

Содержание

Об авторе

7

Июнь

215

Благодарности

8

Июль

254

Введение

10

Август

294

Январь

15

Сентябрь

334

Февраль

56

Октябрь

373

Март

94

Ноябрь

413

Апрель

135

Декабрь

451

Май

175

Библиография

492

Введение

Мы встретили врага, и этот враг — мы сами.

Уолт Келли

Когда вы начали писать регулярно, вам казалось, что теперь воплотятся ваши надежды на славу и богатство, а жизнь станет намного счастливее, чем раньше? Вы мечтали о том, что ваша книга будет стоять на полке рядом с книгами Ли Чайлда, Джеймса Паттерсона или Джоан Роулинг? Что она окажется на первом месте в списке бестселлеров от *New York Times* и будет удостоена премий Эдгара, Барри и Агаты, а также премии «Триллер»? Что Стивен Спилберг будет ломиться в вашу дверь, чтобы подписать с вами договор на сценарий?

Со мной так и было.

Вы в растерянности обнаруживали, что по ночам вам снятся кошмары? Со всех сторон на вас сыпались отказы агентов, нетерпеливые ожидания издателя, негативные отзывы, отсутствие посетителей на презентации вашей книги в книжном магазине, поджимающие сроки сдачи, отсутствие признания и награды и мучительный творческий кризис? У вас возникали проблемы с размещением вашей книги на полках Barnes & Noble? Заработанных денег не хватало, чтобы рассчитаться с ипотечным кредитом, а те несколько баксов, которые вам удалось получить, шли на оплату услуг рекламного агента? Вы все еще ждете звонка из Голливуда?

Я жду.

На фоне таких призрачных надежд вы все еще любите писать?

Я люблю.

Писатели, подобные мне, с чернилами в крови, должны писать. Иначе для них невозможно. В критической

ситуации мы стойко преодолеваем литературные бури — пусть даже набивая шишки, опустошенные и преследуемые. Я видел их — авторов, измотанных бешеным темпом публикаций, безжизненных существ, исчерпавших себя несбывшимися надеждами и чрезмерными карьерными требованиями, — пустые раковины, подобно зомби, движущиеся среди живых.

Мертвые не должны ходить между нами, но они есть. Я знаю, они есть. Я тоже был одним из них. В безмолвные часы уединения перед закатом я забирался в кресло, вдавливая локти в колени порванных джинсов. Я ронял голову в ладони, впивался руками в волосы и плакал. Это правда. Взрослый мужчина плакал. После завершения работы над моим лучшим детективным романом, по крайней мере, мне так казалось, редактор, которого я нанял, разгромил мой сюжет в пух и прах. Переписывание за переписыванием, тупик за тупиком, растерянность и безысходность поглотили меня. Я выл на часы, грозил кулаком небесам, грубо ругаясь и разбрасывая вещи. На каждом шагу я наткался то на одно препятствие, то на другое. Потеряв душевное равновесие, я не знал, что делать дальше.

Кроме разве что плакать.

Я был самым страшным врагом самому себе, страдая от «синдрома сухого колодца» и не находя выхода. Имейте в виду, это была не первая моя книга. Я написал 35 научных и художественных книг, тонны журнальных и газетных статей, интернет-дневников и других литературных произведений. За это время я даже был удостоен кое-каких наград. Но никогда настолько не погружался в глубины писательского ада.

С другой стороны, ад — это состояние разума. По выражению автора XVII века Джона Милтона: «Разум является вселенной и может сотворить рай из ада и ад из рая». По правде говоря, мы сами создаем свой собственный пи-

сательский рай или ад. Я вижу, как вы вздыхаете и закатываете глаза, но послушайте меня, прежде чем вычеркнуть из списка друзей. Агенты, редакторы, критики или издательства не связаны писательскими узами, которые удерживают нас на своем месте. Мы связаны, возможно, неосознанно, но в наших силах восстать, свергнуть хозяина и развязать узы. Именно об этом и написана книга: *спрашивайте не о том, как ваша писательская жизнь относится к вам; спросите о том, как вы относитесь к своей писательской жизни.*

До настоящего времени вы могли сомневаться, можно ли испытывать радость, стабильность, душевное равновесие в беспокойной карьере, связанной с постоянной неопределенностью и разочарованием. Я здесь, чтобы подтвердить это. Профессия писателя, как и любая другая, имеет свои перспективы, жестокие разочарования, обманутые ожидания и радостные моменты. Будь вы автор с большим опытом или начинающий сочинитель, у вас есть шансы столкнуться со своей порцией блестящих перспектив, повторяющихся отказов, крупных неудач и ужасных разочарований. Так или иначе, литературные агенты считают, что ключом к писательскому успеху, еще более важным, чем умение хорошо писать, является устойчивость — решительная непреклонность перед лицом разочарований.

На протяжении многих лет я учил людей по всему миру на своих лекциях, в книгах и в выступлениях в средствах массовой информации приемам жизнестойкости перед лицом трудных задач и способам превращения препятствий в стартовые площадки. Так же, как трава прорастает сквозь бетон, внутри вас существует зона устойчивости. Обнаружив это место, вы поймете, что ваша внутренняя энергия намного сильнее, чем возникающие проблемы.

365 ежедневных медитаций, описанные в этой книге, начинаются с января и заканчиваются декабрем, но вы можете начинать в любое время и в любой месяц. Если книга попала вам в руки в мае, не ждите января, чтобы начать.

Статьи предназначены для поддержки авторов всех жанров. Возможно, вы один из тех, кто пытается совместить восьмичасовой рабочий день, воспитание детей, супружеские обязанности, ведение домашнего хозяйства с ежедневным писательским режимом и давлением со стороны издательской индустрии. Эта книга поможет вам притормозить и перевести дух посреди взлетов и падений в бурном и непредсказуемом издательском мире. Знакомство с проверенной на практике информацией поможет пережить стрессы от невыносимых тисков писательской деятельности: от нереально сжатых сроков, отвратительных отзывов, нерационального писательского образа жизни, безжалостных отказов агента, от неистовых взрывов несправедливости редактора, непреодолимого творческого кризиса, от присутствия одних только сверчков на презентациях ваших книг и сейсмического грохота бурлящей лавины самокритики.

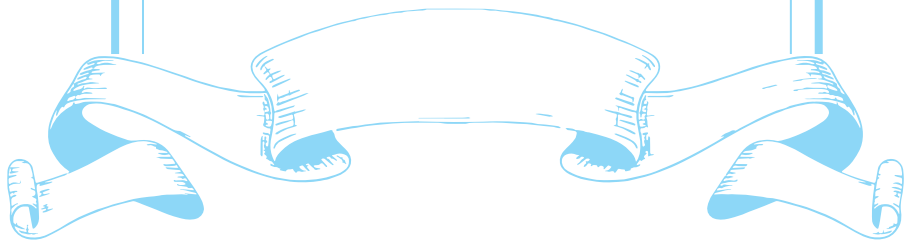
Множество книг обучают искусству писать, но это единственное руководство по писательской устойчивости — качеству номер один, которое, по мнению агентов, обязательно, чтобы стать успешно издаваемым автором. Здесь предлагаются полезные советы и помощь в виде упражнений, таких как медитация, дыхательная гимнастика, йога, психосоматическая практика, управление стрессом и тому подобное; кроме того, уделяется внимание заботе о здоровье. Ежедневное обращение к книге способствует размышлению и формированию осознанности в рамках писательской деятельности, позволяя вам сосредоточиться на настоящих моментах. Простые идеи в заметках, посвященных каждому дню,

подпитывали меня и помогали мне сохранять устойчивость, а также добавляли смысла и радости моему собственному писательскому пути.

Ежедневные медитации начинаются с цитирования писателей всех жанров: юмористов, прозаиков, поэтов, психологов, мультипликаторов, духовных лидеров, журналистов, авторов песен и философов — всех тех, кто преподносит нам крошечное зернышко мудрости. В каждой цитате присутствует опыт мудреца, добросердечный юмор и трогательное вдохновение. Запивая утреннюю медитацию горячим напитком, сохраните ее внутри себя, периодически обращайтесь к ней в течение вашего писательского дня или используйте ее как основу ваших божественных размышлений перед отходом ко сну. Все статьи книги завершаются выводом, состоящим из одного предложения. Он откладывается внутри вас и впоследствии становится частью вас самих, существуя и дыша вместе с вами, помогая вам справляться с взлетами и падениями пугающей вас издательской деятельности.

В заключение я расскажу вам, как освободился от собственных внутренних уз, избавился от творческого кризиса и закончил работу над тем труднейшим детективом. Надеюсь, что описанные в книге ежедневные медитации мобилизуют вашу внутреннюю устойчивость, чтобы сопутствовать вашему продвижению на литературном поприще и помогать в достижении писательского удовлетворения, к которому вы так стремитесь.

Знварь



1 января

Превратите конец в начало



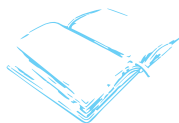
То, что мы называем началом, часто бывает концом, а положить конец означает начать. Конец там, откуда мы начинаем.

Томас Элиот

Конец одного года подводит к началу другого. Мы все заканчиваем и начинаем наш писательский путь в одно и то же время. Писательство — это страсть, личное призвание, давняя мечта о чем-то величественном и уединенная сфера деятельности. Оно предполагает множество отказов и жестоких разочарований на каждой стадии. Многие авторы будут анализировать прошедшие 12 месяцев и делать определенные выводы для наступившего года. Мы можем начать все заново, как будто с чистого листа, и снова шаг за шагом планировать начало.

Завершение дел порождает новые старты на нашем писательском пути. В новогоднюю ночь мы задумываемся, что можно предпринять, чтобы отшлифовать наше мастерство. Развивать новые приемы письма? Перестать откладывать работу в долгий ящик? Внимательнее относиться к своему здоровью? Сформировать более позитивные взгляды? Улучшить охладевшие отношения? Научиться справляться с отказами и неуверенностью в себе? Работать с большей настойчивостью и упорством?

Все наши действия за пределами сочинительства способствуют нашему писательскому успеху. Мы можем завершить то, что не успели закончить, менять свой образ жизни, формировать более позитивное мировоззрение или нарастите толстую кожу.



Вывод дня

Начните этот новый год с чистого листа и подумайте о хороших писательских привычках, позитивном мировоззрении или о специальных методах работы, которые вы можете сформировать, чтобы добиться вершины мастерства.

2 января

Индивидуализируйте свое рабочее место



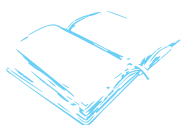
У меня есть диван, на котором я никогда не дремал, большие окна с видом на океан, в которые я крайне редко смотрю, потому что у меня опущены шторы всегда, когда я работаю.

Дин Кунц

Дин Кунц говорит, что считает себя потенциальным лентяем, поэтому не искушает себя видами океанского берега. Каждый из нас должен определить и индивидуализировать свое рабочее окружение в соответствии со своими потребностями. Безопасная обстановка для писательской работы обращается к нашим чувствам иначе, чем окружение, связанное с повседневной жизнью. Это индивидуальное пространство, содержащее все необходимое, чтобы чувствовать себя комфортно, испытывать прилив творческих сил и плодотворно работать. В условиях сжатых сроков удобное рабочее место избавляет от стресса, успокаивает и улучшает результаты.

Не существует единственно верного, подходящего для всех решения. Некоторым писателям нравится атмосфера «легкого беспорядка», их рабочее место никак не похо-

же на музей. Другие — аккуратисты, которые чувствуют себя комфортно в чистоте, когда все вещи разложены по линейке. Такие авторы, как Харлан Кобен и Джон Харт, предпочитают писать вне дома, чтобы избежать беспорядка. Начинаящий автор Брайан Панович писал в каморке пожарной части, где он работал пожарным. Что определяет безопасность и комфорт для вас? Ароматные свечи? Привлекательный цвет обоев? Памятные отпускные фотографии с изображением любимого человека, домашних питомцев и друзей? Или что-то еще?



Вывод дня

Поднимите свой писательский настрой, создав безопасную комфортную обстановку, которая активизирует ваши пять чувств иначе, чем повседневные нагрузки.

3 января

Стойко преодолевайте писательские невзгоды



Стойкость имеет так много образов, включая противостояние отказам и умение восстанавливаться, когда дела идут не так благополучно, и, естественно, написание еще большего количества книг.

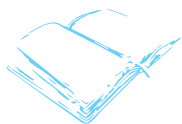
Дженни Милчман

И опытные авторы, и начинающие сочинители знают, что издательский мир жесток и безжалостен — полон блистательных перспектив, постоянного негатива и опустошающих разочарований. Большинство агентов и редакторов считают, что ключом

к писательскому успеху является не столько умение хорошо писать, сколько устойчивость — решительная непреклонность перед лицом сопротивления.

Знаменитые писатели работали долго и усердно. Джон Лескроарт писал: «Я не отношусь к тем, кто добился мгновенного успеха. История моих ранних публикаций, речь идет о первых пяти книгах, была неудачной во многих отношениях». Романист Стив Берри рассказывал, что ему потребовалось 12 лет и 85 отказов, прежде чем его книги стали бестселлерами.

Отказ не носит личного характера, это часть пакетного соглашения. И хотя устойчивость является краеугольным камнем успеха в делах, только усердный труд помогает писателю выжить. Так что давайте будем усердными и стойкими. Всякий раз, когда мы поднимаемся, отряхиваемся и идем дальше, шансы на то, что наши книги станут бестселлерами, увеличиваются.



Вывод дня

Спротивляйтесь, когда вас сбивают с ног, не воспринимайте это как что-то личное, вставайте всегда на один раз больше, чем падаете, и помните, что признание и отказ входят в состав пакета услуг.

4 января

Контролируйте свою писательскую сентиментальность



Вокруг первого романа всегда так много сентиментальных слов, но когда они стихают, может начаться депрессия.

Кристина Конинг