



ТВАЙЛА ТАРП

# Привычка к творчеству

Сделайте творчество  
частью своей жизни

Моей матери, Лесиль Конфер Тарп, вселившей  
в меня уверенность, что я обладаю всем, что  
понадобится в дальнейшем.

Моему отцу, Вильяму Альберту Тарпу, от которого  
я унаследовала способность начинать с нуля.

Моему сыну, Джесси Александру Хуоту,  
помогавшему мне каждый день создавать заново.

Видевшие же рассказали им,  
как исцелился бесновавшийся.

*Евангелие от Луки, 8:36*

# Оглавление

Глава 1	Я вхожу в белую комнату	8
Глава 2	Ритуалы подготовки	22
Глава 3	Ваша творческая ДНК	50
Глава 4	Задействуйте свою память	84
Глава 5	Как выйти за рамки и накреативить с три короба, или О пользе коробок	110
Глава 6	Поскрести по сусекам	132
Глава 7	Случайности не случайны	166
Глава 8	Стержень	200
Глава 9	Дело мастера боится	230
Глава 10	Ямы и колеи	258
Глава 11	Пятерка за неудачу	298
Глава 12	Марафон длиною в жизнь	328
	Благодарности	350

Глава 1

# Я вхожу

# В белую комнату

**Я** вхожу в большую белую комнату — танцевальную студию в центре Манхэттена. На мне толстовка, выцветшие джинсы и кроссовки Nike. Стены в помещении зеркальные. В углу музыкальный центр. Пол чистый, почти безупречный, если не обращать внимания на потертости и следы от обуви танцоров, которые репетируют в этом зале. Только зеркала, музыкальный центр, следы и я. Комната пуста.

Через месяц с небольшим я и шесть человек танцевальной труппы вылетаем в Лос-Анджелес, где нам восемь вечеров подряд предстоит выступать в зале на 1200 зрителей. Эта труппа моя, я — хореограф. Я держу в руках программку

пятидесятиминутного балета, созданного по музыкальной теме сонаты для фортепиано № 29 Бетховена. Этот балет мы с танцорами труппы поставили более года назад и последние несколько недель его репетируем.

Пока я не представляю, что будет в остальной части программы. Не знаю, какую музыку использовать. Не знаю, с кем из танцоров работать. Не знаю, какие выбрать костюмы и освещение, кого пригласить из музыкантов. Я не имею понятия о продолжительности нового танцевального произведения. Ясно одно: оно должно длиться столько, чтобы заполнить вторую половину концертной программы и при этом не оставить у публики ощущения зря потраченных денег и времени.

От продолжительности второго отделения в свою очередь зависит время, которое потребуется на репетиции. Сначала надо оповестить по телефону всех участников, распланировать занятия в студии да и вообще сдвинуться с мертвой точки. Просто веря, что из всего, что я задумываю сделать в этом пустом белом зале, через несколько недель выйдет нечто потрясающее.

На такой результат рассчитывает труппа, ведь доходы танцоров зависят от успешности моей постановки. Этого ждут организаторы программы в Лос-Анджелесе, ведь они распродали билеты, пообещав людям, что я покажу им что-то новое и интересное. Владелец театра (пусть даже и не думая об этом) тоже на меня надеется: если я не появлюсь со своим спектаклем, театр будет пустовать целую



неделю. Множество людей, по большей части мне незнакомых, рассчитывают на мои творческие способности.

Но сейчас мои мысли заняты другим. Я в зале, и я должна создать большое танцевальное представление. Через несколько минут сюда войдут танцоры. Что мы будем делать?

Пустота зала может казаться бездонной, таинственной и пугающей; из нее — из ничего — нужно создать нечто цельное, красивое и понятное. Подобные чувства испытывает писатель, когда вставляет чистый лист бумаги в печатную машинку (в наше время он, скорее, открывает новый документ на экране компьютера); художник, стоящий перед девственно чистым холстом; скульптор перед каменной глыбой; композитор, пробегающий пальцами по клавишам, не извлекая звуков. Для некоторых этот миг — миг до того, как начнется процесс творчества, — настолько мучителен, что они не способны его вынести. Они встают и отходят от компьютера, холста, музыкального инструмента, могут прилечь на диван или выйти в магазин за покупками, приготовить что-нибудь или заняться домашними делами. Они мешкают, медлят, откладывают на потом. Страх перед пустотой полностью парализует людей.

Чистое пространство может заставить человека почувствовать себя маленьким и беспомощным. Но я сталкивалась с ним всю свою профессиональную жизнь. И заполнять это пространство — моя работа. Мое призвание.

Я танцовщица и хореограф. За более чем 35 лет я создала 130 танцевальных номеров и балетных спектаклей. Некоторые из них очень хороши, другие не вполне (хотя это мягко сказано — кое-какие были даже освистаны). В каких только условиях я не работала! Я репетировала на пастбищах для коров. Я ставила номера в сотнях различных студий — от люксовых, дорогих и минималистичных, до их полной противоположности — грязных, обшарпанных, с шуршащими по углам грызунами. Я провела восемь месяцев в Праге на съемках фильма Милоша Формана «Амадей», занимаясь хореографией и режиссируя оперные сцены. Я ставила номера с лошадьми в Центральном парке Нью-Йорка для фильма «Волосы». Я работала с танцорами в лондонской, парижской, стокгольмской, сиднейской и берлинской операх. Я руковожу собственной компанией уже 30 лет. Я создала и поставила шоу на Бродвее, ставшее хитом. Я работаю достаточно долго и плодотворно, чтобы сейчас, находясь в этом пустом белом зале, чувствовать не только смятение и трепет перед брошенным мне вызовом, но также покой и надежду. Чувствовать себя в своей стихии.

За эти годы я узнала, что творчество — это обычная работа со своими графиками и нормами выработки. Именно поэтому писателям так нравится устанавливать для себя рабочий распорядок. Наиболее продуктивные из них встают рано утром, когда мир еще пребывает в тишине, телефоны молчат, а ум спокоен, чётко и не загружен лишней информацией. Они могут

поставить перед собой цель написать полторы тысячи слов или работать до полудня. Но главное то, что они делают это каждый день. Они себя дисциплинируют. Со временем, когда заведенный порядок становится второй натурой, дисциплина превращается в привычку.

Так происходит с любой творческой личностью, будь то художник, каждое утро встающий за мольберт, или ученый-исследователь, ежедневно приходящий в лабораторию. Заведенный порядок — это такая же часть творческого процесса, как вспышка вдохновения, а может быть, и большая его часть. И приучить себя к нему может каждый.

Творчество — удел не только «художественных» натур. Оно доступно **бизнесменам**, ищущим новые способы увеличения продаж; **инженерам**, решающим техническую проблему; **родителям**, желающим, чтобы их дети увидели мир под разными углами зрения. Сорок лет я ежедневно занималась творческими поисками то в одном, то в другом деле, причем как в профессиональной, так и в личной жизни. Я много думала над тем, что означает быть творческой личностью и как использовать свои способности наиболее эффективно. Не избежала и отрицательного опыта, использовав их наихудшим образом. Я расскажу и о том, и о другом, а также дам упражнения, которые позволят пересмотреть ваши устоявшиеся представления о творческом труде, сделают вас гибче, сильнее, выносливее.

В конце концов, вы же разогреваетесь перед пробежкой или тренировкой, разминаетесь перед игрой — с умственным трудом все так же.

Я продолжаю настаивать, что креативность развивается благодаря заведенному порядку и привычке. Привыкайте! На страницах этой книги вы станете свидетелями отчаянной философской борьбы. Это вечный спор, возникший в эпоху романтизма из-за разных представлений о творчестве. Одни считали его следствием некоего трансцендентного, мистического дионисийского акта вдохновения, божественного поцелуя, подвигшего, к примеру, Моцарта на создание «Волшебной флейты». Другие видели в нем результат тяжелого и упорного труда.

Если все еще не ясно, к чему я клоню, скажу так: я на стороне приверженцев упорного труда. Поэтому я и назвала свою книгу «Привычка к творчеству». Творчество — это привычка. И самых выдающихся творцов создает привычка усердно и много работать. Ну, это если коротко.

В фильме «Амадей» (и пьесе Питера Шеффера, на которой он основан) драматизирована и романтизирована божественная природа дара Моцарта. Антонио Сальери представлен в нем талантливым и плодовитым композитором, который «проклят» тем, что живет в одно время с гениальным и совершенно недисциплинированным Моцартом, чьи произведения словно напеты ему самим Всевышним. Сальери признает исключительность Моцарта

и мучается от мысли, что в качестве сосуда своей благодати Бог избрал столь недостойного человека.

Конечно, все это просто художественный вымысел. Не существует гениев «от природы». Моцарт был сыном своего отца. Леопольд Моцарт получил серьезное образование, и не только музыкальное, но также философское и религиозное. Он обладал умом и широким кругозором, был известным в Европе композитором и педагогом. Для любителей музыки это не новость. Леопольд оказал огромное влияние на своего сына. Я задаюсь вопросом: сколько же «природного» было в этом маленьком мальчике? Конечно, с точки зрения генетики, Моцарт-младший был более предрасположен к музыке, чем, скажем, к игре в баскетбол, так как его рост составлял меньше метра в то время, когда он привлек внимание публики. Но прежде всего ему повезло с отцом — композитором и скрипачом-виртуозом, способным к тому же без труда сыграть на любом клавишном инструменте, который, заметив предрасположенность сына к музыке, сказал себе: «Хм, интересно! Посмотрим, что из этого выйдет».

Леопольд обучил сына всей музыкальной премудрости, объяснил, что такое контрапункт и гармония. Он проследил за тем, чтобы мальчик был представлен в Европе всем, кто сочинял хорошую музыку или мог быть полезен для его музыкального развития. Гениальность оказалась, как это часто бывает, лишь волей целеустремленного родителя. Вряд ли Моцарт был наивным

чудо-ребенком, который, восседая за роялем, позволял кому-то свыше переставлять его пальцы на клавиатуре. Подобный образ годится только для кино, когда нужно, чтобы хорошо расходились билеты. В реальной жизни, одарил вас Бог или нет, работать все равно придется. Без обучения и подготовки любой талант останется не раскрытым.

Никто не трудился больше Моцарта. К 28 годам его пальцы были деформированы из-за упражнений дома, выступлений на концертах, записывания нот на стане пером — за этими занятиями он провел огромное количество часов. В образе Моцарта, созданном массовой культурой, этот элемент опущен. Безусловно, он имел дар, который выделял его на фоне других. Он был самым выдающимся композитором всех времен и народов. Он писал музыку для любых инструментов в самых разных комбинациях, и никто после него не создавал вокальной музыки лучше. До сих пор мало кто даже среди очень одаренных людей способен трудиться с таким усердием и дисциплинированностью, которые проявил Моцарт в течение своей короткой жизни. Сам он писал другу: «Люди ошибаются, думая, что искусство далось мне легко. Заверяю тебя, мой друг, никто не посвятил больше времени и мыслей композициям, чем я. Нет ни одного великого музыканта, чью музыку я бы не изучал с огромным усердием по множеству раз». Работоспособность Моцарта была поразительной. Где только и при каких обстоятельствах не приходилось ему сочинять музыку — работать «на коленке» и выдавать

партитуры прямо перед открытием занавеса, при этом отвлекаясь от творчества на решение семейных проблем и борясь с постоянной нехваткой денег. Каким бы огромным ни было музыкальное дарование Моцарта, его так называемая гениальность, дисциплинированность и трудолюбие не уступали ему по масштабам.

Я уверена, что именно это Леопольд Моцарт так рано разглядел в своем сыне. В один прекрасный день трехлетний Вольфганг взобрался на стул перед клавесином старшей сестры, и с тех пор не было для него лучше «игрушек», чем музыкальные инструменты. Музыка быстро стала страстью Моцарта, его основной деятельностью. Я сомневаюсь, что Леопольду приходилось говорить сыну: «Садись и занимайся». Ребенок делал это по собственному желанию.

В первую очередь эта книга о развитии навыков. **Чтобы стать креативным, нужно знать, как себя к этому подготовить.**

Никто не выдаст вам готовую идею или креативный контент. А если выдадут, то это будет уже не ваше творчество. Но есть процессы, стимулирующие вдохновение, и вы должны научиться ими управлять. Вы можете сделать их своей привычкой.

В утверждении, что творчество должно войти в привычку, есть некий парадокс. Мы ведь привыкли считать, что творчество — это что-то свежее, в то время как привычка предполагает рутину и повторение. Этот парадокс всегда занимал меня, потому что в нем тесно переплетены спонтанность и навык.

Необходимы определенные умения, чтобы воплотить в реальность плоды воображения: найти слова, придающие правдоподобность созданным персонажам, выбрать подходящие цвета и текстуру красок для изображения стога сена на закате, правильно смешать ингредиенты, чтобы получить ароматное блюдо. Никто не рождается с этими навыками. Они вырабатываются практикой, обучением и размышлениями, что требует большого труда и самоотдачи, но результаты оправдывают затраченные усилия. Хоть и не сразу. Даже Моцарт с его природными талантами, страстью к музыке и поддержкой любящего отца написал «в стол» 24 симфонии, прежде чем ему удалось сочинить нечто такое, что выдержало испытание временем и вошло в историю музыки, — симфонию № 25. Если произведение искусства — это мост между вашим видением мира и его восприятием окружающими, то навыки — это то, что помогает строить этот мост.

Вот почему необходимо тренироваться. Упражнения помогут вам выработать определенные навыки. Некоторые из них могут показаться простыми, но делайте их все равно: на азы никогда не тратится достаточно времени. Даже Моцарт много практиковался, прежде чем создать свою оперу «Так поступают все женщины, или Школа влюбленных».

Хотя моим ремеслом является современный танец и балет, речь в этой книге пойдет не о них. Обещаю, что мой текст не будет усыпан танцевальным жаргоном. Вам не придется ломать голову



над тем, что такое первая позиция, плие и батман тандю. Я буду исходить из того, что обращаюсь к достаточно эрудированному и искушенному читателю. Надеюсь, вам приходилось бывать на балетном спектакле и видеть, как работает труппа на сцене. Если нет, тем хуже для вас. Это все равно что не прочесть ни одного романа, ни разу не побывать в музее и не слышать Бетховена в живом исполнении. Если же все это для вас вещи привычные, мы сработаемся.

Мне кажется, мои рабочие привычки могут быть полезны каждому. Я — приверженец тщательной подготовки. Мой ежедневный распорядок предполагает постоянную взаимосвязь со всем, что происходит в моей жизни: внешний мир соприкасается с моим внутренним миром. Все есть сырой материал. Все актуально. **ВСЕ МОЖЕТ ПРИГОДИТЬСЯ.** Все может стать источником творческого вдохновения. Но без соответствующей подготовки я не смогу заметить, сохранить и использовать по-настоящему ценные вещи. Если не тратить времени и усилий на подготовку к творчеству, обрушившееся как гром с ясного неба вдохновение лишь оглушит вас.

Возьмите для примера удивительную сцену из фильма «Парень-каратист» (*The Karate Kid*, реж. Джон Эвилдсен, 1984 г. — *Прим. ред.*). Подросток Дэниэл просит мудрого и хитрого мистера Мияги научить его карате. Старик соглашается и велит Дэниэлу вначале отполировать его машину, делая при этом круговые движения

руками («втираешь воск, вытираешь воск»). Затем он приказывает Дэниэлу покрасить деревянный забор, совершая движения вверх и вниз. Наконец он заставляет ученика забивать гвозди, чтобы подремонтировать стену. Дэниэл обескуражен, затем взбешен. Он ведь хочет овладеть боевым искусством для самозащиты, а вместо этого вынужден заниматься домашними делами. Закончив порученные ему работы с машиной, забором и стеной, он выражает свое недовольство методами обучения. Тогда Мияги нападает на Дэниэла, который тут же начинает защищаться, парируя удары и делая выпады. Благодаря обыденной, казалось бы, работе по дому, он, сам того не сознавая, усвоил основные приемы карате.

Как и Мияги, обучающий своих учеников приемам карате, я надеюсь этой книгой помочь вам развить свои навыки творчества. Я не могу гарантировать, что всё созданное вами станет шедевром — это зависит от вас, но я обещаю, что если вы прочитаете эту книгу и прислушаетесь хотя бы к половине советов, вы никогда не застынете в страхе перед чистым листом бумаги, пустым холстом или белой комнатой. Творчество станет вашей привычкой.