

Взрослому Начинающему Художнику
от Милы Наумовой

КАПЛЯ СМЕЛОСТИ

от самого трусливого человека в мире

Взрослому Начинающему Художнику
от Милы Наумовой,
самого трусливого человека в мире 😊

Этот сборник для таких же как Я, для тех, кто считает себя ленивым, и имеет много страхов. Тут я собрала все свои драгоценности, которые помогали мне, и обязательно помогут Взрослому Начинающему Художнику поверить в свои силы и зарядиться каплей смелости.

А так же, я поделюсь своей главной реликвией, своим «философским камнем», но я не могу такой священный источник силы раздавать просто так, его получит только самый внимательный и самый подготовленный, который умеет читать между строк. Я буду рада, если это мое собрание кому-то поможет сделать шаг из «серого мира» в светлый мир добрых чудес.

Только для Взрослых!
Детям до 18 читать запрещено!

Миф о Взрослых Начинающих Художниках

Бытует миф,

что взрослому человеку намного труднее научиться рисовать, чем ребенку :-)

Почему появилось такое мнение?

Ведь если рассуждать логически, то всё наоборот!

Взрослому человеку научиться рисовать намного легче и теоретическую основу взрослый человек усваивает намного быстрее. Где ребенку нужны годы понимания, например, в построениях при рисовании все время используются термины, такие как (перспектива, рефлекс, контраст, и тому подобное) . Взрослый человек, сталкиваясь с такими терминами, всего лишь получает дополнительную информацию о уже знакомых и понятных вещах, ребенку же в таких случаях значения самого термина приходится долго объяснять.

Я на своем личном преподавательском опыте убедилась, что взрослым ученикам все намного легче объяснить, они быстрее понимают суть, и прогресс от рисунка к рисунку виден невооруженным глазом. То, на что ребенку требуются годы, взрослый человек осваивает за месяцы.

Так почему же так много людей верит что человеку, который не научился основам рисования в детстве, не посещал художественную школу, практически невозможно стать профессиональным художником?

Может взрослым лень?

НЕТ! Просто у взрослых больше за свою жизнь накопилось **СТРАХОВ!** Они боятся быть смешными, боятся что окружающие их не поймут, что у них будет плохо получаться, что нужно потратить **МНОГО** лет, чтобы научиться рисовать пару линий ;) и тому подобное.

Вот вам простое объяснения, почему взрослые придумали такой миф, потому что они **БОЯТСЯ!**

В своей школе я доказываю, что взрослый человек очень быстро учится, если помочь ему преодолеть собственные страхи ☺

Начать рисовать ни когда не поздно, но помните, что жизнь на данной планете в этом измерении, к сожалению, не бесконечна.

То что откладывается на потом, чаще всего откладывается навсегда!

Если нравится рисовать, рисуйте сейчас!

Это говорю вам я – человек, который знает толк в страхах! И часто наши страхи маскируются под **ЛЕНЬ**.

Рисунки Взрослых Начинающих Художников до и после базового курса №1



ДО

ПОСЛЕ



ДО

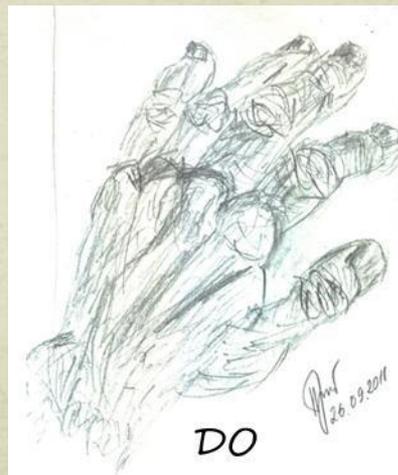
ПОСЛЕ



ДО
28.09.11.



ПОСЛЕ



ДО
26.09.2011



ПОСЛЕ

Это не лень, это монстрики и кошмарики

Из письма: « Давно хочу начать учиться рисовать. Но каждый день откладываю «на потом». Сiju в свободное время и тупо в телек пялюсь или брожу по интернету, появляется мысль, что хочется порисовать, а думаю, лучше в выходные начну. И так каждый раз. Наверно я просто ленивая?»

Это не лень? Вглядитесь внутрь себя и узнаете, почему вы откладываете все на потом. Я не психолог, но это часто невооруженным глазом видно, если только честно себе признаться.

Одна из причин – это страх.

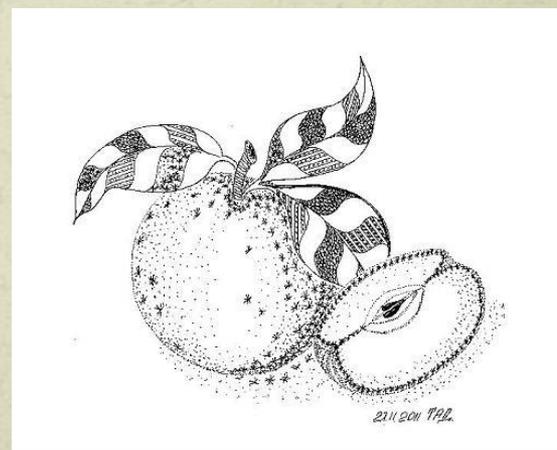
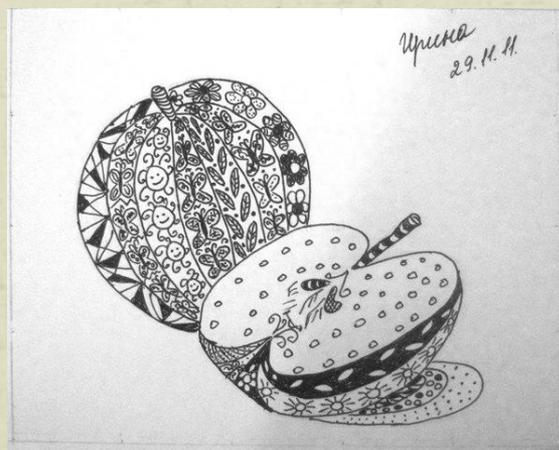
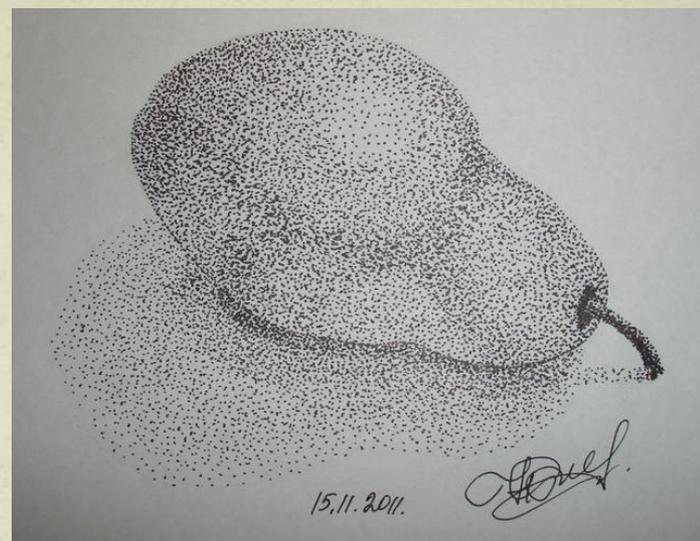
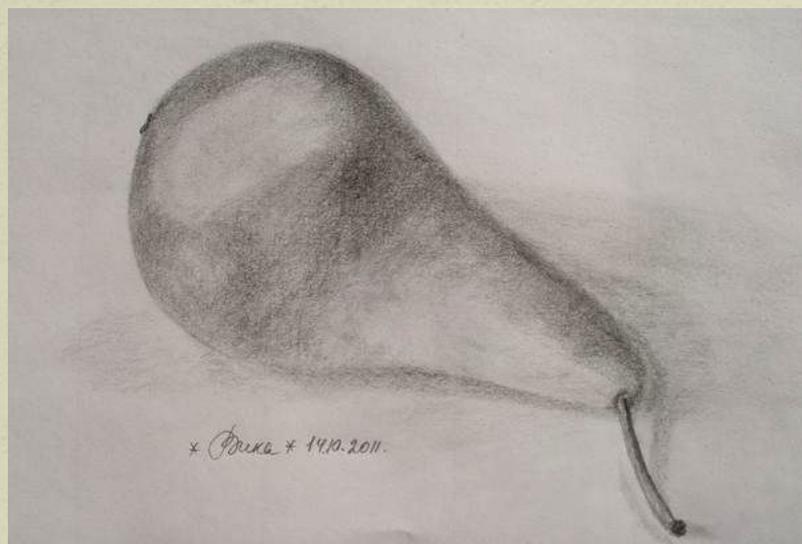
Смешно, не смешно, но именно страх мешает многим начать учиться рисовать, или начать новую картину, или просто новое дело начать, или даже начатое закончить. У каждого конечно этот монстрик свой, с особыми приметамии, с особыми характеристиками. Я вам расскажу пару случаев из своей жизни, а вы решите похоже это на вашу лень или нет.

Во время учебы лучше всего у меня получалось рисовать портреты, тем более мой преподаватель живописи был замечательным портретистом. В выходные он на улице рисовал портреты для прохожих (ну какая там зарплата у преподавателя была в начале 90-х, вот так он и зарабатывал денежки для семьи), и меня все время звал рядом «садиться», а я все откладывала, все на потом да на потом. Отучилась, закончила с красным дипломом, сама стала преподавателем в художественной школе работать, зарплата мизерная, кажется, иди, «садись» рядом с учителем (он к тому времени уволился и совсем на "улицу" перешел) и рисуй портреты. Ведь если бы учитель в моем мастерстве не был уверен, разве бы предложил рядом сесть? Но мне как-то лень в выходной день тащиться с треногой и этюдником через город куда-то на центральную улицу, сидеть там весь день, лучше я дома приберусь, белье постираю (спрашивается, белье стирать не лень?). Вот так это и продолжалось несколько лет, пока я в другой город не переехала. Стала искать работу. Но работы по профессии не было, и кем я только не работала, но очень хотелось рисовать. Мне даже ночью запах краски масляной снился. И вот я созрела: «Надо идти рисовать на улицу, потому что только там я смогу людям показать свое мастерство». И только тогда я поняла, **как я ужасно боюсь!!!!**, что у меня не получится рисовать на улице в «походных» условиях качественно и живо, так как я обычно рисовала в мастерской. **Я боюсь**, что человеку не понравится, как я его нарисовала, **я боюсь**, что откажутся от портрета, **я боюсь** плохих отзывов, и критики во время работы - «под руку», а раньше ко всему этому еще и **страх «не оправдать доверие учителя»** примешивался!

Загляните в свою душу, и спросите себя, почему вы откладываете свои занятия рисованием на потом? Чего вы боитесь? Может боитесь, что не получатся даже самые простейшие упражнения?

Нет ни какой лени! Есть страхи! Из-за них - недостаток энергии. Но я нашла два огромных бездонных колодца с энергией, бездонных и ни когда не пустующих ;) Потом покажу, когда разберемся со страхами ☺

Рисунки Взрослых Начинающих Художников с курса №2
«Академическое и художественное штрихование»



О моих тараканах в сером мире (страшилка, на ночь лучше не читать)

Я действительно считаю себя самым трусливым человеком в мире.

Я боюсь практически всего. Боюсь оказаться посмешищем, боюсь разочароваться или разочаровать других, боюсь голода, боюсь войны, боюсь конфликтов, критики, боюсь громких звуков и резких движений, боюсь высоты, глубины, темноты, крови, когда убивают живое, находиться в толпе, когда люди обступают меня, боюсь быть в центре внимания, общаться с незнакомыми, боюсь выступать публично, в комплекте все страхи художника и все страхи учителя и еще множество, которых я не могу сейчас вспомнить, но все это от того, что на самом деле: **я боюсь смерти.**

Все началось в детстве, когда погиб мальчик в моем детском саду. Именно тогда я узнала, что моя жизнь может прерваться в любой момент. А что будет после этого? Есть ли продолжение?

На мои вопросы были совершенно разные ответы. Я сделала вывод, что оказывается!!! взрослые этого не знают.

И последователи разных религий не убедят меня, что они точно знают, что будет после того как индивидуальная «лампочка» освещающая мир человека погаснет.

Включат ли другой светильник?

Будет ли свет в конце тоннеля, о котором говорят люди после клинической смерти? Или это галлюцинации?

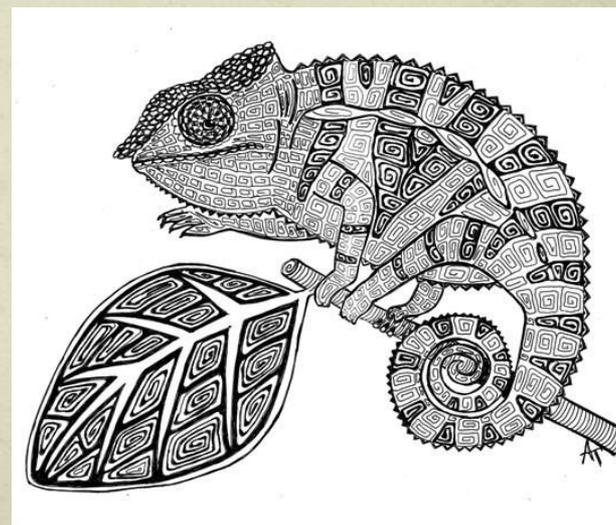
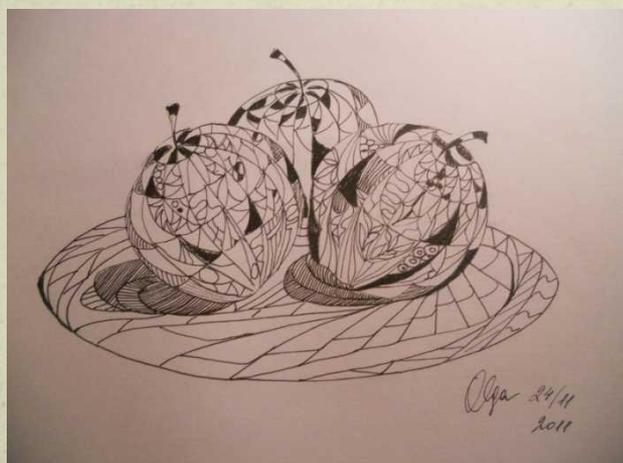
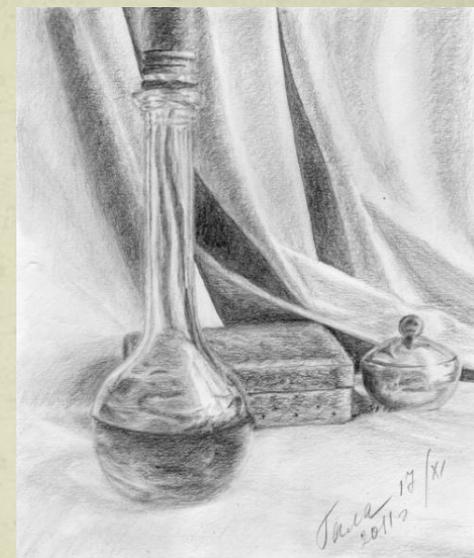
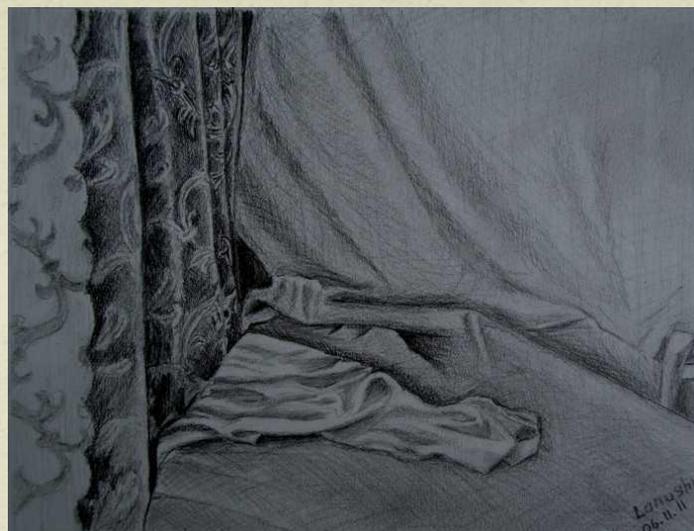
А галлюцинации, это только мимолетные видения или жизнь внутреннего я, который не умирает насовсем?

Подобными вопросами я мучила себя всю жизнь, прочитала кучу философской и медицинской литературы.

И наконец-то, я нашла свой «философский камень», тот камень, что помогает исполнять желания, что помогает быть бодрым по 20 часов в сутки, успевать общаться со своими друзьями, проводить время с семьей и чаще звонить маме! Это тоже важно! Звоните своим родителям чаще, даже если вы не разделяете их взглядов на жизнь ☺

Так вот, после того случая в детском саду, я очень боялась умереть ребенком, не успев вырасти. Меня посещали примерно такие мысли: мир полон опасностей, надо обязательно постараться выжить, надо быть осторожной, нельзя рисковать, ведь так хочется узнать, что значит быть взрослой! И уже будучи взрослой, я по инерции продолжала всего бояться. Ведь у нас нет в жизни четкого порога из детской комнаты во взрослую жизнь. Подчас мы себя чувствуем взрослыми в 13 лет, а в 30 полнейшими детьми, понимая, что жизнь оказывается намного интересней и богаче на чудеса, чем мы думали.

Рисунки Взрослых Начинающих Художников с курса №2
«Академическое и художественное штрихование»



Серый мир с молчаливого согласия (самая скучная страничка в этом сборнике)

На каком этапе жизни наступает тот момент, когда прекрасный разноцветный, волшебный мир, полный сказок и чудес, тускнеет и превращается в серую, обыденную и надоевшую мутотень?

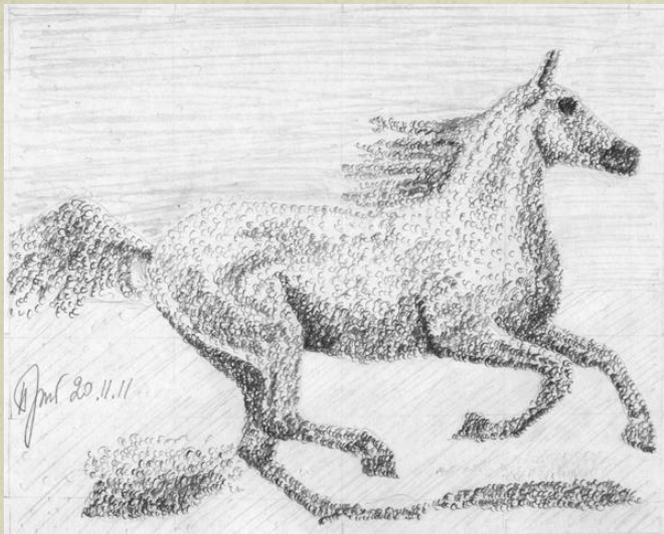
Когда мы становимся взрослыми? Когда перестаем замечать чудеса вокруг нас? Когда вместо прекрасных цветных оттенков, нам все начинает казаться грязным? В какой момент мы перестаем жить, а начинаем выживать?

У меня довольно-таки долго был этот период. Когда я стала разбираться с этими вопросами, то поняла, что лично у меня мир серел с появлением каждого нового страха, с каждым новым запретом, не важно от кого этот запрет исходил, от учителей, родителей, начальника или МЕНЯ САМОЙ! Как-то меня осенило, что ВСЕ запреты в жизни исходят от самой меня. То есть с моего молчаливого согласия. Учительница запретила мне выходить из класса во время уроков, и я сидела на неинтересных уроках. Я сидела даже после уроков! В наказание за плохое поведение, мы могли сидеть всем классом несколько часов к ряду сложа руки перед собой. Просто сидеть и не шевелиться! У меня отняли кучу времени! Это не просто часы и минуты, у меня отнимали время моей ЖИЗНИ! У меня отнимали ЖИЗНЬ! Почему я сидела? Я ведь могла просто встать и уйти, мы все могли просто встать и уйти! Но мы БОЯЛИСЬ! Сперва мы боимся учителей и родителей, потом мы боимся начальника и супруга. Мы боимся менять свою жизнь, потому что может стать еще хуже, боимся сменить работу, потому что новый начальник может быть еще хуже, мы из плохого и очень плохого выбираем плохое, потому что не верим в то, что существует хорошее и еще лучше. Часто мы так боимся, что представление о счастливой жизни – это сидеть целыми днями и смотреть телек или играть в игрушки на компике, и чтобы НЕ НАДО БЫЛО РАБОТАТЬ. Вот так сидеть у телека, и не выходить из домика. Или другая крайность: эта серость так обрыбла, что мы становимся совсем не привязаны к жизни, мы лезем в горы, прыгаем с парашютом, ходим по краю пропасти, погружаемся к акулам, кончаем самоубийством. Нам кажется, что терять-то нечего, жизнь скучна! И более того, приносит одни страдания, и уже кончаются силы... и нужно сходить, заглянуть в лицо старушке с косой, чтобы хоть на пару месяцев начать ценить ту серость, которую имеешь. Но жизнь скучна, потому что не живешь в полную силу, потому что не видишь красоты мира, потому что барьер из страхов заставляет работать только ради денег, а не заниматься истинно любимым делом, получая удовольствие и деньги одновременно! И часто этот барьер из страхов мешает даже найти свое истинное любимое дело.

По всем законам такого серого мира, занимаясь рисованием я должна была бы голодать, но как ни странно самые большие деньги я зарабатывала своим творчеством. Самое большое удовольствие я получаю от любимого дела. Самое большое количество благодарностей я стала получать занимаясь любимым делом ☺ А вы знаете, что 90-93% всех зарегистрированных за год ИП закрываются в течении 3 лет? А все потому что открывая свое ИП люди хотят денег заработать, чтобы выжить, а не любимым делом заниматься. И мы даже дело себе выбираем не по принципу нравится-не нравится, а по принципу «кто из знакомых, каким способом больше зарабатывает?». Например, видим, что сосед на аптеках вроде зарабатывает неплохо, тоже аптеку открываем. Только сосед в этих лекарствах как рыба в воде, он всю жизнь об этом мечтал, а мы потому что денег хотим заработать, и потом тянем ненавистную ляжку, и начальника нет, и сам себе хозяин, а счастья как не было так и не случилось ☺ Почему я так уверенно об этом говорю? Я тоже среди таких была. У меня был отдел с брюками в новом солидном магазине. Но я даже года не выдержала ☺ Потому что заниматься нелюбимым делом – это транжирство, даже ради денег. Неравноценный обмен – ВРЕМЯ ЖИЗНИ на деньги. Потому что деньги ты можешь вернуть, а ВРЕМЯ своей жизни – нет.

Когда нужно сделать выбор, выбирайте лучшее из невозможного.

Рисунки Взрослых Начинающих Художников с курса №2
«Академическое и художественное штрихование»



Я была осликом! Мой шаг из серого мира

Эту маленькую притчу я прочитала в книге Мирзакарима Норбекова «Опыт дурака, или ключ к прозрению». Всего две строчки полностью изменившие мой мир! После этих строчек у меня что-то щелкнуло в голове, ву-аля и мир уже другой ☺

Напишу, как помню: «Если ослика привязать ниточкой за ногу к столбу в метре от стога сена, то он умрет от голода. Давайте не будем ослами! Если вас что-то держит в метре от «сена», оглянитесь, посмотрите: что вас держит?»

В каждой притче все находят свое, более того, в разный период времени мы по разному воспринимаем одно и то же.

До того как я прочитала эту притчу, как я писала раньше, много лет не могла осмелиться выйти на улицу рисовать портреты прилюдно.

О сколько страхов!

Но когда я «оглянулась»: Ну что будет, если портрет не получится, не понравится? Самое страшное, это его не купят, ну могут сказать пару неприятных слов, что я плохой художник, но в любом случае меня не убьют, не побьют, не закидают камнями! Я приготовилась к самому плохому сценарию и пошла в городской парк! Я больше недели рисовала портреты, зарабатывая свою почти месячную зарплату на мебельной фабрике за день, и даже не знала, что надо платить за место и налоги! ☺ И после того, как охранник парка потребовал у меня разрешение (а у меня его не было), и повел в администрацию парка, я шла и опять боялась, что мне влепят штраф за всю неделю, и что цена за место будет непомерно велика, или что меня выгонят с моим мольбертом отсюда и мое счастье будет таким коротким, и еще чего-то страшного за несколько минут придумала ☺ И представьте, мое удивление: мне ни одного плохого слова не сказали. В администрации взяли плату за один день, примерно как половина цены одного портрета, и сказали, приходите к нам чаще, и можете не платить за место, если не нарисуете ни одного портрета за день ☺

Чего я боялась так много лет? Какая ниточка меня держала? Вот я ослик!

А вас что-то держит?

Думаете ваша ниточка толще моей? ;)

Так чем толще, тем заметнее – лучше видно, где этот канат рубить ;)

Страхи, это наша защита, как бронированное стекло, но чем толще стекло, тем меньше света, цвета и свежего воздуха через него проникает. Ведь вы не только от опасности, но и от всего хорошего тоже закрыты!

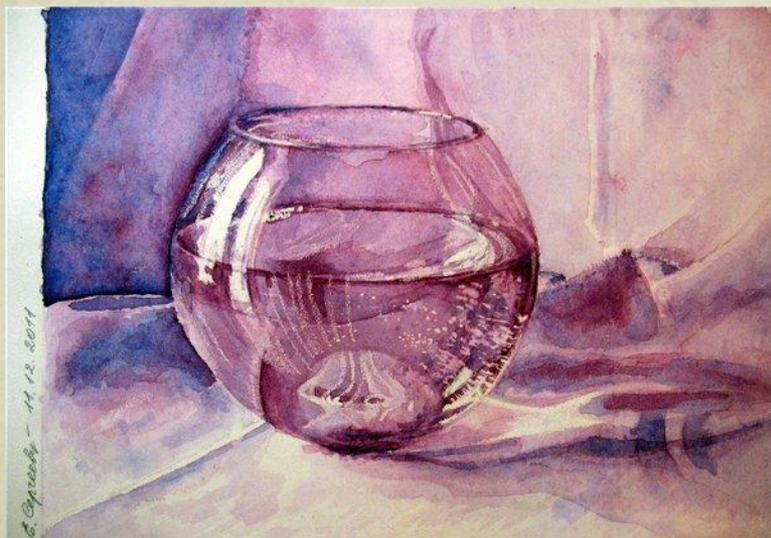
Сколько этих ниточек было в моей жизни только за последние пару лет! Боюсь делать сайт, боюсь снимать видео, боюсь проводить вебинар в прямом эфире, боюсь говорить в микрофон, боюсь писать настоящую книгу, боюсь в реальности встречаться с учениками... И после каждого отрыва ниточки, мир становится светлее, ярче, чудеснее, все ближе к тому миру, что я знала в детстве.

Часто мы слово боюсь заменяем на: «не могу» или на «не умею»

Если вы не попробовали это сделать хотя бы пару десятков раз, вы не имеете морального права говорить, что вы это «не можете» или «не умеете»

Рвите нитки, рубите концы, поднимайте якоря, открывайте паруса! Ловите попутный ветер!

Рисунки Взрослых Начинающих Художников с курса №3
«Прозрачные предметы в акварели»



Гордыня вообще-то смертный грех ;)

Что мешает начать учиться рисовать?

Многие любят смотреть, как работают художники, как появляется под рукой мастера новый образ или пейзаж, как оживают глаза в портрете, как появляются солнечные блики на цветах.

Почему?

Некоторые мои ученики рассказывали мне, что глядя на работу профессионалов, они испытывали сильные чувства восторга и восхищения. Но душевный порыв: «Вот бы так научиться!», останавливал внутренний голос: «Даже если потратишь годы на обучение, все равно не станешь **ВЕЛИКИМ ХУДОЖНИКОМ!**»

Самое смешное то, что если, например, человек хочет научиться вкусно готовить, он просто берет и начинает постигать основы кулинарного искусства, и то, что он не станет **ВЕЛИКИМ КУЛИНАРОМ**, его не останавливает, ему достаточно вкусно накормить семью. Тщеславие тут молчит. Если человек хочет постичь основы какого-то ремесла, например столярного, то он тоже берет и учится, ищет нужную литературу, пробует теорию на практике, и не стремится с первой оструганной доски стать **ВЕЛИКИМ СТОЛЯРОМ**.

И так во всем!

Но когда речь заходит о рисовании, почему-то сразу просыпается гордыня, которая кричит: «Если уж тратить время на обучение рисованию, то только при условии, что гарантированно станешь **ВЕЛИКИМ ХУДОЖНИКОМ**, или хотя бы **ИЗВЕСТНЫМ**, а иначе - это время потраченное зря, впустую!».

Но это ведь глупо!

Человек обучаясь рисованию, не может тратить время впустую, потому что при обучении рисованию, развивается не только изобразительное умение, но и особое художественное зрение, творческое мышление, образное мышление, чувство прекрасного, ощущение гармонии, увеличивается диапазон восприятия цвета, появляется пространственное видение мира, и еще много-много чего развивается у человека при обучении рисованию. Но самое главное, если основная работа напрягает, часто приводит к стрессовому состоянию, то занятия каким-либо видом творчества просто необходимы. Такое хобби снимает напряжение, во время занятий творчеством включается творческое полушарие, и часто приходят решения проблем, мучивших человека в других областях его деятельности.

Так что, если Вы восхищаетесь работами художников, любите наблюдать за работой художников, значит - внутри Вас погибает художник! Усмирите свою гордыню и начинайте учиться рисованию для себя, для души, а не для того чтобы покорить весь мир. Ваша жизнь наполнится новыми ощущениями.

А возможно Вы станете **ВЕЛИКИМ ХУДОЖНИКОМ, но наверняка Вы об этом не узнаете, пока не попробуете ;)**

Рисунки Взрослых Начинающих Художников с курса №4
«Акварель для начинающих»



Людмила



Olga Ja

Страх голода и нищеты

Художник - значит нищий? Этот МИФ украл у мира как минимум несколько миллионов великолепных художников. Мы ни когда не увидим их картин!

Большинство родителей практически с пеленок пихают в руку ребенку цветные карандаши, с умилением хвастаются картинками, которые нарисовал малыш. Как только малыш начал ходить – тащат ребенка в различные изостудии и художественные школы. Но весь восторг испаряется, если подросший ребенок заявит, что решил посвятить свою жизнь творчеству. Куда все девалось?

Эти же самые родители, что приходили в восторг от рисунков своего дитяти, будут упорно мешать ему стать профессиональным художником, при этом мимоходом закладывая в голову губительные сценарии: «Художники все бедные, нищие, алкоголики! Художник - это не профессия! Ты не сможешь заработать себе на кусок хлеба! Ты не сможешь прокормить семью! Выбери себе настоящую профессию, а рисовать будешь по вечерам, в свободное от работы время!» вместо "рисовать" читайте "петь", "играть на скрипке", "танцевать" "играть в футбол", "писать книги" **«ЖИТЬ»**

Знакомая песня?

Даже если у вас в семье такого не было, то точно было у кого-то из ваших друзей и знакомых. Мой двоюродный брат, когда узнал, что я хочу стать художником, сказал мне: «Выкини всю мебель и оставь только матрац. Привыкай жить в нищете!» Я очень удивилась, таким словам. Но он был уверен, что все художники так живут, при этом не был знаком ни с одним художником :).

Я тоже когда-то поверила в этот миф. Я была уверена, что художник не может достаточно заработать. Кем я только не работала из-за этой уверенности! Продавцом в магазине, рабочей на мебельной фабрике, корреспондентом в журнале. Но хорошие деньги, я зарабатывала только своим творчеством. Например, когда я вышла на улицу портретить, за день я заработала месячную зарплату.

Художники не бедные! Художники просто не привязаны к деньгам! Они много зарабатывают, и могут себе позволить покупать холсты, дорогущие краски и не менее дорогие кисти. У меня есть кисточка за 1.500 тысячи рублей, а недавно моя ученица купила себе кисть за 800 рублей, и мы счастливы, мы в восторге от этого, мы не считаем, что зря выкинули деньги, мы не ругаемся на производителей за дороговизну. Когда я захожу в магазин для художников, я словно ребенок попадающий в магазин волшебных игрушек!

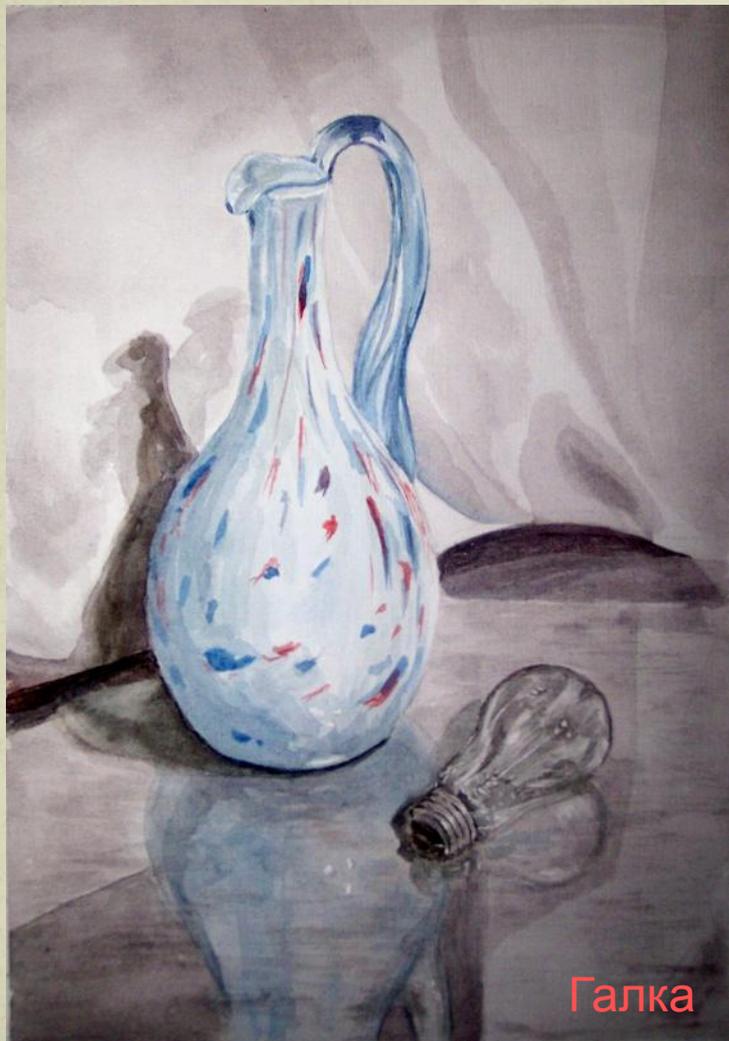
Художники иначе смотрят на мир. Они философы! Но при этом создают ценности! Художник может увеличить ценность куска картона валяющегося на улице в тысячи раз, написав на нем картину. Точно также художник может тысячекратно увеличить ценность взятого под ногами камня или глины. Художники делают деньги из ничего! Они не страдают от голода, они позволяют себе купить гору фруктов или охапку цветов, только для того чтобы нарисовать их! Я знакома с художницей, которая купила дорогущий чайный сервиз только потому, что в нем по-особенному красиво отражались рефлексы, и она захотела его написать.

Перестаньте думать о том, что художник беден. Настоящий художник намного богаче тех людей, которые отказались от творчества ради призрачного благополучия. Настоящий художник не только получает деньги за свое творчество, он еще получает огромное удовольствие от своей жизни.

А Вы получаете удовольствие от своей жизни?

Помните, кто занимается любимым делом, изначально богаче многих!

Рисунки Взрослых Начинающих Художников с курса №4
«Акварель для начинающих»



Хватит заниматься ЕРУНДОЙ! :)

Мы рассмотрели три препятствия, которые останавливают взрослого человека начать рисовать, даже если ему очень сильно хочется:

1. Часто взрослому человеку кажется, что если в детстве упустил момент, то уже не догонишь;
2. Гордыня, которая обязывает стать как минимум известным художником;
3. Миф об обязательной бедности художника.

Все эти препятствия не реальны, и их нелогичность я уже объяснила. Сегодня разберем еще одно внутреннее препятствие, которое берет свое начало из детства.

А называется это препятствие «ЕРУНДА»

Если вы относитесь к категории людей, с детства мечтающих научиться рисовать, но каждый раз Вам на протяжении жизни, словно по закону подлости мешают какие-то обстоятельства и более важные вещи (занятия, события, люди), значит когда-то давно, кто-то очень авторитетный заявил, что рисование - это ЕРУНДА.

Может в детстве был очень значимый друг или подруга, брат или сестра, которые высмеивали Ваши первые рисунки.

Но чаще всего это идет от родителей.

Как часто в детстве Вы слышали от родителей во время рисования очередной машинки, самолета или принцессы: «Хватит заниматься ерундой (глупостями), лучше то-то сделай!» Бывало такое? А если это бывало не раз, то на подсознании среди раздачи категорий ценности разным занятиям, на рисовании твердо закрепилась оценка: «ЕРУНДА» или «НЕ ВАЖНО»

И теперь, каждый раз, когда Вы решаете начать рисовать, будут обязательно находиться более важные дела. Например, пол подмести или суп сварить (если Вы женщина), с друзьями пообщаться, в гараж сходить (если Вы мужчина). Это я просто примеры привела, ну надеюсь, Вы сами поняли, что я имела в виду.

И что же делать, если у Вас именно такой случай? Что же, теперь ни когда не сможете выделить время для того чтобы наконец-то заняться любимым делом?

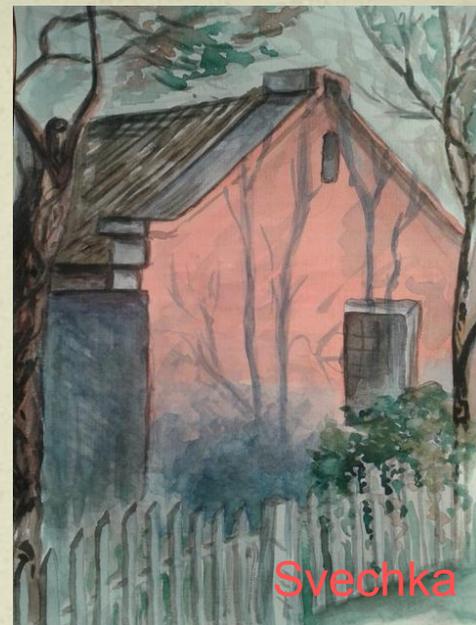
Все не так страшно, как в сказке «про спящую царевну». Вы ведь не спите, вы можете менять себя и реальность вокруг себя.

Теперь каждый раз во время рисования, когда Ваш УМ будет Вам говорить, что рисование – это «НЕ ВАЖНО», не старайтесь его переломить, заставить себя насильно заняться рисованием. Это может помочь, но обычно только временно. Лучше постарайтесь договориться, со своим внутренним Я, объясните своему подсознанию, что эта «ЕРУНДА» помогает Вам ощущать полноту жизни, радость жизни, наконец вы становитесь счастливыми, когда занимаетесь этой ерундой. Ведь Вы имеете полное право, на 1-2 часа отдыха в день. А вот когда выделенное время на «ОТДЫХ» закончится, тогда Вы займетесь «ВАЖНЫМИ» делами.

Человек имеет право заниматься любимым делом! Человек имеет право быть счастливым, если он этим не причиняет намеренного зла другим. На самом деле, мы часто хотим больше денег, чтобы чувствовать себя счастливее, но зачем нужны обходные пути?

Идите к счастью напрямик!

Рисунки Взрослых Начинающих Художников с курса №4
«Акварель для начинающих»



Время все равно пройдет, хоть плачь, хоть танцуй :)

Вы еще тут? Еще не мчитесь на поднятых парусах к своей мечте?

А стоит ли начинать?

Часто получаю такие вот письма: «Мила с удовольствием посмотрела Ваши уроки, прочитала рассылку... Я понимаю, Вы молоды, и поэтому так оптимистично настроены. Я тоже с детства мечтала рисовать, я отношусь к тому типу, о которых Вы писали в последней рассылке. Мне в детстве тоже говорили, хватит заниматься ерундой, лучше уроки учи. И я училась на отлично, хотя мне это не легко давалось, но это родителям казалось очень важно, да я и сама так детей воспитывала. Но я не по этому вопросу Вам пишу, а вот по какому. Мне 54 года, стоит ли мне вообще учиться рисованию? Ведь чтобы рисовать хотя бы как посредственный художник, нужно учиться как минимум 4-5 лет. А я уже не молода, стоит ли вообще это все начинать?»

На одном из вебинаров мне вообще написали в комментариях: «Чтобы научиться рисовать как профессионал, надо потратить 40 лет» ха-хах-хаааааааааа, простите, но я тогда чуть не подавилась у микрофона от такого заявления!

Эту страницу я пишу для тех, кто задается подобным вопросом.

Дорогие мои девочки и мальчики! Ну, какая разница сколько Вам лет, если Вы от рисования получаете удовольствие?

Представьте, если Вы перед каждым делом будете себя спрашивать: «СТОИТ ЛИ?»

А стоит ли яблоньку сажать, ведь уже немолод(а), вдруг плодов не попробую., а вдруг она зимой замерзнет, а вдруг... Или стоит ли котенка бездомного подбирать, ведь уже немолод(а), кто о нем позаботится если что? Так ведь и свихнуться можно.

Какая разница сколько Вам лет!

А вдруг Вы проживете еще столько же?

И что? Все следующие годы будете отказывать себе в приятных вещах, только потому, что уже часть жизни прожили?

Ведь если Вам нравится смотреть на красивые цветы, Вы не перестанете на них смотреть, только потому, что Вам много лет.

Наоборот! Вы станете чаще любоваться красивыми цветами, чтобы жизнь была более наполненной.

Если Вы получаете удовольствие от восхода, Вы же не перестанете рано просыпаться, потому что Вам много лет. Так же с рисованием, просто рисуйте и получайте удовольствие, от процесса рисования, от каждой маленькой победы, от нового отработанного приема, от того что с каждым разом Ваши работы становятся лучше и лучше.

И разве может быть ограничение по возрасту для получения удовольствия?

И еще хочу добавить, будете Вы рисовать, или нет, 4-5 лет все равно пройдут, и в любом случае Вы станете старше. Но только от Вас зависит, насколько интересно и полно Вы проживете эти годы.

Если Вы мечтали рисовать, то рисуйте!

Рисунки Взрослых Начинающих Художников с курса №4
«Акварель для начинающих»



ТамараШ



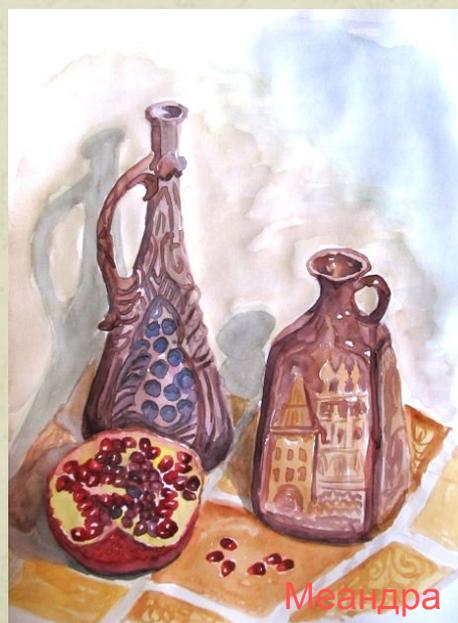
Инна



Ирина



Бря



Мэандра



Людмила

Если долго не получается, что делать?

Очень частый вопрос. Если Вы испытывали подобное затруднение, то обязательно читайте дальше.

Все физиологи, врачи и психологи, говорят о том, что развитие у человека и приобретение человеком новых навыков происходит ступенчато. Проще, если Вы стали учиться чему-то новому, то мозг начинает создавать новые нейронные связи, а для этого нужно время. И это происходит быстрее, если чаще повторять новое действие. Когда нейронная связь построена прочно, происходит скачок в усвоении нового действия, и оно переходит в разряд автоматических действий.

Теперь еще проще объясню: все учились в школе писать, надеюсь, помните это время. Несколько недель, выводили палочки и буквы, и долго при написании слова задумывались, как пишется следующая буква. Теперь Вы задумываетесь над этим, или буквы пишете автоматически?

Следующий пример для тех, кто водит машину. Когда учились, задумывались каждый раз как включить передачу, как включить сигналы поворота. А после ежедневного вождения в течение нескольких месяцев, все эти действия перешли в автоматический режим.

Еще пример для тех, кто несколько лет проработал за компьютером. Если Вас попросят рассказать, что Вы нажимаете и в каком порядке, чтобы работать с программой, то уверена, что Вы растеряетесь, потому что все происходит на автоматическом режиме. А в начале освоения компьютера, было так же легко? Или Вы думали, какую клавишу или кнопку нажать следующей?

Так происходит в любом деле. И в рисовании точно также.

Если не получается проводить линии, проводите чаще, и произойдет скачок и Вы не заметите, как автоматически-легко будете проводить любые линии. Так и со штрихами, и с объемами, с тенями, и в работе с цветом и акварелью, также вырабатывается понравившаяся техника мазков в масляной живописи.

Только частые повторения выстраивают нейронные связи. Только практика поможет освоить нужный навык.

Но еще есть маленький, но эффективный ускоритель: если во время работы у вас будет отличное настроение, то организм запомнит все гораздо быстрее! Человек привыкает ко всему, но к хорошему и приятному быстрее всего!

На этом можно было закончить эту страничку. Но...

Оказывается часто не в этом дело. Часто человеку только кажется, что у него все встало и нет улучшений. Рассматривая работы таких учеников, так сказать профессиональным взглядом, я нашла много улучшений, только они не замечали их, а когда я показала, согласились, что действительно улучшения есть, да и немалые.

Часто не хватает опыта, чтобы оценить свой прогресс. Всегда держите в папочке свой первый рисунок, начало-начал, чтобы сравнивать с последующими.

И есть еще одна психологическая причина: не соответствие ожиданиям, по-другому «МАЛОВАТО!»

Рисунки Взрослых Начинающих Художников с курса №4
«Акварель для начинающих»



МАЛОВАТО БУДЕТ!



Вспомните мужичка из мультика, которому вечно все маловато было.

Думаете Вы этим не страдаете?

Посмотрите на полотна своих любимых художников, и вы почувствуете **это**. И очень часто **это** чувствуете, но редко себе в этом признаетесь. Я все время сталкиваюсь с такими учениками, когда они недовольны своими работами, недовольны медленным усвоением новых знаний, новых приемов и техник рисования. А многие из них утверждают на полном серьезе, что без критики (бичевания) и самокритики (самобичевания) процесс развития их художественных способностей вообще остановится!

Что же вы родные мои лошадей из себя делаете?

Нарисовали, значит, впереди себя линию какую-то «ФИНИШ» - уровень мастерства любимого художника. И думаете, что если Вас по задней части кнутом не подгонять, то Вы так и останетесь стоять на месте? А если Вам кажется, что учитель не достаточно Вас бичует (или учителя рядом нет), то вытаскиваете свой кнут, и давай направо и налево себя охаживать вслух или мысленно: «Никудышный я художник», «ни чего из меня не выйдет», «зря я все это затеял(а)», и «нет у меня наверно ни какого таланта», «руки у меня ни оттуда растут», «моими работами только позориться» и можно подобные высказывания продолжать бесконечно.

Лучше всего о проблеме «МАЛОВАТО!» написал мой учитель Мирзакарим Норбеков в книге «Опыт дурака или ключ к прозрению», он называет это «волчьей ямой»:

"Самая распространенная ошибка, самая большая опасность кроется в недовольстве собой.

Ненависть к самому себе – это ловушка, которая уничтожает любое созидание! Это саморазрушение! Если Вы не согласны, тогда предлагаем Вам мини тест.

Ответьте, пожалуйста, на вопрос. Довольны ли Вы своей работой, здоровьем, внешностью, личной жизнью? Насколько Вы считаете себя реализованным в жизни?

Поставьте себе общую оценку за прожитые годы по десятибалльной шкале. Не торопитесь. Вначале подумайте хорошенько, послушайте свой внутренний голос.

Ну как, получилось? Тогда проанализируем результаты.

Попробуем свой характер на вкус!

ОТКУШАЙТЕ ЯДУ, СЭР.... хи-хи-хи.....

Родимый мой читатель! Приготовьте банку с медом или любимым вареньем, пузырек с цианистым калием и чистую розетку. Схема очень простая.

Если Вы поставили себе единицу, положите в розетку одну ложку меда или варенья и девять ложек цианистого калия. Вот это и есть Ваш характер. Если поставили себе двойку, то две ложки меда и восемь ложек цианистого калия, будет более приятно на вкус, если Вы, конечно, успеете оценить это до того, как копыта откинете.

Вы молодец, если поставили себе оценку девять, потому что к меду или варенью добавите только одну единственную ложечку цианистого калия!

Вопрос: какая между ними разница? Кто дольше протянет? Значит тот, кто поставил себе восемь или девять, ничем не отличается от других самоубийц..."

Дальше еще интереснее, можете прочитать здесь: http://www.msnorbekov.ru/theory/fool/subject/23_pedikuljoz/

Я к чему все это говорю? Не надо сравнивать себя с великими художниками, не надо сравнивать себя ни с кем! Идеалов не существует! Идеалы придуманы людьми! Но вы такой же человек ;) Поняли мой намек?

Сравнивайте себя с собой вчерашним!

Делайте вот так: «Надо же вчера я и карандаш еле-еле держал, а сегодня уже прямую линию без линейки провожу, вчера я о перспективе даже не слышал, а теперь я о ней знаю! Какой я молодец! Какая я умница! Из меня выйдет замечательный художник!»

Еще раз повторяю, **не сравнивайте** себя с великими! А **учитесь** у них!

Сравнивая себя с великими художниками, Вы сразу записываете себя в неудачники!

А сравнивая себя с собой вчерашним, Вы становитесь победителем!

И кто добьется большего, неудачник или победитель? Кто быстрее будет продвигаться вперед?

Но самое главное, оглянитесь, Вы не на соревнованиях!

Скажите, когда вы занимаетесь сексом, вы тоже все время думаете, как это делать правильнее, быстрее и эффективнее?

Если вы ответили «ДА!», то вам по указателю :))

Добро пожаловать к психиатру, прием больных круглосуточно 😊

Страдающие перфекционизмом измеряют собственную ценность в достижениях и продуктивности, то есть:
«Лучше я ни как не буду рисовать, чем буду рисовать плохо!»

Но как вы научитесь рисовать хорошо, не рисуя сначала плохо?

В желании довести любое действие до идеала, в гонке за наилучшим результатом нет ни чего плохого.

Но в конце-то концов надо же и меру знать!

Во время обучения рисованию научитесь отключать внутреннего критика.

Помните, в своих рисунках Вы ни кому ни чего не должны! Вы не обязаны рисовать идеально, вы можете рисовать плохо!

Разрешите себе рисовать плохо!

Разрешите себе портить бумагу, разрешите себе экспериментировать!

Даже у самых известных, у самых профессиональных художников минимум третья часть работ уходит в «корзину». Часто художники делают множество набросков и пробных работ, чтобы получилась 1 картина.

Рисуйте плохо, но замечайте каждый раз, что у Вас получилось лучше в этой работе, и хвалите себя за это. Замечайте и старайтесь запомнить.

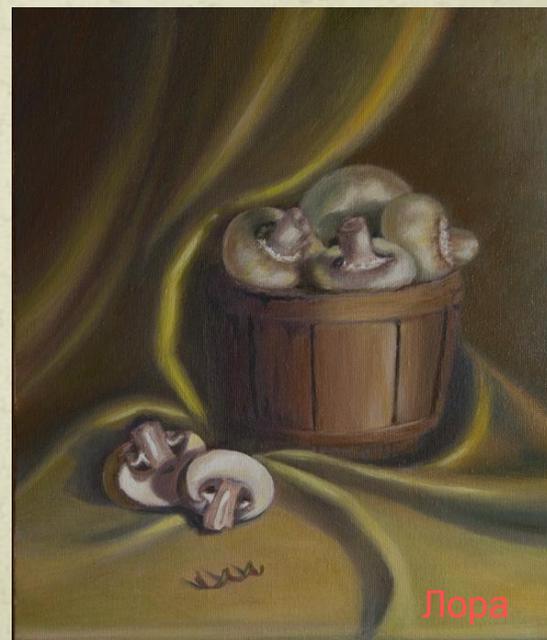
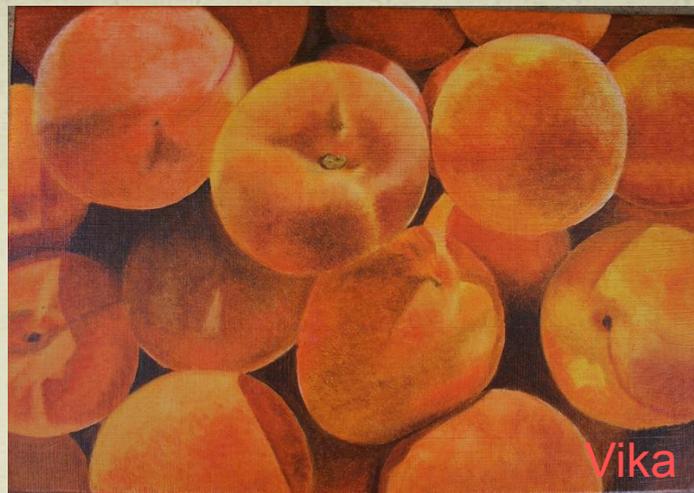
Будьте внимательны не к своим промахам, а к своим успехам. Так вскоре наберется Ваш собственный набор приемов рисования отточенных на собственном опыте, а как говорили древние: «Один добытый опыт важнее семи правил мудрости».

И еще, не соревнуйтесь с цифровой техникой – проиграете))

Вы не фотоаппарат, вы не сканер, старайтесь в рисунке предавать не фотографическую точность, а свое настроение, переживания, ассоциации.

Когда показываете свою работу не спрашивайте про ошибки, не спрашивайте нравится-не-нравится, спросите: какие ощущения и какие чувства вызывает моя картина? И если ощущения зрителя совпадут с вашими, то вы нашли человека воспринимающего мир, так же как вы! И это чудесно!

Рисунки Взрослых Начинающих Художников с курса №5
«Масляная живопись для начинающих»



Драгоценности и мусор

Почему все советы в этом сборнике направлены на преодоление психологических препятствий?

Потому что мне самой их было очень трудно преодолеть, и я отлично понимаю, что значит быть один на один со своей мечтой. Когда я решила стать художницей, рядом со мной не было ни одного человека, который бы поддержал меня и поверил в то, что это реально, хотя я с самого детства рисовала, и окончила художественную школу. Представляю, как сложно вам, начинающим во взрослом возрасте.

Очень трудно поддержать такой огонек внутри себя, когда в тебя ни кто не верит. Но это меня не остановило. И я очень счастлива, чего и Вам от всей души желаю. Я рада, что продолжала верить в себя, иногда прятала свою мечту и не говорила вслух, чтобы не быть раскритикованной. Не нужная критика это всегда неприятно и иногда больно.

Так как же реагировать на критические отзывы о ваших работах?

Есть два вида критических отзывов:

- 1. Отзывы-драгоценности** помогают нам расти – это конструктивные советы, как улучшить технику рисования. В таких отзывах обычно объясняют, что нужно сделать, чтобы Ваши работы стали лучше, и как исправить ошибки, которые Вы допустили. Из таких отзывов можно почерпнуть много полезного. Таким отзывам надо радоваться и расценивать их как подарок. Нужно быть благодарным, что человек поделился с вами своим знанием, возможно для того чтобы добыть это знание ему пришлось потратить не один год.
- 2. Отзывы-мусор** - критические отзывы типа: «рисунок слабый», или «я бы такое не показал», или «это не живопись»... Или указывают на ошибки, но не дают практических рекомендаций, как избежать или исправить такие ошибки, типа: «вы используете локальные цвета» после подобных комментариев всегда хочется спросить: «А как надо?» Но членораздельного ответа вряд ли дождетесь. Иногда такие критические отзывы бывают в более легкой форме, иногда более тяжелого и даже хамского вида.

Так вот, когда вы читаете или слышите критический отзыв о своей работе, в первую очередь вы должны мысленно задать себе вопрос:

«Как или чем это мнение (отзыв, комментарий) может мне помочь?»

Не копите мусор, а то не останется места для драгоценностей

Если отзыв или совет несет в себе действительно нужную информацию, у вас появится четкий ответ на Ваш мысленный вопрос. Если такого четкого ответа не появилось, значит это ненужный Вам мусор. А что делают с мусором? Правильно, выкидывают. Так вот, мои хорошие, повторяю еще раз, если на свой мысленный вопрос: «**Мне может это помочь?**», ответ «**НЕТ**», смело выкидывайте это мнение в корзину, мысленно естественно :). Ни когда не задумывайтесь над такими отзывами, это воры, у них одна цель – украсть у Вас мечту.

Это психологический террор!

Люди, посылающие такие отзывы, на самом деле почему-то не хотят, чтобы Вы достигли мастерства, *им* нужно Вас остановить, сделать больно, уколоть. Часто *они* утверждают, что желают Вам добра, что говорят Вам правду, не верьте. На самом деле может быть множество скрытых причин, почему *они* пишут негатив, это и зависть, что Вы имеете смелость начать рисовать, а *они* не могут себе позволить из-за трусости, и желание возвыситься, за счет унижения других людей, желание привлечь к себе внимание любым путем, и тому подобное. Пусть психиатры ломают головы над тем, что движет такими людьми, что заставляет писать их гадости.

Вам надо знать только одно!

Если отзыв, совет, рекомендация, комментарий и т.п. не несут для Вас полезной информации, выкиньте это из головы, вам это не нужно, это не ваша проблема, это проблема того, кто сказал или написал такое.

Советую не реагировать на подобные отзывы, пусть думают, что вы не заметили их выпад, что их удар прошел мимо Вас. И тем более, не вздумайте спорить с такими людьми, не надо что-то им доказывать, даже если это родные люди.

Вы ни чего *им* не докажете, Вы только зря истратите свою энергию и будете чувствовать себя опустошенными, усталыми, измученными, а *они* ведь именно этого и добиваются, хотят остановить Вас, хотят испортить удовольствие, которое Вы получаете во время творчества.

Научитесь выкидывать это из головы, не впуская этот мусор в душу. Включайте свое творческое воображение и представляйте, как этот негативный отзыв летит мусорное ведро или унитаза, и его смывает чистая вода. Вы, в конце концов, раньше или позже, все равно научитесь рисовать, а *они*? Чего *они* добьются, если их деятельность сводится к написанию или высказыванию негатива? Научатся еще больше гадить? Сомнительная цель в жизни ;))

Рисунки Взрослых Начинающих Художников с курса №5
«Масляная живопись для начинающих»



Рисунки Взрослых Начинающих Художников с курса №5
«Масляная живопись для начинающих»



Лора

Заведите свой сундук для драгоценностей

У всех в жизни случаются такие моменты, когда мы себя чувствуем несчастными.

Ну, не можем же мы все время находиться в одной эмоциональной шкале радости ☺

Иногда приятно взгрустнуть, чуть-чуть по ностальгировать, чуть-чуть и иногда – это ключевые слова.

Но, вот например, вам нужно встрепенуться, зарядиться энергией, настроится на творческий лад, а вы расклеились.

Собирайте для таких случаев «сундук» с драгоценностями - свой личный клад. Это может быть тетрадь с вдохновляющими картинками, словами, выдержками.

Дневник мечты, с планами на будущее, с фотками желанных объектов, и перечнем всех приятных событий, которые у вас обязательно сбудутся в ближайшее время.

Цитатники с выдержками, интересными советами, с притчами и стихами. Я люблю вырезать из реклам в журналах всякие призывы и наклеивать их на страничку, так, чтобы читая их по порядку получались веселые предложения ☺
«Расправь крылья» «Поймай мечту!» «только сегодня три за одну цену!»

Диск (флэшка) с бодрящей любимой музыкой.

Чайный сбор с любимыми добавками. Например, я люблю чай с веточками черной смородины, или с ароматом бергамота.

Но самое главное соберите в отдельный сундук все счастливые воспоминания вашей жизни. Просто закройте глаза, представьте себе самый лучший сундук, подходящий для самых дорогих вещей и мысленно сложите в него все самые светлые, самые радостные, самые счастливые воспоминания вашей жизни. Такие моменты жизни, когда вы себя чувствовали победителем, когда вы летали на крыльях, когда мир был добр к вам, когда вселенная вам помогала, когда все шло лучше, чем мечталось.

Даже если вам кажется, что у вас нет таких воспоминаний, вы лжете себе! Такие воспоминания есть у всех! Просто наше внимание обычно акцентируется на неудачах и мы из-за дня в день прокручиваем в голове мысли о том, как что-то сделали неправильно, о том как сказали невпопад, как нам нахамили, о горестях и трагедиях... А то что повторяется, то и запоминается. Так вот, это все нужно выкинуть, все смыть, все в мешок для мусора!

Оставляем только счастливые и радостные воспоминания. И когда вам нужно срочно «склеиться», откройте, полистайте свои тетрадки, включите бодрящую музыку, налейте любимый чай, закройте глаза и доставайте из сундука самые лучшие воспоминания, самые сверкающие счастьем и радостью драгоценные камни! И буквально через пару минут вы будете бодры, веселы, полны энергией и фонтанировать идеями!

Берите энергию для «сейчас» из двух бездонных колодцев: прошлого и будущего!

Рисунки Взрослых Начинающих Художников с курса №5
«Масляная живопись для начинающих»



Жемчужина из моего сундука 😊

Как писала в начале сборника, я страдала полным комплектом страхов художника. Не смотря на красный диплом, я долго не могла назвать себя настоящим Художником.

Избавиться от части страхов мне помогло одно прикольное упражнение, которое я сама придумала для себя, если кому-то оно тоже поможет, буду рада.

У меня было много страхов, но несколько очень сильных:

1. Боялась НАРИСОВАТЬ НЕПРАВИЛЬНО
2. Боялась ИСПОРТИТЬ БУМАГУ
3. Боялась КРИТИКИ

И тогда я купила большой лист ватмана, когда я его покупала, я уже знала, что я его буду портить .

Дома расстелила бумагу на пол, включила любимую музыку (я люблю русский рок), развела краску в баночках, взяла большие кисти и стала калякать-малякать от души, брызгала на бумагу, разливала краску лужицами, залезла в краску руками и делала отпечатки своих рук, пальцев и кулачков. Кстати, моя дочка тогда была совсем кроха, и она в полном восторге помогала мне в этом занятии.

Но главное, при этом обязательно надо повторять чудодейственные слова:

"Это МОЯ бумага, я ее КУПИЛА и имею полное право РИСОВАТЬ, как хочу. Ни кто не смеет мне указывать, как правильно рисовать на МОЕЙ бумаге, пусть купят СВОЮ бумагу и рисуют так как им нравится, а я буду рисовать как мне нравится..."

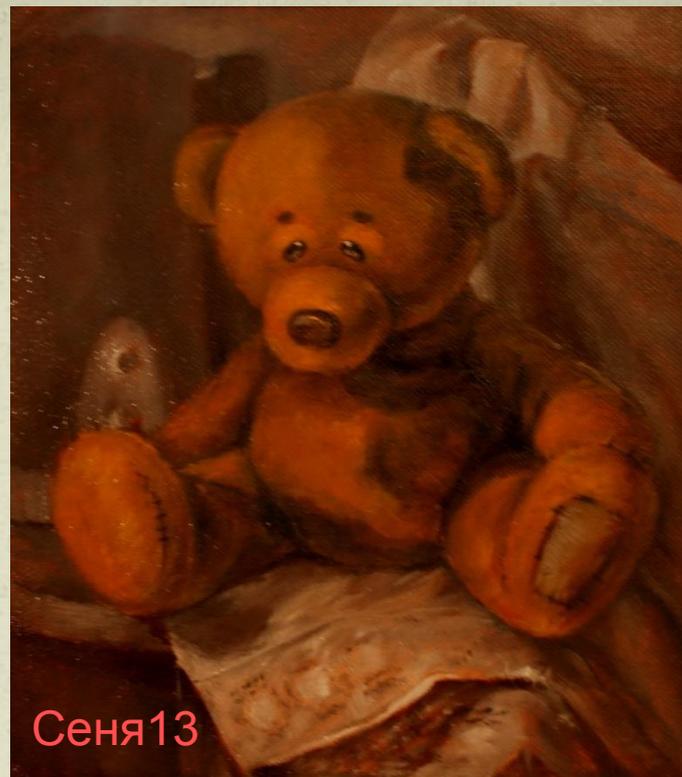
И дальше все в этом же духе.

Вы ни кому ни чего не должны! Это ваша бумага, и вы можете рисовать, как ВАМ вздумается!

Рисунки Взрослых Начинающих Художников с курса №5
«Масляная живопись для начинающих»



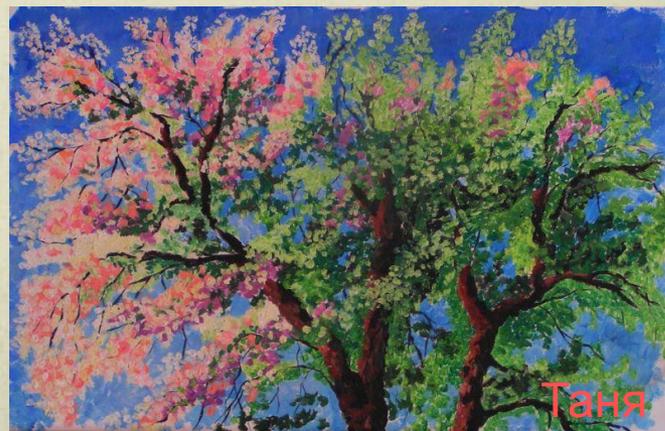
Lenysua



Сеня13



Alena41



Таня

МОЙ САТФИР

И в конце этого сборника хочу поделиться главной драгоценностью из своего сундука, но это не «философский камень», тот я уже вам закинула, без реверансов и поклонов. Если не поймали, перечитывайте внимательнее, и особенно между строк ☺

Так как мои глаза всегда заняты важным для моей души делом, а уши часто ни при делах, то я большую часть фильмов не смотрю, а слушаю. И знаете, оказывается, очень полезное дело! Сразу понятно, есть что-то в фильме нужное для тебя, интересное?

Вот так я однажды, много лет назад, слушала «Матрицу». Всем, кто интересуется философией или психологией, рекомендую ПОСЛУШАТЬ Матрицу, очень интересные мысли, порой удивляешься, как я не замечал этого, ведь это на поверхности лежит, ведь это во всех книгах написано, ведь читал это много раз и в разных формах, а не было инсайта, не было озарения, не было ву-аля, как после «ослика», а слушая Матрицу, я пережила несколько инсайтов за фильм. Это конечно, очень индивидуально, но поделюсь одним, даже не знаю, как это пересказать так, чтобы у вас тоже случилось понимание на более глубоком уровне.

«Только ты сам можешь знать, Избранный ты, или нет... Это как влюбиться... Ведь ни кто кроме тебя не знает, влюблен ты или нет...»

Конечно, звучит невыносимо пафосно ☺ Но благодаря этой фразе я поняла, почему нам учителя не говорили, что мы уже можем считать себя художниками. Даже после защиты дипломных работ, нам не сказали, можно нам считать себя художниками или нет? Ни кто не подошел ко мне и не сказал: Мила, вот теперь ты Художник! И к вам ни кто не придет и не скажет так.

И не важно, учились вы в официальном заведении или брали частные уроки, или вы самородок – сами себя родили, ни кто не придет к вам и не скажет, что вы художник! Ни кто кроме вас самого не может этого знать!

Быть художником, это все равно, что влюбиться! Это не снаружи, это не измеряется техническим уровнем рисования гипсовой головы!

Это в душе! Это тяга к творчеству, это влюбленность в красоту мира, это счастье от карандаша или кисточки в руке, это восторг от появления на холсте нового образа! Это желание творить, придумывать, создавать!

Не ждите, что кто-то вам даст разрешение на творчество.

Такого разрешения не существует, это ваше право от рождения!

Рисунки Взрослых Начинающих Художников с курса №5
«Масляная живопись для начинающих»



Рисунки Взрослых Начинающих Художников с курса №5
«Масляная живопись для начинающих»



Svechka

Рисунки Взрослых Начинающих Художников с курса №5
«Масляная живопись для начинающих»



Мария Бря

КАПЛЯ



И только ты можешь знать, Художник ты или нет!