

<i>Слова благодарности</i>	8
<i>Примечание к автопортрету на обложке</i>	11
Введение	15
<b>ГЛАВА 1</b>	
Два способа видеть и мыслить	21
<b>ГЛАВА 2</b>	
Доминирующий глаз и мозг	31
<b>ГЛАВА 3</b>	
Человеческие лица и их выражения	43
<b>ГЛАВА 4</b>	
Определение доминирующего глаза	61
<b>ГЛАВА 5</b>	
Глаз как инструмент рисования и как символ	73
<b>ГЛАВА 6</b>	
Для чего мы рисуем автопортреты и портреты других людей?	109
<b>ГЛАВА 7</b>	
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 Кейсmenta,

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.*

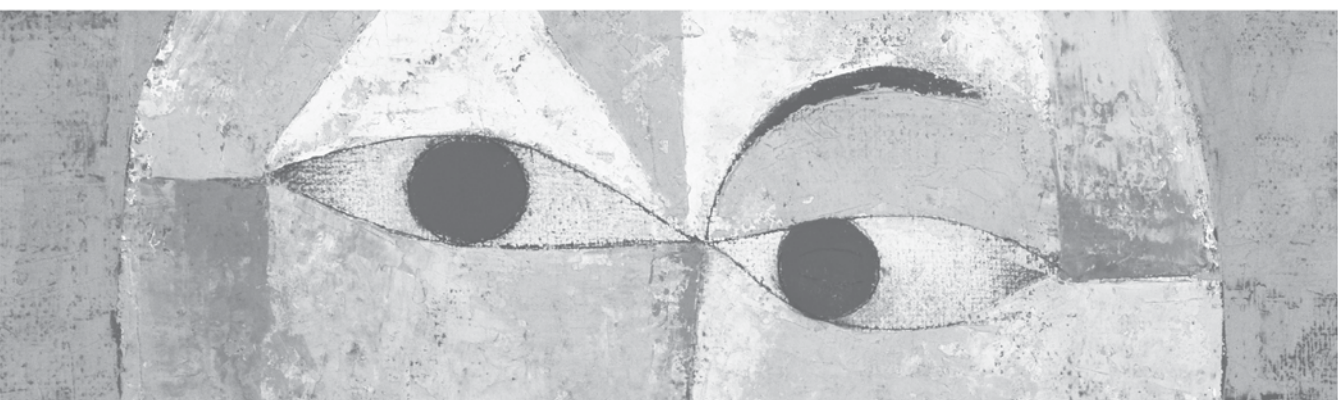
## Примечание к автопортрету на обложке

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  
стареющего 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.

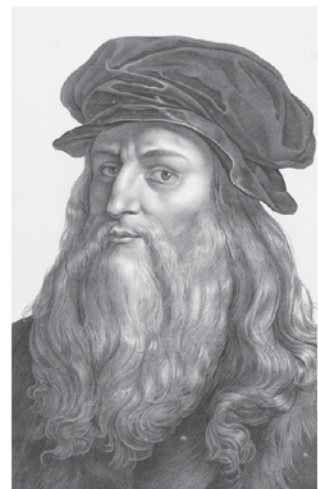
Средняя школа в наши дни сосредоточена почти исключительно на преподавании знаний, за которые отвечает левое полушарие мозга. Чем дальше, тем больше упор делается на естественные науки, технологии, инженерные дисциплины и математику (так называемые STEM-дисциплины). Похоже, родители согласились с этой 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).*

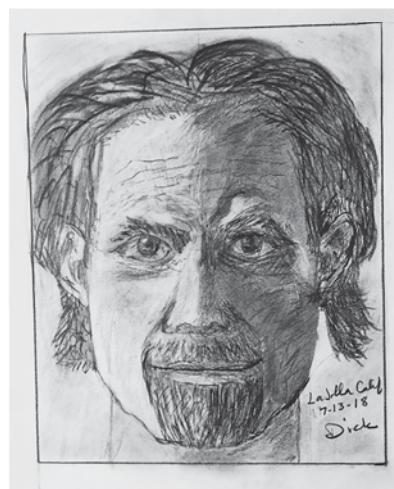
обычном ракурсе (восприятие негативных пространств), комната в перспективе (восприятие соотношений), портрет коллеги в профиль (восприятие света и теней) и автопортрет (восприятие гештальта).

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.

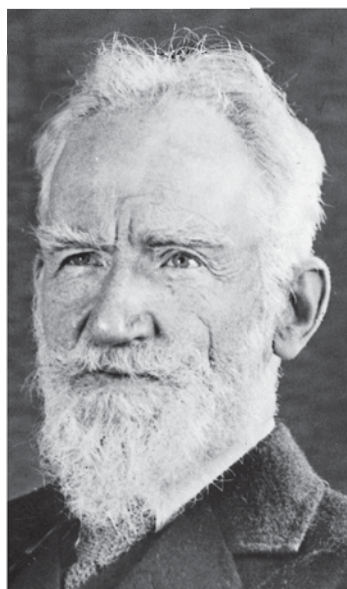
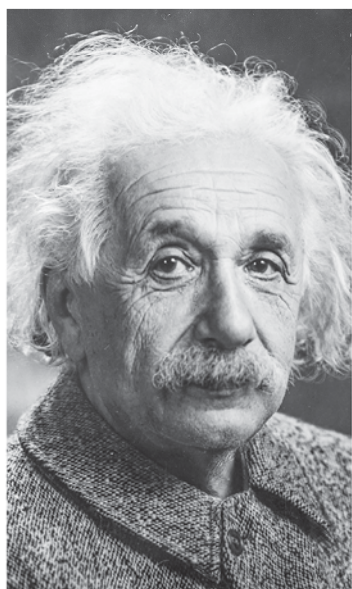
Справа: Ричард Хонейкер,  
после обучения,  
13 июля 2018 г.



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