

АЛЕКСАНДР ЖУЧКОВ

Я НАУЧУ ТЕБЯ РИСОВАТЬ ЗА 7 ДНЕЙ

Всего за неделю ты сможешь сделать то,
что казалось невозможным.

Александр Жучков

Я научу тебя рисовать за 7 дней

«Автор»

2026

Жучков А. В.

Я научу тебя рисовать за 7 дней / А. В. Жучков — «Автор», 2026

Ты думаешь, что не умеешь рисовать? Что у тебя «не тот талант»? Что это не для тебя? Я тоже так думал. Пока не случилось кое-что, что перевернуло всё. 7 дней. Всего 7. Каждый день — как испытание. Каждый день — шаг, который меняет не только твои рисунки... но и тебя. Это не просто книга про рисование. Это история про страх, сомнения и внутренний голос, который говорит: «у тебя не получится». И про то, как его заткнуть. Ты будешь: рисовать, даже если никогда не держал карандаш, ошибаться и понимать, что это нормально, видеть, как из ничего появляется результат — и в какой-то момент поймёшь... что ты можешь больше, чем думал. Но есть одно «но». На 7-й день всё изменится. И не факт, что ты будешь к этому готов. Это книга-тренинг. Книга-вызов. Книга, после которой ты уже не сможешь сказать: «я не умею». Ты либо начнёшь рисовать... либо поймёшь, почему боялся это делать всю жизнь. Готов? Тогда начни с первого дня.

© Жучков А. В., 2026

© Автор, 2026

Содержание

ЧЕМ ЭТА КНИГА ОТЛИЧАЕТСЯ	6
ДЛЯ КОГО ЭТА КНИГА	7
Глава 1. День, когда ты решил, что не умеешь	8
Упражнение 1. Разрешение	9
Глава 2. Почему у тебя «не получается»	10
Конец ознакомительного фрагмента.	11

Александр Жучков

Я научу тебя рисовать за 7 дней

ЧЕМ ЭТА КНИГА ОТЛИЧАЕТСЯ

Это не просто обучение. Это маленькое приключение.
Каждый день — как новая миссия. Каждый рисунок — победа.
Ты не просто учишься рисовать — ты становишься художником.

ДЛЯ КОГО ЭТА КНИГА

- ✓ для детей, которые «не умеют»
- ✓ для родителей, которые хотят помочь
- ✓ для тех, кто боится начать

Через 7 дней ты уже не будешь прежним.
Ты откроешь в себе то, о чём даже не догадывался.
И всё начнётся с одной простой линии...

Глава 1. День, когда ты решил, что не умеешь

Ты не родился с мыслью: «Я не умею рисовать».
Это не твоя мысль.
Тебе её дали.
Вспомни себя маленьким.
Ты рисовал везде.
На бумаге. На обоях. На руках. Иногда даже там, где нельзя.
И тебе было всё равно.
Ты не думал про: — пропорции — перспективу — «правильно / неправильно»
Ты просто рисовал.
Потому что тебе было интересно.
Потому что тебе было хорошо.
А потом что-то случилось.
Маленький момент.
Незаметный.
Но именно он всё изменил.
Может, ты показал рисунок.
И услышал: — «не похоже» — «криво» — «у других лучше»
Или ты сам сравнил.
И проиграл.
Это был не просто момент.
Это был слом.
В этот момент ты не перестал рисовать.
Ты перестал верить в себя.
И вот ты здесь.
Взрослый.
Смотришь на чистый лист.
И думаешь: «Я не умею».
Но правда в том, что:
Ты не разучился. Ты просто перестал себе разрешать.
Сегодня — день 1.
И сегодня ты не будешь учиться рисовать.
Ты будешь учиться возвращать себя.

Рисование — это не про талант.
Это про: — внимание — повторение — разрешение себе ошибаться
Ты не должен рисовать красиво.
Ты должен начать.

Упражнение 1. Разрешение

Возьми лист.
И нарисуй что угодно.
Но есть правило:
Нельзя останавливаться 5 минут.
Не думай.
Не исправляй.
Не стирай.
Будет некрасиво.
Будет странно.
Будет «не так».
И знаешь что?
Это идеально.
Потому что впервые за долгое время ты делаешь это не ради результата.
А ради процесса.
Где-то на 3-й минуте ты заметишь странную вещь.
Ты перестанешь думать.
Рука начнёт двигаться сама.
Линии пойдут легче.
Это и есть ты настоящий.
Без страха.
Без оценки.
И именно с этого момента начинается всё.
Сегодня ты не стал художником.
Но ты сделал то, что важнее:
Ты начал.

Глава 2. Почему у тебя «не получается»

Ты уже попробовал.
Сделал упражнение.
Посмотрел на результат.
И, возможно, подумал:
«Ну... всё равно плохо».
Спокойно.
Это нормально.
И сейчас ты узнаешь почему.
Проблема не в твоих руках.
Проблема в том, как ты смотришь.
Ты не рисуешь то, что видишь.
Ты рисуешь то, что думаешь, что видишь.
Простой пример.
Нарисуй глаз.
Скорее всего ты нарисуешь:
— миндальную форму — кружок внутри — ресницы
Это не глаз.
Это символ глаза.
Ты рисуешь не реальность.
Ты рисуешь иконки из головы.
И пока ты это делаешь у тебя всегда будет ощущение:
«что-то не так»
Потому что мозг сравнивает:
— реальность (сложно, глубоко, живо) — твой рисунок (упрощённый символ)

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.