

Екатерина Елизарова  
*Искусство, которое учит  
видеть, или Всё дело в фокусе*



**Екатерина Елизарова**  
**Искусство, которое учит**  
**видеть, или Всё дело в фокусе**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=10243483](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=10243483)*

*ISBN 978-5-4474-1038-4*

**Аннотация**

Так уж получилось, что для меня фотография неотъемлемо связана с философией. Когда я осознала, какую великую роль играет в моей жизни фотография, я подумала о том, что было бы здорово написать книгу, чтобы рассказать о своих чувствах миру. В этой книге отражен мой взгляд не столько на фотографию, сколько на жизнь и творчество. Это моё понимание жизни, моя философия жизни и творчества. Это моё обращение к каждому, кто ищет, размышляет, любит или хочет научиться по-настоящему любить жизнь.

# Содержание

К читателю.	5
Конец ознакомительного фрагмента.	15

# Искусство, которое учит видеть, или Всё дело в фокусе Екатерина Елизарова

*Посвящается в благодарность  
моим любимым родителям  
Наталье Юрьевне и  
Виктору Евгеньевичу Елизаровым  
за то, что они подарили мне эту Жизнь.  
А также моему прекрасному другу  
Кириллу Сергееву за вдохновение  
и философские беседы, которые  
помогли мне найти  
свой творческий путь.*

© Екатерина Елизарова, 2015

Создано в интеллектуальной издательской системе  
Ridero.ru

# **К читателю.**

## **Почему я решила написать эту книгу**

Книга, которую вы держите в руках, не является учебным пособием по фотографии и не имеет прямого отношения к философии. Это всего лишь моя попытка поделиться собственным восприятием жизни. Каждому из нас выпадают определённые трудности, заставляющие пересматривать приоритеты и открывать жизнь заново. Позвольте вам рассказать мою историю. Я называю её историей о спасении фотографией, или – историей вновь обретенной любви к жизни.

Для меня фотография неразрывно связана с философией, размышлениями, стремлением понять закономерности жизни и определить своё место в ней. Я постоянно задаюсь вопросами: Зачем мы приходим в этот мир? Можем ли мы сделать мир лучше? Какую миссию должен выполнить каждый из нас, чтобы заслужить право Жить – жить с большой буквы. Большинство из нас мало задумывается о жизни, до поры до времени не понимая, какой бесценный дар дан нам свыше. Очень многие проживают жизнь так, как будто руководствуются заранее составленным планом: школа, вуз, свадьба, рождение детей, работа, загородный дом, автомобиль, вну-

ки, дача, и... всё. Быть может, это и есть нормальная жизнь, правильная и равномерная. Но... Но это не всё, ради чего мы приходим в этот мир. Далеко не всё.

Мне кажется, в жизни человека должен быть высший смысл. Смысл, который не исчезнет, не рассеется, не обманет, а напротив – будет вдохновлять, давать силы на продолжение пути, поддерживать в непростых моментах. Где его искать? В любви, в творчестве, в любимом деле? Как сказал кто-то из великих, если хотите жить счастливо, привязывайтесь к делу, а не к людям. Нет большего счастья, чем найти занятие по душе, которое, будет наполнять вас светом изнутри; которое останется после вас и, возможно, когда-нибудь будет названо попыткой сделать мир лучше.

Это «дело», это «занятие по душе» вряд ли прославит вас на весь свет и уж почти наверняка не принесет богатства. Оно обладает ценностью куда более важной: учит любви к жизни, к окружающим людям, ко всему, что ежедневно отражается в наших глазах.

Найти «свое дело» – значит почувствовать, как поет и витает в облаках ваша душа, ощутить, что вы – живете. Я испытываю нечто подобное, когда фотографирую.

Какое-то время фотография была для меня просто лю-

бимым увлечением. Но однажды мне захотелось рассказать о своих чувствах другим людям.

Я очень хочу прожить свои дни не напрасно, хочу сказать и сделать нечто такое, от чего станет светлее жизнь окружающих меня людей; от чего почувствуют себя хоть немного счастливее те, с кем меня на какое-то время свела судьба. Ведь всем нам так хочется счастья, и мы так усердно его ищем вовне, что порой падаем на землю, выбиваясь из сил, не понимая, что искать нужно внутри себя, в собственной душе, в сердце.

То, о чём я хочу рассказать, рождалось в моей душе долго, иногда – мучительно больно. «Препарируя» свои переживания, я поняла, что они принадлежат не только мне, что их испытывают миллионы людей по всему миру. Испытывают, но не замечают, или боятся замечать.

Осознание несёт свет, но, чтобы выйти на свет, иногда приходится пройти по длинному темному коридору, наполненному страхами – по большей части – придуманными. И вся сложность пути в том, что мы не можем знать, когда в подземелье пробьется свет. Ступаем наощупь. Но страх может раствориться в любой момент, и свет может встретить нас уже в следующую секунду – за новым поворотом. Поэтому так важно следовать ему навстречу и продолжать свой

путь. Несмотря ни на что.

В момент фотосъёмки, по большей части – самых обычных явлений и мест, меня посещают мысли самые разные. Одни кажутся мне очень глубокими, другие – банальными. Но и те, и другие ценны, поскольку являются вдруг, не из прочитанной только что книги, а формируются сами собой. В такие моменты ощущаешь прозрение, просветление, о котором так много пишут сейчас. А может быть, это и есть житейская мудрость – неизбежный спутник прожитых лет. А иногда кажется, что эти мысли приходят свыше.

Однажды в жизни человека происходит событие, почти толкающее его *за грань*, и мысль о конечности жизни становится ослепительно ясной. В душе происходит переворот, после которого уже невозможно жить, как раньше. Мельчайшую – примерно одну миллионную часть этого чувства можно сравнить с тем ощущением (меломаны меня поймут), когда вы слушаете в своем плеере любимую песню, и вдруг замечаете критично низкий заряд батареи. Тогда вы начинаете вслушиваться в каждую нотку, наслаждаетесь каждым звуком, каждым словом. Вы знаете, что мелодия может в любой момент покинуть вас. В этот момент вы невольно выпрямляетесь, а сердце начинает биться чуть ли не в два раза быстрее. Вы *охвачены чувством*. Для вас важна только эта музыка, которую вы обязательно должны успеть дослушать.

И вы испытываете настоящее счастье, если заряда аккумулятора на проигрыш песни всё-таки хватает. То же самое вы чувствуете, когда после долгой разлуки встречаетесь с любимым человеком или когда ваши дети с ослепительной улыбкой преподносят вам букетик полевых цветов. Это чувство я называю «*исполненностью жизни*».

Это и есть самое главное – чувствовать пульс, любить жизнь, как музыку, быть *исполненным чувствами*, – живыми, настоящими, яркими, искренними. Это и есть осознанная жизнь. Как правило, понимание таких вещей приходит как результат переживания печального жизненного этапа. Поведаю свою историю.

Однажды я возвращалась домой после обычного трудового дня. Усталость, разочарование из-за череды жизненных неурядиц, неудовлетворенность работой, чувство пустоты, – вот набор чувств, которые я испытывала в тот момент. Не стану рассказывать подробно: всё слишком обыденно и бывает в жизни каждого. Уже почти дойдя до дома, я вдруг почувствовала, что сил больше нет. Ни на что. Нет сил и желания сделать даже несколько шагов до дома. «Зачем, – недоумевала я, – зачем куда-то идти, что-то делать, когда на душе таким гулким эхом раздаются собственные шаги?..» Зачем вообще дана эта жизнь, раз в ней столько печалей и сложностей? Я присела на ближайшую скамей-

ку, с трудом дыша от внутреннего смятения. Мне хотелось остановить время, вслушаться в себя, понять, что же такое случилось. Отчетливо обрисовывалась только одна мысль. Я поняла, что ничего не хочу, ничего не жду, не имею стремлений, ради которых стоило бы преодолевать трудности каждодневного пути, конца которому не видно.

Обобщая, скажу так: я чувствовала, что в этой жизни меня ничего не держит. А вокруг пело лето и пышно цвела зелень. Эта природная закономерность казалась мне ещё одним источником безотчетной тоски. Я сидела, глядя в одну точку, раздавленная собственными мыслями. «Если бы сейчас мне предложили покинуть мир, я бы ни секунды не сомневалась», – думала я. В этот момент моих ног коснулось что-то тёплое и пушистое. Это был маленький чёрный котенок, он смотрел на меня внимательно и пристально. Я погладила его, и он замурлыкал. Я не смогла сдержать слёз.

Мрачные мысли, сомнения, сожаления, – всё вмиг исчезло, испарилось. Я просто плакала, вдруг осознав, что в жизни осталось всё-таки ещё осталось что-то, от чего может всколыхнуться душа. Я поняла, что все мои неудачи (а на тот момент их причиной было отсутствие самореализации и обиды на непонимание окружающих) – вовсе не так страшны и вполне преодолимы.

«Значит, еще не совсем у края стою, и не финишная черта передо мной, а просто неизведанная граница, просто новый поворот», – поняла я. Вместе со слезами выходила боль, за- таившаяся глубоко в душе. Это были слёзы радости.

И еще я подумала, что неплохо было бы, чтобы дома меня ждал такой вот чёрный кот, который будет радоваться моему приходу и забираться ко мне на колени, когда за окном воет метель. С того дня я стала поневоле обращать внимание на черных котов. Они стали моим талисманом, и теперь всякий раз напоминают мне о простой истине: всегда есть что-то, ради чего стоит жить. Как бы трудно ни было.

Котенок был только началом. Началом серьезных размышлений. Я глубоко задумалась о том, чего хочу от жизни, стала фиксировать внимание на всём, что доставляло мне радость. Даже на самых маленьких и вроде бы незначительных поводах. Стала записывать их, чтобы запомнить и упорядочить в своих мыслях. Так, однажды я написала: «Мне нравится фотографировать, я хочу купить зеркалку». «Какую зеркалку, ты же не фотограф, и снимать свадьбы не собираешься? Ты всего лишь любитель начального уровня», – кричал голос разума. «Да, да, это оно!», – шептало сердце. Вскоре у меня появилась зеркальная камера, и я начала фотографировать.

Жизнь текла своим чередом. На первый взгляд, коренным образом ничего не изменилось: тот же город, те же дела, те же дороги-пути каждый день. Но для меня всё наполнилось новым смыслом. Жизнь как будто открылась в 3D-измерении. Медленно, постепенно.

Проходя в сотый раз по знакомой улице, я как будто впервые видела ее. Я могла остановиться прямо посреди дороги и с удивлением рассматривать здание перед собой, потому что оно внезапно поразило меня своей красотой и величием.

«Почему же, почему я не видела этого раньше!», – без конца вопрошала я и не находила ответа... А сердце восторженно и радостно билось в предчувствии чего-то нового и светлого.

Я стала гораздо внимательнее к миру, начала замечать необыкновенное в будничном, находить новые источники вдохновения, учиться ставить цели и обустраивать жизнь в соответствии с новыми приоритетами. Потихоньку, с чистого листа, основанный только на чувствах и впечатлениях, стал формироваться мой собственный взгляд на мир, мои собственные ценности. Каждый день я теперь искренне радовалась рассвету. «Я проснулась, мне дарован ещё один день! Его надо сделать лучше!» – думала я. «Этот день – ещё один шанс сделать мир прекраснее», – такое приветствие я

установила у себя в телефоне. Любимые мелодии, установленные в качестве будильника, вызывали улыбку. Я спешила поскорее встать, чтобы увидеть, каким сегодня будет рассвет.

Я взяла в привычку подводить итоги дня уходящего и строить планы на следующий. И заметила, что это прекрасный способ организации работы, который не только помогает сосредотачиваться на приоритетных задачах, но и «видеть» дела наперед. А еще это способ оценки самого себя. Чувство удовлетворения, которое ты испытываешь вечером, понимая, что сегодня сделал всё, что задумал, создает гармонию внутри нас.

Жизнь стала преподносить мне чудесные открытия в виде совершенно неожиданных событий – чаще всего пусть и маленьких, но очень важных. Мне стали встречаться новые люди, которые могли меня понять и поддержать. Сегодня это мои лучшие друзья, которые прекрасно знают меня и мои «чудачества». Они могут позвонить мне, чтобы поздравить с моей любимой дождливой погодой. Или рассказать, что увидели здание с красивыми окнами и необычной архитектурой, которое можно сфотографировать. Или – сказать, что я все-таки права, когда говорю, что надо жить своей жизнью несмотря на то, что думают о тебе окружающие.

Из всего произошедшего со мной я сделала немало выводов, и вот самый важный: внимательность к окружающему миру играет для нас намного большую роль, чем кажется. *Внимательность и открытость*. Нам так удобно замыкаться на себе, своих неудачах и субъективных чувствах, что мы начинаем относиться к самим себе и всему происходящему с нами чересчур серьезно, упуская из виду главное – масштаб нашего огромного мира. Мы чем-то похожи на листья деревьев, капли в море, звёзды в небе. Без трудностей и потерь не обойтись, разочарований – не избежать, но всё это – не конец.

Любая мелочь способна напомнить нам о том, насколько прекрасна жизнь, что жить стоит, стоит радоваться всему, что нас окружает. Как говорится, никто не обещал, что будет легко; сказали только, что оно того стоит. Золотая фраза, девиз, которым можно надписывать открытки.

# 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.