь.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Иногда случается
необъяснимое:
словно волею судьбы или по волшебству люди и вещи возникают на нашем пути как раз в то время, когда мы в них нуждаемся. Юнг объяснял это действием коллективного бессознательного и называл это синхроничностью. У нас у всех в жизни случались подобные совпадения: вы думаете о человеке, и тут он вам звонит, вы приступаете к проекту — и натыкаетесь на художников, работающих с похожими источниками или темами, вам нужно нечто невиданное, и тут вы встречаете того, кто может вам помочь. Я думаю, что это происходит в том случае, когда вы не скрываете своих потребностей и даете о них знать. Затем — благодаря дружеским связям, «Вселенной» или фее-крестной — вы, как показывает мой опыт, получаете то, что нужно, все становится на свои места, и кажется, что это просто была рука судьбы.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

МОЛУККСКИЙ КАКАДУ № 7212

(2012)
Из цикла «Птицы одного полета»

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ЛЕДИ ГРЕЙ

(2015)
Линдси Байард (модель), Крис Ривера (прическа)

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РЕСУРСЫ И ИХ ПОИСК | *Смета*

Составление сметы — сколько вы получите за свои снимки и каковы будут затраты на их создание — это один из наиболее трудных и противоречивых аспектов фотографии как бизнеса.

В современной профессиональной фотографии выделяются две финансовые модели: работа *по заказу/заданию*, которую вам оплачивает клиент (частное лицо или компания) и *художественное творчество / проекты за свой счет*, которые создаются по собственной инициативе с намерением продать фотографии через персональный сайт, галерею, дилера, агента, стоковый сайт, посредством публикации и т. д. В некоторых случаях работы, выполненные по заказу, можно также продать как произведения искусства или стоковые изображения, но все зависит от условий договора с клиентом.

Гонорары и бюджеты в современной коммерческой фотографии сильно варьируются и обусловлены рядом факторов. Размер гонорара зависит от клиента, применения, визуальной доступности, региона, времени, сложности задания, репутации фотографа и многих других факторов. Ситуация осложняется еще и тем, что стоимость работы других членов команды тоже зависит от их репутации, опыта, региона, загруженности, интереса к проекту и применения фотографии. Стоимость аренды площадки, пропусков, аренды оборудования и материалов тоже отличается территориально. Поскольку цены везде разные, вам нужно самим изучить их, чтобы определить средний или минимальный уровень цен на регулярно используемые вами ресурсы в своем регионе и иметь представление о разумных размерах бюджета.

Вы можете воспользоваться рабочими планами для составления предложения по смете — опять же, чтобы ничего не забыть. Кроме того, в расчет нужно включить еще несколько строчек, которые не встречаются в рабочих планах: это перевозка и питание членов команды (это очень важно!)

Может случиться, что вам предложат крайне неадекватный бюджет, который вам придется пересмотреть, отклонить или пойти на некоторые ухищрения, чтобы в него вписаться. Затраты всегда варьируются в зависимости от того, с кем и как вы работаете, но важно помнить, что вы получите именно то, за что заплатите, и урезать бюджет — не в ваших интересах.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Скажем, вы выбираете сотрудничество с менее опытными парикмахером-стилистом и визажистом, чтобы вписаться в бюджет, но в долгосрочной перспективе эта экономия может вам дорого обойтись — в случае, если их навыки не отвечают вашим требованиям или если они работают слишком медленно и непрофессионально. В итоге все это может плохо сказаться на вас и вашей работе.

Когда вы работаете над персональным художественным проектом или за свой счет, вам нужно прикинуть потенциальный доход, который вам принесет ваша фотография, и, соответственно, определить размер ее бюджета. В этом варианте вы обладаете чуть большей свободой и можете оптимизировать затраты, прибегнуть к бартеру или аренде, выплачивать комиссионные с будущих продаж или найти какую-то другую работающую схему. Многие из художественных проектов мне удалось реализовать несмотря на то, что их бюджет был очень маленьким или вообще стремился к нулю. Я стараюсь брать взаймы или арендовать, а не покупать. Зачастую, когда мне для фотографии необходим какой-то предмет, я беру клеевой пистолет и аэрозольную краску, закрываю все брезентом и сама делаю то, что мне нужно. Если вы хоть немного умеете работать руками (или знаете того, кто умеет), вы сами можете смастерить некую замену, которая годится для фотографии, и вам не нужно будет тратиться на покупку.

Если бюджет не позволяет вам получить доступ к специфическим ресурсам или сотрудничать с определенными людьми, вы можете предложить другой стороне что-то помимо денег, заключить взаимовыгодную сделку. Если вам нужно снять то, что принадлежит кому-то другому, но при этом вы не можете приобрести это право обычным способом из-за ограниченного бюджета, предложите владельцу взамен сфотографировать то, что ему нужно. Или, может быть, он захочет приобрести фотоотпечатки, когда фотографии будут готовы? Если вам нужно получить доступ к каким-то ресурсам, можете ли вы взамен помочь их владельцу в его собственном проекте? Можете ли вы предложить небольшие комиссионные с продаж по завершении проекта? Рассматриваете ли вариант спонсорства? Будьте изобретательными и гибкими и всегда старайтесь встать на место того, с кем вы стараетесь заключить договор.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Как ни странно, к фотографам часто обращаются с просьбой сделать фотографии или дать разрешение на их использование бесплатно или почти бесплатно. Я с этим сталкиваюсь постоянно, и, уверена, многие из вас тоже оказывались в такой ситуации. Иногда речь идет о действительно интересном проекте, в котором вам хотелось бы поучаствовать, и тогда решение принять сложнее. Я думаю, что, раздавая свои фотографии, вы их обесцениваете, и, кроме того, такая практика имеет серьезные последствия для всей отрасли. Однако это не значит, что деньги — это единственно ценная вещь на свете.

Как уже говорилось выше, другие способы обмена, помимо денежного, тоже могут быть выгодными, главное, чтобы ваши затраты покрывались. Многие художники, особенно начинающие, часто работают бесплатно, ради саморекламы. Однако самореклама редко (если вообще когда-либо) стоит того, чтобы работать ради нее бесплатно. Прежде чем взяться за безвозмездную работу, задайте себе несколько вопросов. Это именно тот проект, который выведет ваше портфолио на новый уровень? Предоставит ли клиент необходимые ресурсы, чтобы это могло произойти? Получите ли вы доступ к таким ресурсам, которые вам в обычных условиях недоступны? Можете ли вы извлечь из этой работы пользу для другого своего проекта? Будут ли фотографии иметь ценность в качестве объекта перепродажи? Предоставит ли клиент вам свои товары или услуги в обмен на работу?

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РАБОЧИЙ ПЛАН ПОДГОТОВКИ: *смета*

ИМЯ :

ДАТА :

ПРОЕКТ :

КОД СЪЕМКИ :

КОЛИЧЕСТВО ДНЕЙ :

БЮДЖЕТ :

		СТОИМОСТЬ	КОЛИЧЕСТВО	ИТОГ
МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ СЪЕМКИ	*Плата за аренду площадки*			
	Фон			
	Элементы декораций			
	Реквизит			
	Костюмы			
	Оборудование (фотоаппаратура/ компьютер)			
	Плата за прокат оборудования/реквизита			
	Буфет			
	Транспорт			
	Постобработка			
		СТАВКА	ДЛИТЕЛЬНОСТЬ	ИТОГ
КОМАНДА И МОДЕЛЬ	*Продюсер*			
	Арт-директор			
	1-й ассистент			
	2-й ассистент			
	Технический специалист			
	Парикмахер-стилист			
	Визажист			
	Художник по костюмам			
	Декоратор			
	Художник по реквизиту			
	Модель			

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ДЕТАЛИЗАЦИЯ СТОИМОСТИ И ИСТОЧНИКОВ

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ДРАПИРОВКА: 30,49$
АЭРОЗОЛЬНАЯ КРАСКА ДЛЯ ТКАНИ: 5,15$
ТРАФАРЕТ: БЕСПЛАТНО
Рисунок нанесен от руки с помощью картонного трафарета на холщовую драпировку из магазина Home Depot

УЛИЧНАЯ ГИРЛЯНДА-НИТЬ: 24,99$
Из магазина Target

СТУДИЙНЫЙ СВЕТ: АРЕНДА
Спонсор — компания Dynalite

ПРИЧЕСКА И МАКИЯЖ: TFP*
Прическа: Эрик Домингес
Знакомы с детства
Макияж: Грег Хуббард
Знакомы по предыдущей работе

МОДЕЛЬ: TFP
Ситцка из модельного агентства Fenton Moon
«Холодное» письмо в агентство с доской настроения в приложении

ЮБКА: TFP
Одежда и стиль: Арлинда Макинтош для магазина Sofistafunk The Skirt Co.
Знакомы по предыдущей работе

ПУДЕЛЬ: TFP
Собака друга моего друга
Нашелся после моей публикации на Фейсбуке о поиске собаки для съемок

ДЕРЕВЯННОЕ КАШПО: 38,98$
КРАСКА: 5,15$
Я самостоятельно покрасила деревянное кашпо из магазина Home Depot

ПЛОЩАДКА ДЛЯ СЪЕМКИ: БЕСПЛАТНО
Мастерская друга

АССИСТЕНТЫ: ПО ОБМЕНУ
Друзья и стажеры

итог: 179,76$

* Time for Print — соглашение, когда фотограф предоставляет определенное количество отпечатков фотографий и ограниченную лицензию на использование этих снимков в обмен на услуги или подписание релиза модели. *Прим. ред.*

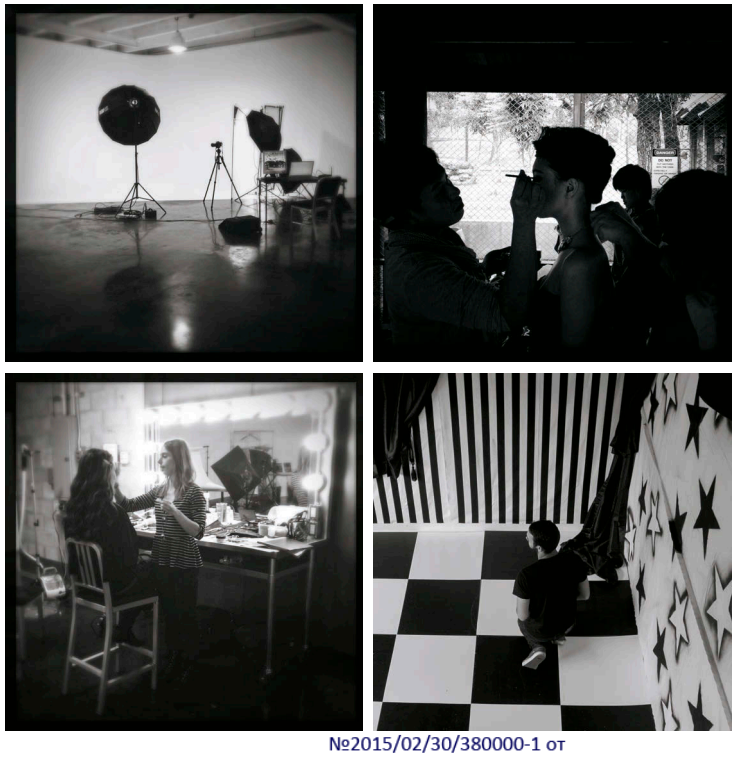
№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ФОРМИРУЕМ КОМАНДУ

Фотосъемка требует участия специалистов, решающих художественные и логистические задачи. У вас будет возможность поработать со всеми или только с некоторыми профессионалами из общего списка членов съемочной группы, приведенного в следующем разделе этой главы, в зависимости от ваших целей и жанра, в котором вы работаете. В определенных обстоятельствах (например, в рекламной или модной фотографии) от этих людей может зависеть исход съемки. Для каждого проекта вам будут нужны свои специалисты. Я, например, чаще работаю одна или с ассистентом, но иногда у меня на площадке находятся 27 человек — это клиент, съемочная группа и модель. Если у вас есть надежная команда специалистов — это очень здóрово. В этом случае вы можете спокойно делегировать логистические задачи и сосредоточиться в процессе съемки на творческих моментах. Командная работа удается лучше всего, когда каждый получает от процесса какую-либо пользу, будь то финансовая выгода (обмен или бартер, предоставление фотографий для портфолио) или приобретение опыта.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Иногда изложить свои идеи кому-то другому оказывается просто. В таких случаях вы сразу же чувствуете себя с другими на одной волне, и вашим коллегам удается передать ваше ви́дение фотографии в точности так, вы ее себе представляли и как описывали. Но иногда изложить свой замысел оказывается гораздо труднее, и тогда нередко возникает чувство досады от того, что вы не можете толком объяснить свою задумку людям, с которыми работаете. Тогда возникают недоразумения, с которыми вам нужно научиться продуктивно справляться. Внимательно и уважительно относитесь к чужим идеям и чувствам. Умение дать людям возможность почувствовать, что они вовлечены в творческий процесс и что их ценят, и при этом следовать своему ви́дению работы и собственным эстетическим представлениям — это настоящее искусство. Добросовестно созданная доска настроения — это прекрасный способ визуально выразить цели фотосъемки. Обоснованная и адресная обратная связь тоже в значительной степени приближает команду к общему пониманию целей.



№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Творческое сотрудничество может придать вам энергии и повлиять на ваши произведения. Развивайте взаимоотношения с теми людьми, которыми вы восхищаетесь и чья работа вам созвучна, и включайте их в свою команду.

Объект съемки: модели и таланты. Это музы, которые служат источником вдохновения, вдыхают жизнь в фотографию и создают сюжет снимка. Их внешний вид должен соответствовать той истории, которую вы хотите рассказать. Очень важно, чтобы их движения и позы — как спонтанные, так и срежиссированные — были естественными и экспрессивными, а выражения лица — приятными. Умение находить/подбирать нужную модель для фотосъемки — это особое искусство, будь то документальная фотография, создание характера в сюжетной фотографии, воссоздание бытовой сценки, бьюти-съемка, модная, гламурная, рекламная или художественная фотография.

Арт-директор. Отвечает за визуальный стиль фотографии. Он придумывает общий дизайн (замысел, идею) и дает фотографу рекомендации по работе над фотографией.

Продюсер. Этот член команды отвечает за логистику и организацию фотосъемки с начала и до конца: за подготовку, планирование съемки, подбор моделей, привлечение других членов команды, аренду оборудования, разработку графика, проезд, оформление пропусков/допусков/разрешений, подготовку документов, договоры, планирование бюджета, организацию процесса съемки и решение возникающих в этом процессе вопросов, а также за координацию этапа постобработки фотографий.

Посредник. Человек, имеющий связи с местным сообществом. Он отвечает за знакомство с нужными людьми и обеспечивает фотографам доступ к тем или иным объектам и людям. Как правило, посредники нужны в области фотожурналистики или документальной фотографии.

Ассистент. Этот член команды отвечает за фотооборудование, осветительное оборудование, постановку фотографии, установку декораций и демонтаж. Если в команде работает несколько ассистентов, их обязанности могут распространяться на другие области, где требуется помощь: техническую поддержку, создание декораций, дизайн реквизита и т. д.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Технический специалист. Этот член команды отвечает за цифровые аспекты съемки: работу компьютера, подключенного к фотоаппарату, обработку файлов (проверка резкости, выдержки, цветокоррекция и др.), импортирование, именование, систематизацию и обновление всех файлов, ретушь и подготовку фотографий к совместному просмотру с фотографом и/или клиентами.

Специалист по поиску натуры. Этот человек ищет и выбирает подходящую натуру для съемки. Как правило, у него есть своя база данных и соответствующие связи. Этот специалист может заранее выезжать на место съемки в поисках подходящей натуры.

Парикмахер-стилист и визажист. Эти люди отвечают за прическу и макияж модели, иногда это может быть один человек, особенно если бюджет невелик. Кроме того, на съемочной площадке может присутствовать мастер по маникюру (педикюру), особенно если на фотографии будут видны руки и ступни модели.

Художник по костюмам. Это человек, отвечающий за выбор одежды и аксессуаров для фотосъемки, за создание законченных образов и одевание модели. Художник по костюмам должен также следить, чтобы в процессе съемки одежда сохраняла свой внешний вид: чтобы не появлялись лишние складки и не торчали лямки. Если возникает необходимость, художник по костюмам составляет список деталей одежды для указания под фотографией.

Декоратор / художник по декорациям. Это член команды, который подбирает, сооружает и устанавливает декорации (как при натурной съемке, так и при съемке в студии), служащие фоном для фотографии. Иногда также выполняет функции художника по реквизиту.

Художник по реквизиту. Этот член команды отвечает за выбор, создание и расстановку реквизита для фотосъемки.

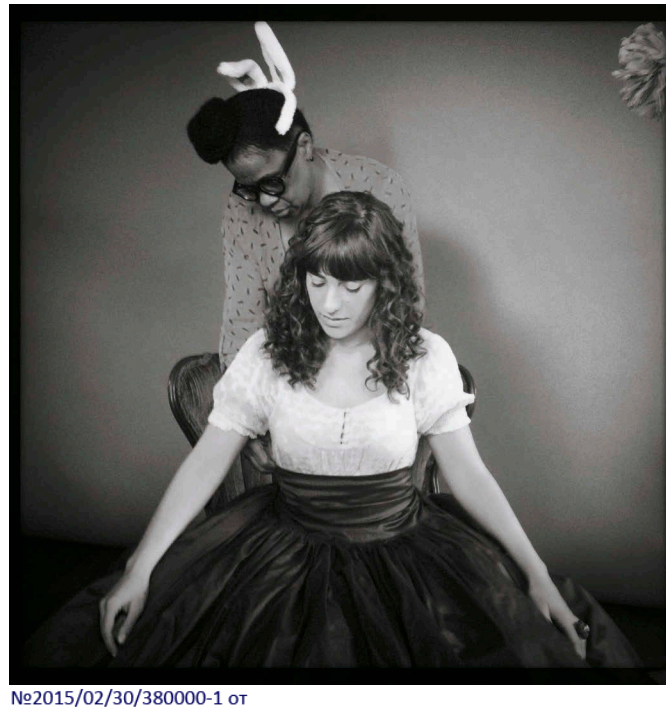
Ретушер. Это специалист, который устраняет недостатки на фотографиях в цифровом формате или вносит изменения в соответствии с предписаниями (как правило, в программе Adobe Photoshop или любой другой программе для редактирования фотографий).

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

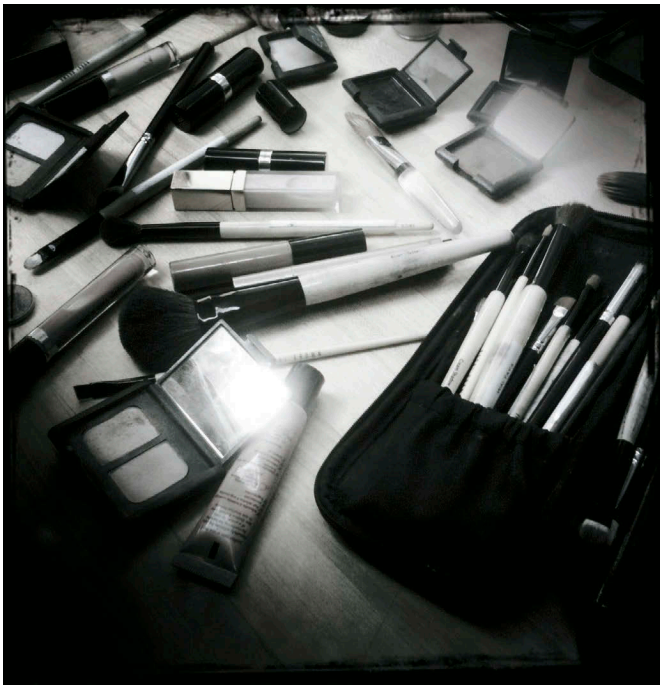
Искать членов команды можно разными способами. Их могут порекомендовать другие специалисты в фотоиндустрии, их можно найти через сайты-портфолио, а также через социальные сети, агентства и каталоги, такие как LinkedIn, Model Mayhem или Behance (на сайтах встречаются специалисты и модели с разным уровнем профессионализма).

Обращайте внимание на колонку редактора в ваших любимых журналах, чтобы выяснить имена членов съемочной группы и затем связаться с ними через их персональные сайты или агентства.

Выбирая людей, с которыми вам предстоит работать, постарайтесь оценить их и с точки зрения психологии. Не стоит недооценивать важность профессионализма и профессиональной этики. Технический и творческий талант, конечно, нужно ценить, но важно, чтобы люди умели работать друг с другом: съемки — это очень сложный процесс, и последнее, что вам нужно, — это личные конфликты, мешающие работе.



№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года



№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Чек-листы позволяют эффективнее использовать время, убедиться, что все кадры были сделаны, и организовать процесс так, чтобы каждый член съемочной группы появился на площадке в нужное время. Если вы всё продумаете заранее, вам не придется терять время на принятие решений в процессе съемки, и соответственно, вы не станете спешить и не выбьетесь из графика. Будет здóрово, если вы сможете организовать процесс съемки так, чтобы члены съемочной группы практически не тратили время на ожидание.

ЧЕК-ЛИСТ КАДРОВ может включать в себя подробные эскизы, визуализирующие будущие снимки, список примерных параметров (три наряда или образа, заснятые в определенной обстановке), указания на характер плана (общий план, «американский кадр»*, крупный портретный план, крупный план продукта, а также размеры сторон каждой фотографии), список сюжетов (фотография человека за работой, в домашней обстановке, фотография с семьей, фотографии личных вещей) или их комбинации. Составив чек-лист кадров, вы можете приступить к планированию ГРАФИКА СЪЕМКИ.

Иногда бывает очень сложно совместить графики многочисленных членов команды. Я отталкиваюсь от временны́х возможностей самого важного и наименее гибкого элемента и вокруг этого строю график съемки. Стараюсь реалистично и точно оценить, сколько времени потребуется на установку декораций и освещения, реквизит, постановку кадра, одевание модели, прическу и макияж, саму съемку, смену постановки кадра и т. д., и только потом составляю расписание.

Когда расписание составлено, можно приступить к работе с вызывными листами CALL SHEETS. Это таблицы, в которых перечислены все члены съемочной группы, указаны их функции, контактная информация и время, в которое они должны быть на фотосъемке. Напротив имени каждого члена съемочной группы я ставлю время примерно за час до того, как он мне потребуется на съемочной площадке: некоторые люди опаздывают минут на 15–20, еще около 15 минут уходит на то, чтобы освоиться. Как правило, парикмахеры-стилисты и визажисты запрашивают гораздо меньше необходимого времени, поэтому я выделяю им как минимум два часа перед модной съемкой.

---

* Сленговый термин, заимствованный из кино. Кадр, большую часть которого занимает лицо героя. В фотографии используется «крупный план». *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РАБОЧИЙ ПЛАН ПОДГОТОВКИ: *чек-лист кадров*

ИМЯ	:	
ДАТА	:	
ПРОЕКТ	:	
КОД СЪЕМКИ	:	
КЛИЕНТ	:	

ОТМЕТКИ

		КАДР 1	КАДР 2	КАДР 3	КАДР 4
ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ	*Эскиз*				
	Описание				
	Натура				
НА ПЛОЩАДКЕ	*Модели*				
	Образы				
	Элементы декораций				
	Реквизит				
ТЕХНИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ	*Композиционный план*				
	Соотношение сторон				
	Список оборудования				

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РАБОЧИЙ ПЛАН ПОДГОТОВКИ: *график съемок*

ИМЯ	:	
ДАТА	:	
ПРОЕКТ	:	
КОД СЪЕМКИ	:	
ДАТА СЪЕМКИ	:	
ВОСХОД/ЗАКАТ	:	

КОЛИЧЕСТВО ПОСТАНОВОК + ОТМЕТКИ

ВРЕМЯ	ГРАФИК	
8:00	*разгрузка оборудования, подготовка площадки*	*прибытие парикмахера и визажиста*
8:30	*постановка кадра 1 и подготовка к остальным*	*прическа и макияж модели (кадр 1)*
9:00		*прибытие / распаковка костюмов*
10:00		*одевание модели (образ 1)*
10:30	***съемка кадра 1***	*стилист готовит образ 2*
11:00	*постановка кадра 2*	*переодевание модели (кадр 2)*
11:30	***съемка кадра 2***	*стилист готовит образ 3*
12:00	*постановка кадра 3 / заказ обеда*	*переодевание модели (кадр 3)*
12:30	***съемка кадра 3***	*обед (стилист, парикмахер, визажист)*
13:00	*обед*	*обед (модель)*
13:30	*загрузка карт памяти, просмотр снимков*	*поправляется прическа и макияж модели*
14:00	*постановка кадра 4 и подготовка к остальным*	*переодевание модели (кадр 4)*
14:30	***съемка кадра 4***	*стилист готовит образ 5*
15:00	*постановка кадра 5*	*переодевание модели (кадр 5)*
15:30	***съемка кадра 5***	*стилист готовит образ 6*
16:00	*постановка кадра 6*	*переодевание модели (кадр 6)*
16:30	***съемка кадра 6***	
17:00	*загрузка карт памяти, просмотр снимков*	
17:30	*демонтаж и упаковка*	*упаковка костюмов и принадлежностей*
18:00		

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РАБОЧИЙ ПЛАН ПОДГОТОВКИ:

ИМЯ :

ДАТА :

ПРОЕКТ :

КОД СЪЕМКИ :

ДАТА СЪЕМКИ :

ПОГОДА :

КЛИЕНТ И КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ :

ВРЕМЯ СЪЕМКИ :

УЛИЧНАЯ СЪЕМКА : □ + □ -

ПЛОЩАДКА ДЛЯ СЪЕМКИ	*Адрес*		УКАЗАНИЯ
	Контактное лицо		
	Парковка?	□ + □ -	
	Мобильная связь?	□ + □ -	

		ИМЯ	ТЕЛ. / E-MAIL	НАЧАЛО/КОНЕЦ РАБОТЫ
КОМАНДА И МОДЕЛЬ	*Фотограф*			
	Продюсер			
	Арт-директор			
	1-й ассистент			
	2-й ассистент			
	Технический специалист / ретушер			
	Парикмахер-стилист			
	Визажист			
	Стилист по костюмам			
	Декоратор			
	Художник по реквизиту			
	Модель			

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ПЛАН B, C и D

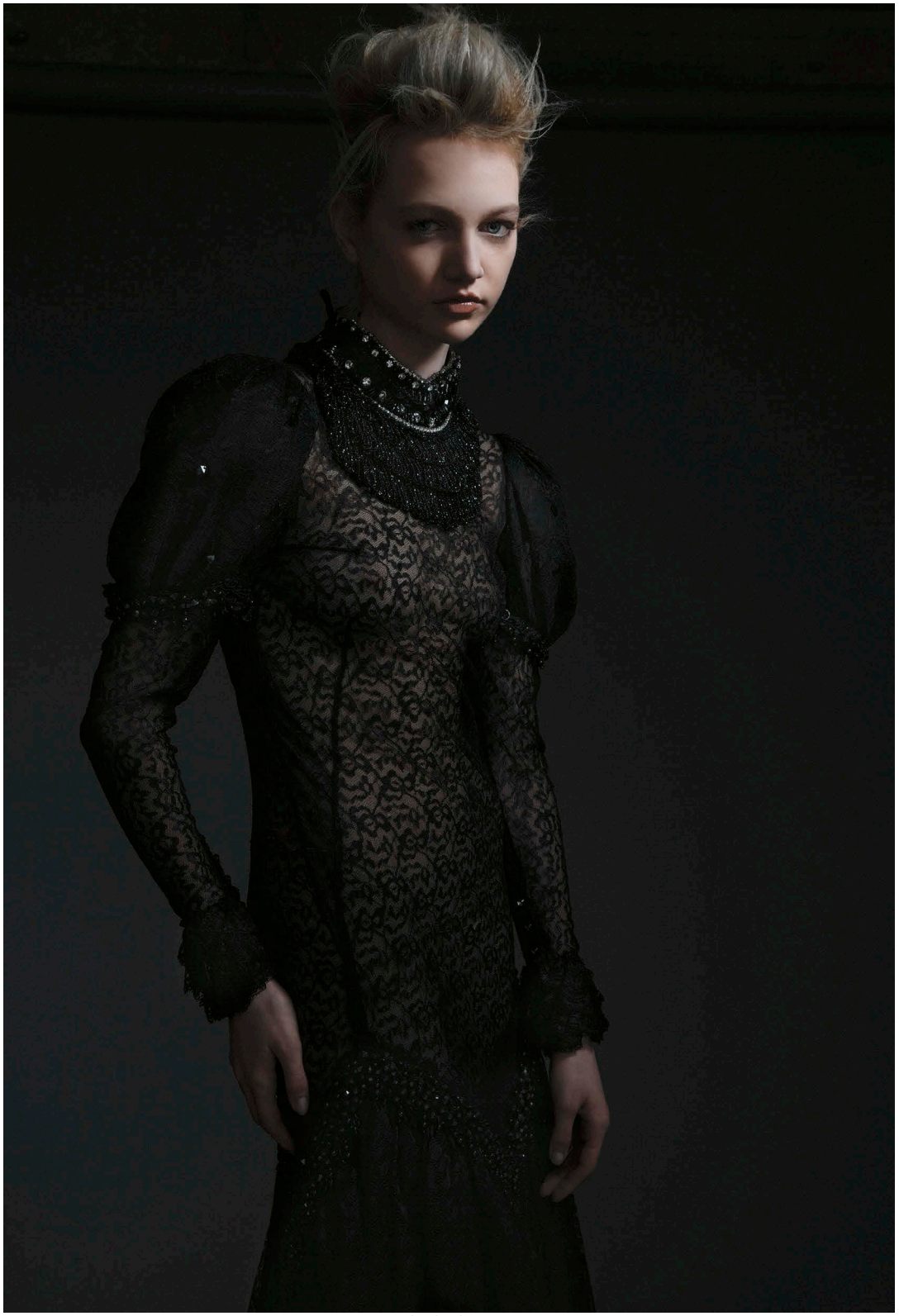
Пусть у вас всегда будет запасной план: что-то в любом случае пойдет не так, но съемка должна продолжаться. Есть милые, преданные делу, надежные профессионалы, но даже они иногда совершают непредвиденные поступки. Люди могут опоздать, отказаться от работы накануне или просто не явиться; моделей бронируют дважды на один и тот же день или они выглядят совсем не так, как в портфолио, оборудование ломается, съемочную площадку затапливает, животные сбегают, стилист ругается с ассистентом, во время уличной съемки идет дождь, свет никуда не годен, кто-то травмируется. Именно тогда особенно пригождается способность сохранять спокойствие и навыки решения задач.

Я бы порекомендовала застраховать ваш бизнес на случай чрезвычайных происшествий или краж. Если вы любитель, со страховкой вы просто будете спокойны, если профессионал, для вас страховка — это необходимость. *Страхование имущества* защитит вас в случае повреждения или кражи оборудования и рабочей мебели. Страховка может покрывать случаи ущерба, нанесенного самой вашей студии. *Страхование общегражданской ответственности* защитит вас, если кто-то пострадает в процессе съемок в вашей студии. Кроме того, оно покрывает те случаи, когда вы повреждаете, ломаете или теряете реквизит, арендованное имущество или причиняете ущерб площадке, на которой работаете.

Если вы профессиональный фотограф, вам, возможно, будут интересны и другие виды страхования. *Страхование профессиональной ответственности* (или страхование от ошибок). В рамках *страхования персональных данных* выплачивается компенсация за восстановление информации и прочие услуги, если ваш компьютер украдут или вы потеряете данные. *Страхование от прерывания коммерческой деятельности* покрывает те случаи, когда вы теряете работоспособность на определенный период времени. Эта компенсация может временно заменить вам доход от коммерческой деятельности, если вам был нанесен значительный ущерб, покрываемый страховым договором.

Вы должны внимательно ознакомиться с договором страхования заранее и понять, что (и при каких обстоятельствах) считается страховым случаем, убедиться, что вы полностью защищены, а не брошены на произвол судьбы и вам придется подавать судебный иск.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года



№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ПЛАН СЪЕМКИ

Нет ничего более пьянящего, чем пребывание на съемках: на природе или на съемочной площадке. Это стоит всех усилий, потраченных на планирование, организацию логистики и разрешение кризисных ситуаций, ведь, в конце концов, вы занимаетесь тем, что любите, — делаете фотографии.

Съемочный процесс может быть немного суетливым, особенно когда это большой проект. Чтобы сохранить сосредоточенность и творческий настрой (то есть не терять оборудование, не забывать сделать нужные кадры, не отснять весь материал с неправильной экспозицией и установленным для файлов форматом JPEG), я стараюсь следовать своему плану, или чек-листу, в каждый момент съемки. Всякий раз ситуация меняется, но в основе процесса лежат следующие шаги.

ОРГАНИЗАЦИЯ

Приехав на съемочную площадку, поздоровайтесь с менеджером площадки и съемочной группой.

Оцените площадку и определите те зоны, с которых начнется съемка (если предполагается несколько постановок, примите решение об их очередности).

Продуманно расположите всех членов команды в соответствии с планом съемки, выгрузите оборудование и материалы для съемки. Раздайте доски настроения, если это не было сделано раньше.

ПОСТАНОВКА

Установите камеру на штатив и направьте ее на объект. Если используется естественный свет, учтите это при установке камеры.

Разместите декорации и расставьте реквизит. Если вы снимаете человека или животное, найдите дублера, чтобы определить, где будет располагаться ваш объект съемки.

Если вы используете искусственный свет, осветите постановку.

В это время модели делают прическу, макияж и одевают ее.

Модель подписывает все необходимые релизы на месте или заранее.

Проверьте все настройки камеры и света. Установите брекетинг экспозиции, сделайте пустой кадр, а затем с помощью дублера сделайте еще один тестовый кадр.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

СЪЕМКА

Расположите предмет или модель и начинайте снимать. Поскольку вы всё проверили заранее, расслабьтесь и погрузитесь в творческий процесс, не думайте о технических деталях.

Проанализируйте, насколько цельным получился кадр, будьте вдумчивы. Рассказывает ли ваша фотография некую историю? Получается ли она интересной и захватывающей? Сосредоточьтесь на кадре в целом, а не только на объекте изображения. Находится ли объект съемки в фокусе (если он должен там находиться)?

Когда вы убедитесь, что у вас есть по крайней мере один подходящий кадр, вы можете начать экспериментировать с позами, постановками и углом обзора. Освободите свой ум от суждений и критического настроя.

Используйте все возможности, весь их спектр. Убедитесь, что вы сделали пустые кадры и кадры с добавленной экспозицией, которые могут пригодиться при ретушировании снимка.

Ничего не демонтируйте, пока не убедитесь, что вы сделали по крайней мере один хороший, подходящий снимок. Лучше просматривать отснятый материал на экране компьютера, а не на самом фотоаппарате.

Подготовьте следующую постановку / повторите действия

ДЕМОНТАЖ ДЕКОРАЦИЙ

В конце съемки загрузите файлы на жесткие диски и создайте их резервные копии, уберите диски в надежное место, проверьте, все ли оборудование собрано, и оставьте площадку в том же состоянии, в каком она была до съемки, или даже в лучшем.

Поблагодарите каждого. Это всё!

ДОМА

Создайте резервные копии файлов и добавьте ключевые слова.
Дайте отснятому материалу отлежаться, не начинайте редактировать его сразу.
Приступайте к постобработке фотографий.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Вот несколько общих полезных советов, которыми стоит воспользоваться до, во время и после съемки.

Сообщайте обо всех деталях съемки организованно. Здесь вам могут пригодиться планы подготовки и листы вызова, которые можно раздать членам съемочной группы. Убедитесь, что в процессе съемки до́ски настроения, планы подготовки, листы вызова и чек-листы фотографий находятся под рукой, чтобы вы могли с ними время от времени сверяться.

Убедитесь, что все документы в порядке, начиная с допусков и заканчивая релизами. Например, если нужно подписать релиз модели, направьте его модели или агентству заранее. Если это невозможно, подпишите все релизы сразу же по прибытии на площадку, до начала съемок.

Пусть каждый член съемочной группы подтвердит время прибытия и затем пришлет повторное подтверждение.

Соберите все оборудование и необходимые материалы вечером накануне съемки.

Подготовьтесь сверх необходимого. Лучше принести больше, чем нужно, и не воспользоваться этим, чем потом страдать от нехватки, — поэтому всегда берите запас.

Всегда есть смысл брать с собой в поездку вещи «на всякий случай»: аптечку, швейный набор, жевательную резинку или мятные леденцы, зажигалку, тампоны, дождевик, одеяло и полотенце, маркеры, мешки для мусора (один черный и один белый), тканевый скотч, зажимы-прищепки, миниатюрный набор инструментов (отвертку, плоскогубцы, кусачки, молоток, рулетку и уровень), пару перчаток, батарейки и разные запасные шнуры и кабели.

Узнайте прогноз погоды, если съемки будут проходить на улице. Советую использовать приложения, показывающие точный прогноз погоды и позволяющие отслеживать положение солнца, такие как National Oceanic and Atmospheric Administration (NOAA) Weather или Sun Seeker.

Если съемки проходят в холодное время года, захватите с собой запасную одежду, куртки, шапки и перчатки на случай, если кто-то на площадке окажется не готов к погодным

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

условиям. Нужно всегда одеваться теплее, учитывая, что придется стоять на улице в течение нескольких часов. Если съемки проходят в жаркую погоду, необходимы запасные шляпы, зонтики от солнца, солнцезащитные средства и много холодной воды. Совсем невесело работать с моделью или членами съемочной группы, которые испытывают больше неудобств, чем следовало бы.

Составьте адекватное расписание и чек-лист фотографий. Убедитесь, что вы включили в график установку и демонтаж декораций, выделили достаточно времени на смену постановки / костюмов / прически и макияжа и оставили запас времени на случай, если вы будете выбиваться из графика.

Никто не будет против уйти домой пораньше — сложности могут возникнуть, если людям придется задержаться.

Не забудьте о питании членов съемочной группы и не пытайтесь на нем сэкономить. Счастливая команда — это сытая команда. Заранее разузнайте об их ограничениях по питанию.

Благодарите. Когда люди чувствуют, что их ценят, возникает приятная рабочая атмосфера.

Файлы и отпечатки отсылайте в оговоренные сроки, особенно если это работа по бартеру. Выпасть из графика очень просто, когда есть другие незаконченные проекты, но договоренности и то время, которое люди вложили в ваш проект, очень важны.

Правильно запишите имена всех членов съемочной группы: они захотят, чтобы их указали в качестве участников проекта.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ЗОЛОТАЯ РЫБКА № 2306

(2015)
Из цикла «Это — вода»

ГЕЙША

(2012)

ЭТЮД В КРАСНЫХ ТОНАХ

(2013)
Из цикла «Ностальгия. Этюд
в цвете»

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РЕДАКТИРОВАНИЕ | *Как выбрать тот самый кадр*

Редактирование отснятого материала — это субъективный процесс. Два человека, просмотрев папку с изображениями, могут в силу различных причин выбрать абсолютно разные кадры. Задача усложняется, когда нужно расположить выбранные кадры в определенной последовательности. Не все великие фотографы — одновременно и великие редакторы. Редактирование подразумевает наличие особого комплекса навыков, о которых часто забывают, говоря о процессе создания фотографий, и оно требует не меньше внимания и умственных усилий, чем любой другой этап. Редактируя отснятый материал, фотограф должен в достаточной степени дистанцироваться от своей работы и проанализировать снимки как они есть, без эмоциональной связи с тем, что стояло за их созданием.

Вызывает ли этот снимок отклик? Есть ли в нем нечто привлекающее внимание и зачаровывающее зрителя? Он интересен? Рассказывает ли он какую-то историю? Каждый ли аспект и элемент внутри кадра работает на развитие этой истории (как уже обсуждалось в главе 1 в связи с созданием сильных кадров)? Иногда бывает, что самого простого жеста достаточно, чтобы вдохнуть жизнь в снимок. Поместите снимок, который вам кажется живым, отдельно от остальных, которые кажутся статическими и искусственными. Я, как правило, спрашиваю себя: я хочу смотреть на этот снимок дольше? Я хотела бы повесить его на стену у себя дома? Я уже видела это раньше? Я сделала фотографию *чего-то* или *о чем-то*? Отражает ли этот снимок те характеристики, которые входят в мою пирамиду качеств (из главы 1)?

Характер редактирования зависит от назначения фотографии и целей проекта. Редактировать отснятый материал для журнала совсем не то же самое, что подбирать фотографии для книги, и оба этих процесса отличаются, в свою очередь, от подготовки снимков для выставки в галерее или для рекламной кампании. Но во всех случаях важно создать динамическую последовательность и учесть опыт зрителей.

Очень удобно, когда программа редактирования фотографий позволяет ставить оценки, сравнивать фотографии в одном ряду и просматривать их в особом порядке. Чтобы определить лучшие кадры, я пользуюсь методом исключения.

Вот как я это делаю. Вначале я ставлю каждой фотографии одну звездочку, а затем я исключаю те снимки, которые

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

кажутся неинтересными, убирая у них эту единственную звездочку. Я воспользовалась критерием, дающим право на одну или более звезд, и получила снимки, которые буду оценивать дальше. Затем каждой фотографии с одной звездой я добавляю еще одну звезду. Я меняю критерии оценки и делаю более строгий отбор, убирая одну звезду у более слабых кадров. У меня остаются наиболее сильные варианты, которые я располагаю в разной последовательности и ищу наиболее удачные комбинации.

Для больших проектов, таких как книги, портфолио или выставки в галереях, или при съемке на пленку я делаю небольшие и дешевые фотоотпечатки с соотношением сторон 2×3 или 4×6, раскладываю их на полу или прикрепляю на стену. Иногда мне приходится какое-то время побыть среди этих снимков, прежде чем я приму какое-либо решение.

Если этот этап вызывает у вас трудности, возможно, стоит потратиться на фоторедактора. Фотографы, особенно начинающие, часто оставляют без внимания наиболее интересные свои работы или оказываются неспособны увидеть взаимосвязи между фотографиями или проектами, которые только кажутся несовместимыми, но на самом деле могли бы прекрасно сочетаться. Фоторедактор смотрит на вашу работу свежим взглядом и может внести ценные предложения. Мне потребовалась помощь специалиста, чтобы понять, что все мои проекты несли в себе нечто общее, и когда я перестала рассматривать их по отдельности, я поняла, как их можно сочетать, чтобы они подчеркивали сильные стороны друг друга.

Когда я спросила Алессию Главиано, старшего фоторедактора журнала Vogue Italia, что именно она ищет в фотографии, она ответила:

В нашей жизни одно изображение сменяет другое, зачастую слишком быстро, и этот виртуальный поток изображений не иссякает. Тысячи, если не миллионы фотографий, не имеющие физического, материального воплощения. Фотографии, которые раньше хранились в семейных альбомах или выдвижных ящиках, теперь занимают виртуальное пространство папки на компьютере или смартфоне. Чем дальше, тем больше они превращаются в одноразовый продукт, который быстро просматривают и переваривают, и все меньше становятся похожи на семейные реликвии, которыми нужно дорожить.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Я очень точно помню фотографии из моего детства, они врезались в мою память. Я часто рассматривала их, и мне достаточно просто вспомнить их, чтобы открыть разные главы своей жизни, как будто бы эти фотографии — это своего рода ключи. Изображения из своего аккаунта на Facebook или в Instagram я воссоздаю в своей памяти совершенно иначе: они не вещи в себе, они неустойчивы, растворены в постоянном потоке визуальной информации, которую трудно удержать в памяти. Визуальные образы чем дальше, тем больше превращаются из объекта коллективного узнавания в своего рода язык.

Если фотограф хочет, чтобы его творчество имело какую-либо ценность, он должен действовать осознанно, он должен выявить, понять ту причину, по которой он выбрал именно фотографию, а не какую-либо другую форму самовыражения.

Фотография — это единственная техника, которая не может существовать без реальных объектов, и в силу именно этой причины — того факта, что реальные объекты и есть предмет изображения, — фотография оказывается захватывающей, волшебной и не похожей на остальные формой искусства.

Фотография требует отсылки к внешнему миру. Вопрос в том, какую версию этого внешнего мира фотограф собирается отразить. Чтобы что-то могло считаться искусством, чтобы это запомнили, оно должно иметь «коэффициент трансформации», своего рода отклонение художественного ви́дения реальности от самой реальности. В общем-то, без этой трансформации фотография — это просто лист бумаги.

Хороший фотограф — это человек, способный отразить уникальную, личную, неповторимую версию внешнего мира.

Помимо этого, фотографу необходимо иметь некий замысел и постепенно развивать его. Кристиан Кожолль, основатель фотоагентства L'Agence Vu, сказал мне однажды, что, по его мнению, ценными можно считать только те работы, которые возникли в силу естественной необходимости, и я с ним совершенно согласна.

Я думаю, что разница между хорошей и посредственной фотографией заключается в том, насколько их создание диктуется истинной внутренней потребностью автора,

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

насколько эти снимки значимы для него самого. Эту иррациональную, эмоциональную значимость нельзя объяснить на словах, но именно это ощущение передается зрителю.

Нужно не только иметь замысел и развивать его, важно владеть техникой. Ви́дение без техники не приносит успеха. Если у вас есть идея, но вы не знаете, как воплотить ее в жизнь (если вы не владеете техникой), она будет неизбежно ограниченной.

Фотография не двигается и не говорит, но, тем не менее, в ней и так, без движения и без слов, много что происходит. Ограничения, присущие фотографии как искусству, могут превратиться в ваших работах в сильные стороны. Я думаю, что наиболее сильные снимки — это открытые фотографии, те, что не объясняют все от начала до конца и ничему не учат. У хорошей фотографии должно быть несколько смыслов, и у зрителя — возможность прочесть эту фотографию в соответствии с собственным прошлым, собственной культурой и собственным ви́дением.

Я думаю, что главное и основное достижение в процессе личностного развития человека — это обретение способности совмещать противоположное и понимание того, что абсолютных величин, таких как белый/черный, добро/зло и верный/ложный, в чистом виде не существует; человеческая сущность занимает промежуточную зону между этими двумя полюсами. Лучшие идеи приходят в голову тем, чей подход к жизни и жизненному опыту не является жестким, тем, кто скорее принимает жизненные сложности и противоречия. Фотография, которая сама по себе метафора, может быть глупой, поверхностной, соответствуя стремлению людей к утешительной простоте, или же, напротив, умной, отражающей тревожную неоднозначность и сложность человеческого существования и, как следствие, сеющей семена истинного понимания человеческой сущности. Фотография, которая вызывает у меня интерес, несомненно, принадлежит ко второй категории.

→

АЛЕКС ЯНГ

(2010)

Фотография для обложки альбома Алекс Янг. Платье — Арлинда Макинтош

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ПОСТОБРАБОТКА

Хотя это последний раздел главы, постобработку не следует считать чем-то второстепенным. Развитие инструментов цифрового ретуширования и программного обеспечения привело к появлению необычайно мощных возможностей, хотя и здесь есть свои ограничения. То, что вы можете что-то сделать с изображением, не означает, что сто́ит это делать. Как и на предыдущих этапах творческого процесса, постобработка требует осознанного творческого настроя и анализа фотографии: нужно определить, чего мы хотим достичь с помощью ретуширования. Те решения, которые вы принимаете в процессе постобработки, так или иначе влияют на конечный итог. Если вы ничего не делаете со своей фотографией, вы все равно используете заводские настройки вашего фотоаппарата, сохраняя параметры, которые кто-то другой посчитал уместными. Ретуширование (будь то коррекция цвета и тона, стилистические решения или создание новых миров) нужно продумать и распланировать одновременно с самой съемкой. Даже если фотография не основывается на реальности, она все равно должна выглядеть реальной. Вам нужно скрыть все швы, чтобы зритель мог легко перенестись в другой мир.

Характер постобработки зависит от жанра фотографии. Внутри художественной фотографии не существует ограничений. Напротив, что касается фотожурналистики и документальных фотографий, в них ретушеры обладают все меньшей свободой, поскольку предпринимаются попытки создать некий общемировой стандарт, гарантирующий честность фотографии. Модная и рекламная фотография тоже становятся все более регламентированными, чтобы не вводить публику в заблуждение и не утверждать неестественные идеалы красоты. Не забывайте о профессиональной этике и ответственности в связи с теми изменениями, которые вы вносите в свои снимки, а также о том, что вы несете в мир, особенно если это имеет отношение к процессу постобработки и ретуширования фотографий.

Постобработка — это неотъемлемая часть моего творческого процесса. Каждая фотография — это нечто особое. Я трачу уйму времени, анализируя кадр, стараясь понять, как можно сделать его сильнее, пытаясь представить, каким он может стать. Я экспериментирую с экспозицией, цветом, тоном, композицией, светом и т. д. как в целом, так и для конкретных деталей. Иногда фотография требует совсем немного

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

вмешательства, в других случаях трудно поверить, каким был исходный снимок. Я стараюсь сделать как можно больше с помощью фотоаппарата, учитывая те ресурсы, которыми я располагаю, но если фотоаппарат не позволяет мне достичь того, чего я хочу, я использую все возможности постобработки фотографии.

В своем последнем проекте «Фантастические пиршества» я прибегла к помощи Ребекки Мэнсон, ретушера из студии обработки фотографий The Post Office. Благодаря сотрудничеству с Ребеккой я осознала, как важно на этапе постобработки фотографий иметь возможность обратиться за помощью к скрупулезному квалифицированному ретушеру. Ребекка вывела мои снимки на новый уровень. Дело не только в технических улучшениях: приятно сотрудничать с тем, кто понимает, что вы делаете, кто может посмотреть со стороны и в ходе вашего творческого процесса поделиться своими идеями. Взглянув на мой замысел глазами ретушера, Ребекка своими ценными замечаниями помогла мне изменить представление о процессе съемки.

Вот что Ребекка думает о процессе ретуширования:

Не существует какого-то чудодейственного пошагового руководства, описывающего, что следует делать в процессе постобработки. Есть какие-то рекомендации, советы, что надо и не надо делать, но в конечном итоге каждая фотография, каждый цикл или проект уникальны.

Как в случае самостоятельной обработки фотографий, так и в случае сотрудничества с профессиональным ретушером есть моменты, о которых стоит задуматься до начала съемки. Проговорите про себя (или вместе с ретушером) весь процесс создания фотографии, как вы, возможно, проделываете перед процессом съемки. «Я беру этот свет, этот объектив, этот корпус, эти стенды, этот штатив и т. д.» Продолжайте проговаривать свой рабочий процесс вплоть до этапа обработки фотографий, особенно если они потребуют на этом этапе значительных усилий. Составьте список тех моментов, которые стоит учесть в процессе съемки.

Обработанные фотографии выглядят органичными, когда разные элементы гармонично сочетаются друг с другом. В фотошопе можно сделать многое, но это отнюдь не означа-

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ет, что вы можете снимать как попало. Даже если что-то можно подправить на компьютере, все же это не лучший вариант, в том числе для самой фотографии. Обратите внимание на уместность света, экспозиции, угла обзора и фокусировки еще перед съемкой. Если вы потратите немного времени на то, чтобы убрать осветительную стойку, протереть поверхность, выровнять объект съемки и отпарить складки одежды до того, как нажмете кнопку спуска затвора, это не только сэкономит вам часы работы, которые пришлось бы потратить на ретуширование, но и убережет вас от лишних переживаний, и в итоге так будет лучше для окончательного варианта фотографии. Не позволяйте себе думать: «Мы поправим это на самой фотографии». Представьте, сколько времени может уйти на мелкие доработки, которых можно было избежать, ведь это время можно и нужно использовать для решения более важных задач, таких как создание идеальной маски или корректирование цвета и тона, пока фотография наконец не «зазвучит». Вдумчивая работа в процессе съемки, несомненно, сэкономит ваши время и деньги.

Как и любому другому навыку, ретушированию и обработке фотографий нужно учиться, эти навыки нужно практиковать и оттачивать. Выясните, как работает доступное вам программное обеспечение и как использовать доступные вам инструменты. Вы должны понимать, чего вы хотите добиться и как к этому прийти, начиная с процесса съемки в RAW-файлы (или сканы) и заканчивая фотошопом. Крайне важно представить, как именно будет выглядеть окончательная фотография и та история, которую она будет рассказывать. Осознайте это на уровне чувств и эмоций, а затем перенесите эти характеристики на вашу фотографию с помощью инструментов ретуширования (фотошопа). За время работы ретушером я часто сталкивалась с тем, что фотографы и рекламщики описывали свои требования так, как сомелье описывает вкус вина. Уловить суть этих абстрактных описаний и сделать коррекцию фотографий так, чтобы заказчик почувствовал, что это то, что нужно, можно только имея опыт, уверенно владея программным обеспечением и — что важно — понимая визуальную психологию человека: того, как влияют на зрительное восприятие композиция, цвет, свет и тень, баланс белого, тон и т. д.

Я работаю в тесном сотрудничестве с фотографом и арт-директором (или дизайнером), чтобы создать окончательную интерпретацию фотографии, которая воплощает именно их

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ви́дение. Мне необходимо многое узнать о фотографе, с которым я сотрудничаю. Как он работает? Как я работаю? В чем мы похожи? Чем мы отличаемся? Каким образом мы можем научиться чему-то друг у друга и наполнить друг друга творческой энергией? Мне необходимо понять, чего фотограф требует и хочет от меня или скорее от своих фотографий. Здесь ключевую роль играют взаимопонимание и контакт. В тех проектах, которые требуют интенсивной обработки фотографий, обсуждение процесса с ретушером на ранних этапах планирования съемки может открыть перед фотографом новые художественные возможности. Художественный потенциал фотографии становится шире, когда фотограф ищет творческие решения совместно с компетентным ретушером, который может ответить на вопросы технического характера и предупредить возможные трудности до того, как они произойдут на съемочной площадке.

СОВЕТЫ ПО ОБРАБОТКЕ ФОТОГРАФИЙ

Работайте с большим откалиброванным монитором.

Используйте планшет.

Развивайте навыки рисования, чтобы лучше владеть руками.

Используйте недеструктивные методы*, чтобы всегда можно было вернуться к исходному варианту и внести изменения.

Избегайте грубости и неестественности.

Фотографии должны быть правдоподобны (даже если они нереалистичны).

---

* Метод обработки фотографий, при котором вся ретушь проводится на пустых слоях, при этом слой с оригинальным изображением находится под ними и непосредственно на нем работа не ведется. Таким образом, исходное изображение остается нетронутым, а весь процесс ретуши можно в любой момент пошагово откатить назад. *Прим. ред.*

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ГЛАВА 5 | *Резюме*

В главе 5 речь шла о целом ряде инструментов, помогающих выстроить любой съемочный процесс, начиная со съемки документальной фотографии и заканчивая масштабными проектами.

В то время как глава 4 была посвящена инструментам, позволяющим придать вашему замыслу глубину на этапе поиска идей, глава 5 знакомит с конкретными шагами, ведущими к воплощению этого замысла в жизнь посредством планирования и поиска ресурсов. Речь шла о том, как развить навыки поиска материала, умение вести переговоры и получать необходимый доступ. Весь процесс подготовки к съемке для простоты был разбит на конкретные шаги, а в планах подготовки учитывались детали. Кроме того, в этой главе предложены некоторые рекомендации по работе в рамках сметы, которые могут быть полезными при создании портфолио или при работе над персональными проектами.

Если все элементы складываются друг с другом, съемка должна пройти гладко. В случае каких-то небольших заминок или масштабной катастрофы запасной план или творческий подход к решению проблем позволят получить нужный результат. Имея этот снимок, вы можете перейти к заключительному этапу творческого процесса — постобработке, включающей в себя редактирование отснятого материала, создание последовательности снимков и их ретуширование.

Что касается фотографии как бизнеса, в ней существует еще множество нюансов, о которых не упоминается в этой книге. Я предлагаю вам самим изучить деловые нормы и практики, характерные для разных областей фотографии.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

Брюс Паттон, Роджер Фишер и Уильям Юри. Переговоры без поражения. Гарвардский метод. М. : Манн, Иванов и Фербер, 2012.

John Harrington. Best Business Practices for Photographers (Лучшие методы ведения бизнеса для фотографов), 2009.

РЕКОМЕНДОВАННОЕ ВИДЕО

Бен Шапиро. Грегори Крюдсон: Короткие встречи, 2012 (www.gregorycrewdsonmovie.com/).

ИСТОЧНИКИ ВДОХНОВЕНИЯ

Грегори Крюдсон
Алекс Прагер
Джулия Фуллертон-Баттен
Энни Лейбовиц
Эллен фон Унверт

Галерея Фэи и Кляйна
Фотоагентство Casey
Сообщество фотографов The Photo Society

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Зрительское

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ГЛАВА ШЕСТАЯ

восприятие

: ЗРИТЕЛЬСКОЕ ВОСПРИЯТИЕ

ПОДАЧА

КРИТИКА И ОТЗЫВЫ

ЦИКЛЫ РАБОТ И ДОЛГОСРОЧНЫЕ ПРОЕКТЫ

ЗАКАЗЫ/ЗАДАНИЯ

ТВОРЧЕСКОЕ НАСЛЕДИЕ: ЧТО МЫ ОСТАВЛЯЕМ ПОСЛЕ СЕБЯ

РЕЗЮМЕ

№2015/02/30/380000-1 от 27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ФОТОГРАФИЯ — это способ **взаимодействия и коммуникации** с миром, поэтому задумайтесь о том, как другие будут воспринимать ваше творчество и какую мысль вы хотели бы своими работами донести. Это вовсе не означает, что вы должны угождать зрителю, пренебрегая искренностью творчества. Скорее, вам следует осознать, какой именно опыт должен получить зритель, глядя на ваши работы.

В этой книге была предпринята попытка подробно описать художественный подход, основанный на продуманном, осознанном и уместном выборе, и эта череда выборов не обрывается в момент создания фотографии. Тот же самый метод и те же самые инструменты могут быть уместны и в том, что касается подачи фотографий.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ПОДАЧА

Способ презентации ваших работ, вне зависимости от того, в каком виде они предстают перед зрителем (в виде фотоотпечатков, изображений в интернете, книги, журнала, проекций, инсталляций, мультимедийных файлов), должен быть продуман до деталей в той же самой степени, что и процесс их создания. Даже если у вас уже есть на руках готовая работа, вам предстоит принять еще множество решений, и у вас все еще остается пространство для творчества. Способ подачи влияет на художественное и зрительское восприятие, он должен содействовать созерцанию фотографии, а не отвлекать от него. То, как фотография «упакована», как она подана (сюда относится все, начиная с выбора бумаги и заканчивая элементами графики/дизайна), должно соответствовать самой фотографии и подчеркивать ее достоинства. Зрители замечают все визуальные сигналы контекста, в котором они видят вашу работу, и это сказывается на их суждениях о ней.

Учитывая те возможности, которые предоставляют современные устройства, а также различные особенности просмотра информации онлайн, в распечатанном виде или в виде публикаций (самопубликаций), можно утверждать, что художникам предоставляется полный контроль и бесконечные варианты выбора в том, что касается подачи собственных работ. Изучайте и применяйте эти инструменты воздействия на зрительское восприятие, поскольку это тоже имеет отношение к трансляции ваших идей.

Чем бы я ни занималась — выбором бумаги для фотоотпечатков, подбором рамок для выставки в галерее, созданием книги, верстkой рекламных материалов или дизайном персонального сайта, — я должна быть уверена в том, что мои фотографии будут показаны в лучшем свете и что их подача будет соответствовать моему бренду и художественному ви́дению. Если меня одолевают сомнения, я возвращаюсь к своей пирамиде качеств, чтобы убедиться в том, насколько гармонирует с ней тот или иной способ подачи.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

АРХИВНЫЙ ПИГМЕНТНЫЙ ОТПЕЧАТОК

Выставочный отпечаток
на тряпичной фотобумаге
Hahnemühle Photo Rag 308 г/м^2

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

КРИТИКА И ОТЗЫВЫ

Критика может быть очень полезна для развития художника, но только если она хорошо продумана. Как автор, вы не всегда можете дистанцироваться от своего произведения, чтобы понять, как его воспринимает зритель. Взгляд со стороны может быть крайне полезен, он помогает понять, что работает и что нет, что вызывает отклик у других, а что оставляет равнодушным. Свежий взгляд может выявить то, чего вы не замечали, предложить иное прочтение или указать на непонятные сюжетные ходы и контекстуальные связи, которые вам казались очевидными.

Как только вы к чему-то пришли, работая над тем или иным проектом, обратитесь за отзывом к тому кругу людей, которые служат вам поддержкой, чтобы понять, какой должна быть окончательная версия фотографии или цикла фотографий. Тот момент, когда следует получить обратную связь, зависит от конкретного проекта, но, вероятнее всего, это случится ближе концу работы над проектом, к тому времени, когда вы уже достаточно продвинетесь в этой работе. За советом вам следует обратиться к человеку, мнению которого вы доверяете и который понимает вас и ваше творчество. Если вы покажете рецензенту свое портфолио или все свои произведения, вы сможете лучше понять, на чем вам стоит сосредоточиться в дальнейшем.

Вне зависимости от того, к кому вы обращаетесь за помощью — к близкому другу/коллеге или уважаемой фигуре в вашей отрасли, — важно хоть немного понимать, что это за человек. В искусстве не существует чего-либо объективного. Каковы личные предпочтения и взгляды рецензентов, которые могут отразиться на их отзывах? Смогут ли они быть честными с вами, не будут ли бояться сделать вам больно? Важно ли для вас их мнение?

У меня есть несколько человек, которых я уважаю, которым доверяю и которым могу показать свои работы на ранних стадиях. Я ценю их взгляды и эстетические предпочтения. Я чувствую, что они меня понимают. Некоторые из них — фотографы, некоторые — художники, работающие в других направлениях, а некоторые вообще не принадлежат миру искусства.

Очень любопытно бывает услышать точку зрения тех, кто не связан с фотоиндустрией: это помогает понять, как

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

работу воспримет широкая публика. Тем не менее осознанно выбирайте тех, к кому вы обращаетесь за обратной связью: вам совсем не нужно, чтобы у вас в голове спорило между собой слишком много мнений.

Рецензирование чужих работ — это один из лучших способов сделать собственные работы более сильными и глубже понять то, как работает зрительское восприятие. Словарь, которым вы пользуетесь в процессе критики, может пригодиться вам для анализа своих собственных фотографий.

Негативный отзыв: *когда прислушиваться, а когда — нет*

В конструктивной критике нет ничего плохого. Фотографии почти всегда можно сделать лучше, и те идеи и предложения, которые подсказывают, что можно улучшить, имеют большую ценность. И все-таки не принимайте каждое слово близко к сердцу. Между советом, который приносит пользу и способствует улучшению, и неконструктивным замечанием, которое не дает ни того ни другого, — большая разница. Ваше творчество — это нечто глубоко личное, поэтому трудно заранее предугадать, какую реакцию вызовет у вас тот или иной отзыв. Но если это взвешенное и уместное предложение, оно будет вам созвучно, будет иметь смысл и принесет вашему творчеству заметную пользу.

Чужой отзыв может иногда вызывать досаду, и его бывает трудно переварить. Я не советую вам пренебрегать этим отзывом, скорее рекомендую вам задуматься над тем, почему он вызвал такую реакцию. Возможно, он был некорректно сформулирован, возможно, в нем предлагалось сделать то, что вам не очень-то интересно, возможно, что-то действительно нужно изменить, но не так, как вам советуют. В конце концов, это ваша и только ваша работа. По сути дела, ничье чужое мнение не имеет никакого значения.

Как правило, люди имеют благие намерения, они просто хотят помочь, но не каждый действительно способен что-то подсказать, поэтому подходите к выбору рецензентов с умом. Это не означает, что вам нужно выбирать только тех, кто всегда будет говорить вам, как все здóрово (хотя на самом деле это не так). Скорее, вам следует обращаться за советом к тем людям, которые, по вашему мнению, вас понимают и могут помочь сделать ваши фотографии сильнее.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ЦИКЛЫ РАБОТ И ДОЛГОСРОЧНЫЕ ПРОЕКТЫ

Цикл можно определить как ряд связанных между собой произведений, объединенных общей темой. Я предпочитаю создавать циклы работ: мне кажется, они позволяют более глубоко изучить ту или иную тему, полностью погрузиться в нее и раскрыть ее возможности. Пробуйте и ошибайтесь, делайте и переделывайте, анализируйте и совершенствуйте. С каждой съемкой ваши работы становятся более сильными, интересными и значимыми.

Каждая фотография в рамках цикла должна быть особой, самостоятельной, но в ряду других фотографий приобретать бóльшую силу и значимость. Фотографии должны быть связаны друг с другом, но не должны повторяться или казаться избыточными, отвлекая внимание от цикла в целом и навевая скуку. Хотя вы, безусловно, можете рассказать некую историю с помощью всего одной фотографии, ряд снимков позволяет создать более полноценный сюжет. Замысел цикла может возникнуть в любой момент: это может быть озарение, создание успешного снимка, идею которого вы хотите продолжить, или некое открытие, совершенное в результате эксперимента или игры. Иногда вы очень четко и ясно представляете себе, что хотели бы сделать. Иногда понятия не имеете, что делаете, действуете методом проб и ошибок, вас заносит то в одну сторону, то в другую, вы проверяете границы и наблюдаете за тем, как ваш замысел эволюционирует. Поначалу не следует задавать себе какие-то рамки. Делайте много фотографий и пока не сбрасывайте со счетов ни один снимок. В какой-то момент постарайтесь взглянуть на отснятый материал как на единое целое и попробуйте определиться с направлением и формой проекта. Анализируйте, задавайтесь вопросом, что будет работать, а что нет.

Как вы поймете, что проект подошел к концу? Ответ на вопрос «Как я пойму, что моя фотография, цикл работ или долгосрочный проект завершены?» очень короток и неудовлетворителен: «Вы сами это увидите». Это внутреннее чувство, и чем больше вы работаете осознанно, опираясь на медитацию и интуицию, тем больше вы доверяете своим ощущениям. Если я чувствую некую неуверенность, я обращаюсь к другим за советом. Кроме того, имеет смысл вернуться к тому списку целей, которые вы ставили перед собой в начале проекта. Удалось ли вам сказать то, что вы хотели? Остались ли какие-то пропуски?

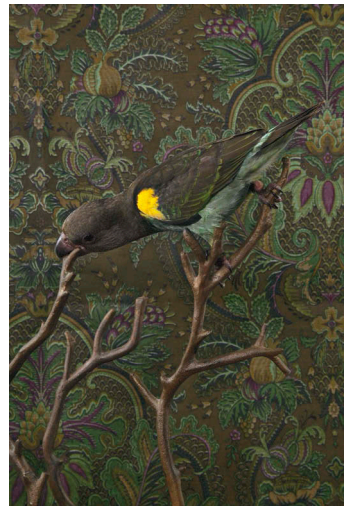
№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

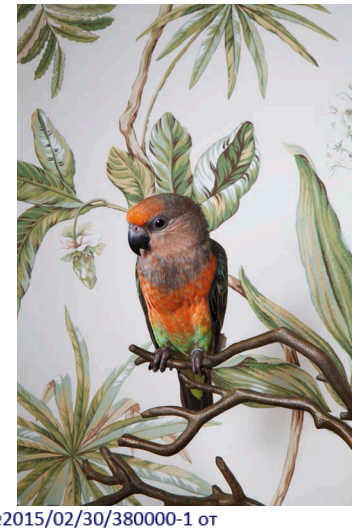
Работа над произведением искусства никогда не может быть закончена, она может быть только заброшена.

— Леонардо да Винчи

ПТИЦЫ ОДНОГО ПОЛЕТА

(2013 — настоящее время)





№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ЗАКАЗЫ/ЗАДАНИЯ

Границы между коммерческой и художественной фотографией постепенно размываются: различные компании понимают, какую пользу им принесет капитализация стиля художника, если он соответствует облику бренда. По этой причине, я считаю, развитие собственного художественного взгляда необходимо для того, чтобы быть коммерчески успешным фотографом, вне зависимости от того, считаете вы себя художником или нет.

До сих пор существует ряд мифов, которые отпугивают художников от коммерческих проектов, и наиболее распространенный из них — это традиционная дилемма: оставаться верным себе или «продавать себя», чтобы заработать на еду. Я никогда особо не верила в эту дихотомию. Микеланджело расписывал Сикстинскую капеллу по заказу папы, и большинство шедевров классического искусства были выполнены на заказ. Задача художника — найти и развивать свою собственную нишу, чтобы та работа, которую он выполняет по заказу, была для него органична и приносила ему удовлетворение.

Я до сих пор не чувствовала большой разницы между своими художественными циклами фотографий и теми заказами/заданиями, которые мне посчастливилось получить. Причина кроется, главным образом, в том, что мне предлагают делать то, что я уже, как известно, делала. Если ваши работы — это то, что вы хотите создавать, если они воплощают ваш стиль и ваше ви́дение, тогда вам закажут то же самое. Всегда есть способ сделать фотографию так, чтобы она отражала вашу точку зрения. Вероятнее всего, вас выберут именно из-за вашей художественной позиции, поэтому вам следует выработать ее самостоятельно. Вот почему так важно заниматься персональным творчеством.

Работая над фотографией для того или иного клиента, я пользуюсь теми же инструментами и техниками, что и при работе над персональными проектами. Место съемки, правда, отличается, и это может превратиться в интересную творческую задачу. Вместо того чтобы концентрироваться на себе, я стараюсь понять клиента и его бренд. В чем заключаются их цели? Что они собой представляют? Что делает их уникальными? Каким образом лучше обратиться к их аудитории? Затем я делаю то же, что и всегда: развиваю замысел, генерирую идеи, пользуюсь техникой мозгового штурма, создаю доски настроения, провожу рекогносцировку,

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

прохожу этап подготовки к съемке, этап постобработки фотографий и, наконец, продумываю способ их подачи.

В результате сотрудничества с заказчиком, когда технические задания прозрачны и не противоречат друг другу, могут получиться прекрасные фотографии.

→

КОРРЕСПОНДЕНЦИЯ

(2013)
Рекламная кампания для магазина канцтоваров и винтажных праздничных украшений Parcel. По мотивам цикла «Ностальгия. Этюд в цвете»

ЖЕЛТОШЕЙНЫЙ АМАЗОН И ВОЛНИСТЫЕ ПОПУГАЙЧИКИ № 9854

(2016)
По заказу журнала National Geographic для статьи о говорящих попугаях. По мотивам цикла «Птицы одного полета»

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ТВОРЧЕСКОЕ НАСЛЕДИЕ: ЧТО МЫ ОСТАВЛЯЕМ ПОСЛЕ СЕБЯ

Эта книга посвящена не столько фотографии, сколько тому, как с ее помощью вы выражаете свое ви́дение и открываете для себя мир. Творческое наследие — это отражение вашего мировоззрения и опыта. Это кусочек вас самих, который вы оставите после себя. Ваши привычки и страхи — это единственное препятствие, которое мешает достичь глубины творчества. Если вы неглубоко погружаетесь в творческий процесс, ваши работы тоже будут поверхностными. Но если вы без страха уйдете с головой в творчество, ваши работы будут обладать преобразующей силой — как для вас, так и для тех, кто их воспринимает.

Будьте смелыми в своих мыслях, мечтах, в своем воображении и стремлении к внутренним переменам; прожи-

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

вайте свою жизнь так, словно каждый чувственный и интеллектуальный опыт — это источник сюжетов. Смело идите на эксперименты, ведь они ключ к свободному самовыражению. Но это только начало: вы должны много пробовать, чтобы улучшить свои работы. Тщательно выбирайте те истории, которые вы решитесь поведать миру, ведь они — это след, который не исчезнет.

ПИРШЕСТВО ШЕТЛЕНДСКИХ ПОНИ

(2013)
Из цикла «Фантастические пиршества»

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РЕКОМЕНДОВАННОЕ ВИДЕО

Дэвид Гелб. Мечты Дзиро о суши, 2011 (www.magpictures.com/jirodreamsofsushi/).

ИСТОЧНИКИ ВДОХНОВЕНИЯ

Тим Уолкер
Кирсти Митчелл
Мэгги Тейлор
Грегори Кольбер
Роберт и Шана Парк-Харрисон

Музей фотографии Гриффина
Агентство Art+Commerce
Фотоагентство Contrasto

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ГЛАВА 6 | *Резюме*

Мы столько времени, сил и души вкладываем в создание фотографий, что порой нам трудно дистанцироваться и взглянуть на свое творчество в целом. В этой главе подчеркивается, насколько важно делать сознательный, продуманный выбор на протяжении всего творческого процесса, включая этап презентации работ, поскольку то, как вы «упакуете» и покажете свою работу, повлияет на ее восприятие зрителями. Правильная подача может выгодно подчеркнуть достоинства фотографии и даже вывести ее на новый уровень. И напротив, если к способу представления фотографии отнестись как к чему-то второстепенному, он будет, скорее всего, отвлекать внимание от работы, портить и обесценивать ее. Это касается не только выбора рамки или фотобумаги, речь идет о более широком спектре вопросов — о том, за какого рода заказы вы беретесь, как развиваете циклы фотографий и каким образом демонстрируете свои работы. Ваши взаимоотношения со зрителем — это двусторонний процесс, и в этой главе речь шла о тех ситуациях, когда мы обращаемся за обратной связью и получаем ее. Понимание того, как ваш зритель воспринимает ваше творчество, непосредственно связано с вашей художественной идентичностью и теми целями, которые вы ставите в своих работах.

В начале этой книги вам предлагалось поразмышлять о том, что вы говорите своим творчеством. Подойдя к концу книги, завершив шестую главу, вы снова вернулись к началу.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Эта книга — путеводитель в волшебный мир, и, как часто бывает, вам нужно самим побывать в этом месте, чтобы испытать его магию.

Размышляя над тем, какие цели преследует искусство и что делает кадры сильными, я предложила вам схему, с помощью которой вы можете проанализировать собственную художественную эволюцию: проследить, как развивалось ваше художественное ви́дение, найти истоки творчества, определить свое психе и области интереса. Кроме того, я предложила вам поставить перед собой цели для дальнейшей работы.

Если вы будете управлять своим жизненным опытом и источниками вдохновения, взаимодействие с окружающим миром и людьми станет интереснее и смелее. Это повлияет на ваше творчество и расширит горизонты. Открывая чудеса этого мира, не забывайте направлять внимание внутрь себя, осваивать глубины своего бессознательного, этого центра творческой энергии и воображения, через сны, медитацию и интуитивную работу.

Понимая и принимая те психологические трудности, с которыми художники сталкиваются в силу своей природы (самокритика, боязнь неудачи или негативной оценки, парализующий перфекционизм), вы сможете преодолеть препятствия, которые возникнут на вашем пути, обрести уверенность, позитивный настрой и повысить продуктивность работы. Выделите время для того, чтобы подпитывать творческое начало: регулярно заниматься практикой, терпеть неудачи, погружаться в игру и экспериментировать. Для этого вам нужна благоприятная среда, способствующая продуктивной работе и стабильно соответствующая вашему образу жизни.

Ваши мысли будут течь свободно и беспрепятственно, если вы будете регулярно черпать вдохновение в различных источниках и развивать свои навыки дивергентного мышления, применять технику свободных ассоциаций, создавать ассоциативные карты и доски настроения. В вашем распоряжении все возможные инструменты, которые позволяют полноценно развить и визуализировать любую идею. Теперь все, что вам нужно, — это план и немного изобретательности, организационных навыков и навыков поиска информа-

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ции для сбора всех необходимых компонентов и воплощения этой визуализации. Находясь на съемочной площадке, дайте волю своему творческому началу, и результаты вас удивят. На последних этапах — на стадии редактирования, создания последовательности фотографий, их постобработки и презентации — вы добавляете последние штрихи и готовитесь выпустить свой проект в свет.

На протяжении всей книги я подчеркивала, как важно в процессе творчества иметь ясное представление о своих целях. Я надеюсь, что этой книгой я тоже добилась того, к чему стремилась:

— Эта книга вдохновила вас на изучение своего внутреннего мира и мира, который вас окружает.

— У вас возникли авторские идеи, которые будут способствовать вашему свободному художественному самовыражению. Вы стремитесь раскрыться как личность и создавать более глубокие фотографии. Вы начинаете понимать себя и свои психологические особенности и можете создать условия, которые позволят вам стать более организованным и работоспособным. Вы постоянно анализируете, насколько сильные у вас получаются фотографии, и продумываете каждый шаг на пути их создания. Я поделилась с вами рядом полезных инструментов, которые не просто вдохновят вас на создание фотографий, но и предоставят вам возможность заниматься творчеством систематически и с верой в себя.

— Наконец, я надеюсь, что эта трансформация затронет вашу жизнь в целом не меньше, чем ваш творческий процесс.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

В СОЗДАНИИ КНИГИ ПРИНИМАЛИ УЧАСТИЕ:

БЕТ ТАУБНЕР

Основатель компании Mercurylab, Бет Таубнер вот уже более 20 лет является специалистом по брендовым стратегиям и креативным директором и занимается разработкой стратегий и творческими коммуникациями. Бет разработала авторскую методику развития бренда, основанную на психологическом, визуальном и аналитическом подходе. Среди ее клиентов — широко известные американские бренды A&E, Miramax Films, британская фирма The Well-Fed Cuckoo, издательский дом Condé Nast, журнал Newsweek International и различные ритейлеры, например онлайн-магазин модной одежды Moda Operandi. Бет разрабатывала стратегии развития бренда для таких видных представителей искусства, как агентства Sarah Laird & Good Company и Début Art, расположенные в Великобритании и США, а также для агентств Kate Ryan и Apostrophe, находящихся в США. Кроме того, она занимается идентификацией бренда, языковыми коммуникациями, творческим руководством, визуальным развитием бренда и стратегиями маркетинга, сотрудничая с некоторыми из ведущих мировых фотографов. Бет проводит индивидуальные тренинги, а также консультирует по вопросам развития, внедрения бренда и творческой реализации по всему миру.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

АЛЕССИЯ ГЛАВИАНО

Алессия Главиано — старший фоторедактор в журналах Vogue Italia и L'Uomo Vogue, а также редактор сайта vogue.it. Кроме того, она является арт-директором выставок и мероприятий для журналов Vogue Italia и L'Uomo Vogue в издательском доме Condé Nast. Серия ее интервью «Мастера фотографии» для интернет-версии журнала Vogue Italia приобрела огромную популярность в сообществе фотографов и транслировалась на итальянском телеканале Sky Arte.

Главиано — основатель Photo Vogue, инновационной платформы, где пользователи со всего мира могут делиться своими фотографиями под руководством профессиональных фоторедакторов. Photo Vogue насчитывает более 120 тысяч пользователей и сотрудничает с престижным международным агентством Art+Commerce, куда входят некоторые выдающиеся модные фотографы, такие как Стивен Майзел, Сольве Сундсбо, Паоло Роверси и Патрик Демаршелье.

Главиано регулярно приглашают читать лекции и выступать на конференциях в различных институтах и университетах, таких как Европейский институт дизайна, Университет Боккони и Миланский технический университет.

Она преподает в магистратуре Европейского института дизайна в Милане. Главиано принимала участие в качестве члена жюри во многочисленных международных конкурсах фотографии, в том числе в конкурсах, организуемых фондом World Press Photo, а также в ряде конкурсов портфолио, в частности в конкурсе New York Portfolio Review, спонсором которого является New York Times Lens Blog, блог о фотожурналистике при газете New York Times.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

РЕБЕККА МЭНСОН

Бекки создает фотографии. В своих воспоминаниях она воплощает впечатления детства, проведенного в Англии. Тогда она часто что-то царапала на бумаге. От мелков, карандашей, красок и трафаретов ее увлечение перенеслось на фотоаппараты и фотошоп.

В течение более чем 20 лет Бекки работала в Лондоне, Амстердаме, Нью-Йорке и Лос-Анджелесе, она востребованный цифровой ретушер, сотрудничающий с ведущими мировыми фотографами (Марком Селиджером, Кристофером Гриффитом, Энни Лейбовиц и Ранкином), с лучшими рекламными агентствами (Droga5, 72andSunny, BBDO), с такими компаниями, как Apple, Samsung, Puma и Toyota, а также выполняющий редакторскую работу для различных газет и журналов.

Когда Бекки не занята заказами высокого уровня, она работает в качестве ретушера в различных гуманитарных проектах. В частности, в 2011 году, когда на северо-востоке Японии произошло разрушительное землетрясение и цунами, Бекки организовала сеть ретушеров, работавших удаленно в качестве волонтеров, и собрала на месте целую армию добровольцев, которые очищали и реставрировали для жертв стихийного бедствия поврежденные семейные фотографии. Впоследствии ее программу воспроизвели и в других районах, пострадавших от разного рода бедствий.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ОСОБАЯ ПРИЗНАТЕЛЬНОСТЬ

Эта книга была бы невозможна без Лили Розен и Моники Касс Роджерс.

БЛАГОДАРНОСТИ

Бесконечное число людей поддерживали меня в моем творчестве, влияли на ход моих мыслей, ставили передо мной задачи и вдохновляли меня, делились идеями, позволяли мне получить новые впечатления и/или новые существенные возможности. Моя семья — Лили, Натали, Шарлотта, Камилла и дядя Боб. Рон Хавив, цирк Big Apple и Барри Любин, Колледж искусств и дизайна в Саванне (SCAD) и Пола Уоллес, Стив и Хейди Эйшман, Том Фишер, Крэйг Стивенс, Стив Блисс, Трэвис Додд, Александра Сакс, Лиза Мичеле, Бард-колледж в Саймонс-Роке, мастерские Maine Media и Джойс Теннесон, Сиг Харви, Бобби Лейн, Дрю Гарднер и Стивен Джонсон. Дж. С. Швец, Эрик Домингес, Энди Фостер, Патрисия Селден, Пэт Белл, Сэм Барзилей и Лора Руманос, мастерские Foundry Workshops и Эрик Бикрофт, Сьюзи Катц, Мэгги Стебер, Андреа Брюс, Адриана Зебраускас, Кэл Олфорд, Кирстен Люс. Элисон Морли, Ким Хаббард, Ребекка Мэнсон, Робин Шварц, Грег Хайслер, Райан Уайлд, Алекс Рэнделл, Энни Гринберг, Саманта Адлер, Том Пизано, Дэвил Пол Ларсон, Линдси Адлер, Фрэнсис Денни, Нэнси Лабоз, Эмма Мироп, Лили Ходж, Дженнифер Бернли, Арлинда Макинтош, Оливер Соломон, Дэниел Милнор, Хоссейн Фармани, Мохамед Сомджи, Гала Салхи, Лу Леско, Энди Патрик, Бет Таубнер, Мэри Вирджиния Суонсон, Дебра Вайсс, Джулия Грэхем, Моника Касс Роджерс, Холли Хьюз, Лорен Вендл, компания Dynalite и Джим Мортон, Питер Поремба, Джейсон Этцель, платформа liveBooks, компания Hahnemühle и Кэрол Босс, Джорджио и Лиза Баравалле и Валерия Витте.

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

Максимально полезные книги от издательства «Манн, Иванов и Фербер»

Заходите в гости:
http://www.mann-ivanov-ferber.ru/

Наш блог:
http://blog.mann-ivanov-ferber.ru/

Мы в Facebook:
http://www.facebook.com/mifbooks

Мы ВКонтакте:
http://vk.com/mifbooks

Предложите нам книгу:
http://www.mann-ivanov-ferber.ru/about/predlojite-nam-knigu/

Ищем правильных коллег:
http://www.mann-ivanov-ferber.ru/about/job/

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

УДК 77.04
ББК 85.16
Р64

Оригинальное название: Imaginarium
The Process Behind the Pictures
Публикуется с разрешения ROCKY NOOK, INC.

Благодарим за помощь в подготовке издания фотографа Валентина Блоха

На русском языке публикуется впервые

Розен, Клэр

Р64 Имаджинариум, или Что стоит за кадром / Клэр Розен. — М. : Манн, Иванов и Фербер, 2018. — 264 с. : ил.

Это книга о психологии творчества в фотографии и сборник практических советов и сведений о процессе создания фотографий. Стратегии, инструменты и техники, которые помогут управлять творческим процессом и создавать уникальные кадры.

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

© ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2018
Authorized translation of the original English title: Imaginarium
© 2017 by Claire Rosen, published by Rocky Nook, Inc.
All images © Claire Rosen unless otherwise noted.

ISBN 978-5-00117-268-0

№2015/02/30/380000-1 от 27 апреля 2015 года

Издание для досуга

Клэр **Розен**

ИМАДЖИНАРИУМ,
или Что стоит за кадром

Главный редактор *Артем Степанов*
Руководитель направления *Вера Ежкина*
Ответственный редактор *Ольга Киселева*
Арт-директор МИФ.Творчество *Мария Красовская*
Верстка обложки *Сергей Хозин*
Верстка блока *Юлия Анохина*
Литературный редактор *Клавдия Милова*
Корректоры *Мария Кантурова,*
Надежда Болотина

ООО «Манн, Иванов и Фербер»
www.mann-ivanov-ferber.ru
www.facebook.com/miftvorchestvo
www.vk.com/miftvorchestvo
www.instagram.com/miftvorchestvo

EAC

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года

ИМАДЖИНАРИУМ,
или Что стоит за кадром

—

Клэр Розен

Вспомните себя в момент творения. Прочувствуйте вновь неустойчивость творческого порыва, тревогу, что все идет не так, и, наконец, радость момента, когда замысел и исполнение сливаются в готовом произведении. Творчество — величайшее умение человечества: оно наделяет нас собственным голосом и позволяет ему звучать в полную силу. А воображение и креативность оказываются полезными в самых разных сферах деятельности.

Эта книга не о том, как повторить кадры автора. Это рассказ о принципах творческого мышления, привнесении его в свою жизнь и готовности экспериментировать с помощью фотографии. Клэр Розен с глубоким пониманием природы художника рассказывает, как рождаются идеи и что делает работу над ними продуктивной. Ее советы будут полезны вне зависимости от того, работаете ли вы в художественной съемке, коммерческой или в другом жанре. Вы узнаете, как развить замысел с помощью превизуализации, подготовиться к нестандартной съемке и поэтапно реализовать творческий проект.

* * *

Эта книга научит вас генерировать идеи, организовывать подготовку к съемке и саму съемку, покажет, как перестать сомневаться и начать делать. Автор подробно разбирает процессы, которым в России нигде не учат, ее подсказки помогут вам вывести свою работу с фотографией на действительно серьезный уровень.

Валентин Блох, фотограф

СТАВЬТЕ ХЕШТЕГ #ИМАДЖИНАРИУМЗАКАДРОМ
И ДЕЛИТЕСЬ СВОИМИ РАБОТАМИ С ДРУЗЬЯМИ.

ISBN 978-5-00117-268-0

Максимально
полезные книги на сайте
mann-ivanov-ferber.ru

издательство
МАНН, ИВАНОВ И ФЕРБЕР

Like facebook.com/**miftvorchestvo**
vk.com/**miftvorchestvo**
instagram.com/**miftvorchestvo**

№2015/02/30/380000-1 от
27 апреля 2015 года