Как стать писателем с помощью нейросети



Учитель Начальной

Учитель Начальной

Как стать писателем с помощью нейросети

«Автор»
2026

Начальной У. Ш.

Как стать писателем с помощью нейросети / У. Ш. Начальной — «Автор», 2026

«Как стать писателем с помощью нейросети» — практическое руководство, которое проведёт вас от чистого листа до первой опубликованной книги. Это не сборник абстрактных советов, а честный маршрут: здесь вы шаг за шагом соберёте идею, раскроете свой авторский голос, выстроите систему работы и научитесь использовать нейросеть как соавтора — без потери индивидуальности. В книге много живых примеров, шаблонов промптов и рабочих приёмов: от создания скелета книги до редактуры и публикации. Особая ценность — личные истории автора: они показывают, как справляться со страхом «а вдруг не получится» и как превратить уязвимость в силу текста. Вы узнаете, как бережно упаковать книгу (обложка, аннотация, план продвижения) и найти первых читателей. Книга подойдёт тем, кто хочет писать, но не знает, с чего начать, и тем, кто уже делает первые шаги и ищет работающие инструменты.

© Начальной У. Ш., 2026
© Автор, 2026

Учитель Начальной
Как стать писателем с помощью нейросети

Глава 1. Проклятие чистого листа (и как его снять за один вечер)

Я сидела перед ноутбуком, как перед закрытой дверью, за которой кто-то ждёт, что я её распахну и войду уверенно, будто знаю, куда иду. Но я не знала. На экране белел чистый документ. Курсор мигал — ритмично, издевательски, будто отсчитывал секунды моего бездействия.

«Ну же, — шептала я себе. — Хоть одно предложение. Хоть строчку».

Но строчки не было.

Рядом остывал чай в кружке с надписью «World's Best Aunt», которую мне подарили на прошлый Новый год. За окном город уже приглушал огни: фонари зажигались один за другим, как будто кто-то вдалеке щёлкал выключателями. В комнате пахло бумагой и пылью — у меня на полке до сих пор лежали старые тетради, исписанные когда-то в порыве вдохновения, а потом брошенные на середине.

Я вздохнула и потянулась к телефону. Пальцы сами набрали знакомый адрес. Открылся интерфейс — простой, почти домашний: строка ввода, кнопка «Отправить», аккуратная иконка чата. Я смотрела на неё, как на спасательный круг.

— Ладно, — сказала я вслух, будто проверяя, звучит ли голос нормально. — Попробуем по-другому.

И напечатала:

«Помоги мне придумать, о чём писать. Что-то простое, без драмы, но чтобы цепляло. Как будто я рассказываю это другу за чашкой чая».

Нажала «Отправить». И стала ждать.

Курсор теперь мигал не один — их стало два: тот, что в документе, и тот, что крутился в чате, обещая ответ.

Через пару секунд пришёл текст. Не стена букв, не лекция, а будто кто-то сел напротив и спокойно заговорил:

«Вот несколько идей. Выбирай ту, от которой внутри что-то ёкает:

История про человека, который каждый день заваривает чай по-новому — и каждый раз это меняет его день.

Письмо себе из будущего, где ты рассказываешь, как решилась написать книгу.

Мини-гид по «тихим» местам города, где можно остаться наедине с мыслями.

Рассказ о старом предмете, который хранит чужую историю (часы, книга, ключ).

Диалог между тобой и твоим страхом перед чистым листом — буквально.

Серия коротких заметок «Что я поняла за эту неделю» — без пафоса, просто факты.

Инструкция, как собрать идеальный вечер для себя: еда, музыка, тишина.

История одной ошибки, которая в итоге привела к чему-то хорошему.

Путеводитель по своим снам — три самых ярких, с объяснением, что они для тебя значат.

Книга-дневник: один день, записанный поминутно, но только те моменты, когда ты по-настоящему чувствовала себя живой».

Я читала и чувствовала, как напряжение в плечах потихоньку отпускает. Не нужно было сразу писать роман. Можно было начать с чашки чая. С письма себе. С одного тихого места в городе.

Я потянулась к стикеру, который валялся рядом с клавиатурой, и быстро выписала эти десять пунктов. Потом взяла ручку и обвела третий: «Мини-гид по “тихим” местам города». Почему-то именно он отозвался внутри — как будто я уже знала эти места, просто никогда не собирала их в одну историю.

Но тут в чате появилось ещё одно сообщение — не просто список, а маленькое пояснение:

«Формула простой идеи: тема × проблема × человек.

Тема — то, о чём ты говоришь (например, “тихие места”). Проблема — что с этим не так или почему это важно (например, “в городе слишком шумно, и мы разучились слышать себя”). Человек — кто это чувствует (например, “я, уставшая от бесконечных уведомлений”).

Попробуй подставить свои слова — и получится не просто идея, а обещание читателю: “Я расскажу тебе, где спрятаться от шума”».

Я улыбнулась. Это было похоже на сборку конструктора: детали лежали перед тобой, и если соединить их правильно, получался дом. Или дорога. Или история.

Я открыла документ и написала первую строчку — не идеальную, не блестящую, но свою:

«В городе, где каждый звук будто кричит, есть места, где тишина не пустота, а друг».

И вдруг поняла: чистый лист больше не пугал. Он стал пространством, где можно что-то построить.

Рука потянулась к мышке, чтобы закрыть вкладку с чатом, но я остановилась. Вместо этого напечатала ещё одно сообщение:

«Спасибо. А теперь помоги мне расписать эту идею в три коротких абзаца — так, чтобы я могла показать её другу и спросить: “Стоит ли из этого делать книгу?”»

Ответ пришёл быстро. И пока я читала, в голове уже складывался план: сначала — черновик из трёх абзацев, потом — список мест, потом — первый рассказ. Шаг за шагом.

А вечером, когда город окончательно погрузился в темноту, я сняла стикер с монитора, аккуратно сложила его пополам и убрала в карман куртки — туда, где он будет напоминать мне о том дне, когда я впервые не испугалась чистого листа.

Одна идея не отпускала меня уже три дня. Я всё чаще ловила себя на том, что мысленно возвращаюсь к этому мини-гиду, добавляю туда новые места, придумываю подписи. Почему именно она? Что в ней такого?

Этот вопрос я собиралась задать себе в следующий раз. А пока — просто продолжала писать.

Глава 2. Тест на идею: как понять, что вашу книгу будут читать

Три дня. Ровно столько прошло с того вечера, когда я впервые не испугалась чистого листа. И всё это время одна идея будто жила своей жизнью — разрасталась, обрастала деталями, шептала мне в моменты, когда я просто заваривала чай или шла по переулку, который раньше не замечала. Мини-гид по «тихим» местам города.

Я достала из кармана тот самый сложенный стикер, развернула его и снова прочитала три пункта, которые набросала тогда: «парк у старой водонапорной башни», «читальный зал в библиотеке, где почти никто не бывает», «крыльцо закрытого книжного, где ветер гоняет сухие листья». На полях я уже дописала: «здесь слышно, как город делает вдох».

Но теперь меня мучил другой вопрос: а вдруг это важно только мне? Вдруг для кого-то это просто список уголков, где можно посидеть в тишине, а не книга?

Я открыла чат, где всё началось, и написала:

«Представь, что ты самый вредный критик в мире. Вот моя идея: мини-гид по “тихим” местам города, потому что в городе слишком шумно и мы разучились слышать себя. Скажи, почему из этого не получится книга. Честно, без поблажек».

Ответ пришёл быстро — и он был не утешительным.

«Вот слабые места:

Это похоже на заметку в блоге, а не на книгу. Где глубина? Где развитие?

“Тихие места” — слишком абстрактно. В каждом городе они разные, а читатель хочет конкретики.

Боль читателя не прописана чётко: это про усталость от шума, про одиночество, про поиск себя? Без этого нет фокуса.

Неясно, кто это будет читать: студенты, офисные работники, пенсионеры? У них разные боли и разные ожидания.

Три места — это мало. Книга должна давать систему, а не просто список».

Я откинулась на спинку стула и выдохнула. Это было неприятно, но честно. Как холодный душ, после которого сразу становится ясно, где ты стоял.

«Ладно, — подумала я. — Значит, надо превратить эту идею из “мне нравится” в “кому-то это нужно”.»

Я взяла чистый лист и начала выписывать, кто вообще мог бы заинтересоваться таким гидом. Сначала вышло неуклюже: «люди, которым шумно». Потом я стала уточнять:

офисные сотрудники, которые к пятнице чувствуют, будто город кричит на них;

студенты, которым нужно место, чтобы собраться с мыслями перед экзаменами;

пожилые люди, которые скучают по тем временам, когда город был тише;

подростки, которым просто нужно место, где никто не будет их дёргать.

Это уже было похоже на портрет. Но мне хотелось услышать не только логику, а ещё и живые слова. Я снова открыла чат и написала:

«Теперь представь, что ты — маркетолог. Дай мне три варианта названия для этой книги — один для практиков, один для романтиков, один для скептиков. И к каждому — короткий слоган из трёх предложений, который продаёт идею».

Через минуту пришло:

Вариант 1 (практики): «Тишина по расписанию: гид по местам, где можно наконец подумать».

Слоган: «Город не даёт вам тишины? Мы нашли её для вас. 50 мест, где мозг может выдохнуть. Практичные маршруты — без воды и лирики».

Вариант 2 (романтики): «Карта тишины: маленькие убежища большого города».

Слоган: «Там, где город делает паузу. Истории мест, которые умеют молчать. Для тех, кто ищет покой среди шума».

Вариант 3 (скептики): «Не просто скамейка: как тишина становится инструментом».

Слоган: «Думаете, тишина — это просто отсутствие шума? Мы докажем обратное. Научные факты, личные истории, проверенные маршруты. Никакой эзотерики».

Я перечитала все три. И вдруг поняла, что каждый из них говорит с разным человеком. А значит, и книга может быть разной — в зависимости от того, к кому я хочу обратиться.

Я выбрала второй вариант — «Карта тишины» — не потому, что он самый «книжный», а потому, что в нём было то, что я чувствовала: желание найти убежище. Но слоган нужно было докрутить. Я написала ещё одно сообщение:

«А теперь сформулируй идею этой книги ровно в трёх предложениях — так, чтобы это можно было отправить редактору или показать другу и спросить: “Стоит ли из этого делать книгу?”»

Ответ был таким:

«“Карта тишины” — это гид по местам города, где можно ненадолго спрятаться от бесконечного шума. Каждая глава — одно место, его история и маленькая практика: как остановиться, прислушаться, заметить детали. Книга для тех, кто устал от суеты и хочет вернуть себе способность слышать себя».

Я скопировала этот текст в документ, поставила рядом с ним три названия и села смотреть на них, будто они были не словами, а дверями. За какой из них меня ждут читатели?

И тут в чате появилось ещё одно сообщение — не от меня, а от нейросети, как будто она почувствовала, что я замерла:

«Один вопрос, который решит всё: а с какой болью эта книга должна помочь читателю? Если вы ответите на него, станет ясно, куда идти дальше».

Боль. Это слово повисло в комнате, как тяжёлый запах. Я закрыла глаза и попыталась поймать ту самую мысль, которая приходила ко мне по вечерам, когда город затихал, а внутри всё ещё гудело.

«Я хочу, чтобы человек, открыв эту книгу, понял: он не сломан, просто мир стал слишком громким. И тишина — не роскошь, а право».

Я напечатала это в ответ. Просто, без красивых оборотов. И почувствовала, как пазл щёлкнул на место.

Теперь идея перестала быть просто списком мест. Она стала обещанием.

Но обещание — это только половина дела. Теперь мне нужно было понять, кто тот человек, которому я его даю. Каким он был? Что его тревожило? Что он искал в тишине?

Этот вопрос не давал мне покоя. И я знала, что пока не найду на него ответ, дальше двигаться нельзя.

Я закрыла ноутбук, взяла блокнот и ручку и пошла туда, где начиналась моя первая идея — к старой водонапорной башне. Мне казалось, что если я посижу там немного, город сам подскажет мне, кто он — мой читатель.

Глава 3. Портрет читателя: пишем письмо человеку, которого ещё не знаете

Я шла к водонапорной башне, и город будто специально подкидывал мне примеры — живые, настоящие. У кофейни парень в наушниках стоял, уставившись в одну точку, будто пытался вычленить из уличного гула хоть одну спокойную ноту. На остановке женщина прижимала к уху телефон и кричала: «Я ничего не слышу!» — хотя вокруг и правда гудело, как в турбине. А в сквере старушка сидела на лавке, закрыв глаза, и улыбалась — будто нашла ту самую тишину внутри себя.

«Вот они, — думала я. — Мои читатели. Просто пока я не знаю, кто из них главный».

У башни было прохладнее и тише. Ветер здесь не метался, а стекал вниз, как вода. Я достала блокнот, ручку и тот самый листок, где вчера набросала три названия. Но сегодня мне нужны были не слова для обложки — мне нужен был человек. Тот, ради кого я всё это пишу.

Я открыла чат и написала:

«Представь, что ты исследователь. Мне нужно составить аватар читателя для книги “Карта тишины”: возраст, профессия, привычки, страхи, любимые вещи, что он читает перед сном, что его бесит в городе. Дай шаблон карточки читателя и заполни его для трёх разных типов людей, которым может быть нужна такая книга: уставший офисный работник, студент, которому надо готовиться к экзаменам, и пожилой человек, который скучает по “старому” городу. Для каждого — по 7–8 ключевых пунктов. И в конце добавь список из 20 вопросов, которые такой читатель мог бы задать автору».

Ответ пришёл не сразу — будто нейросеть сначала заварила себе воображаемую чашку чая и села думать. А потом вывалила на экран три аккуратных портрета.

Тип 1: уставший офисный работник (30–35 лет)

— Профессия: менеджер среднего звена, много созвонов.

— Боль: к пятнице голова гудит, как трансформатор, и даже дома не получается «выключить» мысли.

— Привычки: пьёт кофе на ходу, листает ленту, чтобы «отдохнуть», но только сильнее устаёт.

— Что ищет: 20–30 минут тишины без чувства вины, будто он «ничего не делает».

— Любимые вещи: тёплый плед, старый свитер, книга, которую он начал и никак не дочитает.

— Страх: выгореть и больше никогда не хотеть ничего делать.

— Читает перед сном: короткие статьи о продуктивности, которые только добавляют тревоги.

— Ключевое желание: чтобы кто-то сказал: «Тебе можно просто посидеть и помолчать».

Тип 2: студент (19–23 года)

— Профессия/статус: учится, подрабатывает, вечно в спешке.

— Боль: не хватает места, где можно сосредоточиться, а в библиотеке всегда кто-то шуршит или шепчет.

— Привычки: носит с собой наушники, но тишина для него — не отсутствие звука, а отсутствие чужих ожиданий.

— Что ищет: укромный угол, где никто не спросит: «А ты уже сдал?»

— Любимые вещи: термос с чаем, потрёпанный блокнот, наушники с шумоподавлением.

— Страх: не успеть, провалиться, разочаровать родителей.

— Читает перед сном: мемы, короткие рассказы, фанфики — всё, что не требует усилий.

— Ключевое желание: чтобы мир на десять минут перестал от него чего-то хотеть.

Тип 3: пожилой человек (65+)

— Профессия/статус: пенсионер, раньше много работал, теперь чувствует себя «лишним».

— Боль: город стал слишком быстрым, а он не успевает за ним.

— Привычки: гуляет рано утром, когда улицы пустые, замечает детали, которые молодёжь пробегает мимо.

— Что ищет: места, которые напоминают ему о прошлом, где тишина — это не пустота, а память.

— Любимые вещи: старая трость, шарф, который вязала жена, карманные часы.

— Страх: что его опыт никому не нужен, что мир забыл про тишину как ценность.

— Читает перед сном: бумажные газеты, любимые стихи, письма, которые писал когда-то сам.

— Ключевое желание: чтобы кто-то выслушал его истории о том, каким город был раньше.

Ниже шёл список из двадцати вопросов — именно таких, какие задают люди, когда им важно, а не когда они просто вежливо кивают:

«А это место точно тихое? Там не будет стройки за углом?»

«Сколько минут туда добираться от метро?»

«А если пойдёт дождь — есть ли навес?»

«Это безопасно вечером?»

«Можно ли туда с собакой?»

«Там можно сесть или только стоять?»

«Есть ли розетки?»

«А зимой это место такое же тихое?»

«Это место для одного или можно прийти с другом?»

«Что там слышно, если прислушаться?»

«Это место “моё” или там всегда кто-то есть?»

«Как понять, что я действительно расслабился?»

«Сколько времени нужно, чтобы тишина начала работать?»

«А если я начну плакать — это нормально?»

«Это про отдых или про работу?»

«Это про природу или про город?»

«Это надолго или место скоро снесут?»

«Где ещё такие места?»

«А можно список по районам?»

«Почему ты выбрала именно это место?»

Я читала и чувствовала, как внутри что-то щёлкает. Эти вопросы были не абстрактными — они были живыми. В них слышались голоса.

Но чем больше я смотрела на три аватара, тем яснее понимала: я не могу писать сразу для всех. Книга не выдержит трёх разных голосов. Нужно выбрать одного. Или найти в них что-то общее.

Я снова напечатала в чат:

«Теперь дай мне промпт: “Впиши меня в голову моего читателя”. Пусть он будет от лица каждого из этих трёх типов и напишет мне короткое письмо: “Я открываю твою книгу и надеюсь, что ты…” — не больше 40 слов на каждого. Пусть в каждом письме будет одна главная надежда».

И вот что пришло:

От лица офисного работника:

«Я открываю твою книгу и надеюсь, что ты не будешь учить меня медитировать и не станешь говорить, что я сам виноват в своей усталости. Я просто хочу 20 минут, когда никто не ждёт от меня ответа. Покажи мне, где это возможно».

От лица студента:

«Я открываю твою книгу и надеюсь, что ты не станешь читать мне мораль про дисциплину. Мне нужно место, где я смогу собраться с мыслями и не чувствовать себя виноватым за то, что сижу и ничего не делаю. Просто дай мне угол, где тихо».

От лица пожилого человека:

«Я открываю твою книгу и надеюсь, что ты слышишь не только шум города, но и его старые голоса. Покажи мне места, где время идёт медленнее. Я хочу вспомнить, как это — никуда не спешить».

Я закрыла чат и посидела немного, глядя на башню. И вдруг заметила фразу в письме студента: «не чувствовать себя виноватым за то, что сижу и ничего не делаю». Она отозвалась во мне так сильно, что я даже вздрогнула.

Это ведь и про меня. Сколько раз я ругала себя за «пустые» минуты, когда просто смотрела в окно или заваривала чай? Сколько раз мне казалось, что отдых — это награда, которую нужно заслужить?

Я достала ручку и в самом низу страницы, под всеми списками и портретами, написала от руки:

«Я пишу эту книгу для того человека, который чувствует вину за тишину. Для того, кто думает, что имеет право на покой только после того, как всё сделает. Для того, кому нужно услышать: “Тебе можно просто помолчать”».

А потом, не раздумывая, отправила в чат ещё одно сообщение:

«А теперь напиши одно письмо — от моего имени — тому человеку из прошлого, который больше всего нуждался в этой книге. Пусть это будет я десять лет назад».

Ответ был коротким, но попал точно в сердце:

«Дорогая я из прошлого. Ты думаешь, что если остановишься хоть на минуту, всё развалится. Ты боишься тишины, потому что в ней слышно, как громко ты устала. Эта книга — не про то, как стать продуктивнее. Она про то, что тебе можно выдохнуть. Вот места, где это безопасно. Держи карту. И не торопись».

Я перечитала это трижды. И поняла: я пишу не для абстрактной аудитории. Я пишу для себя той, которая десять лет назад бежала по городу, боясь остановиться.

Теперь скелет книги начал обрастать плотью — не фактами, а чувствами. Но оставалось ещё одно: нужно было превратить эти портреты и письма в рабочий инструмент. Я открыла новый документ и создала таблицу — «Библию читателя». В неё я перенесла три аватара, выделила общие черты (вина за отдых, потребность в безопасном месте, желание замедлиться) и напротив каждого вопроса из списка поставила галочку: «книга отвечает» или «книга не обязана».

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.