

<i>Слова благодарности</i>	8
<i>Примечание к автопортрету на обложке</i>	11
Введение	15
ГЛАВА 1	
Два способа видеть и мыслить	21
ГЛАВА 2	
Доминирующий глаз и мозг	31
ГЛАВА 3	
Человеческие лица и их выражения	43
ГЛАВА 4	
Определение доминирующего глаза	61
ГЛАВА 5	
Глаз как инструмент рисования и как символ	73
ГЛАВА 6	
Для чего мы рисуем автопортреты и портреты других людей?	109
ГЛАВА 7	
Подведение итогов	135
<i>Глоссарий</i>	155
<i>Библиография</i>	162
<i>Указатель</i>	165
<i>Об авторе</i>	174

Слова благодарности

Во-первых, я безмерно благодарна за бесценную помощь и руководство на протяжении многих лет партнерам из юридической компании Williams & Connolly LLP (Вашингтон) Роберту Барнетту и Денин Хауэлл. Начиная с первого предложения о публикации данной книги они оказывали мне поддержку и сопровождали шаг за шагом весь процесс издания. Самое сердечное спасибо вам!

Я также признательна Меган Ньюмен, вице-президенту издательства TarcherPerigee, входящего в издательский дом Penguin Random House, за умелое руководство проектом, а также Мэриэн Лиззи, главному редактору и вице-президенту издательства, за тщательную редакторскую работу и множество вопросов, касающихся моей рукописи. Мэриэн — идеальный редактор. Она умеет ставить правильные вопросы, обладает быстрой реакцией и отменным чувством юмора. Меган и Мэриэн, спасибо!

Большое спасибо команде оформителей TarcherPerigee, особенно креативному директору и дизайнеру обложки Неллис Лян и художнице Шеннон Николь Планкетт! Моя благодарность всей редакторской, дизайнерской и маркетинговой команде, с которой было так приятно работать, включая Фарин Шлюссель, Энн Космоски, Алекса Кейсмента,

Линдси Гордон, Андреа Молитор, Викторию Адамо. Я особенно признательна заместителю редактора Рейчел Эйотт, которая не давала мне свернуть с пути истинного. Большое спасибо!

Я благодарна своей дочери Энн Бомайслер-Фаррелл, своему сыну Брайану Бомайслеру и зятю Джону Фарреллу. Семья оказала мне огромную помощь в этом проекте. Дочь Энн — превосходный писатель, редактор и корректор, а также кладезь идей. Обладая отличными техническими навыками, она заботилась о том, чтобы каждый вариант рукописи был сохранен и доступен в любой момент. Спасибо тебе, Энни!

Прекрасные навыки в рисовании моего сына Брайана не разгодились для иллюстрирования книги. Его рисунки стали результатом освоения метода *праволушарного рисования*, которым он занимается уже многие годы. Он также помогал в оформлении окончательного варианта рукописи. Спасибо, Брай!

Мой зять Джон Фаррелл, профессор истории и отличный писатель, стал еще одним неоценимым редактором рукописи. Спасибо тебе, Джон!

Как всегда, меня очень вдохновляли мои внучки Софи и Франческа. Вы — свет моей жизни.

Моя дорогая подруга Амита Моллой, вышедшая недавно на пенсию с должности книжного оформителя музея Пола Гетти, щедро делилась со мной опытом и внесла важный вклад в оформление обложки. Спасибо, Амита! Я также благодарна ее покойному супругу Джо Моллою, признанному графическому дизайнеру из Лос-Анджелеса, который заложил основу дизайна всей серии моих книг, начиная с «Откройте в себе художника» (*Drawing on the Right Side of the Brain*).

Я не могу не выразить свою благодарность школе «Венеция» и тысячам других студентов в мире, изучающих принципы правополушарного рисования и на протяжении многих лет вносящих свой вклад в понимание процесса обучения рисованию. Благодарю всех наших учеников!

Наконец, я, как всегда, отдаю должное памяти нейробиолога, нобелевского лауреата доктора Роджера Сперри за его щедрость и доброту, которую он проявил по отношению ко мне много лет назад.

*Бетти Эдвардс,
август 2020 г.*

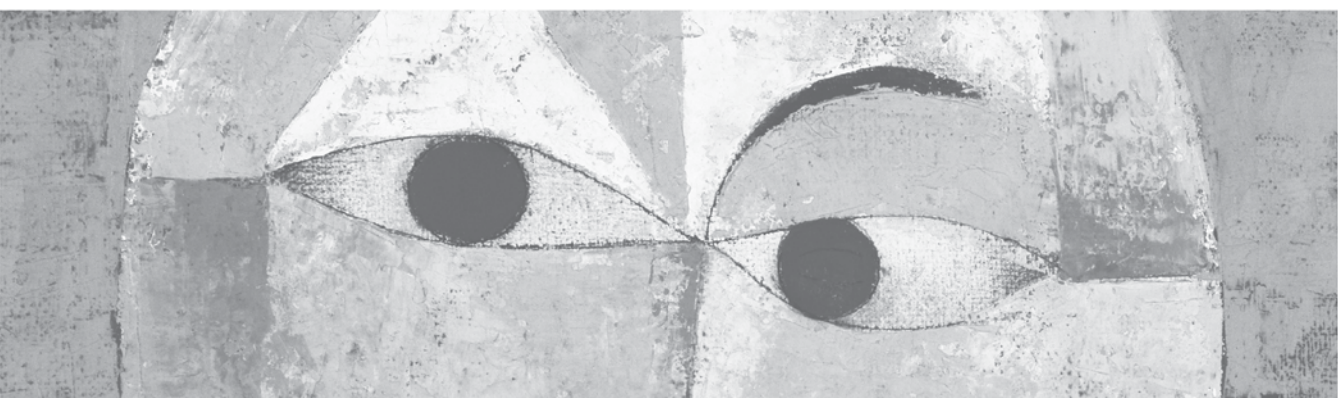
Примечание к автопортрету на обложке

Примерно пятьдесят лет назад я нарисовала автопортрет, который помещен на обложку этой книги. Все последующие годы я продолжала рисовать в память о важной перемене в моей жизни, когда я, будучи подающей надежды художницей, вынуждена была признать, что мне нужна постоянная работа и источник средств к существованию моей семьи. Эта классическая ситуация, когда реальность берет свое, видимо, знакома многим из тех, кто хотел бы быть художником.

Я стала преподавателем средней школы «Венеция», расположенной в западной части Лос-Анджелеса. Со временем я получила степень магистра, а затем доктора в Калифорнийском университете, продолжая преподавать искусство и накапливая все больше знаний о мозге и его роли в творчестве и обучении рисованию. Примерно через десять лет этот опыт нашел свое выражение в книге «Откройте в себе художника», что стало новым и более публичным этапом моей карьеры.

Оглядываясь сегодня на свою долгую жизнь, я могу сказать, что этот автопортрет, нарисованный много лет назад, является важной жизненной вехой и одновременно четкой иллюстрацией участия в его создании доминирующего (в моем случае правого) глаза.

ДОМИНИРУЮЩИЙ ГЛАЗ В РИСОВАНИИ



*Пауль Клее. Сенекио, или Голова стареющего человека, 1922.
Базельский художественный музей, Базель*

Введение

Любопытство по отношению к другим людям — одна из самых заметных человеческих черт. Мы хотим знать: кто они на самом деле? О чем они думают? Что чувствуют? Чтобы разглядеть истинную сущность человека, скрывающуюся за его речью и внешним видом, мы всегда использовали две основные тактики. Одна состоит в том, чтобы внимательно прислушиваться к его словам. Вторая — в попытке заглянуть к нему в душу, которая отражается на лице и в глазах.

На протяжении столетий писатели и мыслители создали бесчисленное количество афоризмов, посвященных этому подсознательному процессу исследования. Римский государственный деятель Марк Туллий Цицерон (106–43 до н. э.) говорил: «Лицо — зеркало души, а глаза — ее переводчик». Римский католический священник, теолог и историк святой Иероним (347–419) считал: «Лицо есть зеркало души, а глаза, не говоря ни слова, выдают сердечные секреты». Латинская пословица гласит:

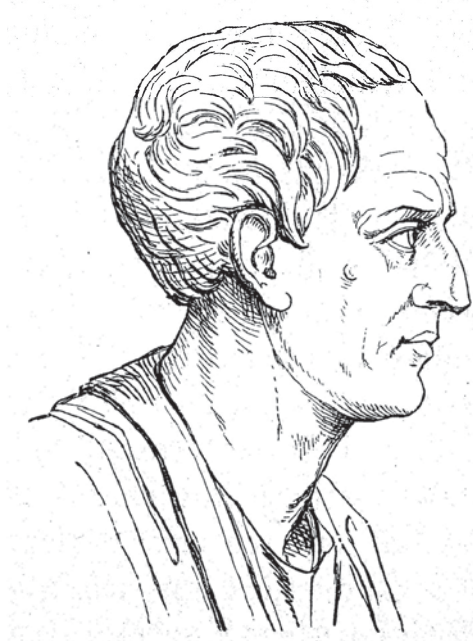
«Лицо — зеркало души, а глаза — ее глашатай».

Даже Йоги Берра, профессиональный американский бейсболист (1925–2015), высказался подобным образом: «Вы можете увидеть очень многое, всего лишь наблюдая».

Одно из самых известных изречений, дошедших до нас без имени автора: «Глаза — это окна, обращенные в душу». Оно говорит о том, что, заглянув глубоко в глаза человека, мы можем обнаружить его скрытую истинную сущность.

Более современная (но менее поэтичная) версия может выглядеть

Марк Туллий Цицерон
(106–43 до н. э.)



так: «Доминирующий и субдоминантный глаз открывают тайны сознания». Но возникает вопрос: о каком глазе идет речь — левом, правом или обоих сразу? И о каком сознании, так как их на самом деле тоже два — левополушарное и правополушарное? И почему мы называем глаза по-разному — доминирующий и субдоминантный, — хотя выглядят они одинаково? На самом деле наши глаза отличаются друг от друга даже внешне и отражают два вида сознания и два способа восприятия мира. Эта разница между двумя глазами заметна, но ей по непонятной причине не уделяется внимание. Может быть, она поможет нам в поисках истинной человеческой сущности?



Родившийся в Швейцарии немецкий художник Пауль Клее (1879–1940) говорил: «Один глаз видит, а другой чувствует».

*Пауль Клее.
Сенекио, или Голова
старящего человека, 1922.
Базельский художественный
музей, Базель*

На сознательном уровне нам известно: то, что мы видим, тесно связано с тем, что и как мы думаем, а также что и как мы чувствуем. Как ни странно, мы не замечаем, что если приблизить лицо к зеркалу и заглянуть в свои глаза или в глаза другого человека, стоящего лицом к лицу с нами, то можно *увидеть*, какой глаз реагирует на услышанные слова, а какой *чувствует* эмоции, но остается безразличным к словам. Большинство людей не осознают этих различий. Тем не менее мы подсознательно используем эту информацию в повседневной жизни, общаясь с другими людьми.

Процесс общения осложняется так называемым перекрестным характером связи между мозгом и телом. У большинства людей левое полушарие головного мозга контролирует правую половину тела от головы до кончиков пальцев на ногах, включая и функции правого доминирующего глаза. Точно так же правое полушарие контролирует левую половину тела от головы до ног, включая функции левого субдоминантного глаза.

Таким образом, правый глаз сильнее всего связан с вербальным полушарием мозга, то есть с левым (у большинства людей). И в ничего не значащих разговорах, и в важных беседах с глазу на глаз мы непроизвольно стараемся установить зрительный контакт с доминирующим правым глазом собеседника, связанным с вербальным полушарием. Похоже, что мы стремимся беседовать «с правого глазу на правый глаз», с доминирующего на доминирующий.

В разговоре один на один мы так же непроизвольно избегаем контакта с другим, левым (субдоминантным) глазом. Он контролируется главным образом невербальным правым полушарием мозга, его поведение не связано с содержанием речи, он

не реагирует на сказанное. Тем не менее он участвует в разговоре. Хотя он наблюдает за происходящим несколько отстраненно, как бы в полусне, но на самом деле реагирует на тон, тембр и другие визуальные и эмоциональные, невербальные аспекты беседы.

Я на протяжении многих лет лично вела наблюдения за этими странными различиями между глазами, когда преподавала и демонстрировала рисование портретов с использованием правого полушария. И чем больше я наблюдала, тем больше меня интересовал этот феномен. Данная книга посвящена тому, как используется доминирующий глаз в рисовании.



*Андре Дутертр (1753–1842). Портрет Леонардо да Винчи.
Из собрания Королевской академии художеств, Лондон.
© Photo: Royal Academy of Arts, London.
Photographer: Prudence Cuming Associates Limited*

ГЛАВА 1

Два способа видеть и мыслить

Люди порой задают вопрос, что привело меня в «художественный бизнес», как порой в шутку называют эту сферу деятельности в среде преподавателей и практикующих художников. Для меня все началось в довольно раннем возрасте. Моя мать обладала необычайной наблюдательностью и время от времени пробовала себя в рисовании. Большое влияние на меня в детском возрасте оказали не столько ее художественные способности, сколько восторг, с которым она рассматривала окружающий мир. Во время прогулок, к примеру, она постоянно восклицала: «Ой, посмотри, какой узор сложился из маргариток в траве!» или «Ой, посмотри, как тень изменила цвет дома!» Хотя этим замечаниям всегда предшествовало «Ой, посмотри...», они на самом деле не требовали какой-то реакции с моей стороны. Но, видя ее восторг, я и сама пыталась разобраться, чем же он вызван. Мне кажется, что именно такой непринужденный обмен впечатлениями в детстве и стал основой возникшего у меня впоследствии интереса к рисованию как к процессу фиксации увиденного.

Затем в четвертом классе у нас появилась учительница мисс Браун. Мы между собой называли ее Брауни и обожали ее. Я училась в обычной школе в рабочем районе города Лонг-Бич, штат Калифорния. Сейчас я понимаю, насколько невероятной была мисс Браун. В нашем классе она вела астрономию. Мы построили настоящий планетарий (картонную башню шириной под два метра) и проделали дырки в его куполе, которые напоминали по очертаниям созвездия Персея, Андромеды, Ориона, Плеяд. Потом мы читали про греческих и римских богов и лепили их барельефы из вареного кукурузного крахмала, смешанного с опилками. Мне

досталась фигура коленопреклоненного Атланта, держащего мир на плечах. Пока мы работали над скульптурами, мисс Браун читала нам вслух древнегреческие мифы.

Такой насыщенный детский опыт, похоже, можно отнести к безвозвратно ушедшему прошлому. С точки зрения современного образования подобные методики небезопасны, слишком хлопотны и их результаты невозможно измерить с помощью стандартизированных тестов. Но почему мы не можем возродить их хотя бы частично? Нам отнюдь не помешали бы уроки рисования в современной школе.

Много позже, когда я закончила докторантуру, у меня появилась возможность поэкспериментировать с этой идеей в одной из средних школ Лос-Анджелеса. Учеников постоянно интересовал вопрос, почему так трудно нарисовать то, что находится прямо перед глазами.

В результате моего преподавательского опыта и широкой популяризации новаторских работ Роджера Сперри, посвященных функциям полушарий головного мозга, родилась книга «Откройте в себе художника» (*Drawing on the Right Side of the Brain*), которая впервые была опубликована в 1979 году и после этого еще трижды переиздавалась, так как я старалась дополнить ее новыми данными, полученными в ходе непрекращающихся исследований. Ее до сих пор переиздают во всем мире. Она помогла миллионам людей научиться рисовать и развить в себе врожденное творческое начало.

На протяжении нескольких десятков лет, прошедших с момента первой публикации, мы вместе с коллегами-преподавателями разрабатывали и вели курсы интенсивного обучения рисованию, в осно-

ве которых лежали изложенные в книге идеи. Все разработанные мною методы умещаются в пять дней занятий, в течение которых преподаются основы рисования. Мы успешно обучаем людей (независимо от того, пробовали ли они рисовать ранее) умению обращаться к своему визуальному, невербальному правому полушарию мозга и даем им базовые навыки, позволяющие рисовать то, что они видят. Всего этих навыков пять:

1. Восприятие краев (где заканчивается один предмет и начинается другой).
2. Восприятие пространств (негативные пространства).
3. Восприятие соотношений (пропорции и перспективы).
4. Восприятие света и теней (создание иллюзии трехмерности).
5. Общее восприятие (гештальт).

Эти навыки *видения*, за которые отвечает главным образом визуальное правое полушарие, можно сравнить с базовыми навыками речи (как ни удивительно, их тоже пять), за которые отвечает в основном другое — левое — полушарие мозга. Для того чтобы научиться читать, нужны базовые речевые навыки (они определены не мной, а экспертами по чтению):

1. Звуковые (понимание того, что буквы алфавита соответствуют звукам).
2. Фонетические (составление слов из звуков и их произнесение).
3. Словарный запас (знание значений слов).

4. Беглость (умение читать быстро и слитно)*.**5. Осмысление (понимание прочитанного текста).**

Мне кажется, что эти наборы навыков — один для рисования, другой для чтения — очень схожи и за них отвечают участки мозга, расположенные в двух разных полушариях мозга, тоже похожих, как близнецы. По моему убеждению, и тому, и другому занятию надо обучать с одинаковой интенсивностью. К сожалению, это не так.

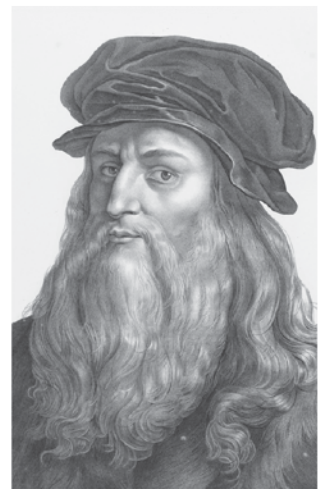
Средняя школа в наши дни сосредоточена почти исключительно на преподавании знаний, за которые отвечает левое полушарие мозга. Чем дальше, тем больше упор делается на естественные науки, технологии, инженерные дисциплины и математику (так называемые STEM-дисциплины). Похоже, родители согласились с этой односторонней направленностью. Отчасти это происходит потому, что они, возможно, не осознают важности визуальных навыков для мышления, процесса усвоения знаний и решения задач, а также для чтения. Возможно также, родители испытывают неосознанный страх, что их дети чрезмерно увлекутся искусством, которое не пользуется особой поддержкой в нашей современной американской культуре, и станут «нищими художниками».

Хотя умения читать и воспринимать окружающую действительность чрезвычайно важны, необходимо подчеркнуть, что мы развиваем левополушарные речевые навыки не только для того, чтобы плодить поэтов и писателей, но и чтобы обеспечить процесс мышления и усвоения других знаний

* Я никогда не соглашалась с тем, что специалисты по чтению включают беглость в перечень базовых навыков. По моему мнению, беглость — это результат обучения чтению, а не базовый навык. Кроме того, в приведенном перечне опущен синтаксис — принципы, по которым строятся предложения (подлежащее/сказуемое/дополнение).

Принципы развития совершенного интеллекта: обучайтесь науке искусства; обучайтесь искусству науки. Учитесь видеть. Осознайте, что все взаимосвязано.

*Леонардо да Винчи
(1452–1519)*



*Андре Дутертр (1753–1842).
Портрет Леонардо да Винчи.
Из собрания Королевской
академии художеств, Лондон.
© Photo: Royal Academy
of Arts, London.
Photographer: Prudence Cuming
Associates Limited*

Несмотря на такую одностороннюю направленность на вербальные навыки (а может быть, как раз из-за нее), двое из троих американских учащихся четвертых и восьмых классов испытывают трудности с чтением. В докладе «Национальная оценка прогресса в области образования» за 2019 год содержатся удручающие результаты: лишь 35 процентов учащихся четвертых классов и 34 процента учащихся восьмых классов умеют бегло читать. Эти оценки ниже, чем в аналогичном докладе 2017 года. Один из авторов доклада задает вопрос: «Почему мы становимся глупее?»

«Reading Scores on National Exam Decline in Half the States», Erica L. Green and Dana Goldstein, The New York Times, October 30, 2019;

«Reading and Math Scores in U.S. Are Falling. Why Are We Getting Dumber?», Luis Miguel, The New American, November 2, 2019.

во всех областях. Точно так же мы должны развивать правополушарные навыки восприятия не только для того, *чтобы у нас было больше художников*, а чтобы научить детей усваивать все науки, решать проблемы и мыслить.

Представьте, что могло бы быть, если бы не было существующей ныне сфокусированности на речи и связанных с ней других левополушарных навыках — если бы мы параллельно обучали детей навыкам визуального восприятия через рисование, музыку, лепку, танцы и другие связанные с правым полушарием творческие способности, а также визуальному представлению процессов и их результатов. Наши дети обладали бы в этом случае умением видеть полную картину: *и лес, и деревья*, не только частности, но и целое. Альберт Эйнштейн прекрасно сформулировал: «Просто удивительно, что любознательность не окончательно убита формальным образованием».

Кроме того, я уверена, что усвоение художественных навыков с целью всестороннего развития мозга требует серьезного подхода. Это должен быть полноценный учебный процесс, а не развлекательная псевдотворческая деятельность, которая все еще практикуется на немногих оставшихся в школьных программах занятиях по искусству. Главная причина легковесного отношения к искусству заключается в том, что многие учителя выросли в этой же школьной системе, которая не учит рисовать, и поэтому сами не обладают этим навыком, а следовательно, не могут ничему научить. Это то же самое, как если бы учитель, не умеющий читать, обучал школьников чтению.

Поэтому на наших пятидневных курсах правополушарного рисования (для взрослых, которые в детстве освоили чтение, но так и не научились

рисовать) мы не предлагаем изображать простые предметы. Вместо этого мы используем подходы из прежних времен. В конце XIX и начале XX веков базовые тексты для обучения чтению не содержали упрощенный донельзя материал типа «увидел — назови» или скучные истории про Дика и Джейн.

В то время в детских книгах для чтения были серьезные стихи, отрывки из Библии или правила пристойного поведения. Позаимствовав логику из прежних текстов для чтения применительно к курсам рисования, мы решили: «Поскольку рисование любых увиденных объектов требует освоения одних и тех же пяти базовых навыков, взрослый человек, желающий научиться рисованию, должен начинать обучение с интересных и трудных предметов, чтобы результат оправдывал затраченные усилия».

Поэтому на наших пятидневных курсах не умеющие рисовать взрослые ученики изображают не простейшие предметы, которые можно часто увидеть в классах рисования для начинающих (типа груды поленьев, блюда с апельсинами или вазы с цветами).

Ведь если при изображении подобных предметов допускается существенное искажение восприятия, это остается незамеченным и никого особенно не волнует. Наши же учащиеся берутся за рисование объектов, которые традиционно относятся к самым сложным, но и самым интересным. Это, к примеру, собственная рука (восприятие краев), стул в не-

Тот факт, что наши предки, жившие в период позднего палеолита тридцать тысяч лет назад, когда еще не было письменности, создавали на удивление красивые и правдоподобные изображения животных на стенах пещер, доказывает важность рисования для человеческого развития.



Наскальное изображение быка. Каменный век (ок. 40 000–10 000 до н. э.), Пещера Ласко (Франция).

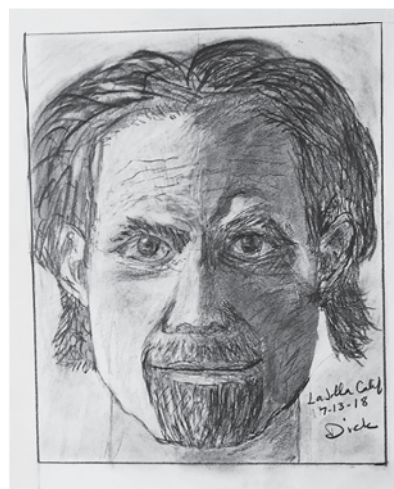
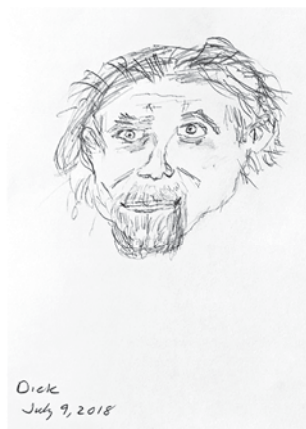
обычном ракурсе (восприятие негативных пространств), комната в перспективе (восприятие соотношений), портрет коллеги в профиль (восприятие света и теней) и автопортрет (восприятие гештальта).

Чтобы изобразить указанные объекты — а это требует их точного восприятия как в целом, так и в мельчайших деталях, — необходимо подмечать вещи, которые в обычных условиях могут остаться неувиденными. При рисовании портретов и особенно автопортретов такой особенностью, которая на удивление часто остается незамеченной, являются отличия одной половины лица от другой.

В частности, мы почти никогда не замечаем на сознательном уровне отчетливой, хотя и тонкой разницы между правым и левым глазом, которая

Слева: Ричард Хонейкер,
до обучения,
9 июля 2018 г.

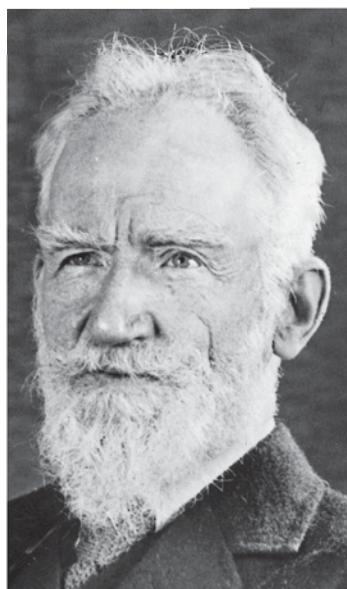
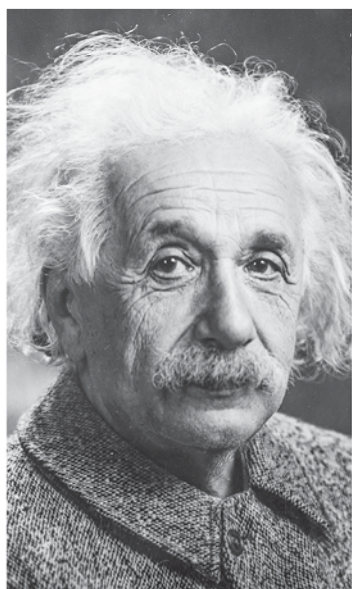
Справа: Ричард Хонейкер,
после обучения,
13 июля 2018 г.



хорошо видна на фотографии Альберта Эйнштейна. Ученый совершенно явно был «правоглазым» (имел доминирующий правый глаз).

Напротив, у Джорджа Бернарда Шоу доминирующим, скорее всего, был левый глаз. Он представляется нам более живым и активным, в то время как правый глаз выглядит будто стрелка, указывающая на левый.

И это возвращает нас к теме данной книги — доминирующему глазу, видимым различиям между двумя глазами и тому, как это может проявляться в *восприятии* и *осмыслении*, в разнице между нашим внешним и внутренним миром. Французский гуманист и фотограф Анри Картье-Брессон (1908–2004) говорил: «Один глаз смотрит внутрь, а другой — наружу».



Слева: Альберт Эйнштейн.
Фотограф Оррен Джек
Тернер

Справа: Джордж Бернард
Шоу. Национальный архив
Нидерландов