

A man with a beard, wearing a light blue button-down shirt and dark trousers, stands in profile in a modern office. He is looking out a large window that offers a view of a city street. The office is filled with various indoor plants, including a large green plant on the right and several smaller ones on desks. A desk lamp with a brass shade hangs from the ceiling. The overall atmosphere is bright and professional.

Радик Яхин

Метод снежинки

Радик Сайфетдинович Яхин

Метод снежинки

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=73393533

SelfPub; 2026

Аннотация

Андрей Власов – талантливый разработчик и создатель стартапа – сталкивается с истощением: память подводит, руки дрожат в моменты стресса, концентрация рассыпается. Невролог диагностирует выгорание и направляет его на семинар «Метод Снежинки» к Анне Борисовне – нейрофизиологу на пенсии.

Через необычные упражнения Андрей учится:

- расширять фокус внимания («правило расчески»);
- слышать тонкие сигналы среди шума;
- сочетать логику с интуицией.

Постепенно он возвращает контроль над телом и мыслями, а знакомство с художницей Алисой, переживающей творческий кризис, помогает увидеть: путь к восстановлению может быть общим.

Метод «Снежинки» – история о том, как перезагрузить мозг и научиться осознанно управлять вниманием, не отключаясь от жизни.

Радик Яхин

Метод снежинки

В коридоре пахло хлоркой и отчаянием. Этот запах впитался в стены больницы имени Пирогова так давно, что, наверное, даже новые стеклопакеты не могли его вытравить. Андрей Власов сидел на пластиковом стуле, сжимая в руках направления на МРТ. Бумажки промокли от пота. Он ненавидел пот. Ненавидел липкое ощущение слабости, которое заставляло его ладони предательски выдавать страх.

– Власов? – медсестра выглянула из-за двери, даже не взглянув на него, просто выкрикнув фамилию в пространство.

Он вскочил. Двадцать восемь лет, кандидат технических наук, автор семи запатентованных алгоритмов машинного обучения, а сейчас – просто трясущийся экспонат в очереди к неврологу. Андрей прошел за женщину в кабинет, стараясь дышать ровно. Напротив него сидела уставшая женщина в очках. На бейджике значилось «Вероника Дмитриевна, невролог».

– Садитесь, – она устало указала на стул. – Рассказывайте.
– У меня все падает из рук, – выпалил Андрей. – Не всегда. Но когда я волнуюсь... или когда мне нужно быстро принять решение. Стакан может разбиться, телефон выскользнуть. Руки не слушаются. И еще... память. Я забываю слова.

Прямо на середине предложения. Стою как дурак и не могу вспомнить простое слово. «Ложка», например.

Вероника Дмитриевна кивнула, делая пометки в карте. Она задавала стандартные вопросы: образ жизни, стрессы, сон, наследственность. Андрей отвечал четко, как на защите диссертации. Работа по шестнадцать часов, запуск стартапа, постоянные дедлайны. Сон – урывками. Кофе – литрами.

– Молодой человек, – врач отложила ручку и сняла очки, впервые посмотрев на него не как на карточку, а как на человека. – У вас классический коктейль из выгорания, хронического недосыпа и колоссальной когнитивной нагрузки. Ваш мозг не резиновый. А вы обращались с ним так, будто это безлимитный процессор.

– Мне нужно работать, – отрезал Андрей. – У меня команда из десяти человек. Если я выпадну, стартап развалится. Инвесторы ждут отчетность. Я не могу просто взять и «поспать недельку».

– Я не предлагаю спать недельку, – вздохнула врач. – Я предлагаю вам задуматься. Пока вы не рассыпались окончательно. Я выпишу вам направление на обследование, но, боюсь, томография покажет то, что я вижу и так: истощение. Знаете, в чем разница между телом и умом? Когда тело устает, оно падает и не встает. Когда устает ум, он продолжает работать, но делает это... странно. Ошибается там, где раньше щелкал задачи как орешки. Теряет фокус. Пугается простых решений.

Она протянула ему рецепт на легкие успокоительные и выписанный от руки адрес.

– Это не лекарство, – сказала она, заметив его скептический взгляд на бумажку. – Это адрес одного семинара. Мой учитель, старый психиатр, всегда говорил: «Больной орган лечат лекарствами, а больную душу – вниманием». У вас болен не орган, Андрей. У вас болен инструмент, которым вы зарабатываете. Ваше мышление дало трещину. И чинить ее таблетками бесполезно. Вам нужно перезагрузиться. Научиться управлять этим снова.

Андрей хмыкнул и сунул бумажку в карман, даже не взглянув на нее. Ему нужен был нормальный врач, а не эзотерик, советующий семинары.

Дома было темно и пусто. Идеальный порядок, к которому Андрей привык, сейчас казался издевательским. Каждая вещь лежала на своем месте, потому что беспорядок – это хаос, а хаос в пространстве ведет к хаосу в голове. Он прошел в ванную, включил воду и посмотрел на себя в зеркало. Серые круги под глазами, осунувшееся лицо. Он поставил стакан с зубной щеткой на место, ровно в центре полочки.

И тут это случилось снова. Он потянулся за расческой. Рука, послушная долгие годы, вдруг дернулась. Расческа вылетела из пальцев, ударилась о край раковины и упала в унитаз.

– Черт! – заорал Андрей, грохнув кулаком по стиральной машине. Боль отдала в костяшки, но это была тупая, физи-

ческая боль. Она заглушала ту, другую – липкую, ледяную панику, которая поднималась откуда-то из живота.

Он выудил расческу, вымыл ее трясущимися руками и сел на край ванны. В кармане джинсов хрустела бумажка. Андрей вытащил ее и развернул. Семинар назывался глупо: «Метод Снежинки. Тренировка внимания и креативности». Место проведения – старый ДК на окраине. Время – завтра вечером.

– Бред, – сказал он вслух пустой квартире.

Но на следующий вечер, вместо того чтобы сидеть над кодом очередной итерации нейросети, Андрей стоял перед облупленной дверью дома культуры «Искра». Пахло сыростью и краской. Он толкнул дверь.

Внутри, в небольшом зале со стульями, сидело человек двенадцать. Самые разные люди: девушка с художественным планшетом, пожилой мужчина с тростью, парень в худи с капюшоном, натянутым на глаза, женщина лет сорока в строгом офисном костюме. Впереди, на импровизированной сцене, стояла невысокая женщина с седыми волосами, собранными в пучок. Ей можно было дать и шестьдесят, и семьдесят пять. Глаза у нее были неожиданно молодыми – ясными, синими и цепкими.

– Проходите, молодой человек, – сказала она. – Вы опоздали на три минуты. Садитесь.

Андрей буркнул что-то невнятное и сел на свободный стул с краю.

– Меня зовут Анна Борисовна, – начала женщина, когда он устроился. – И я не буду вас учить «мыслить позитивно» или «открывать чакры». Этим занимаются шарлатаны. Я нейрофизиолог на пенсии. Последние тридцать лет я изучала, как работает мозг в экстремальных условиях. И сейчас я хочу рассказать вам о том, что каждый из вас сломал в своей голове.

В зале повисла тишина. Андрей невольно выпрямился.

– Вы, – она указала на него, – наверняка думаете, что у вас проблемы с памятью или моторикой. Это не так. У вас проблема с вниманием. Оно стало рваным, как старая простыня. Вы пытаетесь удержать в фокусе десять дел сразу, а в итоге не можете удержать и одного.

Андрей хотел возразить, но женщина уже перевела взгляд на парня в худи.

– А у тебя, я вижу, проблемы с креативностью. Ты пытаешься придумать что-то новое, а в голове пустота или одни и те же шаблоны. Ты как заезженная пластинка.

Парень дернулся, но ничего не сказал.

– А вы, – она посмотрела на офисную служащую, – загнали себя в рамки логики. Вы просчитываете всё на десять шагов вперед, но когда жизнь подкидывает сюрприз, ваш логический компьютер зависает. Вы боитесь ошибок, как огня.

Женщина покраснела и опустила глаза.

– Итак, – Анна Борисовна хлопнула в ладоши. – У нас в сборе типичные случаи: рассеянный гений, застрывший тво-

рец и зарегулированный менеджер. И еще несколько прекрасных людей с похожими проблемами. Добро пожаловать на курс «Метод Снежинки». Называется он так не потому, что мы будем плести снежинки из бисера. А потому, что наш мозг, как снежинка, уникален, но при этом подчиняется строгим законам физики. Мы будем учиться видеть эти законы и использовать их.

– Забудьте всё, что вы знаете о тренировке ума, – продолжила Анна Борисовна. – Кроссворды и sudoku – это фитнес для стариков, он поддерживает тонус, но не лечит запущенные случаи. Игра в шахматы развивает логику, но убивает креативность, если вы играете по шаблонам. Сегодня мы поговорим о базе. О внимании.

Она подошла к столу и накрыла его тканью. Под тканью что-то было.

– Сейчас я уберу ткань, и вы увидите предметы. У вас будет ровно тридцать секунд, чтобы запомнить их расположение, цвет, форму и взаимосвязи. Потом я снова накрою их, и вы должны будете описать всё, что видели, максимально подробно.

– Это тест на память, – буркнул Андрей. – Я проходил такие.

– Это тест на внимание, – отрезала Анна Борисовна. – Память – это просто хранилище. Если вы не умеете класть вещи на полку, то в хранилище будет бардак. Вы начнете.

Она сдернула ткань. На столе лежали самые обычные вещи: старая чернильная ручка, спичечный коробок, зеленое яблоко, детский носок в полоску, металлическая ложка, сломанные часы и граненый стакан с водой.

Андрей впился глазами. Тридцать секунд пролетели как одна.

– Время, – сказала Анна Борисовна, накрывая стол. – Андрей, вы первый.

– Ручка, черная, лежала параллельно краю стола, колпачком к нам, – начал он чеканить. – Спички, коробок красный, надпись... кажется, «Волна», лежал на боку. Яблоко зеленое, с красным бочком, черенком вверх. Носок детский, голубые и белые полосы, скомкан. Ложка металлическая, алюминиевая, лежала поперек стола, ручкой к яблоку. Часы наручные, механические, циферблат белый, ремешок коричневый кожаный, стрелки показывают без десяти два. Стакан граненый, с водой ровно до половины, на стакане царапина.

Он выдохнул. В зале кто-то тихо присвистнул. Андрей почувствовал удовлетворение. Хоть что-то он еще делал отлично.

Анна Борисовна снова сдернула ткань. Все уставились на стол.

– Блестяще, молодой человек, – сказала она. – Вы описали фактуру. Вы сфотографировали предметы и перечислили их свойства. Вы молодец. Ваша фотографическая память работает отлично. А теперь ответьте мне на один вопрос: сколько

ножек у стула, на котором сидит девушка с планшетом?

Андрей моргнул. Он резко повернулся. Стул был самый обычный, металлический, на четырех ножках.

– Четыре, – уверенно сказал он, хотя внутри что-то кольнуло.

– Неверно, – покачала головой Анна Борисовна. – У этого стула три ножки. Четвертая была сломана и заменена металлическим прутком, приваренным криво. Вы смотрели на стол так, как будто от этого зависит ваша жизнь. Вы потратили весь свой ресурс на то, чтобы запомнить ложку и яблоко. Вы не заметили ничего вокруг. Ваше внимание – это лазерный луч. Он мощный, но слепой ко всему, кроме цели. Именно поэтому вы роняете вещи. Когда вы идете за расческой, ваш луч сфокусирован на расческе, и вы не видите края раковины, не контролируете мышцы пальцев, потому что они остались в темноте.

Андрей почувствовал, как краснеет. Это было новое ощущение. Он привык, что его хвалят за ум, за память. А его только что назвали... слепым.

– Ваше задание на неделю, – объявила Анна Борисовна, обращаясь ко всем. – Правило расчески. Каждый раз, когда вы берете в руки какой-то предмет, вы должны совершить одно дополнительное действие. Посмотрите на него не как на объект для использования, а как на часть картины мира. Прежде чем взять расческу, посмотрите на раковину. Прежде чем налить кофе, посмотрите на струю воды.

Прежде чем сесть в машину, посмотрите на ручку двери. Вы не пытаетесь это запомнить. Вы просто учитесь расширять фокус. Учитесь видеть периферию.

Следующая неделя была адской. Андрей понял, что «просто посмотреть» – это самое сложное, что он делал в жизни. Утром он вскочил по будильнику, схватил телефон, чтобы проверить почту, и замер. «Правило расчески». Он отложил телефон. Посмотрел на него. Черный прямоугольник с треснувшим углом (он даже не помнил, когда разбил экран). Лежал на тумбочке ровно. Рядом с часами. Часы показывали 6:47.

Он пошел на кухню, включил кофемашину. Раньше он бы уже листал ленту новостей. Сейчас он смотрел, как тонкая струйка черного кофе наполняет прозрачную чашку. Пар поднимался спиралью. На стенке чашки оставался след от пальца. Он вспомнил, что мыл ее вчера.

Взял чашку. Теплая. Поставил на стол. И только потом потянулся за телефоном. Прошло целых три минуты. Три минуты он просто существовал в моменте. Это было непривычно и... пусто. Как будто он выключил шум, к которому привык настолько, что считал его тишиной.

Вечером того же дня он снова чуть не сорвался. Нужно было срочно отправить правки в код. Он сидел за компьютером, пальцы летали по клавиатуре. В какой-то момент ему понадобился блокнот с формулами. Он рванул руку к полке

и... задел чашку с чаем. Чашка покачнулась. Андрей замер. Время будто замедлилось. Он увидел, как остывший чай выплескивается через край темной волной. Но вместо паники он вдруг четко, как на замедленной съемке, оценил траекторию. Он не дернулся спасти бумаги, не схватился за чашку вслепую. Он просто протянул руку и спокойно, плавно, поставил чашку ровно. Чай пролился, но всего пара капель упала на стол.

Андрей смотрел на свою руку, держащую чашку, и не верил. Он увидел край чашки. Он увидел свои пальцы. Он соединил их в пространстве без паники. Это длилось секунду, но ощущение было таким, будто он впервые в жизни нормально вздохнул.

– Ничего себе, – прошептал он.

В субботу он пришел на второе занятие с чувством глупого торжества. В этот раз в зале было уже человек двадцать. Слух о странных занятиях разошелся.

– Ну что, Андрей, – спросила Анна Борисовна, – роняли на этой неделе что-нибудь?

– Нет, – твердо сказал он. – Не ронял.

– Отлично. Значит, первый этап пройден. Вы начали видеть. Теперь мы будем учиться слышать.

Она подошла к старенькому магнитофону, стоящему в углу.

– Наше внимание – это не только зрение. Это все каналы восприятия. Мы живем в мире, где шум стал фоном. Мы на-

учились его не замечать. Но вместе с шумом мы перестали замечать и полезные сигналы. Ваше задание сегодня будет простым и сложным одновременно. Мы будем слушать тишину.

Она нажала кнопку «Play». Из динамиков полился монотонный гул городской улицы. Шум машин, далекие голоса, шаги.

– Закройте глаза, – сказала Анна Борисовна. – И слушайте. Не пытайтесь анализировать. Просто слушайте.

Прошла минута. Две. Андрей сидел с закрытыми глазами. Гул раздражал. Хотелось открыть глаза, проверить телефон, хоть чем-то занять мозг.

– А теперь, – голос Анны Борисовны выплыл из тишины, – найдите в этом шуме один звук. Самый тихий. Тот, который вы раньше не замечали.

Андрей напряг слух. Машины, машины... нет, что-то еще. Еле слышный щебет. Птицы. Где-то далеко, за окнами этого ДК, на дереве, пела птица. Он ее услышал сквозь запись уличного шума.

– Я слышу птицу, – сказал он не открывая глаз.

– Хорошо, – ответила Анна Борисовна. – А теперь, не теряя птицу, постарайтесь услышать еще что-то. Сделайте звуковую картину объемной.

Это было похоже на настройку эквалайзера. Андрей удерживал тонкий писк птицы и начал различать слои. Ближний план – шины по асфальту. Чуть дальше – ритмичный стук,

похожий на работу отбойного молотка. И совсем далеко – детский смех, оборвавшийся так же внезапно, как и появился.

Он просидел так, наверное, минут десять. Когда Анна Борисовна выключила запись, он открыл глаза и почувствовал странную пустоту в голове. Не ту тяжелую пустоту усталости, а чистую, свежую, как после уборки.

– Вы только что сделали больше для своего мозга, чем за месяц сна, – сказала Анна Борисовна. – Вы заставили свои сенсорные фильтры работать в обратную сторону. Обычно наш мозг отсекает лишнее, чтобы мы не сошли с ума от обилия информации. Но когда мы в стрессе, фильтры ломаются. Мы либо пропускаем всё подряд и тонем в шуме, либо закрываемся наглухо и ничего не слышим. Умение управлять своим слуховым вниманием – это первый шаг к управлению вниманием ментальным.

После занятия к Андрею подошла та самая девушка с художественным планшетом, которую он в прошлый раз не заметил. Она была высокой, с копной рыжих кудрей, собранных в небрежный пучок, и зелеными глазами, которые смотрели с насмешливым любопытством.

– Привет, – сказала она. – Я Алиса. Ты тот парень, который всё помнит, но ничего не видит?

Андрей нахмурился.

– Я всё вижу.

– Правда? – она усмехнулась. – Тогда скажи, что у меня в руках?

Она держала руки за спиной. Андрей напрягся, пытаясь вспомнить, замечал ли он что-то, когда она подходила. Пусто.

– Не знаю, – признался он.

Она вынула руки. В них был старый, потрепанный веер из черного дерева и пожелтевшей бумаги.

– Это веер моей прабабушки, – сказала Алиса. – Я ношу его с собой, когда боюсь. А боюсь я сейчас жутко. Потому что завтра у меня выставка, а я ничего не придумала. Совсем. Сидела тут всю неделю, смотрела на пустой лист. И ничего. Пустота.

Андрей не знал, что говорить утешающее. Он умел решать задачи, а не утешать.

– Зачем ты тогда сюда ходишь? – спросил он прямо.

– Потому что здесь меня учат не думать, – ответила Алиса. – А это единственный способ что-то придумать. Когда я слишком стараюсь, у меня получается ерунда. А когда я просто смотрю на стену или слушаю шум, иногда приходит идея. Но сейчас даже шум не помогает. Мне страшно.

Она говорила это легко, без надрыва, просто констатируя факт. Андрею вдруг стало стыдно за свою черствость. Девушка боялась провала, а он думал только о своих руках и своей памяти.

– Пойдем выпьем кофе? – вдруг предложил он. – Вон там,

через дорогу, есть автомат. Плохой кофе, но горячий.

Алиса удивленно подняла бровь, но кивнула.

Они сидели на холодной скамейке возле ДК, грея руки о пластиковые стаканчики. Алиса рассказала, что она художница, но уже год не может продать ни одной работы. Всё, что она рисует, кажется ей фальшивым, вторичным. Она пришла к Анне Борисовне по совету своего терапевта, когда поймала себя на том, что боится брать в руки кисть.

– А я думал, у творческих людей всё легко, – признался Андрей. – Пришла муза – и родился шедевр.

– Муза – это для дилетантов, – фыркнула Алиса. – Профессионалы работают в любом состоянии. Но когда внутри пустота, работать нечем. Это как пытаться налить воду из пустого чайника.

– У меня тоже пустота, – вдруг сказал Андрей. – Только у меня она забита кодом, цифрами, отчетами. Я как белка в колесе, но колесо сломалось, а я всё бегу по инерции.

Они замолчали. Где-то вдалеке залаяла собака. Андрей вдруг поймал себя на том, что слышит этот лай, чувствует холод скамейки через джинсы, видит, как пар от их дыхания смешивается в воздухе. Он присутствовал здесь и сейчас, а не носился где-то в мыслях по офису.

– Знаешь, – сказала Алиса, допив кофе, – а с тобой легко молчать. Обычно люди пытаются заполнить тишину болтовней. А ты просто сидишь. Это редкость.

Андрей не знал, что на это ответить. Ему и самому было

легко.

На третьей неделе Анна Борисовна сменила тактику. Когда все собрались, она раздала каждому по листу бумаги и ручке.

– Сегодня мы будем учиться думать неправильно, – объявила она. – Ваше задание: решить простую логическую задачу. В городе есть два типа такси: синие и зеленые. 85% такси в городе – синие, 15% – зеленые. Свидетель аварии сказал, что такси было зеленым. Суд проверил свидетеля в условиях, похожих на аварию, и установил, что он правильно опознает цвет в 80% случаев. Вопрос: какова вероятность, что такси действительно было зеленым?

Андрей щелкнул ручкой. Это была элементарная задача на теорему Байеса. Он написал решение за минуту. В зале стояла тишина, люди морщили лбы.

– Время вышло, – сказала Анна Борисовна. – Андрей, ваш ответ?

– Вероятность около 41%, – уверенно сказал он.

– Правильно, – кивнула она. – Большинство людей, не знакомых с теорией вероятности, скажут, что 80%. Но из-за того, что синих машин намного больше, даже с учетом точности свидетеля, вероятность ошибки велика. Вы блестяще справились с логикой. А теперь второй вопрос, – она повернулась к Алисе. – Алиса, представьте, что вы та самая женщина, которую сбило такси. Вы лежите на асфальте, у вас

сломана нога. Вам больно, страшно. Вы не знаете, успеет ли приехать скорая. И тут к вам подходит свидетель и говорит: «Я видел, это была зеленая машина». Какое число – 41% или 80% – вы выберете, чтобы поверить ему?

Алиса задумалась.

– Я... я выберу 80%, – тихо сказала она. – Потому что мне нужно будет на кого-то положиться. Мне нужна будет вера, что он не ошибся.

– Именно, – сказала Анна Борисовна. – А теперь вопрос к вам, Андрей. Чей ответ правильный?

Андрей открыл рот, чтобы сказать, что правильный ответ – 41%, это математика. Но он осекся. Он понял, куда она клонит.

– Оба правильные, – медленно произнес он. – В зависимости от контекста.

– Да! – Анна Борисовна просияла. – Логика – это инструмент. Эмоции – это инструмент. Глупость – пользоваться только одним из них. Вы, Андрей, пытаетесь решать жизненные задачи одной логикой. Вы, Алиса, пытаетесь решать задачи творчеством, но забываете про структуру. Вы, – она кивнула на офисную служащую, которая на прошлой неделе представилась как Елена, – пытаетесь регламентировать эмоции. А жизнь – это всегда микс. Умный человек не тот, кто всегда прав. Умный человек тот, у кого в арсенале есть и молоток, и отвертка, и кисть, и он знает, когда что применить.

Четвертая неделя началась с неожиданного задания. Анна Борисовна попросила всех встать в круг.

– Мы научились видеть, слышать и различать контексты, – сказала она. – Теперь пришло время научиться соединять. Креативность – это не дар богов. Это просто способность мозга находить связи между тем, что обычно не связано. Чем больше таких связей вы можете создать, тем вы креативнее. Это как мышца. Ее можно натренировать.

Она взяла в руки обычный канцелярский степлер.

– Что это?

– Степлер, – ответил хор голосов.

– А теперь каждый из вас должен придумать для него новое применение. Нестандартное. Нельзя говорить «скреплять бумаги». Андрей, начинайте.

Андрей растерялся. Степлер. Он смотрел на железный предмет. В голове была пустота. Скреплять бумаги – всё. Ну, еще можно как пресс-папье использовать... но это скучно.

– Я... не знаю, – признался он.

– Страх ошибки, – кивнула Анна Борисовна. – Вы боитесь сказать глупость, поэтому ваш мозг блокирует все нестандартные варианты. Расслабьтесь. Глупость – это топливо для креативности. Алиса?

Алиса взяла степлер, покрутила его в руках.

– Можно использовать как заколку для волос, если волосы очень короткие и нужно заколоть челку, – сказала она. – Или

как грузило для удочки, если привязать. Или как элемент скульптуры. Или как инструмент для нанесения узоров на глину – если убрать скобы и просто штамповать дырочки.

Она выдала это на одном дыхании. Андрей смотрел на нее с уважением. В ее голове, оказывается, жил целый мир.

– Видите разницу? – спросила Анна Борисовна. – Алиса не боится ошибиться. Она выдает гипотезы. Большинство из них, возможно, бесполезны. Но одна может оказаться гениальной. Андрей же заблокировал все гипотезы еще на входе. Его внутренний критик работает слишком громко. Задание на неделю: каждый день берите любой случайный предмет и придумывайте для него 10 новых способов применения. Любых, даже самых безумных. Скрепками можно чистить зубы? Можно. Ботинком можно забивать гвозди? Можно. Нет запретов. Просто игра.

В тот вечер Андрей шел домой и чувствовал себя неловко. Десять способов применения для расчески? Ну, расчесывать волосы. Чесать спину, если не достаешь. Использовать как линейку... Стоп. Это всё еще стандарт. Нужно безумие. Расческа как смычок для скрипки? Глупо. Расческа как антенна для радио? Еще глупее. Он улыбнулся. Глупо, но почему-то весело.

Дома он открыл ноутбук, чтобы поработать, но вместо этого взял ручку и бумагу и написал: «Способы применения степлера». И начал писать всё, что приходило в голову. Через полчаса у него было 23 пункта, половина из которых бы-

ла откровенным бредом. Но когда он перечитал список, в голову пришла странная мысль: «А что, если использовать принцип степлера для соединения тканей при операциях, но не металлическими скобами, а рассасывающимися, из специального полимера?» Он даже замер. Это же медицинская идея. Причем вполне себе логичная и, кажется, новая.

Он вдруг понял, что креативность – это не когда тебя осеняет свыше. Это когда ты перебираешь кучу мусора и вдруг находишь среди него бриллиант.

На пятое занятие Алиса пришла с сияющими глазами. Она подбежала к Андрею и сунула ему в руки небольшую картину. На холсте был нарисован... он. Андрей. Но странный. Лицо было размытым, состояло из множества мелких штрихов и точек, а вокруг головы было яркое золотистое сияние, похожее на нимб или на солнечный свет, пробивающийся сквозь листву.

– Это я? – удивленно спросил Андрей, разглядывая портрет.

– Ты, – кивнула Алиса. – Помнишь, мы сидели на скамейке, пили тот ужасный кофе? Я потом пришла домой и вдруг увидела тебя внутренним взором. Не твое лицо, а то, как ты слушаешь. Как ты смотришь в пустоту. Я никогда раньше не рисовала таких людей. Я всегда рисовала то, что вижу. А тут я рисовала то, что чувствую.

Андрей рассматривал картину. В ней не было фотографии-

ческой точности, но было что-то большее. Казалось, что художница увидела в нем то, чего он сам в себе не замечал: сосредоточенность, почти болезненную, и одновременно хрупкость.

– Это лучший подарок, который я получал, – тихо сказал он. – Спасибо.

– Это тебе спасибо, – улыбнулась Алиса. – Ты сам того не зная, помог мне сломать внутренний блок. Я перестала бояться чистого листа.

– Так, голубки, – раздался голос Анны Борисовны за их спинами. – Рада, что вы подружились. Но занятие начинается. Проходите в зал.

На этот раз в зале было непривычно темно. Все окна были занавешены плотной тканью. Горела только одна свеча на столе в центре.

– Сегодня мы отключим главный обманщик – зрение, – сказала Анна Борисовна. – Наш мозг получает 90% информации через глаза. И он привык доверять им больше, чем чему-либо. Но глаза часто врут, или, точнее, они показывают нам то, что мы ожидаем увидеть. Сегодня мы будем учиться видеть руками.

Она раздала каждому по куску плотной бумаги и простому карандашу.

– Алиса, ты художник, тебе это упражнение покажется слишком простым. Но попробуй отключить профессионализм. Андрей, для тебя это будет сложно, потому что ты при-

вык все анализировать. Сейчас я дам каждому из вас предмет. Вы не будете его видеть. Вы засунете руки вот в этот мешок, и будете ощупывать предмет. Ваша задача – не узнать, что это. Ваша задача – нарисовать его, не глядя на бумагу, глядя только на свои ощущения.

Она подошла к Андрею с большим холщовым мешком. Андрей запустил руку внутрь. Пальцы коснулись чего-то холодного, металлического, витого. Похоже на старую вилку, но с тремя зубьями и очень витиеватой ручкой. Он провел по узору. Там были какие-то выпуклости, завитки. Он попытался представить это в голове, создать трехмерную модель. Но рука с карандашом, которая должна была рисовать на бумаге, не слушалась. Он не мог перенести ощущения на плоскость, потому что не видел, что рисует.

– Не думай, – шепнула Анна Борисовна, проходя мимо. – Просто води карандашом туда, куда ведет рука с ощущениями. Доверься телу.

Андрей закрыл глаза (хотя они и так не видели в темноте) и постарался забыть о логике. Он просто водил карандашом, пытаясь повторить движения пальцев, ощупывающих предмет. Линия ползла криво, уходила в сторону, возвращалась. Это было похоже на каракули ребенка.

Через десять минут Анна Борисовна включила свет. Все зажмурились. Андрей посмотрел на свой лист. Там было нечто невообразимое: спирали, пересекающиеся линии, какой-то хаос. Но когда он вынул предмет из мешка, у него пе-

рехватило дыхание. Это была старинная бронзовая подсвечник в виде змеи, обвивающей чашу. И его рисунок... он не был похож на подсвечник внешне. Но он передавал ощущение от него: изгибы, витки, плавность линий. Если бы он рисовал с натуры, он бы нарисовал идеальную копию, но без души. А здесь была душа.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.