

Счастье Шить

ЗДОРОВЬЕ, ТВОРЧЕСТВО, ОТНОШЕНИЯ, СВОБОДА



САНАЭ ИСИДА



20
ПРОЕКТОВ





САНАЭ ИСИДА

Счастье Жить

ЗДОРОВЬЕ, ТВОРЧЕСТВО, ОТНОШЕНИЯ, СВОБОДА

ПЕРЕВОД С АНГЛИЙСКОГО НАТАЛЬИ ДОВНАР

Москва
«Манн, Иванов и Фербер»
2021

УДК 746.41
ББК 37.248
И85

Оригинальное название
Sewing Happiness: A Year of Simple Projects for Living Well

Издано с разрешения
Sasquatch Books c/o The Park Literary Group LLC и Andrew Nurnberg Associates
International Ltd c/o Andrew Nurnberg Literary Agency

На русском языке публикуется впервые

Исида, Санаэ
И85 Счастье шить. Здоровье, творчество, отношения, свобода /
Санаэ Исида ; пер. с англ. Н. Довнар. — М. : Манн, Иванов и Фер-
бер, 2021. — 240 с. : ил.

ISBN 978-5-00146-973-5

Эта книга — и сборник инструкций по шитью, и вдохновляющая история о выходе из кризиса и поиске счастья и спокойствия в безумном мире. Шитье для Санаэ Исиды — больше чем просто хобби. Это занятие помогло ей справиться с выгоранием и заново обрести себя. В книге представлены несложные, но интересные проекты, которые помогли Санаэ найти путь к исцелению и преобразению. Они отлично подойдут начинающим мастерицам, а для опытных рукодельниц книга послужит источником вдохновения и новых идей.

УДК 746.41
ББК 37.248

*Все права защищены.
Никакая часть данной книги не может быть
воспроизведена в какой бы то ни было
форме без письменного разрешения
владельцев авторских прав.*

ISBN 978-5-00146-973-5

Copyright © 2016 by Sanae Ishida
© Перевод на русский язык, издание
на русском языке, оформление.
ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2021

Моим маме и Коко



Содержание

От автора	9
-----------	---

ЧАСТЬ I. ЭССЕ И ЛУКБУКИ 11

Введение	13
Лето. Здоровье	21
Осень. Творчество	39
Зима. Отношения	57
Весна. Свобода	75
Эпилог	91

ЧАСТЬ II. ИНСТРУКЦИИ 95

Основы шитья	97
«Букварь» по вышивке сашико	119
Инструкции	133

ЛЕТО

Думочка-оригами	134
Подушка для зубной феи (+ варианты)	138
Треугольная экосумка	146
Фартук с лямками крест-накрест (+ вариант)	150
Штаны для йоги	157

ОСЕНЬ

Обложка для дневника/книги	161
Скетчбук ручной работы	165
Ремешок для фотоаппарата	167
Цветочный венок из фетра	170
Базовое платье (+ вариант с ярусами)	174

ЗИМА

Адвент-календарь в виде «печенья» с предсказаниями	183
Несессер	185
Грелка (+ варианты)	189
Комплект для грудничка: распашонка-кимоно и блумеры	191
Сумочка на молнии в стиле колорблок	200

ВЕСНА

Снуд	204
Универсальная корзина (+ варианты)	207
Подставки с вышивкой сашико	213
Универсальное трикотажное платье	217

Источники	225
Благодарности	227
Алфавитный указатель	231
Об авторе	237



От автора

КНИГА, КОТОРУЮ ВЫ ДЕРЖИТЕ В РУКАХ, не похожа на обычное руководство по шитью. Это и поучительная история, и подборка несложных проектов с инструкциями, и приглашение к осмысленной жизни, в которой нет места погоне за идеалом. Но прежде всего это личный опыт неожиданного преображения.

Для начала скажу: если уж я научилась шить, то научитесь и вы.

Не могу обещать, что благодаря моей книге вы сразу достигнете впечатляющих результатов или овладеете всеми премудростями этого вида рукоделия. Я шью уже несколько лет и все равно не помню проекта, в который не прокралась бы ошибка. Двигайтесь маленькими шагами, осваивайте одно конкретное действие за один раз, не бросайте начатое на полпути — и вскоре вы с удивлением обнаружите, как выросло ваше мастерство и какие замечательные вещи у вас получаются.

С проектами из книги легко справятся и начинающие, и те, кто хочет вернуться к шитью после длительного перерыва. Неважно, нет ли у вас навыков совсем или они слегка заржавели, — нужно просто настроиться, подготовить все необходимое и кое-чему поучиться. Хотя по большому счету достаточно толики вдохновения, минимального набора инструментов и желания попробовать. Возможно, вы тоже, как и я вначале, поддадитесь соблазну скупить все швейные принадлежности, попавшиеся на глаза. Но поверьте моему опыту: для первого шага нужно совсем немного.

Хочу надеяться, что и в жизнь искушенных мастериц проекты из книги внесут свежую струю, станут стартовой площадкой для воплощения собственных задумок. Обратите внимание на небольшой раздел с моей трактовкой японской вышивки сашико. Вы можете добавить очаровательные декоративные элементы в этой технике ко многим изделиям.

Мне нравится простое шитье. Я постаралась сделать проекты максимально понятными, доступными и легко выполнимыми, чтобы с ними могла справиться даже моя девятилетняя дочь. Вы не найдете здесь сложных выкроек с большим количеством деталей, которые необходимо вырезать, переносить или склеивать скотчем. Несколько измерений и какая-нибудь одежда в качестве образца — это все, что вам понадобится для реализации большинства проектов. Творческий подход допускается и даже приветствуется. Кстати, не забывайте, что ошибки — неотъемлемая часть пути, и сразу подружитесь с распарывателем.

На страницах этой книги время от времени будет появляться моя дочка. Поскольку мы решили не раскрывать ее настоящее имя, она придумала себе псевдоним — Коко. Так я и буду называть ее дальше. В японском языке слово «коко» означает «здесь» и наводит на мысли об осознанности, умении пребывать в настоящем моменте, «здесь и сейчас». Мне это нравится. А еще так звали самку гориллы, которая овладела невероятным количеством слов из языка жестов (и почему меня это так радует?..).

Как и Эмили Дикинсон*, я считаю, что возможности ограничены лишь воображением. Именно поэтому проекты из этой книги можно легко переиначивать и подстраивать под свои потребности. Надеюсь, из всего разнообразия — одежды для детей и взрослых, предметов домашнего декора и подарков — вы найдете что-то по душе. Каждый проект полон возможностей.

* Эмили Дикинсон — американская поэтесса XIX века. *Прим. ред.*

ЧАСТЬ I

ЭССЕ И ЛУКБУКИ





Введение

ПОЖАЛУЙ, НЕ БУДЕТ ПРЕУВЕЛИЧЕНИЕМ СКАЗАТЬ, что шитье спасло и навсегда изменило мою жизнь. Громкое заявление, но вы убедитесь: это действительно так.

В конце весны 2012 года в моей жизни все было печально: у меня обнаружили серьезное заболевание, я страдала от переутомления, плохого питания, лишнего веса, а отношения с близкими и друзьями трещали по швам.

Естественно, начиналось все по-другому. Всего лишь за полгода до этого я была, что называется, на коне. Или так мне казалось. Меня пригласили в крупную компанию — в команду по разработке продукта, который, как заявил один из руководителей, должен был стать «новым бриллиантом в короне». Мы жили в бешеном ритме стартапа и гадали, что принесет очередной день. Называли себя многоножками, пытаясь одновременно выстроить процессы, собрать с нуля команды и придумать все по ходу дела. Я отчитывалась перед милой женщиной с отличным чувством юмора и, помню, чувствовала себя очень важной, когда тянулась к шнурку с пластиковым пропуском, чтобы открыть раздвижные стеклянные двери. Не иначе как громкое возвращение мамы-домохозяйки в мир бизнеса после нескольких лет перерыва.

Вскоре после моего появления в компании начальница неожиданно ушла в декретный отпуск — раньше положенного срока. При этом работа шла своим чередом. Часть ее обязанностей перешла ко мне, и нагрузка заметно увеличилась. Если еще недавно я целыми днями

пыталась приучить дочку Коко к горшку или размышляла, с кем и где ей поиграть, то теперь мой ум всецело поглотила Важная Работа. Команда разрасталась, а настроение ухудшалось. Нормой стали 80-часовые рабочие недели и ночные посиделки. Утром, едва открыв глаза, я включала ноутбук. Мне не терпелось убедиться, что после общения по Skype с индийскими коллегами в одиннадцать вечера накануне не произошло какой-нибудь катастрофы. Если на начальном этапе проекта мы строили радужные планы и жонглировали словечками типа «синергия» и «ломка стереотипов», то теперь электронная почта была переполнена важными сообщениями о проблемах, которые нарастали как снежный ком.

Я постоянно недосыпала, о фитнесе даже не помышляла, обзавелась вредными пищевыми привычками (например, стала питаться едой из вендинговых автоматов*) и все равно с головой погружалась в работу. Я слышала от руководства волшебные для своего эго фразы вроде «восходящая звезда», у меня появился кабинет с эргономичным креслом. Больше денег, социальный статус, двадцатипроцентная скидка в престижном фитнес-центре, похожем на ночной клуб: с диджеем и бархатными диванами в лаундж-зоне.

Волна внезапно проснувшихся амбиций и чувства значимости заслонила собой все, кроме работы. Однажды вечером мы собрались на кухне, чтобы быстро перекусить, и Коко сказала: «Мамочка! Мы больше не ужинаем вместе. Это так странно!» Я посмотрела на шестилетнюю дочку затуманенным взглядом. Муж промолчал. Головой я понимала, что превращаюсь в кого-то, неприятного даже самой себе; в человека, который общению с близкими предпочитает отчеты в Excel; в отчужденную и раздражительную мать и жену. Конечно, дочкины слова меня задели, и, засмутившись, я извинилась. Но первое, что сделала на следующее утро, — снова открыла ноутбук.

Меня настолько затянул мой разрушительный трудовголизм, что слова беременной коллеги — «надеюсь, ребенок родится после выпуска продукта» — совершенно не вызывали возмущения. Когда стресс становился невыносимым, я бежала в ближайший торговый центр во время короткого перерыва и импульсивно скупала дорогие вещи.

* Вендинговый автомат — специальное устройство для торговли и оказания услуг без участия продавца (например, автоматы по продаже продуктов питания). *Прим. ред.*

Они приносили лишь временное облегчение: благодаря «вендинговой» диете мне все время требовалась одежда на размер больше, и нервное напряжение только возрастало. Я снова оказывалась в исходной точке.

Перед выходом на работу я сделала первую обязательную маммограмму и спокойно выдохнула, узнав, что все в порядке. Но уровень гормонов щитовидной железы был чуть выше нормы, и врач посоветовала проконсультироваться с эндокринологом. Я нашла энергичную даму с гарвардским образованием, которая подтвердила, что показатели действительно немного повышены. «Не стоит беспокоиться, — благодушно произнесла доктор. — Понаблюдаем. Жду вас на повторный прием через три месяца».

Три месяца спустя я снова сидела в ее кабинете и заметила, как она удивленно вскинула брови. Показатели резко подскочили. «Базедова болезнь*», — констатировала врач и выписала лекарства. От аутоиммунных заболеваний щитовидной железы страдает множество людей, в первую очередь женщины, но, как сказала доктор, причины, их вызывающие, неизвестны. Кажется, немалую роль играют стрессовые ситуации. Я жила в постоянном стрессе, так что для меня это была не слишком утешительная новость. Но, вернувшись к работе и закрутившись в вихре более важных, на мой взгляд, дел, я забыла про лекарства.

Неудивительно, что болезнь прогрессировала. Раздирающий кашель не прекращался, и небольшая простуда, которую Коко приносила из школы, у меня заканчивалась чем-то похожим на воспаление легких. Ситуация ухудшалась с каждым днем, и своим кашлем я стала напоминать тюленя в камере пыток.

Но, несмотря на это, продолжала работать. Допускала ошибки, увязала в офисных разборках, пропускала встречи и дедлайны. Однажды во время очередного бессмысленного собрания меня словно ударило током: я поняла, что забыла про выступление Коко в школе, и это было ужасно. Каждый день на работе превращался в хождение по минному полю, дел прибывало, а продуктивность ухудшалась. Я запаниковала, что произвожу плохое впечатление, и пошла ва-банк — практически перестала спать и пила по пятнадцать чашек кофе в день. Не слишком

* Базедова болезнь — аутоиммунное заболевание, развивающееся вследствие повышения активности щитовидной железы. *Прим. ред.*

разумное решение. Несколько раз я не знала, куда деться от стыда, когда меня публично отчитывали и критиковали на общих собраниях. Дома дела обстояли не лучше. Жизнь катилась под откос.

Мне было совсем плохо. Однажды коллега отозвала меня в сторонку и, понизив голос, обеспокоенно поинтересовалась происхождением огромного синяка под глазом. Она думала, меня кто-то ударил. На самом деле это было печальным следствием моего состояния, но что еще хуже — я пошла в туалет посмотреться в зеркало и ничего не заметила. Вертела головой, пытаясь разглядеть иссиня-черные круги под глазами, но мне казалось, что все нормально. Не знаю, то ли я утратила чувство реальности, то ли настолько свыклась с плачевным внешним видом. Я превратилась в большое бесформенное и больное существо.

В конечном счете в мае 2012 года меня уволили.

До меня не сразу дошло происходящее. Двое сотрудников предложили мне присесть, немного поколебались и сообщили, что больше не нуждаются в моих услугах. В ДНК каждого человека азиатского происхождения, и в мою тоже, встроены перфекционизм. Работать я начала в двенадцать лет (убирала посуду со столов в ресторане), и с тех пор по большому счету так и не прекращала. За двадцать пять лет я попробовала себя в различных областях и отраслях и всегда видела свою исключительную силу в том, чтобы быть образцовым сотрудником. Мне и в голову не приходило, что меня могут уволить. От услышанного бросило в жар. Я рыдала и с внутренним клеймом позора покинула компанию.

Только где-то через год я поняла, что увольнение стало одним из лучших событий в моей жизни.

Эта книга о том, как долгие месяцы я переосмыслила свои ценности, пыталась выздороветь и заново открывала для себя любовь к шитью и вообще к творчеству, как училась жить лучше, по своим правилам. Конечно, это получилось не сразу. Я столкнулась со многими трудностями и даже сейчас не могу назвать свою жизнь идеальной.

В детстве мне запомнилась одна женщина — мама приятеля моего брата. Она жила вверх по улице от нас в очень привлекательном районе. Ее большой дом с огромными окнами был построен по проекту известного архитектора. Эта женщина всегда одевалась в бежевое, и все вокруг нее казалось необыкновенным, безупречным

и достойным подражания (по крайней мере, так думало мое 12-летнее «я»). Она была ухоженной, стройной и успешно совмещала материнские обязанности с гламурной дизайнерской работой. В этой женщине я видела свой идеал. Не помню ее мужа, но их прекрасные отношения рисовались мне в виде романтических ужинов при свечах на просторном балконе (на самом деле даже не знаю, был ли балкон, поскольку видела дом лишь однажды, и то мельком). Но мне хотелось в это верить.

Большую часть взрослой жизни я стремилась к мечте о бежевом тотал-луке и две-три недели в начале работы, которая в итоге завершилась крахом, чувствовала себя моделью из глянцевого журнала. Лишь спустя время пришло осознание, что за подобным стилем ничего не стоит. На самом деле я проходила этот урок миллион раз, но, как часто бывает, не сразу его усвоила. Реальность такова, что мы живем в неказистом доме, где постоянно приходится мыть окна. Я одеваюсь в серое, синее и черное — одежда в этих цветах лучше маскирует пятна от краски и, наоборот, позволяет быстро собрать вечно прилипающие обрывки ниток, ведь швейные проекты не прекращаются. Мои дни беспорядочны, а отношения полны взлетов и падений. И возможно, со стороны моя повседневная жизнь кажется кому-то невероятно скучной.

Но уж я-то знаю: теперь каждый мой день — настоящий, наполненный радостью, неидеальный, но осмысленный. И с огромным удовольствием поделюсь с вами своей историей и проектами.





The background of the entire page is a repeating floral pattern. It features various types of flowers and foliage in shades of blue, pink, and green on a light cream-colored background. The elements include five-petaled flowers, clusters of small blossoms, and sprigs of leaves and buds.

Аemo



Думочка-оригами 27

Подушка для зубной феи (+ варианты) 29

Треугольная экосумка 31

Фартук с ляжками крест-накрест (+ вариант) 33

Штаны для йоги 35



Лето. Здоровье

ПЕРВОЕ, ЧТО СВАЛИЛОСЬ НА МЕНЯ ПОСЛЕ УВОЛЬНЕНИЯ помимо жуткого кашля и нечеловеческой усталости, — это внезапно освободившееся время. Я привыкла к распланированным до последней минуты дням и впадала в ступор при виде опустевшего календаря. И как назло, успела записать Коко в несколько летних лагерей, предполагая, что буду занята с утра до вечера, а муж вышел на новую работу. Что же делать?

На самом деле первые несколько недель в своем новом статусе безработного я ни на что не годилась. Базедова болезнь — это аутоиммунное заболевание. Оно связано с повышенной выработкой тиреоидных гормонов, так называемым гипертиреозом, и проявляется ужасными симптомами: выпученными глазами, зобом, повышенным сердцебиением, дрожанием рук. Заболевшие часто страдают от бессонницы и повышенной тревожности. Это как выпить энергетический напиток, но вместо бодрости получить плохое самочувствие и учащенное сердцебиение. В мае 2012 года мои анализы внушали серьезные опасения, и врач попросила подумать насчет операции по удалению щитовидной железы.

Но что самое интересное — мне удалось избежать типичных для гипертиреоза признаков. Я постоянно оценивала себя на предмет пучеглазия и зоба, но отклонений не замечала. Загадочный синяк под глазом и странные зрачки, о которых раза два вскользь упомянула мама, не в счет. Но — с признаками или без них — я была очень больна. Когда я ворочалась в полусознательном состоянии и думала,

что выплуну легкие от кашля, Коко присаживалась рядышком и держала меня за ноги. Тихим тонким голоском она спрашивала одно и то же: «Мама, что с тобой? Ты умираешь?» Я не знала, что ответить, и только сжимала ее руку.

А еще я потеряла форму. Словно по чьей-то злой шутке, будучи человеком, имевшим проблемы с восприятием тела с подросткового возраста, умудрилась набрать почти девять килограммов. Хотя при Базедовой болезни, как правило, сильно худеют. К тому же за шесть месяцев болезни я постарела лет на пятнадцать. Стояла перед зеркалом и удивлялась: что за старуха передо мной?

Первый месяц я почти всегда спала, и это оказалось самым приятным за последние годы. В остальное время жадно глотала книги. Особенно притягивали антиутопии для подростков. Футуризм, стимпанк и фэнтези — мне нравилось переноситься в другие миры, где добро побеждает зло и зарождаются невинные влюбленности. На фоне обезлюдевших разоренных земель, где на исходе запасы еды и питьевой воды и разыгрываются сверхъестественные конфликты, собственная история казалась менее трагичной.

Через несколько недель практически беспробудного сна кашель утих и появились первые признаки превращения зомби в человека, но сильная слабость еще не отпускала. Я много размышляла о своем теле и здоровье в целом, поэтому помимо молодежных антиутопий обложилась книгами о здоровом образе жизни. И, проведя подробное, хотя и ненаучное исследование, проанализировала ситуацию. С момента постановки диагноза какая-то часть меня сомневалась в возможности выздоровления при помощи лекарств и противилась идее пичкать организм «химией». Возможно, поэтому, неосознанно или ненамеренно, я «забывала» принимать таблетки. Вооружившись теоретическими знаниями и свободным для размышлений временем, пыталась прислушаться к своему телу. Постоянно спрашивала себя: «В чем оно нуждается? Чего хочет?» Через какое-то время стал постепенно вырисовываться ответ. Тело нуждалось в отдыхе, хорошем питании и движении. Поэтому, несмотря на предписания врача, я отложила лекарства в сторону и сосредоточилась на основах — сне, питании и физических упражнениях. Вполне разумное, но для меня неожиданное и непростое решение. Идея послушаться эндокринолога совсем не понравилась сидящему внутри гипертрофированному

пипл-плизеру*, и тем не менее я чувствовала, что движусь в правильном направлении.

Со временем я стала регулярно спать минимум по восемь часов и решила, что привычка здорового сна уже сформировалась. Пора было переходить ко второму пункту.

То, как питалась наша семья, оставляло желать лучшего. Мы пристрастились к готовой еде и частенько заказывали блюда в местных вьетнамских и тайских заведениях или в пиццерии. При этом фактически забыли вкус зелени. Если с заказом по каким-то причинам не выходило, я отправлялась на кухню, пытаюсь сделать что-то на скорую руку. Повар из меня вполне сносный, но не слишком изобретательный: готовлю одни и те же блюда, чаще всего пасту с сыром, поскольку она не требует усилий и приходится по вкусу всей семье. Естественно, после такой еды оставалась тяжесть в желудке, и я ложилась спать вялой и утомленной.

Первым моим нововведением стало увеличение в рационе овощей. На каждый ужин я начала готовить салат. Уж это было мне под силу. Нарезание овощей превратилось в терапевтическое и медитативное занятие, и спустя какое-то время я заметила, что жду не дожусь вечера. После перешла к экспериментам с зелеными смузи и соками. Весь следующий месяц я только спала, измельчала и читала. Это действовало: стали возвращаться силы и исчезло желание прилечь после несложной работы. Кожа посвежела, морщинки слегка разгладились — какой приятный бонус!

Раз энергии прибавилось, пора было переходить к физической активности. Но я не переносу спорт — ни в каком виде. Даже не вспомню, сколько абонементов в фитнес-клубы просрочила, во сколько йога-студий заходила с блеском в глазах, чтобы уже через неделю-две, потупившись, попросить о возврате. Еще в средней школе я убедила себя, что бег — не мое, и десятилетиями в это верила.

Но мое исследование недвусмысленно указывало на пользу тренировок. Если и существует магическая пилюля, то это физические упражнения. Зная свою предрасположенность к выгоранию, я начала с малого — 10-минутной ходьбы. На тот момент это был максимум

* Пипл-плизер — человек, который стремится угождать окружающим, не высказывает своего мнения, не умеет говорить «нет». *Прим. перев.*

возможного, даже с учетом появившейся энергии. В любом случае двигаться в день на десять минут больше — уже хорошо!

Я не переодевалась в спортивный костюм, выходила в сабо и медленно обходила жилой дом. Каждый день. В течение нескольких недель постепенно увеличивала длительность прогулок и в какой-то момент извлекла из недр гардероба теннисные туфли.

Спать, измельчать, ходить... В тихом размеренном ритме прошла половина лета, мне становилось лучше с каждым днем. Но при этом не отпускало чувство вины перед близкими, которых я игнорировала столько месяцев. В качестве своеобразной компенсации пообещала дочке перекрасить ее спальню ко дню рождения в розовый цвет. Пока Коко отдыхала в гимнастическом лагере, я передвинула мебель (едва не оставшись под ней навеки), застелила пол пленкой и, помахав валиком, превратила комнату в розовую страну чудес. Кто бы мог подумать, что покраска стен такой замечательный вид спорта? Когда Коко уехала в кулинарный лагерь, я на волне энтузиазма перекрасила спальню из неоново-желтого в светлый серебристо-серый. Дочка отправилась в зоолагерь, а я купила в магазине стройматериалов фанерные листы, затонировала их и соорудила в подвале полку — и все ради того, чтобы она рухнула. Со сконфуженным видом пришлось обращаться за помощью к мастеровитому соседу (как выяснилось, моему супругу, как и мне, не хватало умения в таких делах). В конце июля я покрасила одну стену на кухне краской с эффектом меловой доски, а муж написал на ней гигантскими буквами: «Я люблю Коко».

Убирая в кладовку малярные принадлежности и остатки красок, я наткнулась на старую швейную машину. В последний раз работала на ней, когда Коко была совсем маленькая. Как давно я ничего не шила... Надо будет над этим подумать.

«Надо же, как вам удалось? Анализы крови чудесные!» — я сидела напротив эндокринолога и выполняла тест на дрожащие руки (нужно вытянуть их перед собой ладонями вниз и стараться держать неподвижно). Руки не тряслись. Врача мало радовал мой отказ от приема лекарств, но сейчас она не могла оторвать глаз от показателей и не переставала удивляться тому, что гормоны нормализовались.

Она призналась: я была первой среди ее пациентов, кто достиг настолько поразительных результатов лишь подручными средствами. Я же рассказала ей о переменах в своей жизни, о том, как сплю,

измельчаю овощи и хожу/крашу. Добавила, что очень хочу избавиться от стресса и размышляю, стоит ли возвращаться к хобби, заброшенному несколько лет назад. «Что бы это ни было, продолжайте!» — с жаром воскликнула врач. Именно это мне и хотелось услышать. Тогда я поняла, что созрела для очередного этапа — творчества.

Мои летние проекты — это подборка милых и практичных вещей, которыми я воздаю должное своей спасительной троице: здоровому сну, правильному питанию и физической активности. Многие приведенные здесь проекты включают в себя элементы оригами. Это традиционное японское искусство сопровождает меня всю жизнь. Мне кажется, это настоящее волшебство: взять листок бумаги (или кусочек ткани), всего лишь тут сложить, там загнуть, подкрутить — и полностью преобразить. Именно так выглядел летний реабилитационный период: маленькими шагами я двигалась к выздоровлению.





ДУМОЧКА-ОРИГАМИ

СОН. ВСЕГДА НЕДООЦЕНИВАЛА СИЛУ СНА, но теперь уверена, что именно то дремотное лето запустило процесс моего выздоровления. Множество дней прошли в полусне в обнимку с подушкой, и я поняла, сколько удовольствия доставляет маленькая стильная вещичка, на которой покоится моя голова. Замысловатый вид этих подушек своими складками и формами напоминает оригами. Думочки украсят любое место — кровать, диван или уютный уголок для чтения. Инструкция на с. 134.





ПОДУШКА ДЛЯ ЗУБНОЙ ФЕИ

(варианты: волс + кит + пингвин + бабочка)

В ТО САМОЕ ЛЕТО У ДОЧКИ СТАЛИ ОДИН ЗА ДРУГИМ ВЫПАДАТЬ молочные зубы, и я сшила для зубной феи маленькую подушку, украсив ее ручной вышивкой. Получилась элегантная вещичка с потайным кармашком. Как только выпадал зубик, Коко с благоговением вкладывала его в карман вместе с запиской. Затем подсовывала все под свою большую мягкую подушку и, прежде чем провалиться в сон, пару минут размышляла вслух над подарком зубной феи. Заслышав дочкино глубокое дыхание, я проскальзывала в комнату с зажатой в кулаке долларовой бумажкой. Больше всего мне запомнилась записка «Принесите, пожалуйста, \$100». Не знаю, как зубная фея, а я поразились дерзости Коко.

Первая подушка получилась совсем простой, но для книги я решила усовершенствовать проект — добавить магии оригами, элементы в технике сашико и потайной кармашек. Я пересмотрела множество форм животных и выбрала пингвина, кита и бабочку. Еще планировала сшить волка, но в итоге получился гибрид волка, лисы и собаки, что тоже неплохо. Зверя мы назвали волсом. Инструкция на с. 138.





ТРЕУГОЛЬНАЯ ЭКОСУМКА

НЕ ТОЛЬКО ПОЛНОЦЕННЫЙ СОН, НО И «САЛАТНЫЕ» ДНИ постепенно наполняли меня жизненными силами. Выбор в пользу здоровой еды предусматривает частые походы в магазин, а в этой своеобразной сумке красочные продукты выглядят еще привлекательнее и, пожалуй, даже аппетитнее. Положите в нее свежий хрустящий багет — и ужин будет почти готов. Делать покупки с многоразовой сумкой — знак заботы об окружающей среде. К тому же как только вы проникнетесь приведенным в книге методом заворачивания ткани, работа над сумкой превратится в истинное наслаждение. Инструкция на с. 146.





ФАРТУК С ЛЯМКАМИ КРЕСТ-НАКРЕСТ

(вариант: детский)

ГОТОВКА НИКОГДА НЕ БЫЛА МОЕЙ СИЛЬНОЙ СТОРОНОЙ, но, дав себе обещание есть больше овощей, я уяснила важную специфику пребывания на кухне: а) от готовки пачкаешься, б) от мытья посуды промокаешь (у нас нет посудомоечной машины) и в) спешащи жизненно необходимы большие карманы, куда можно прятать всякие мелочи, которые ребенок то и дело подсовывает в руки. Фартук в традиционном японском стиле решает все три проблемы и придется по душе и детям, и взрослым. Инструкция на с. 150.





ШТАНЫ ДЛЯ ЙОГИ

ЕДИНСТВЕННЫЙ РАЗ В ЖИЗНИ я продержалась в йога-студии больше двух недель — когда ходила на занятия для беременных. Тогда мной овладело огромное желание выносить и родить здорового малыша. Но я не прониклась йогой, хотя, возможно, виной тому был токсикоз.

Когда гормоны щитовидной железы объявили мне бой, я с таким же твердым намерением вернуть утраченное здоровье, хотя и черепашью походкой, направилась к физическим занятиям. В своем воображении практиковала «приветствия Солнцу» и забрасывала ногу за голову, но на деле все было гораздо скромнее. Я просто училась наслаждаться длительными прогулками и бегом трусцой. Я также придумала способы внедрить физкультуру в быт (уборка пылесосом с удовольствием тоже засчитывалась) и стала постоянно носить штаны для йоги. Их так просто и приятно шить, что даже удивительно. Инструкция на с. 157.





The background is a repeating pattern of various floral and leaf motifs. The motifs include five-petaled flowers in shades of blue and pink, sprigs of small blue flowers, and clusters of small pink flowers. The leaves are depicted in light green and blue tones. The overall style is delicate and watercolor-like.

Осень



Обложка для дневника/книги 45

Скетчбук ручной работы 47

Ремешок для фотоаппарата 49

Цветочный венок из фетра 51

Базовое платье (+ вариант с ярусами) 53



Осень. Творчество

ПОЧТИ 20 ЛЕТ Я ВЕЛА ДНЕВНИК. Эта привычка появилась у меня еще в колледже в начале первого курса. Я стояла в очереди, чтобы заплатить за учебники, и вдруг заметила маленький синий блокнот на спирали с логотипом моего учебного заведения. Не удержалась и купила его, а затем отправилась в кафе в кампусе. Мне было восемнадцать. Я заказала кофе с круассаном и чувствовала себя совсем взрослой. Балансируя с едой в руках, книгами и новеньким блестящим блокнотом, добралась до столика. Негромко играла музыка, в единое журчанье сливались голоса других студентов... все было как надо.

Учебный год только начался, и заняться пока было нечем. Я раскрыла блокнот. Сначала немного порисовала, а потом набросала первые строчки, не раздумывая над словами. Не помню их содержания, но до сих пор обожаю сидеть в кофейнях и писать в маленьких блокнотах, периодически делая зарисовки на полях. У меня были блокноты на спирали и без, но все заполнены моим мелким подростковым почерком. И почти всегда в компании чашки кофе и круассана. Все-таки мне очень повезло, что я живу Сиэтле — дружелюбном городе со множеством кофеен.

Я привыкла вести дневник, это стало моей единственной отдушиной — творческой и эмоциональной. Поэтому продолжала писать даже в перерывах между работой, которая меня разрушала. В редкую свободную минутку выходила в кафе (или в столовую нашей компании), чтобы накидать несколько мыслей. В период выздоровления, когда даже ближайшая кофейня оставалась недостижимой, делала заметки дома, обложившись подушками и одеялами.

В первое после увольнения лето я писала без остановки, обдумывая случившееся и пытаюсь понять, почему все пошло не так. Мне было жаль себя. Я разуверилась в своих силах — казалось, даже утратила идентичность: раз из меня не получился образцовый сотрудник, гордость компании, то кто я тогда? Будучи не в силах отделаться от мысли о своем позоре, израсходовала несколько блокнотов. Но стоило мне пойти на поправку — самобичевание уступило место более глубокому самоанализу.

Что у меня отлично получается? Я не знала.

Что мне нравится? Составила список: писать, рисовать, шить, фотографировать, заниматься дизайном. Затем добавила еще несколько вещей.

Удаются ли они мне? Нет.

Могу ли я научиться? Наверное.

Я еще раз перечитала список и подумала, что смогу неплохо шить. В этом деле меня привлекала наглядность. Все видно сразу — где ровно, где нет; хорошо сшитую вещь легко отличить от плохой. Нравилась «осязаемость» прогресса, возможность постепенно набить руку и научиться делать приличные швы. Все очень понятно! И между тем это творческое занятие.

С тех пор как я достала свою швейную машину Bernina, прошло немало времени, но мне еще многое предстояло освоить в искусстве шитья. Нужно было придумать стоящую цель, которая заставила бы регулярно практиковаться. И тогда в памяти всплыл первый швейный проект — божья коровка. Я сшила для двухлетней Коко костюм на Хеллоуин. Каким-то образом справилась с огромным куском дешевого красного фетра и превратила его в пышные крылья, а затем вручную пришила на них черные войлочные круги. Почти трое суток без сна... Зато до сих пор помню, как пищала от радости Коко: точь-в-точь обезьянка, которая залезла на банановое дерево. Я шила крошечные наряды, пока не потеряла интерес и не погрузилась в будничную суету, Коко на тот момент было около трех с половиной.

Меня осенило! Я решила сшить всю одежду для Коко. Иными словами, с начала учебного года в течение двенадцати месяцев не покупать ничего из готовых вещей (кроме нижнего белья и носков), а направить творческую энергию на создание дочкиного гардероба ручной работы. Для подкрепления своего обещания позвонила маме

(она живет в Лос-Анджелесе) и поделилась планами. Пообещала создать блог и еженедельно размещать посты-отчеты, чтобы она видела мои результаты. Я дрожала от нетерпения. Эта безумная идея меня действительно вдохновляла.

Решила начать с летнего платья. Расшифровала инструкции из японской книги по шитью и сидела над выкройкой полдня, пока Коко играла во дворе с друзьями. Я полностью испортила кокетку и криво пришила карманы, но, сделав последнюю строчку, подняла лапку и с победоносным видом взглянула на результат. Изделие из хлопчатобумажной ткани в светло-голубую полоску в моих руках определенно походило на платье. И его сшила я! Вытерев пот со лба, побежала на улицу — мне хотелось, чтобы дочка его примерила. Коко, как и в два года, запищала от восхищения.

Каждую неделю я шила что-нибудь новое. Еще одно платье, брюки, тунику, блузку, жакет, шерстяной жакет! Проштудировала множество японских книг по шитью, которые собирала годами, и не могла нарадоваться. Уже скоро мои работы стали качественнее, и я так ускори-лась, что шила сначала одну, а потом и две вещи в неделю. Мне это нравилось! И Коко тоже.

Попутно экспериментировала с гуашью, стараясь рисовать лучше, училась фотографировать и продолжала вести дневник и блог. Однажды Коко прижалась ко мне и сказала: «Мама, ты в последнее время такая счастливая». Это было правдой. Я чувствовала себя счастливой, как никогда прежде. Публикация постов тоже доставляла массу удовольствия, ведь при этом я занималась сразу всем, что мне нравится: писала, рисовала, фотографировала, шила, оформляла.

Каждое утро просыпалась и предвкушала, чем наполню свой день. Пошью? Или нарисую слона? А может быть, попробую иначе сфотографировать интересный проект, который сделала по мотивам увиденного в интернете? Поскольку мама была моим единственным постоянным читателем, я казалась себе невидимкой, и это невероятно раскрепощало. Мне нечего было терять. Я смеялась над некоторыми сделанными мной вещами (неудавшимися открытками «потри и понюхай», фетровыми тильдами в подгузниках) и получала небывалое удовольствие.

Меня не смущало, что я простой любитель во всех своих начинаниях. Постепенный прогресс был замечен, и это мотивировало меня экспериментировать дальше. Превращать рукоделие в профессию

я не собиралась, да и, честно говоря, побаивалась: еще не затянулись душевные раны от последней работы.

Постепенно вокруг моего блога сформировалось небольшое сообщество. Через интернет меня находили и поддерживали добрые и талантливые женщины. Началось все с одного или двух доброжелательных комментариев к моим постам. Затем последовали дружеские сообщения, мы начали обмениваться идеями и даже сотрудничать в швейных и других творческих проектах. Мой мир расширился, я знакомилась с необыкновенными женщинами, которые разделяли мои интересы и понимали все трудности. Будто попала в самый замечательный лагерь с творческим уклоном с лучшими на свете вожатыми и друзьями — да еще и без ехидных сверстниц и тоски по дому — и наслаждалась всеми его преимуществами. С несколькими женщинами мне даже удалось встретиться лично, и они оказались именно такими, как я представляла. Мы сдружились. Все это побуждало меня не останавливаться и преодолевать себя.

К концу осени шкаф Коко наполнился одеждой ручной работы. Я посмотрела на аккуратный ряд вещей на маленьких белых пластиковых вешалках и недоверчиво покачала головой. Каждая из них прошла через мои руки, через мои обожженные утюгом, исколотые иголками огрубевшие пальцы.

Мысль о том, что придется создавать нечто с нуля, а тем более показывать свои произведения миру (будь то ребенок или интернет) и получать обратную связь, по-настоящему пугала. Но регулярная практика укрепила уверенность в собственных силах. Конечно, правильное питание, сон и физическая активность играли огромную роль в хорошем самочувствии, но я и представить не могла, что так улучшу здоровье, всего лишь выделив время на занятия творчеством. После летней реабилитации мое состояние оставалось стабильным, а с началом нового, творческого этапа я стала эмоционально устойчивее, ум прояснился — и появилась незнакомая прежде уверенность: не напускная, требующая постоянных подпиток в виде приличной зарплаты и должности, а напоминающая ласковый шепот. Пришло понимание делать то, что идет мне на пользу.

Я начала доверять себе, прислушиваться к внутреннему голосу, который называю своим инстинктом или интуицией. Но если точнее, это нечто среднее между феей и личным помощником, непритязательным

и мудрым проводником. Из-за скромности он легко теряется, растворяется в грохоте повседневных долженствований, а чтобы его услышать, нужны пространство, тишина, время и игра в возможности. Той осенью у меня наконец-то появилось все необходимое.

В Соединенных Штатах Америки осень знаменует собой начало, и каждый раз в это время года я чувствую прилив сил, желание освоить что-то новое и пуститься в очередное приключение. В «осенних» проектах приглашаю вас открыть для себя богатую палитру творческих занятий. Надеюсь, они вас раззадорят и вы начнете экспериментировать со словами, красками, изображениями и разнообразными материалами.




ОБЛОЖКА ДЛЯ ДНЕВНИКА/ КНИГИ

Я ВЕДУ ДНЕВНИКИ МНОГО ЛЕТ И ИСПИСАЛА уже тысячи страниц. Опытным путем пришла к выводу, что мне больше всего подходят скетчбуки на спирали. Еще один мой фаворит — блокнот Moleskine в твердой обложке с узкой резинкой, удерживающей от раскрытия.

Но в любом канцелярском магазине есть скетчбуки подешевле. Чтобы добавить такому блокноту индивидуальности, можно создать обложку, при желании пришить к ней резинку. Обложка ручной работы облагородит и книгу свадебных пожеланий, и скрапбук — да все что угодно. Инструкция на с. 161.







СКЕТЧБУК РУЧНОЙ РАБОТЫ

РИСУНКИ — НЕПРЕМЕННЫЙ ЭЛЕМЕНТ моего ритуала заполнения дневника, поэтому я не очень люблю блокноты с линованными страницами (а таких много). Согласитесь, рамки мешают парящему воображению. Из внутренней потребности в чистых, нелинованных страницах я и придумала этот немудреный проект. Теперь ничто не помешает предаваться размышлениям и сопровождать их изображениями. Такой блокнот занимает минимум места и пригодится, когда вдруг снизойдет вдохновение или понадобится направить в нужное русло энергию вашего ребенка. Раз — и полное погружение обеспечено. Инструкция на с. 165.



РЕМЕШОК ДЛЯ ФОТОАППАРАТА

МОЯ КАРЬЕРА ПО БОЛЬШЕЙ ЧАСТИ БЫЛА СВЯЗАНА со сферой фотографии, но, несмотря на это, я всегда побаивалась самостоятельно снимать. Когда я с головой ушла в пошив одежды для Коко и стала делать снимки готовых изделий, то заразилась фотографией. Внезапно мне захотелось понять, что такое апертура, выдержка ISO и этот опознавательный знак истинных любителей фотографии — ручной режим. Я тренировалась на обычном цифровом зеркальном фотоаппарате и снимала каждую вещь по сотне раз, а потом охотно перетасовывала снимки в поисках того единственного. Я визуал и придаю дизайну особое значение. Поэтому чем больше ценила свой фотоаппарат, тем сильнее расстраивалась из-за отсутствия симпатичного ремешка, отвечающего моим эстетическим требованиям. И тогда появилась идея сшить его самой. Инструкция на с. 167.





ЦВЕТОЧНЫЙ ВЕНОК ИЗ ФЕТРА

КАК ТОЛЬКО ВИЖУ ФЕТР, ВСПОМИНАЕТСЯ 2007 ГОД и наряд божьей коровки — тот самый, что привел Коко в дикий восторг. Кажется, после создания того костюма у меня появилась одержимость шитьем. Я словно увидела мир сквозь новые супермощные очки и поверила, что смогу сделать все, что захочу, и так, как захочу. Именно это ощущение, сохранившееся в глубинах памяти, и побудило меня дать шитью еще один шанс. В знак признательности той божьей коровке я придумала миниатюрный цветочный сад на венке. Уверена, он станет завершающим штрихом в праздничном гардеробе своей хозяйки, который перенесет ее в мир фантазий. Инструкция на с. 170.





БАЗОВОЕ ПЛАТЬЕ

(+ вариант с ярусами)

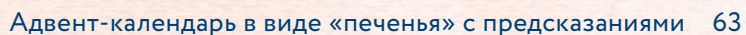
КОНЕЧНО, ИДЕЯ СШИТЬ ДЛЯ КОКО всю одежду на год казалась невыполнимой, но тем не менее нужно было с чего-то начинать, и разумнее всего — с базового платья. Один внутренний голос уверял, что у меня все получится, другой, более громкий, что брошу, выдохнусь, — в общем, так или иначе не справлюсь. Но чем плод недоступнее, тем он притягательнее. Я начала с малого, двигалась медленно, и это удерживало меня на плаву. А еще не строила иллюзий. Я пыталась от усилий и все время сомневалась, но по мере того, как изделие обретало форму, наполнялась радостным волнением. Никогда не забуду то маленькое чудесное платье. Вариант, приведенный в книге, очень его напоминает. Инструкция на с. 174.







Зима

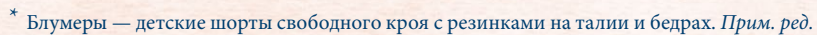


Нечетвер 65

Грелка (+ варианты) 67

Комплект для грудничка: распашонка-кимоно и блумеры* 69

Сумочка на молнии в стиле колорблок** 71



Особенности стиля колорблок: сочетание в изделии или образе двух-трех крупных геометрических цветовых блоков, лаконичный крой без обилия декоративных элементов, отсутствие узоров на ткани. *Прим. ред.*

Зима. Отношения

ПОКА Я ИГРАЛА РОЛЬ ЗАНЯТОЙ БИЗНЕС-ЛЕДИ, отношения с мужем дали трещину. Незадолго до моего увольнения супруг даже заикнулся о возможности пожить отдельно. Мне было настолько плохо и в то же время страшно выпасть из корпоративных крысиных бегов, что я не сразу поняла, о чем он говорит. Его губы шевелились, из них вылетали слова, но до меня доносилась лишь бессвязная масса замедленных звуков. Мы охладели друг к другу, и это было яснее ясного. Не могу сказать, что муж и я родились под одной звездой, но за пятнадцать лет совместной жизни у нас выработался свой секретный способ преодоления трудностей: мы научились смеяться вместе.

И вот впервые за долгое время нам не удавалось с шуткой уйти от проблем и дискомфорта. Не знаю почему. На мой взгляд, в прошлом мы переживали более серьезные моменты и выстояли. Но в тот раз что-то треснуло, и я почувствовала себя раздавленной.

Мы с мужем естественным образом дополняем друг друга: он экстраверт — я интроверт; он воспринимает картинку целиком — я уделяю внимание деталям; он необычайно находчив и остроумен — я просто самурай в своей молчаливости и сдержанности. У нас одни и те же ценности: преданность, честность, добросовестность и прочее. Мы как два байдарочника, управляющие хлипкой конструкцией. Чтобы удержаться на плаву и двигаться вперед, достаточно синхронизировать действия (ценности). Но чтобы повернуть двухместную байдарку, нужно грести в противоположных направлениях, и тут как нельзя кстати оказывается умение продуктивно общаться

и договариваться — иногда врожденные различия и крайности вынуждают нас вращаться по кругу.

Казалось, наша воображаемая байдарка треснула, и мы ходили с каменными лицами, не произнося ни слова. Иногда нам удавалось натянуто улыбнуться.

Также меня очень беспокоили испорченные отношения с Коко. Правда, когда я вернулась в статус домохозяйки (хоть и пролежала какое-то время в постели), дочь сразу же простила меня и искренне радовалась, бесконечно обнимая и осыпая поцелуями.

Первым делом необходимо было как-то загладить свою вину. И я решила сделать приближающиеся праздники особенными. Мои родители не были религиозными, хотя и интересовались буддизмом и христианством. Среди смутных детских воспоминаний — наше посещение храма в Лос-Анджелесе, где я увидела много японцев, поедавших моти* и лапшу, и как мой отец какое-то время ходил в группу по изучению Библии. Но больше всего запомнились адвент-календари из магазина «Все по доллару», которые мама дарила мне и братьям. В них за картонными окошками с номерами прятались шоколадки. Я с нетерпением ждала подарка каждое Рождество, а мама питает к ним слабость до сих пор. Мне захотелось придумать похожую традицию для Коко. Я поднапрягла творческие мышцы и в ту зиму создала собственную версию адвент-календаря. Быстрый поиск в интернете — и в руках инструкции к чудесному набору коробочек в форме алмаза. Я вырезала заготовки по шаблону, сложила их и склеила двадцать пять «алмазов» из золотой, серебряной и блестящей белой бумаги. Внутрь положила вкусности и нанизала коробочки на кулинарную нить. Оставалось дожидаться Коко... Конечно, она прыгала от радости, и мы шумно открыли праздничный сезон.

А еще я начала шить подарки для друзей, которых, не желая того, отодвинула на второй план. Мне было дорого, что они с пониманием относились к вечным переносам наших договоренностей, терпели постоянные проверки мной электронной почты (если нам все-таки удавалось встретиться), откликались на мои отчаянные просьбы посидеть с ребенком в последнюю минуту. Одним я приготовила в подарок мешочки с чаем и приятными мелочами, другим — кухонные

* Моти — японская сладость в виде колобка из рисового теста. *Прим. перев.*

полотенца из самого качественного льна, который только смогла найти. Несколько вечеров посвятила их украшению маленькими элегантными стежками сашико.

Пока я упаковывала в маленькие вощеные бумажные пакетики домашнюю карамель, дом окутал сладкий запах. Это были подарки для соседей. Мне хотелось выразить признательность людям, которые поддерживали меня несмотря ни на что. Было радостно снова воссоединиться с этими маленькими сообществами.

Подкупить мужа поделками из бумаги или безделушками ручной работы не удалось бы, и я даже не пыталась. Просто ждала. Один за другим тянулись похожие дни, и мелочи жизни постепенно сглаживали острые углы. Наши отношения застыли в скучной и неинтересной на первый взгляд точке нейтралитета, но я находила в этом утешение. Мы возобновили еженедельные совместные ужины по субботам, по очереди укладывали дочь спать. Вместе с изменившимися ролями придумали и новые традиции. Прошло много времени, прежде чем в наших отношениях воцарился мир или по крайней мере ослабла напряженность.

Неожиданно болезнь снова напомнила о себе, и мое самочувствие ухудшилось. Скорее всего, причиной стал предпраздничный стресс и связанные с этим периодом завышенные ожидания. К тому же я пренебрегала ежедневными тренировками, хуже питалась. Наполнила шкафы сладостями и бездумно их поглощала. С наступлением холодов все больше бездельничала и не хотела двигаться. Спала достаточно, но засиживалась допоздна, чтобы сделать подарки вовремя. Я даже не заметила, как вернулась к старому, привычному образу жизни.

К счастью или к сожалению, уровень гормонов снова подскочил, а тело тут же отреагировало на жестокое с ним обращение. Кашель и упадок сил быстро напомнили, что я перестала заботиться о себе. Пришлось возвращаться к истокам: спать, ходить, измельчать. Это был последний шанс вскочить в поезд здоровья.

Снова мое внимание было направлено на потребности тела в тренировках и сбалансированном питании. Тем временем короткие дни декабря и января уступили место февралю. Ко Дню святого Валентина я подготовила мужу подарок, упаковала его и с опаской вручила. В нем была пара сшитых мной боксеров из бирюзового хлопка с маленькими цветными кружочками, похожими на абстрактные японские

фонарики. Муж неуклюже снял бумагу и на минуту задумался, а затем решил примерить... и они оказались малы. Я так привыкла шить крошечную одежду для Коко, что ошиблась с мерками на взрослого мужчину: боксеры налезли до середины бедра. Муж отпустил непристойную шутку и улыбнулся. Я каталась со смеху. И тут что-то лопнуло, атмосфера разрядилась. Появилась надежда, что с нами все будет в порядке.

В Японии принято дарить подарки. Это культурная традиция, которая закреплена в *гири* — обязательных для всех нормах поведения. Японцы никогда не отправляются в гости с пустыми руками и превратили данный обычай в коммерциализированный вид искусства. Повсюду вы найдете красиво упакованные подарки. Кроме того, у каждой префектуры и города есть своя визитная карточка. Например, около двух лет я жила в городе Мацусака в префектуре Миэ, и он славится коровами (которых отпаивают пивом) и хлопком цвета индиго. Поэтому практически во всех привокзальных киосках этой части страны продают аккуратно упакованные стейки с мраморной говядиной и темно-синие носовые платки. Есть регионы, известные гречневой лапшой или мандаринами. Как правило, визитной карточкой становятся гастрономические изделия. Я выросла с таким менталитетом и по-прежнему встречаю праздники в полной боевой готовности.

Но теперь подарок для меня не обязанность, а знак любви и внимания. Я долго обдумываю, что порадует человека и будет не только красивым, но и полезным. Эти принципы стали основными при создании проектов из «зимней» главы. Все изделия в ней очень простые (не хочу, чтобы вы лишали себя сна, когда засыдаете за подготовку подарков), и их легко можно видоизменить по своему усмотрению.





АДВЕНТ-КАЛЕНДАРЬ В ВИДЕ «ПЕЧЕНЬЯ» С ПРЕДСКАЗАНИЯМИ

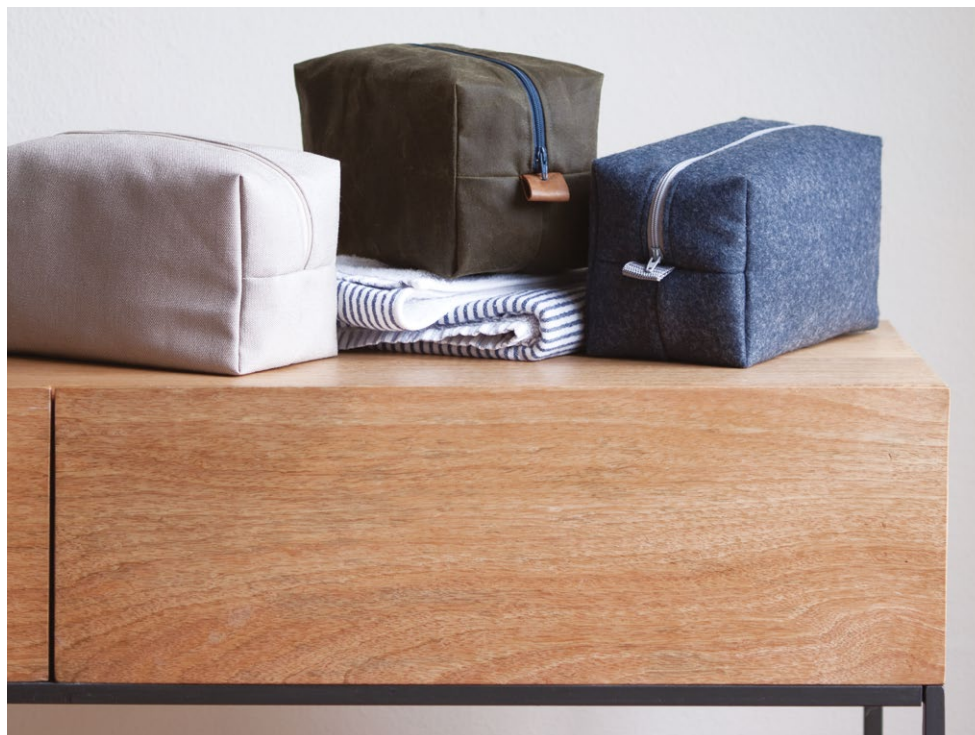
ПРАЗДНИЧНЫЙ СЕЗОН В НАШЕЙ СЕМЬЕ ОФИЦИАЛЬНО ОТКРЫВАЕТСЯ ВРУЧЕНИЕМ АДВЕНТ-КАЛЕНДАРЯ РУЧНОЙ РАБОТЫ. НАЧАЛО ЭТОЙ ТРАДИЦИИ ПОЛОЖИЛИ ТЕ БУМАЖНЫЕ «АЛМАЗЫ», И ТЕПЕРЬ КАЖДЫЙ ДЕКАБРЬ ПРИХОДИТСЯ ПРИДУМЫВАТЬ ЧТО-ТО НОВОЕ (ДА, ЭТО ТРЕБУЕТ ОПРЕДЕЛЕННЫХ УСИЛИЙ, НО Я НЕ СОБИРАЮСЬ ОТКАЗЫВАТЬСЯ). ВИДЕТЬ, КАК КОКО ВЫПРЫГИВАЕТ ИЗ ПОСТЕЛИ В ПОИСКАХ КАЛЕНДАРЯ, А ПОТОМ НЕСЕТСЯ ВВЕРХ ПО ЛЕСТНИЦЕ, ЧТОБЫ ПОДЕЛИТЬСЯ С НАМИ ПРЕДСКАЗАНИЕМ / ПОЖЕЛАНИЕМ / ИНТЕРЕСНЫМ СООБЩЕНИЕМ; НАЧИНАТЬ ДЕНЬ С РАДОСТИ, ОБЪЯТИЙ И ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ — ВСЕ ЭТО ДЕЛАЕТ МЕНЯ НЕОБЫЧАЙНО СЧАСТЛИВОЙ. Инструкция на с. 183.





НЕСЕССЕР

шить для моего мужчины нелегко. У мужа на удивление конкретные требования (типа клетчатой рубашки в стиле вестерн или брюк карго из Walmart), и на первый взгляд это облегчает задачу. Но мне очень хотелось создать для него что-то другое и тем самым повлиять на его предпочтения. Однако единственная в моей карьере швеи рубашка стала полным провалом и поставила крест на всех последующих попытках. Возможно, мужа оттолкнул зеленый шелк с каким-то грязноватым оттенком, или кривой воротник, или неаккуратная планка, которую я почему-то не пристрочила. К тому же не стоит забывать про нелепые боксеры до середины бедра. Как бы там ни было, по наводке друга я придумала полезный и универсальный мужской подарок — несессер. Инструкция на с. 185.





ГРЕЛКА

(варианты: квадрат + облако + месяц)

НАБОР ГРЕЛОК ПРЕДНАЗНАЧАЛСЯ ДЛЯ КОКО В качестве одного из праздничных сюрпризов. С наступлением холодов она неизменно придерживалась вечернего ритуала: купалась, чистила зубы, выходила из ванной в пижаме, помещала грелку в микроволновую печь на полторы минуты и ложилась в постель, поставив ноги на теплый подарок.

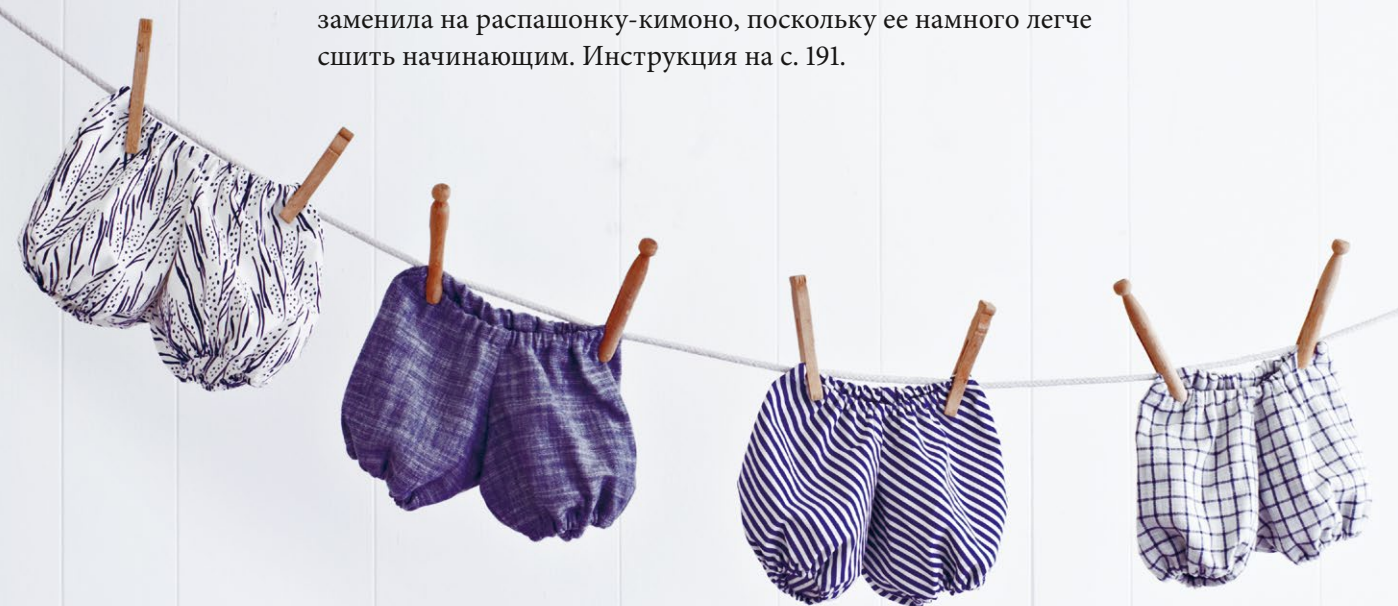
Успокоительный эффект от грелки можно усилить, добавив несколько капель эфирных масел перед нагреванием. Кстати, хорошая идея: приложить пару симпатичных пузырьков с ними к подарку. Инструкция на с. 189.





КОМПЛЕКТ ДЛЯ ГРУДНИЧКА: РАСПАШОНКА-КИМОНО И БЛУМЕРЫ

БЛИЖЕ К КОНЦУ ГОДА НА ЗАДВОРКАХ своей любимой кофейни я обнаружила небольшой магазинчик тканей. Меня охватило такое чувство, словно я наткнулась на тайник, собственный платяной шкаф, ведущий в Нарнию. Я постоянно заходила туда полюбоваться на прекрасный ассортимент и со временем подружилась с симпатичной хозяйкой магазина. Она знала, что мне нравится шить, и как-то предложила провести мастер-класс по пошиву детской одежды. На том занятии я показала версию с сарафаном и штанишками. Для книжного проекта сарафан заменила на распашонку-кимоно, поскольку ее намного легче сшить начинающим. Инструкция на с. 191.





СУМОЧКА НА МОЛНИИ В СТИЛЕ КОЛОРБЛОК

У МОИХ ДРУЗЕЙ УТОНЧЕННЫЙ ВКУС И РАЗНООБРАЗНЫЕ ИНТЕРЕСЫ. Поэтому поиски подходящего подарка для каждого из них превращаются в полноценную работу. Сумка на молнии — очень полезная вещь, ставшая для меня настоящей палочкой-выручалочкой. Тщательно продумав, какие мелочи понравятся человеку, я с огромным удовольствием наполняю ими сумочку. Ее можно сделать в разных вариантах: от гламурного клатча до держателя подгузников, безо всяких ограничений по размерам и материалам — на любой вкус. Думаю, каждый порадуетса такому подарку. Инструкция на с. 200.





The background is a repeating pattern of various floral and leaf motifs. The motifs include blue five-petaled flowers, clusters of small blue buds, sprigs of green leaves, and small pink flowers. The pattern is scattered across the entire page, creating a delicate and fresh aesthetic.

Весна



Снуд 83

Универсальная корзина (+ варианты) 85

Подставки с вышивкой сашико 87

Универсальное трикотажное платье 89



Весна. Свобода

ВЕСНА! ЕЖЕГОДНО ВСЕГО НА ДВЕ НЕДЕЛИ Сиэтл охватывает буйство вишневого цветения — и весь город превращается в большую сахарную вату. Воздух еще резковатый, но первые ласковые лучи уже наводят на мысль о летних деньках.

С момента моего досрочного выхода на пенсию, как любил выражаться муж, прошло почти двенадцать месяцев. Во время каждого осмотра врач проверяла мою щитовидную железу, аккуратно мяла горло и спрашивала, есть ли жалобы. И я раз за разом отвечала отрицательно. Она признавала, что шея в порядке, но наш эксперимент по исцелению (как мне казалось) продолжался. Я отчитывалась, сколько времени уделяла физическим упражнениям, спала, что ела, коротко рассказывала о последних творческих идеях. Мы обсуждали результаты анализов. И примерно спустя десять минут я выходила из кабинета с наказом от врача прийти на повторный прием через несколько месяцев.

Что-то внутри меня хотело (и сейчас хочет) избавиться от этой напасти, но только естественным путем. Вначале мне казалось: стоит как следует попотеть, подналечь на полезные продукты, приучиться спать как нормальный человек — и с болезнью можно распрощаться. Я верила, что фруктовые соки и зеленый чай, правильный образ жизни и отсутствие стресса превратят меня в целостную, здоровую личность. Конечно, все это в немалой степени способствует исцелению, но никаких гарантий нет и быть не может. Лучшим решением стало продолжение лечения в виде заботы о своем физическом

и эмоциональном состоянии, которая вошла в мою жизнь одновременно со словами врача «Зоб — это навсегда».

Той весной я занялась уборкой и встала на путь освобождения. Мне хотелось избавиться не только от обычного мусора, но и от всего лишнего в других сферах жизни — интеллектуальной, эмоциональной и духовной. А главное — отпустить ожидания.

Выбросив старые банки с остатками красок после летнего помешательства, я подготовилась к борьбе с чудовищем под названием «подвал». Там мне попала стопка тщательно переплетенных выкроек женской одежды. Ох, сколько времени прошло с тех пор, как я восхищалась шитьем и скупала журналы на всяких мегараспродажах. У меня накопилось около ста выпусков, все они были собраны по алфавиту — от Burda до Vogue.

Гардероб для Коко сформирован, следовательно, пора было переходить на следующий уровень и шить для себя. Для начала я подсознательно перестала покупать себе готовую одежду. Но все равно сомневалась.

Одно из самых больших препятствий, с которым я боролась всю жизнь, — мой вес. Мысль о необходимости снять с себя мерки и выписать цифры на бумагу приводила меня в ужас. Известно, что через средства массовой информации и интернет в сознании людей формируются нереалистичные стандарты красоты, в той или иной степени влияющие на каждого из нас. А в азиатской культуре они еще жестче.

Одно время я преподавала английский язык в городе Мацусака и решила провести родственников в Химедзи — это в трех-четыре часах езды на поезде. Тетя приготовила вкусный легкий обед из риса, рыбы и овощей. За столом я заметила на мизинце двоюродной сестры красную ниточку и поинтересовалась, зачем она ее завязала. Та ответила, что слишком поправилась на прошлой неделе и это напоминает ей о необходимости воздерживаться от еды. Из уважения к гостю (ко мне) она должна была присутствовать за столом, но если вдруг забывалась и тянулась за палочками, то видела ниточку и убирала руки. Моей хрупкой, изящной сестре тогда было двадцать с небольшим, на несколько лет меньше, чем мне, но рассуждения у нее были как у проницательного и умудренного опытом личного тренера. Она оглядела меня с головы до ног и заявила, что я должна поступать

так же. И вдобавок порекомендовала пользоваться отбеливающим средством, поскольку мой загар меня не красит.

Но азиатская культура не единственная причина моей нелюбви к телу. Гораздо в большей степени на меня повлияло то, что я родилась и выросла в Лос-Анджелесе, столице фальшивых голливудских ценностей. Наш дом располагался недалеко от студий. В городе я часто видела актрис, моделей и уже тогда (в те дни об интернете еще даже не слышали) остро осознавала, как отличаюсь от них. Подростковая привычка сравнивать себя с окружающими плавно перетекла во взрослую жизнь и усилилась после родов, когда изменения тела стали еще более заметными.

Страдать от неприятия собственного образа — это одно. Но как-то раз Коко отказалась надеть сшитое мной платье. «В нем я похожа на толстую, — сказала она. — Я толстая». Тогда ей было шесть. У меня внутри похолодело. Внезапно мне снова исполнилось 12 лет и я очутилась в туалете в средней школе. Тогда я уже собиралась спустить воду, но в разговоре двух девушек услышала свое имя и застыла с протянутой к кнопке рукой.

— Ты видела Санаэ?

— Да, и что с ней?

— Ты заметила, как она растолстела?

— Не говори! У нее ноги как у слона!

Они засмеялись и вышли. Почти уверена, девушки знали о моем присутствии. Вряд ли я была знакома с ними, но, так как училась по программе для одаренных студентов, чего-то подобного, наверное, следовало ожидать. Для многих детей средняя школа — арена не только бушующих гормонов, смущения и неуверенности, но и жестокости. Раньше я даже не задумывалась о своем весе, зато после того случая мое восприятие полностью изменилось. Самооценка упала, и с тех пор передо мной в зеркале была страшная девочка со слоновыми ногами.

Самое обидное, я вовсе не была толстой. Фотографии запечатлели нормального здорового ребенка 12 лет. Но невольно услышанный разговор посеял зерна, из которых выросло самоисполняющееся пророчество. Я твердо и безоговорочно поверила в то, что толстая, а значит, плохая.

Бесконечно сидела на диетах, сравнивала собственную фигуру с чужими (и всегда не в свою пользу), перестала воспринимать себя

как целостную личность и видела только отдельные части тела. «Боже, у меня ноги толще, а мы с ней одинакового роста», — паниковала я. «Все, больше никаких десертов! Только свекла!» — давала себе обещание, узнав от подруги про волшебное очищение этим овощем. Я питалась все хуже и хуже и ко второму году обучения в колледже набрала больше, чем первокурсники, заедающие тоску по дому, хотя мой размер никогда не превышал 10*. А когда вас окружают начинающие актрисы с размером 0** (который, казалось, был стандартным в Лос-Анджелесе), 10-й кажется просто гигантским.

На интеллектуальном уровне я осознавала, что никакая не толстая и женщины из рекламы обработаны в Photoshop до неузнаваемости. Однако между пониманием и принятием огромная пропасть. В тот день, когда моя сладкая худенькая Коко отбросила платье, стало ясно: нужны радикальные меры. Видимо, каким-то образом я неосознанно переносила свои проблемы с телом на нее. Мне нужно было сделать усилие: научиться гордиться собой — такой, какая есть, — и тогда Коко, наблюдая за мной каждый день, тоже обрела бы уверенность в себе, научилась быть здоровой, сильной и красивой независимо от размера. Если бы я не подала ей пример принятия себя в качестве девочки, женщины, человека, то откуда она поняла бы это и усвоила? Совсем скоро я перестала бы быть образцом для подражания Коко, и дочка развернулась бы в сторону сверстников. В нашу эпоху напускной безупречности не приходится удивляться, что шестилетняя девочка обеспокоена своей внешностью. Вряд ли я повлияла бы на ее самовосприятие в будущем, но вполне могла посеять правильные семена и надеяться на лучшее.

Итак, нужно было начать с себя и пересмотреть убеждения о своем теле. Для начала я сняла мерки с груди, талии, бедер, ягодиц и рук. Поежилась от параметров, но записала и посмотрела на них. Спустя некоторое время они превратились в безобидные рисунки на бумаге, просто цифры, а не суждения. Затем я перебрала выкройки и приглядела асимметричную трикотажную футболку. Кажется, она несложная и весьма привлекательная. Я сшила ее, сделала как могла селфи — без

* Российский 48-й размер. *Прим. перев.*

** Российский 38-й размер. *Прим. перев.*

макияжа и укладки (с волосами, собранными в неаккуратный хвост) — и разместила фото в своем блоге. Еще немного съежилась.

Как когда-то с одеждой Коко, я дала себе слово регулярно шить взрослую одежду и выставлять «отчеты» в интернете — по возможности каждую неделю. Там уже нельзя было ничего изменить, ни одной буквы. Я рассказывала о размере, который мне подходит; о своих ощущениях в одежде (даже сшитой не мной); о своем прогрессе; о том, как перестать производить впечатление на людей или соответствовать придуманным ими стандартам. Я хотела найти свой стиль без следования трендам. Он должен был полностью стать следствием собственных решений о том, что мне подходит.

«Мама, мне так нравятся твои ноги, они такие красивые!» — сказала Коко во время моей примерки только что сшитого платья спустя несколько месяцев от начала одиссеи по созданию гардероба для себя. «Они как гигантские кабачки!» — я замерла с платьем на голове. А потом прыснула от смеха и не могла остановиться, потому что это была чистая правда. Никакие упражнения не изменят генетически обусловленную форму моих ног, но благодаря нескольким месяцам шитья для себя я перестала из-за нее переживать. После случая в туалете в седьмом классе мной был пройден долгий путь. Гордая и польщенная, я обняла свою дочку, девочку, восхитившуюся моими сильными и крепкими ногами.

Но не буду вас обманывать: я все еще на пути к безусловному принятию своего тела и любви к нему. У меня до сих пор случаются приступы неуверенности, а многие швейные попытки заканчиваются неудачей. Бывает, я чувствую себя толстой или страдаю от ПМС и целый день не хочу вылезать из пижамы. Но все же пошив одежды полностью изменил мое отношение к собственному телу. Я почти избавилась от самокритики, тревожность при примерке испарилась, поскольку теперь в моих силах влиять на посадку изделия. Для этого нужно только проанализировать и понять, как можно улучшить крой и качество.

Поиск собственного стиля — не менее увлекательный процесс. Я вдруг поняла (и это большой прогресс!), что мне нравятся платья, хотя всю жизнь не носила их из-за комплексов. Я подсознательно избегаю архитектурного кроя со сложными элементами отделки, хотя это могло бы быть интересным. Мой выбор — трикотаж, но не думайте, что

меня привлекает мешковатая одежда. Я постоянно стараюсь нащупать границы комфорта и стиля. И кажется, медленно, но верно к ним приближаюсь. Мое основное достижение — я больше не пытаюсь шить одежду, которая сделает меня стройнее. И, глядя на каждое готовое изделие ручной работы, задаю один вопрос: «Радует ли оно меня?»

Теперь у меня есть незатейливый «бесконечный» шарф для маскировки потенциального зоба (и пара солнцезащитных очков на случай, если понадобится скрыть выпученные глаза); тканевая корзина, помогающая сохранять порядок; милая подставка под горячий напиток для созерцательно-дневниковых моментов и, конечно же, удобное, но стильное трикотажное платье. И я готова. Готова сказать себе: «Ты замечательная!» И надеюсь, благодаря этому чувству внутри смогу донести до Коко и всех молодых женщин вокруг одну важную вещь, которую всегда хотела услышать: вы прекрасны такие, какие есть.







СНУД

ДАЖЕ ПРОСТОЙ ШАРФ МОЖЕТ ПРИДАТЬ ОБРАЗУ особую привлекательность. Для того чтобы носить снуд, не нужно никаких премудростей. Это-то мне и нравится. Достаточно намотать его вокруг шеи в один или два оборота — и готово! Обычные шарфы можно драпировать, завязывать в красивые узлы, укладывать их концы на разных уровнях... Вариантов множество. Конечно, выбор — это прекрасно, но снуд — отличный пример того, как ограничения освобождают пространство в голове, столь необходимое и часто занятое ненужным процессом принятия решений. Безо всяких усилий с этим шарфом вы будете выглядеть потрясающе. Инструкция на с. 204.





УНИВЕРСАЛЬНАЯ КОРЗИНА

(варианты: с ручками + с цветными вставками)

УБОРКА ДЛЯ МЕНЯ НАСТОЯЩАЯ ПЫТКА. Отчищать, пылесосить, протирать пыль, стирать... Я только и ищу предлог, чтобы отложить все на завтра и сесть за шитье. Но вот организация пространства — совсем другое дело. В систематизации, избавлении от лишнего, сортировке и повышении продуктивности мне нет равных! Я размышляла, как отпустить все, что тянет меня в прошлое, и одновременно делала традиционную весеннюю уборку, искренне наслаждаясь изменениями в своей жизни. Эти тканевые корзины — своего рода сосуды, которые берегут мою любовь к систематизации и порядку. Инструкция на с. 207.







ПОДСТАВКИ С ВЫШИВКОЙ САШИКО

У МОЕЙ ДОЧЕРИ ЕСТЬ ДВЕ ЛУЧШИЕ ПОДРУГИ, КОТОРЫХ она знает с рождения. Я познакомилась с их мамами во втором триместре беременности, и наша троица сразу нашла общий язык. Пока мы ходили вразвалочку и ждали появления на свет детей, зародилась традиция, которая с нами уже почти десятилетие.

Каждый месяц мы собираемся у кого-то дома, чередуя обязанности хозяйки. Для взрослых непременно завариваем хороший чай, а детей угощаем вкусностями. Даже в самые загруженные периоды мы находим время на общение, и эти незатейливые подставки напоминают мне о наших встречах, дружбе и приятных традициях. Инструкция на с. 213.



УНИВЕРСАЛЬНОЕ ТРИКОТАЖНОЕ ПЛАТЬЕ

МНЕ ПОТРЕБОВАЛОСЬ ВРЕМЯ, ЧТОБЫ НАБРАТЬСЯ СМЕЛОСТИ и начать шить для себя. Но стоило это сделать, и я уже не могла остановиться. Как выяснилось, мне нравятся простые сдержанные платья без излишеств и вычурности. В одежде для меня главное — удобство. Начав создавать ее для себя, я перепробовала много разных моделей платьев, но самым любимым, которое ношу постоянно, остается минималистичное трикотажное. Именно такое предлагаю вам сшить из джерси. Мне потребовались миллионы попыток, чтобы подобрать стиль для своей нестандартной фигуры, и то поиски продолжаются. Практиковаться и осваивать новое невероятно интересно, и я надеюсь, что вы последуете моему примеру. Инструкция на с. 217.





Эпилог

СЕЙЧАС, КОГДА Я ПИШУ ЭТИ СТРОКИ, прошло уже три года со дня увольнения. Моя жизнь кардинально изменилась. Работа щитовидной железы восстановилась, но мне нельзя ни на шаг отступать от своего пути к здоровью. Я вкладываю много усилий в поддержание и укрепление взаимоотношений с близкими — через семейные традиции и встречи раз в неделю с друзьями. Ежедневно занимаюсь творчеством. Не всегда все получается, но каждое утро просыпаюсь с огромным желанием попробовать что-то новое.

Я создала более трехсот вещей для себя и Коко, но все равно, хоть и рада успехам, постоянно осмысливаю свой путь в шитье. Важно, чтобы это было осознанное занятие, а не бесперебойное производство. У дочки уже столько одежды, что во время наших редких походов по магазинам за бельем или носками она даже не смотрит на полки. Кроме двух футболок и пары трикотажных капри, купленных в спонтанной поездке (в которую мы даже не взяли зубные щетки), за последние тридцать шесть месяцев я не приобрела для нас ни одной вещи. Пожалуй, для меня, как для бывшего шопоголика, это важная перемена.

Как-то раз Коко спросила: «Мама, раз нет ничего идеального, почему это слово существует?» Хороший вопрос. У меня нет ответа, но я рада, что дочка уже усвоила: ничто не идеально. Думаю, это правильный подход. Надо и самой его придерживаться.

В процессе своего кардинального преобразования с невероятной поддержкой моих друзей и семьи я пришла к выводу, что все

дело в привычках. У силы воли есть ограничения, и она к тому же недолговечна. Так, когда я пыталась держать себя в узде, ситуация ухудшалась — причем не только со здоровьем, но и со всем остальным, — и появлялось разочарование. А стоило мне превратить нечто важное в привычку, как дни стали более наполненными. Не обязательно легче (хотя привычки многое упрощают), но точно богаче.

Я написала эту книгу, втайне надеясь, что старинное искусство шитья войдет у вас в привычку. Оказалось, оно многому учит. Нелегко сделать первый шаг, нужна решимость. Но как только я беру ткань и начинаю утужить, у меня тут же появляется желание перейти к следующему этапу — построению выкройки. Мне не хочется заправлять нить в швейную машину, но стоит это сделать — и уже не терпится шить. Я опытный прокрастинатор и могу провести целый день, придумывая отговорки, чтобы не приступить к миллионам живущих у меня в голове проектов. Отсюда вывод: если ждать, когда появится желание, никогда ничего не сделаешь. Как говорил Литтл Ричард*, «немного чего-то, конечно, лучше, чем много ничего, детка». Мое маленькое «что-то» привело к появлению более трехсот предметов одежды.

Во всем нужно соблюдать последовательность — это главное. Конечно, всегда можно пойти коротким путем и сократить процесс с помощью разных хитростей, но для создания качественного изделия требуется время. Это необыкновенное удовольствие — переходить от одного шага к другому, добавляя новые элементы. Плоский двумерный кусок ткани превращается в объемную сумку, или цветок, или платье. И это настоящее волшебство. Шитье как ничто другое учит терпению, а стоящие вещи требуют времени. У моей мамы есть любимая японская поговорка *Chiri mot sumore ba, yama ni naru*, что переводится как «Даже пылинки могут стать могучими горами».

Ошибки часто (чаще, чем хотелось бы) вынуждают меня останавливать работу и переделывать. И в этом нет ничего плохого. Ошибки важны. Но важны только тогда, когда из них извлекается урок. Я стараюсь принимать, что они учат смирению и ограничениям, и в то же время не хочу вспоминать о них. Немало повозившись с переделками, я выработала свой творческий метод в изготовлении вещей,

* Литтл Ричард — американский певец, композитор, пианист, стоявший у истоков рок-н-ролла. *Прим. ред.*

и с каждым завершенным проектом моя уверенность в собственных силах растет. Практика, практика и еще раз практика.

Шитье помогает снизить темп в нашем безумном мире и обрести самого себя. Мне это очень нравится. Я беру кусочек ткани и аккуратно укладываю его под прижимную лапку. Опускаю ее и иглу, ставлю правую ногу на педаль. Пальцами придерживаю ткань. Нажимаю на педаль — и иголка движется, машинка гудит. Мысли блуждают. Я проверяю шов, обрезаю нитки и повторяю. В моей душе — глубокий покой. Я не хочу быть где-то еще, делать что-то другое. Как и сама жизнь, потихоньку из ничего создаю нечто прекрасное и значимое, а передо мной — бесконечное количество путей и источников вдохновения, стоит только принять их. И даже препятствия часто идут на пользу: помогают быстрее достичь заветного, если, конечно, я не гонюсь за совершенством и не питаю чрезмерных ожиданий. В этом — мое счастье.

И вам я желаю швейного счастья!





ЧАСТЬ II

ИНСТРУКЦИИ





Основы шитья

КОГДА МЫ СОБИРАЕМСЯ ЗАНЯТЬСЯ НОВЫМ для себя рукоделием, глаза загораются и хочется купить каждое приспособление или новейший гаджет, без которых, кажется, не обойтись. Но я еще раз повторю: для шитья вам понадобится лишь несколько основных инструментов и принадлежностей. Может быть, вначале и мой список покажется длинным, но большинство вещей не занимают много места, зато станут верными спутниками в ваших швейных приключениях. За годы занятий шитьем я, наверное, скупил все возможные принадлежности. Думаю, из них получился бы бегемот размером с Кинг-Конга. Однако со временем я избавилась от лишних и бесполезных вещей: оставила только те, что действительно облегчают процесс. И в книге привожу собственный список швейных инструментов, проверенный годами практики. Вы же можете изучить и другие источники и ориентироваться на них. Найти принадлежности, с которыми будет удобно работать, уже половина дела.

РАБОЧЕЕ МЕСТО

Естественно, для шитья вам понадобится «мастерская», причем ею может стать как обычный кухонный стол, так и специально оборудованная студия в стиле лофт с прыгающими на стенах солнечными

зайчиками. Я, например, одно время шила даже в кладовке в одной из крошечных съемных квартир. Вот мой список вещей, которые необходимы на рабочем месте.

ШВЕЙНАЯ МАШИНА понадобится практически для всех проектов в этой книге. Не гонитесь за чем-то сверхъестественным: достаточно, чтобы она умела делать прямую строчку и зигзаг. Я сама, например, первые несколько лет шила на машинке Singer, купленной за 50 долларов в Target. Она меня полностью устраивала и до сих пор хранится как запасной вариант.

В проектах, предусматривающих работу с трикотажем, я часто упоминаю оверлок, но, поверьте, вы прекрасно справитесь и без него.

ЛАПКИ ДЛЯ ШВЕЙНЫХ МАШИН. В большинстве случаев будет достаточно одной-единственной универсальной лапки. Исключение — втачивание молнии. Здесь понадобится специальная лапка для ее вшивания (хотя некоторые считают, что и она не нужна). Однажды я случайно наткнулась на просто волшебную тефлоновую лапку, с которой намного приятнее шить скользящие или прилипающие материалы: кожу, воощеный канвас и ламинированный хлопок. Но сразу замечу, что и она совсем не обязательна. Если вы надумаете сшить фартук с регулируемыми лямками, можно купить лапку для обметывания петель. Некоторые модели машин поставляются со специальной лапкой, которая имитирует оверлочный шов. По идее, она может пригодиться, но это уже на ваше усмотрение. Стартовый набор лапок, который выручит вас в большинстве ситуаций: универсальная, для вшивания молнии и для обметывания петель.

МАШИННЫЕ ИГЛЫ. В вашем арсенале должно быть два типа игл: универсальные и для трикотажа. Иглы для трикотажа имеют закругленный кончик и маркируются ballpoint, «джерси» (jersey) или «стретч» (stretch). Если вы планируете делать в своих изделиях вставки из натуральной кожи или кожзаменителя (а я не представляю свои работы

НА СЛЕДУЮЩЕЙ СТРАНИЦЕ. 1. САНТИМЕТРОВАЯ ЛЕНТА. 2. ИГЛЫ ДЛЯ РУЧНОГО ШИТЬЯ. 3. НИТКИ. 4. СНИППЕРЫ*. 5. МАШИННЫЕ ИГЛЫ. 6. МЕЛОВЫЕ КАРАНДАШИ. 7. РАСПАРЫВАТЕЛЬ. 8. НОЖНИЦЫ. 9. БУЛАВКИ. 10. ПОРТНОВСКИЙ МЕЛ. 11. ДИСКОВЫЙ РАСКРОЙНЫЙ НОЖ. 12. ЛИНЕЙКИ.

* Снимперы — небольшие ножницы для обрезания нитей, распарывания строчек, прорезывания петель. *Прим. ред.*





без них), понадобится еще и специальная игла для кожи. Она большая и крепкая, за счет чего легко проходит через плотные слои материала.

ИГЛЫ ДЛЯ РУЧНОГО ШИТЬЯ. Я предпочитаю с большим ушком, поскольку зрение уже не то, что прежде. И обычно сразу покупаю набор с ручными иглами разной длины. Здесь, пожалуй, больше нечего добавить.

БУЛАВКИ. С металлической головкой, стеклянной, в виде цветка... Каких только нет! Выбирайте те, что покажутся вам удобными, поскольку скалывать куски ткани придется довольно часто.

ИГОЛЬНИЦА ОБЫЧНАЯ/МАГНИТНАЯ. Итак, вы обзавелись красивыми булавками, и нужно подумать, как их хранить. На мой взгляд, наиболее подходящий вариант — магнитная игольница, но тем не менее под рукой у меня всегда есть и две-три обычных.

КЛИПСЫ/ЗАЖИМЫ ДЛЯ ФИКСАЦИИ ТКАНИ. Это «родственники» булавок, предметы не первой необходимости, но весьма полезные. Клипсы облегчают работу с молниями, косыми бейками, а также тканями, на которых остаются следы от булавок (трикотаж, вощеный канвас, кожа и прочее).

НИТКИ. Для меня не столь важен тип ниток, точнее, материал, из которого они изготовлены. Я предпочитаю сосредоточиться на их цвете. Универсальные полиэстеровые нитки — оптимальный выбор в большинстве ситуаций.

ПРЕДМЕТЫ НА СТРАНИЦЕ СПРАВА: 1. РАЗДВИЖНАЯ ПАТРОНКА ДЛЯ РАЗМЕТКИ ПУГОВИЦ. 2. ШИЛО. 3. ИГЛА ДЛЯ ПРОТЯГИВАНИЯ ШНУРА. 4. ПОРТНОВСКАЯ ЛИНЕЙКА ДЛЯ РАЗМЕТКИ. 5. УСТРОЙСТВА ДЛЯ ИЗГОТОВЛЕНИЯ КОСОЙ БЕЙКИ.



1.

2.

3.

4.

5.





НИТЕОБРЕЗАТЕЛЬ. В процессе работы придется отрезать много ниток, поэтому обязательно подготовьте маленькие острые ножницы.

РАСПАРЫВАТЕЛЬ. Даже не обсуждается.

КОЛЫШЕК ДЛЯ ВЫВОРАЧИВАНИЯ УГОЛКОВ. Вам понадобится в меру заостренный инструмент, чтобы выворачивать и придавать форму уголкам одежды, сумок и так далее. Я приспособила для этого деревянный кончик маленькой кисти, но есть множество других вариантов, например палочки для еды.

ИГЛА ДЛЯ ПРОТЯГИВАНИЯ ШНУРА / АНГЛИЙСКАЯ БУЛАВКА. Эта игла, чем-то напоминающая пинцет, служит для продевания резинки/шнура в кулиску. Вместо нее также можно использовать английскую булавку.

ИГЛА ДЛЯ ВЫВОРАЧИВАНИЯ РУЛИКОВ. Приспособление, напоминающее палочку для пуска мыльных пузырей с крючком на другом конце, придется весьма кстати, когда вам понадобится вывернуть узкие детали.

РАСКРОЙНЫЙ СТОЛ

Со временем вы научитесь легко и с удовольствием кроить ткань, а это, осмелюсь заявить, самое важное в шитье. «Семь раз отмерь, один отрежь» говорят не зря: нет более печального зрелища, чем испорченный на данном этапе красивый материал. Вам нужна большая поверхность, на которой удастся ровно разложить ткань. Кроить можно и на обеденном столе (мы уже о нем говорили), и на полу, и на расшатанном раскройном столе, как я. Далее расскажу об инструментах, которые при этом нужны.

ОПИСАНИЕ ФОТОГРАФИЙ НА СТРАНИЦЕ СЛЕВА. 1. СТАРИННЫЙ ЯПОНСКИЙ НИТЕОБРЕЗАТЕЛЬ. 2. ПОРТНОВСКИЕ НОЖНИЦЫ. 3. ЯПОНСКИЕ СНИППЕРЫ. 4. МАЛЕНЬКИЕ ВЫШИВАЛЬНЫЕ НОЖНИЦЫ. 5. РАСКРОЙНЫЙ НОЖ.

ПОРТНОВСКИЕ НОЖНИЦЫ. Если вы не хотите, чтобы руки после нарезки материала превратились в клешни, купите ножницы с изогнутой ручкой (я предпочитаю продукцию Gingher). Они предназначены исключительно для раскроя ткани и от бумаги моментально затупятся.

РАСКРОЙНЫЙ (ДИСКОВЫЙ) НОЖ. Я не фанат этого приспособления, и если пользуюсь им, то в основном для изготовления косой бейки и обтачки. Но суперострым круглым лезвием удобно делать прямые разрезы (что, собственно говоря, и потребуется от вас в большинстве проектов моей книги).

ФЕСТОННЫЕ НОЖНИЦЫ (ЗИГЗАГ). Глядя на зубчатые кончики этого инструмента, вы можете принять его за орудие пыток. На самом деле ножницы позволяют легко обработать край среза так, чтобы ткань не осыпалась. Фестонные ножницы пригодятся вам, например, в проекте «Несессер» (с. 185).

МАТ ДЛЯ РЕЗКИ (КОВРИК ДЛЯ РАСКРОЯ). Советую вам приобрести самовосстанавливающийся коврик — самый большой, какой можете себе позволить, — это невероятно полезная вещь. На нем удобно резать раскройным ножом, измерять отрезки ткани благодаря нанесенной на его поверхность сантиметровой сетке. Кроме того, ткань как бы прилипает к мату и почти не смещается.

ПОРТНОВСКИЕ ЛЕКАЛА. Вы наверняка видели эти прозрачные пластиковые линейки с разметкой. Портновские лекала — неотъемлемый элемент чертежного набора, о котором я расскажу чуть позже, а сейчас только отмечу: кроить дисковым ножом с их помощью — сплошное удовольствие.

МАРКИРОВОЧНЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ. В моем арсенале есть приспособления для маркировки от разных производителей (любимый бренд — Clover) во всевозможных формах: от портновского мела до самоисчезающих маркеров и механических меловых карандашей. Испробуйте в работе несколько вариантов и определите, что вам нравится. Советую сразу приобрести приспособления для маркировки и темного, и светлого цвета.

ФИКСИРУЮЩИЕ ГРУЗИКИ ДЛЯ ВЫКРОЙКИ. Кажется, производители швейных принадлежностей выпускают фирменные грузики, но в моем

арсенале это единственная вещь не из специализированного магазина, а хозяйственного. Я покупаю большие металлические шайбы и использую их по отдельности или стопочкой. Мои импровизированные грузики отлично удерживают выкройку в процессе переноса ее на ткань.

ГЛАДИЛЬНАЯ СИСТЕМА

Не могу не рассказать про глажение, или утюжку, как говорят настоящие портнихи. От того, как вы приложите горячий утюг к изделию, зависит, чем оно станет в итоге: конфеткой или кошмаром. Ну хорошо, я немного преувеличиваю, но если вы хотите получить достойный результат, то научитесь правильно утюжить.

УТЮГ. Нет смысла покупать очень дорогой прибор. Мой утюг обошелся мне в 100 долларов, и я очень довольна. Функция подачи пара — это приятный бонус, но не столь существенный, ведь всегда можно использовать обычный пульверизатор с водой. Обратите внимание: утюг нужно постепенно переставлять по ткани, а не скользить им взад-вперед. Прижмите его к нужному месту на несколько секунд, затем перенесите на соседнее и снова прижмите.

ГЛАДИЛЬНАЯ ДОСКА. Гладильные доски бывают разные — и совсем маленькие, легко помещающиеся за дверью, и гигантские для промышленного использования (как в химчистках). При выборе модели руководствуйтесь своими целями и учитывайте размеры помещения. Например, во время съемок проп-стилисты* для имитации гладильной доски иногда используют просто большой лист фанеры, на который кладут ватин, а сверху хлопчатобумажную ткань.

Мне больше нравятся широкие модели, хотя моей самой любимой остается встроенная деревянная доска, изготовленная еще в 1930-х

* Проп-стилист — специалист по созданию композиций для предметной съемки в коммерческих целях. *Прим. ред.*

годах и сохранившаяся до нашего времени в прекрасном состоянии, из той квартиры, где я шила в кладовке.

ПОРТНОВСКАЯ ЛИНЕЙКА ДЛЯ РАЗМЕТКИ. Этими маленькими металлическими линейками я намечаю линию низа изделий и подгибки. Пластиковый бегунок позволяет рассчитать припуски на швы. Без этих приспособлений я как без рук, поэтому держу один рядом со швейной машиной, а другой у гладильной системы.

ПРОУТЮЖИЛЬНИК. Мне нравятся сетчатые синтетические варианты, через которые все видно, но их можно заменить и органзой. Внимательно выставляйте температурный режим. Хотя проутюжильник и предназначен для защиты ткани, с которой вы работаете, он может расплавиться сам.

ПОРТНОВСКИЕ «ОКОРОК» И ВАЛИК ДЛЯ РУКАВОВ. Эти дополнительные приспособления значительно облегчат вам работу. С их помощью вы разгладите любые швы и узкие фрагменты одежды.

ЧЕРТЕЖНЫЙ НАБОР

Я не стала включать в эту книгу выкройки и шаблоны, поэтому при работе над каждым проектом вам придется уделить немного времени черчению. Не пугайтесь: все, что вам нужно, — это провести прямые линии и лишь иногда несколько кривых. Ниже перечислены необходимые принадлежности, с которыми построение выкроек станет легким и понятным.

БУМАГА ДЛЯ ВЫКРОЕК. Она понадобится для всех описанных здесь проектов. Вы можете использовать мою любимую разновидность: кальку — белоснежную, тонкую, прозрачную и при этом прочную

ОПИСАНИЕ ПРЕДМЕТОВ НА СТРАНИЦЕ СПРАВА. 1. МЕЛОВЫЕ
КАРАНДАШИ. 2. ПОРТНОВСКИЙ МЕЛ. 3. МЕЛОВОЙ МАРКЕР.



1.



2.



3.



настолько, что ее даже сшивают. Присмотритесь также к рулонам коричневой крафт-бумаги. Еще один вариант — большие листы кальки из магазинов для художников, которые легко склеить между собой. В отделе с детскими товарами IKEA вы найдете рулоны белой бумаги для рисования, тоже прекрасно подходящие для выкроек.

КАРАНДАШ. Подойдет любой карандаш, какой окажется под рукой. Я чаще всего пользуюсь механическим.

ЛАСТИК. Не имеет значения, стираете вы вспомогательные линии или оставляете, — ластик пригодится в любом случае.

РУЧКА. Все детали выкройки имеют свои обозначения. Возможно, вам хватит и карандаша, но я предпочитаю делать маркировку ручкой. «Распашонка — Полочка — 2 шт.» — мой последний штрих в подготовке детали. Это чисто психологическое.

ЛИНЕЙКА. Подойдет любая. Мне нравится линейка с двойной системой обозначений — метрической и имперской.

САНТИМЕТРОВАЯ ЛЕНТА. Это приспособление из ткани или винила служит для снятия мерок и измерения любых объемных или изогнутых объектов.

НОЖНИЦЫ. Для выкроек вам понадобятся отдельные ножницы. Никогда не режьте бумагу ножницами для ткани — не успеете оглянуться, как испортите лезвия.

КЛЕЙКАЯ ЛЕНТА. У меня впечатляющие запасы скотча, но в безвыходных ситуациях я скрепляю сердце пользуюсь васи-лентой* (глаз радуется, а кошелек плачет). Она очень выручает, когда приходится изменять выкройку или скреплять несколько листов бумаги для построения больших деталей.

* Васи-лента — японская декоративная самоклеящаяся лента. *Прим. ред.*

САМЫЕ РАСПРОСТРАНЕННЫЕ ВИДЫ ТКАНИ

Ниже я описала ткани, с которыми люблю работать больше всего. Упоминания о них будут периодически появляться на страницах этой книги.

хлопок. Я называю его многоцелевым материалом. Среди всех разновидностей хлопчатобумажных тканей мне больше нравятся те, которые предназначены для пошива одежды, — вуаль или батист. Бязь, ситец и так далее я не люблю, потому что они плохо драпируются. Хотя, конечно, выбор ткани зависит от особенностей проекта.

МУСЛИН (ДВОЙНАЯ МАРЛЕВКА). Этот материал, состоящий из двух тончайших слоев хлопчатобумажной ткани, придумали японские текстильные гении. Он просто чудесный — воздушный, удобный и, да, полупрозрачный.

КОЖА (НАТУРАЛЬНАЯ/ИСКУССТВЕННАЯ). Знаю, сейчас много споров относительно использования натуральной кожи (выделанных шкур животных), но чисто с практической и эстетической точки зрения детали из нее — прекрасное дополнение к изделиям из моей книги. С ней легко работать, потому что она не осыпается. А приноровившись к ее особенностям (этот материал, как правило, немного растягивается), вы будете справляться с шитьем из нее на раз-два. Если натуральная кожа все же вызывает у вас сопротивление, ищите варианты среди множества кожзаменителей. При описании проектов я буду использовать термин «кожа» без пояснений — натуральная или искусственная. Выбирайте то, что вам нравится.

ТРИКОТАЖ (ИЛИ ЭЛАСТИЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ). И как люди раньше жили без футболок? Мне этого никогда не понять. У трикотажа, как и у других материалов, много разновидностей, отличающихся по весу, текстуре, составу, способности к драпировке. В отличие от тканей полотняного переплетения (льняных или хлопчатобумажных), он обладает хорошей растяжимостью. Еще одно важное свойство трикотажа — его упругость, способность восстанавливать первоначальную форму после растяжения или смятия.

ЛЕН. Эту ткань с узловой поверхностью вырабатывают из льна — растения семейства льновых, и я считаю, что среди материалов ему нет равных.

ВОЩЕНый КАНВАС. Очень модный сейчас материал, из которого получаются красивые и прочные изделия и одежда. Канвас — хлопчатобумажное полотно, пропитанное воском. За счет этого материал обладает водоотталкивающими свойствами и прекрасно подходит для пошива верхней одежды.

НАТУРАЛЬНЫЙ ФЕТР. Помните поделки из этого материала, которые делали в начальной школе? Я предлагаю вам использовать более качественные его варианты — чистошерстяной или полушерстяной. Натуральный фетр плотнее и прочнее, и работать с ним намного приятнее.

Для создания проектов из книги выбирайте любые ткани, которые нравятся. Не бойтесь экспериментировать — без этого вы не получите удовольствие от процесса шитья. Если на первых порах меня пугала сама мысль о работе с трикотажем, то со временем я оценила его по достоинству: он не требует идеальной точности, а результат все равно превосходит ожидания. При пошиве одежды, в частности, мне нравится, что из этого материала получаются удобные и практичные в носке вещи. Если кто-то из вас еще в раздумьях относительно трикотажа (и хочется, и колется!), воспользуйтесь небольшими подсказками и моими методами работы с ним, описанными в разделе «Полезные термины + приемы».

ПОЛЕЗНЫЕ ТЕРМИНЫ + ПРИЕМЫ

В этом разделе я описала основные швейные термины и приемы, знание которых пригодится в процессе работы с книгой. Естественно, это не окончательный список.

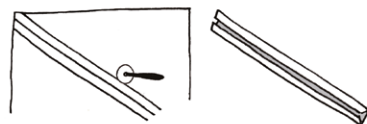
ЗАКРЕПЛЕНИЕ НИТЕЙ (ЗАКРЕПКА). Не всегда, но во многих случаях в начале и в конце шва важно закрепить нити. Исключение составляют случаи, когда нужно просто присборить ткань, например при

изготовлении юбки. Для формирования закрепки сделайте несколько стежков, затем нажмите на швейной машине клавишу (рычажок или кнопку в зависимости от модели) реверса — шитья обратным ходом — и проложите строчку назад. На мой взгляд, достаточно 4–5 стежков. Эта операция соответствует ручному закреплению нити с помощью узелка. Без нее шов может распуститься, и весь ваш труд пойдет насмарку.

НАМЕТОЧНЫЙ ШОВ предназначен для временного соединения деталей ткани. Его можно сделать на машинке, установив максимальную длину стежка, или вручную.



КОСАЯ БЕЙКА представляет собой тонкую полоску ткани, выкроенную под углом 45°. Это позволяет ей лучше растягиваться, она становится податливее и хорошо подходит для обработки припусков и неровных краев — пройм, горловин. Для изготовления косой бейки существуют специальные приспособления, но можно справиться и без них. Просто согните полоску ткани пополам изнанкой внутрь и заутюжьте, затем подверните оба края к линии сгиба (к изнаночной стороне) и снова заутюжьте. Косая бейка готова.



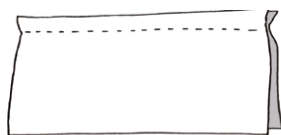
ОТСТРОЧКА. Это еще один термин, к которому я часто обращаюсь в книге. Отстрочка — прямая строчка практически у самого края изделия: на расстоянии 3 мм и меньше. Многие относят ее к декоративным, но в описанных здесь проектах она служит скорее для закрепления или завершения рукавов и низа вещи. По технологии выполнять ее нужно с лицевой стороны изделия для получения равномерной строчки (стежки, проложенные с изнанки, обычно выглядят менее однородными; хотя, если подрегулировать натяжение, их можно немного выровнять). Но я, собственно говоря, не следуя этому правилу и работаю с изнанкой (не знаю, или я совсем не умею

заутюживать подгибы, или не могу проложить строчку прямо, но когда обрабатываю рукава или низ с лицевой стороны, то результат оставляет желать лучшего). Если хотите, можете последовать моему примеру.

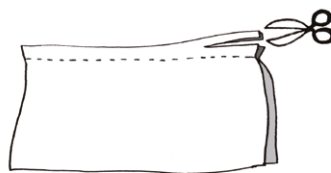
ДЕКАТИРОВАНИЕ ТКАНИ ПЕРЕД РАСКРОЕМ. Постирайте и высушите ткани, с которыми собираетесь работать. Хорошо проутюжьте их до перенесения выкройки. Это универсальное правило подготовки всех материалов, кроме таких, как воощенный канвас, кожа и натуральный фетр.

ОБРАБОТКА СРЕЗОВ. Края многих тканей, в том числе хлопка и льна, могут обтрепаться. Чтобы они не осыпались и не раздражали вас торчащими нитями, их нужно обработать. Первый способ — подрезать края фестонными ножницами; второй — выполнить зигзагообразный или французский шов; третий (мой любимый) — обметать оверлоком, если он у вас есть. Существуют и другие методы обработки, но я не буду сейчас их рассматривать. Некоторые материалы, которые понадобятся вам в проектах, в частности трикотаж, натуральный фетр и кожа, не осыпаются. Если хотите, можете оставить их края необработанными.

ФРАНЦУЗСКИЙ (ДВОЙНОЙ) ШОВ. Сделать французский шов совсем не сложно. Сложите детали изнаночными сторонами внутрь и проложите прямую строчку на расстоянии примерно 6 мм (в зависимости от проекта) от края.

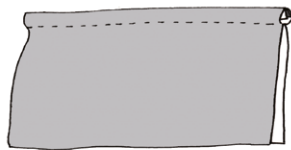


Подрежьте припуски. Я стараюсь оставлять не более 3 мм, потому что у меня после стачивания края становятся похожи на бахрому. Но это, конечно, на ваше усмотрение.



Заутюжьте шов. Затем сложите детали лицевыми сторонами внутрь. Приутюжьте. Проложите прямую строчку на расстоянии 0,3 см от сгиба: все необработанные края спрячутся внутри шва.

Заутюжьте на любую сторону — и все готово!

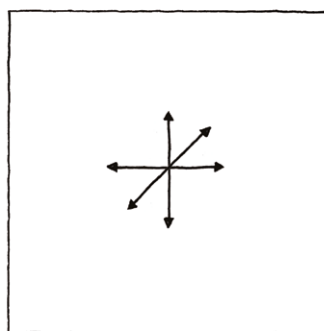


ПРИСБОРИВАНИЕ. В некоторых проектах требуется присборить материал. Самый простой способ — установить на швейной машине максимальную длину стежка и проложить две прямые параллельные строчки на ткани (закрепки здесь не требуются). Я, как правило, делаю первую на расстоянии 6 мм от верхнего края, затем отступаю от нее примерно 1,6 см и выполняю вторую. С каждой стороны нужно оставить концы нити длиной примерно 7 см и после аккуратно потянуть за них, чтобы присборить ткань.



НАПРАВЛЕНИЕ ВОЛОКОН. При раскрое ткани необходимо учитывать направление волокон. Долевая нить (основа) расположена параллельно кромке (см. на следующей странице), поперечная нить (уток) перпендикулярна основе. Крой по косой означает по диагонали, под углом 45°. Представьте себе сетку крестиков-ноликов. Вертикальные линии — это долевая нить, горизонтальные — поперечная, а три крестика в диагональном ряду расположены как раз по косой.

Я определяю направление волокон следующим образом: беру в руки ткань и растягиваю. Если вдоль (вверх-вниз) она поддается лучше, чем поперек (в стороны), то становится понятно, что в продольном направлении расположены нити утка, перпендикулярные кромке. И наоборот. Таким образом, менее эластичное направление параллельно кромке и, соответственно, крепче.



←→ Уток (поперечная нить) = перпендикулярна нити основы

↑
↓ Долевая нить (нить основы) = параллельна кромке

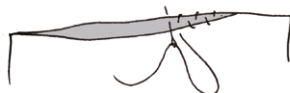
↗ По косой = под углом 45°

ЛИЦЕВАЯ/ИЗНАНОЧНАЯ СТОРОНЫ. В инструкциях вы увидите написанные прописными буквами слова «ЛИЦЕВАЯ» и «ИЗНАНОЧНАЯ». Они обозначают внешнюю и внутреннюю стороны ткани. В основном определить лицо и изнанку легко. Но встречаются ткани, в которых обе стороны практически идентичны. В таких случаях я советую обозначить маркировочным инструментом изнанку, чтобы не создавать лишних проблем при сборке деталей.

ПРИПУСК НА ШОВ — это часть ткани между линией строчки, соединяющей минимум две детали, и их срезами. Обычно я делаю его равным 1 см, но все же в различных проектах эта величина может меняться. Поэтому конкретная информация по припускам есть в каждом шаге инструкций. Например: «проложите строчку на расстоянии 1 см от края» или «стачайте с припуском на шов 1 см».

КРОМКА — это закрепленный особым образом продольный (параллельный нитям основы) край ткани. На нем размещается информация о производителе. Вы можете увидеть, что кромка очень прочная — не обтрепывается. Она отличается более плотным переплетением нитей основы и утка (см. рисунок с направлением волокон выше).

ПОТАЙНОЙ (ПОДШИВОЧНЫЙ) ШОВ понадобится вам во многих проектах, чтобы зашить отверстие вручную. Сделайте на конце нити двойной узелок. Вставьте иголку с изнаночной стороны одного из краев отверстия, чтобы спрятать узелок. Вытяните иглу до конца и захватите одну-две нити с противоположной стороны строго напротив выхода иглы. Затем подцепите одну-две нити с другого края, вводя иглу с небольшим смещением от первого стежка. Продолжайте, пока не закроете отверстие.



ШИТЬЕ ТРИКОТАЖА

Когда только начала шить, я не раздумывая бралась за трикотаж. На Хеллоуин придумала для трехлетней Коко костюм летучей мыши, нисколько не смущаясь объемами черного джерси (хотя и пришлось поломать голову над обработкой низа). Потом начала читать блоги по шитью, смотреть мастер-классы и узнала, что большинство мастериц боятся работать с эластичными материалами. Мне передалась эта фобия, и теперь, если полотно хоть немного тянулось, я сразу ставила на нем крест. Лишь через год каждодневной практики набралась смелости и снова осторожно шагнула в царство шитья трикотажных изделий.

Все-таки неопытность новичка сослужила мне добрую службу. Трикотаж — очень непритязательный материал, а если в него добавлено небольшое количество спандекса или нейлона (от 2 до 5 процентов), то при шитье вы даже не заметите разницы с тканями полотняного переплетения. Вдобавок вам не придется возиться с обработкой срезов, поскольку они не осыпаются. Правда, я все равно обметываю края оверлоком, но это мое предпочтение.

Для работы с трикотажем важны две вещи: игла и тип строчки.

Игла

Вам понадобится специально разработанная для трикотажных тканей игла. Ее отличает закругленный кончик и маркировка «джерси» или «стретч». Не забудьте установить ее в швейную машинку перед началом работы. Эти иглы значительно упрощают шитье тянущихся материалов. Кто-то считает, что лапку тоже следует заменить на так называемую шагающую (верхний транспортер), но я и без нее прекрасно справилась с тонной изделий из трикотажа.

Некоторые портнихи обрабатывают края трикотажных изделий с помощью двойной иглы. Для шитья ею потребуется дополнительная катушка ниток на машинке. Шов представляет собой две параллельные строчки на лицевой стороне изделия и зигзагообразную на изнаночной. Мое общение с двойной иглой складывалось по-разному, поэтому края вещей из трикотажа я все же предпочитаю обрабатывать зигзагом и использую при этом иглы с закругленным кончиком. Попробуйте — и поймете, какой способ вам подходит.

Типы строчек

При работе с трикотажными материалами на швейной машине используют несколько типов строчек. Обычная прямая не подходит, поскольку ей недостает эластичности и растяжимости и нити шва легко рвутся.

СТРОЧКА «СТРЕТЧ» есть в большинстве современных швейных машин. Мне она не нравится, поскольку шитье ею длится целую вечность. Но, должна признать, шов получается невероятно эластичный.



ЗИГЗАГООБРАЗНАЯ СТРОЧКА. Можно воспользоваться стандартными настройками для зигзага или сделать как я: выставить ширину стежка на 1, длину на 3. Строчка будет похожей на «стретч», описанную выше, но не такой наклонной. Выполняется она намного быстрее.



ЛОЖНАЯ ОВЕРЛОЧНАЯ СТРОЧКА. В моей швейной машинке есть строчка, имитирующая оверлочную, но под нее требуется специальная лапка. Мне нравится, как выглядит такой шов. Тем не менее на него нужно больше времени, чем на зигзагообразный: ткань соборится, и иногда машинка затягивает ее в игольную пластину (по крайней мере, у меня), из-за чего я его не жалую.



ОВЕРЛОЧНАЯ СТРОЧКА. Ее вы видите на промышленных трикотажных изделиях. Если собираетесь много и быстро шить из эластичных материалов, оверлок станет прекрасным вложением. Но, как я и говорила, справиться с трикотажем можно и без него. Я шью все эластичные материалы на обычной швейной машине: она дает мне большее чувство контроля. Хотя обрабатывать срезы действительно предпочитаю оверлоком.



ОТДЕЛОЧНАЯ СТРОЧКА — это прямая строчка с лицевой стороны изделия, обычно выполненная ниткой под цвет ткани. В моих проектах я использую ее при обработке горловины для закрепления обтачки, которая иначе часто вылезает из выреза, что, согласитесь, выглядит не очень красиво.



Поэкспериментируйте, выберите, какие строчки вам больше нравятся, и приступайте к шитью!



«Букварь» по вышивке сашико

ВЫШИВКА САШИКО ПРИСУТСТВОВАЛА В МОЕЙ ЖИЗНИ с самого детства. Я помню, как бережно мама относилась к кимоно и традиционному японскому текстилю: аккуратно раскладывала их по полкам и ящикам, а время от времени доставала и с любовью перебирала каждую вещь. Темно-синий хлопок с изумительной белой или красной вышивкой оставался ее ниточкой к прошлому и согревал душу после переезда в солнечный Лос-Анджелес.

У сашико давняя история (техника появилась еще в 1600-х годах) и скромное происхождение. Жены рыбаков чинили износившуюся одежду простым швом «вперед иголку», выполняя им повторяющиеся узоры. Японское «сашико» часто переводят как «маленькие уколы». Но мне кажется, хотя ошибки в этом нет, смысл слова *sasu*, от которого и образовано «саши», лучше выразить как «прокол». Согласитесь, «маленькие проколы» звучит лучше.

Со временем сашико превратилось в декоративное искусство, и им стали заниматься ради удовольствия, а не по необходимости. Я не перестаю удивляться этой простой и очень практичной технике. Ведь даже узелок не надо делать, а маленькие проколы длинной иглой пишут целые картины и истории.

ИНСТРУМЕНТЫ

Иглы сашико или очень длинные иглы

Нити для сашико или мулине

Ножницы

Ткань (хлопок и неплотный лен; идеально подходят смесовые ткани из них, сочетающие в себе лучшие свойства обоих волокон)

Наперсток (по желанию)





Далее расскажу о базовой технике вышивки сашико и наиболее распространенных узорах. Признаюсь, я не любитель следовать традициям. Мои стежки всегда кривоваты, далеки от идеала, но, по-моему, в них есть своя прелесть. Хотя, конечно же, работы, выполненные с безупречной точностью, вызывают у меня чувство восхищения и уважения к их создателям. Неважно, будете ли вы придерживаться традиций или позволите себе свободу творчества, как я, уверена, огромное удовольствие от процесса вам обеспечено. В книгу включен один проект с вышивкой сашико — подставки (с. 213), но маленькими стежками можно украсить практически любое изделие.

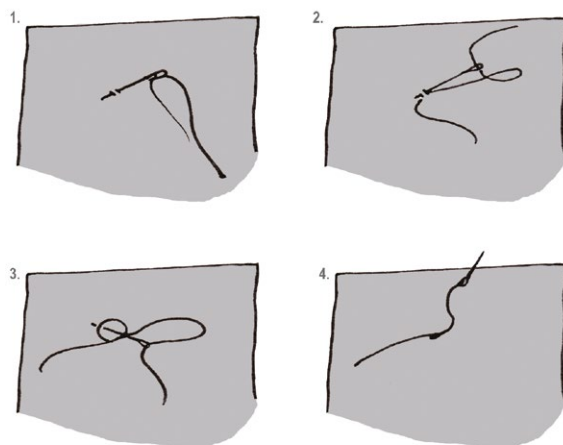
Иголки и нити для сашико можно приобрести в магазинах для рукоделия или через интернет. Если вы выберете мулине, то, скорее всего, через игольное ушко пройдет не более трех-четырех нитей.

ОПИСАНИЕ ПРЕДМЕТОВ НА СТРАНИЦЕ СЛЕВА: 1. КОПИРОВАЛЬНАЯ БУМАГА. 2. НИТИ ДЛЯ САШИКО ИЛИ МУЛИНЕ. 3. ВЫШИВАЛЬНЫЕ НОЖНИЦЫ. 4. ИГЛЫ САШИКО. 5. СНИППЕРЫ.

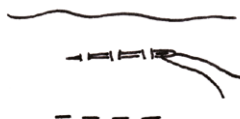
ОСНОВНЫЕ СТЕЖКИ

Вышивка сашико традиционно начинается без узелка. На рисунке ниже показано, как закрепить нить. Но ни в одном из приведенных в книге проектов не будет видно изнаночной стороны, так что можете совершенно спокойно завязать узелок.

1. Подхватите иглой 2–3 нити с изнаночной стороны изделия.
2. Не вытаскивая нить до конца, вставьте иглу в то же место, где вы начали, и сделайте стежок.
3. Протягивайте нить, пока не получится маленькая петелька, затем протащите через нее иглу.
4. Зятяните. Теперь можно приступать к вышивке.



5. Шов сашико — это наметочный шов «вперед иголку» в пропорции 3:2. То есть стежки на внешней стороне длиннее, чем на внутренней, вот так:



РАССТОЯНИЯ МЕЖДУ СТЕЖКАМИ

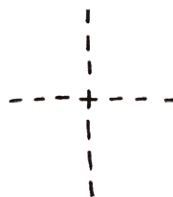
Линии сашико не должны пересекаться. В прямых углах между швами нужно оставлять небольшое пространство.

ПРАВИЛЬНО



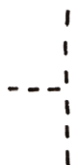
Между линиями
в центре остается
пространство

НЕПРАВИЛЬНО



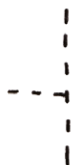
Линии пересекаются
в центре

ПРАВИЛЬНО



Линии не доходят
до центра

НЕПРАВИЛЬНО



Линии касаются
центра

ПРАВИЛЬНО



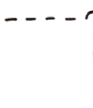
Линии формируют четкий угол

НЕПРАВИЛЬНО

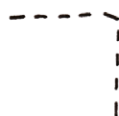


Из-за избытка пустого пространства угол нечеткий

ПРАВИЛЬНО



НЕПРАВИЛЬНО



Прокладывая стежок в углу, нить с изнаночной стороны сделайте свободнее. Это поможет избежать ее чрезмерного натяжения с лицевой стороны.

ПРАВИЛЬНО



Между линиями в центре есть пространство

НЕПРАВИЛЬНО



Линии пересекаются в центре

Примечание: вышивку с пересечением линий считают не такой идеальной, как с пространством между ними. Однако все зависит от узора. Есть и такие, где стежки должны пересекаться.

ПОРЯДОК СТЕЖКОВ

Традиционно сначала выполняются горизонтальные и вертикальные линии, потом диагональные и уже после них все другие мелкие фигуры, но вы можете сами выбрать порядок работы. Если дизайн предусматривает какие-то необычные элементы, попробуйте вышивать в разных направлениях и поймете, как вам удобнее.



→ 1 = горизонтальные

↓ 2 = вертикальные

↘ 3 = диагональные

4 = мелкие фигуры

ПОПУЛЯРНЫЕ МОТИВЫ

Идеи для вышивки люди черпали из окружающего мира. В основе всех узоров, как правило, лежит сетчатая структура. Ниже приведены наиболее популярные из них. Чтобы вы могли сразу начать вышивать, я добавила в книгу несколько схем.



Shippo Tsunagi («Семь сокровищ»)



Yabane («Стрела»)



Hishi Moyo («Алмазы»)



Asanoha («Конопляный лист»)

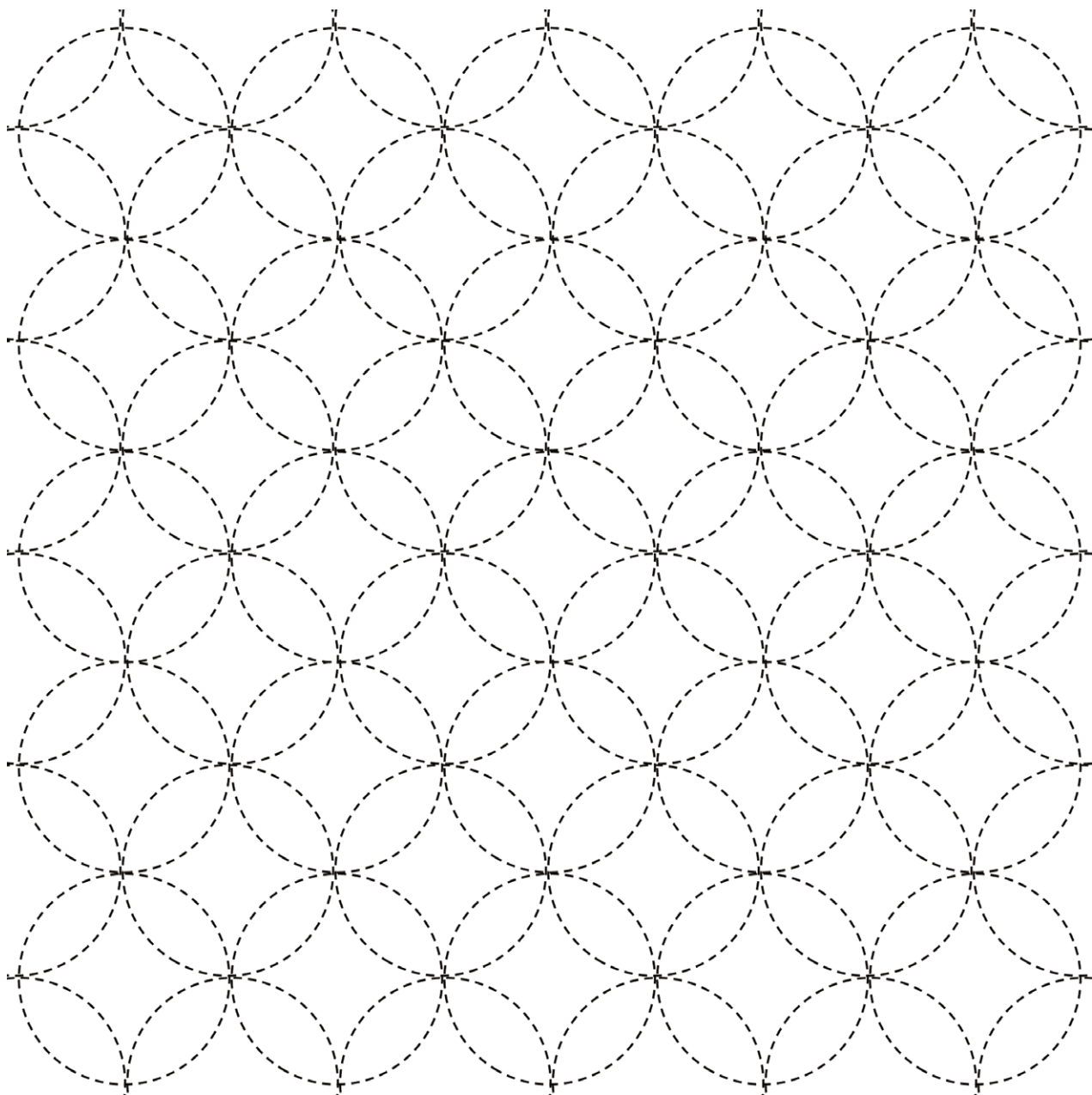
КАК ПЕРЕНЕСТИ УЗОР НА ТКАНЬ

Есть несколько способов переноса узора на ткань.

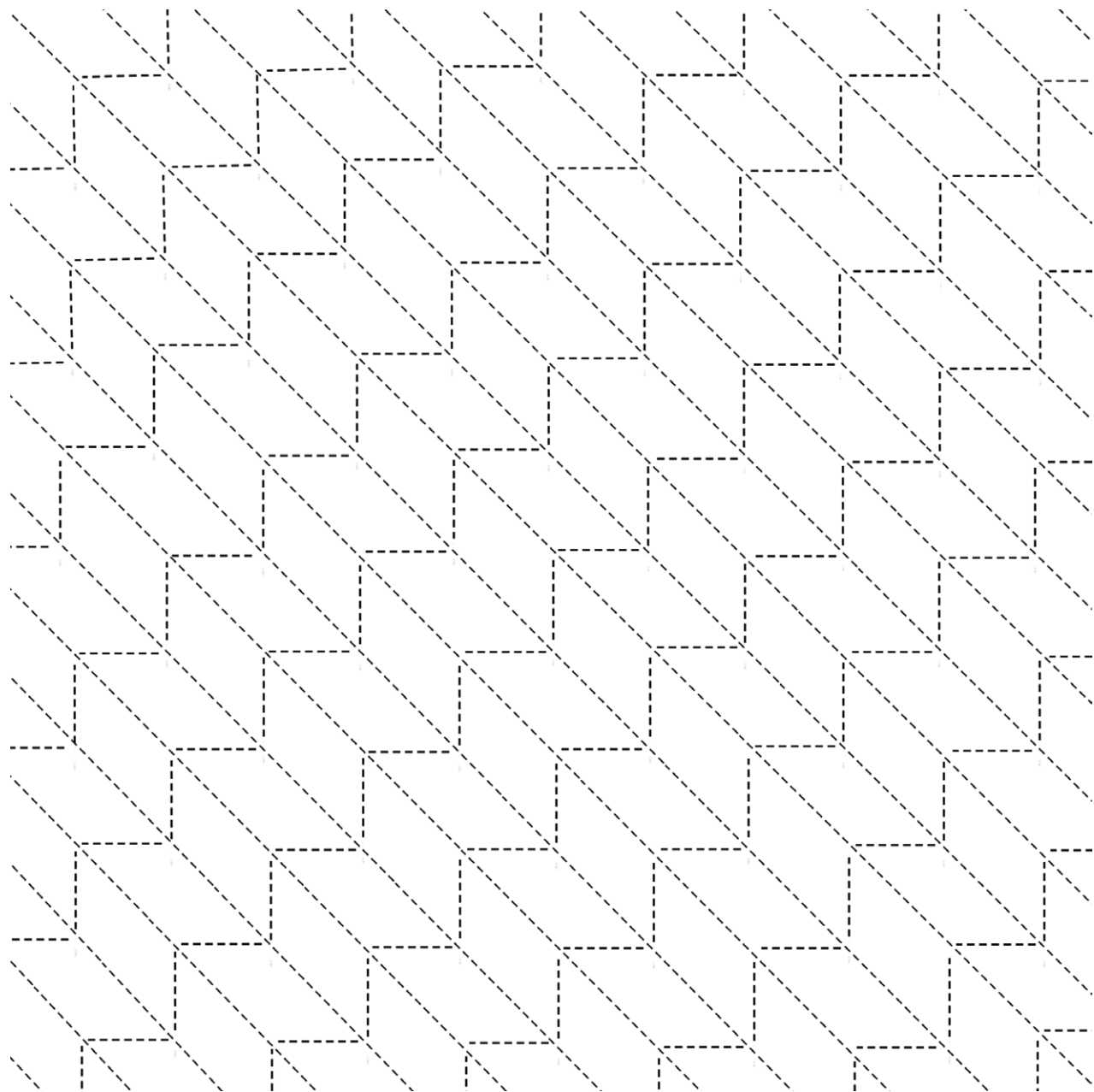
1. Перенесите узор на термотрансферную бумагу карандашом или маркером. Приложите ее к ИЗНАНОЧНОЙ стороне ткани и проутюжьте. Поскольку в этом случае вышивать придется с изнанки, помните, что нужно делать короткие стежки, чтобы с лица они получились длинные. Поначалу это, скорее всего, вызовет внутреннее сопротивление, но потом вы освоитесь.
2. Используйте копировальную бумагу (например, Chasopu). Ее выпускают и в светлых оттенках (белом, желтом, розовом), поэтому маркировка хорошо будет видна даже на темной ткани. Положите копировальную бумагу красящим слоем на ЛИЦЕВУЮ сторону материала и обведите/нарисуйте узор. Поскольку линии легко стираются, как можно скорее пройдите по рисунку на ткани маркером с исчезающими термочувствительными чернилами.
3. Нанесите узор непосредственно на ткань портновскими мелом или маркером. При необходимости воспользуйтесь линейкой для разметки линий.

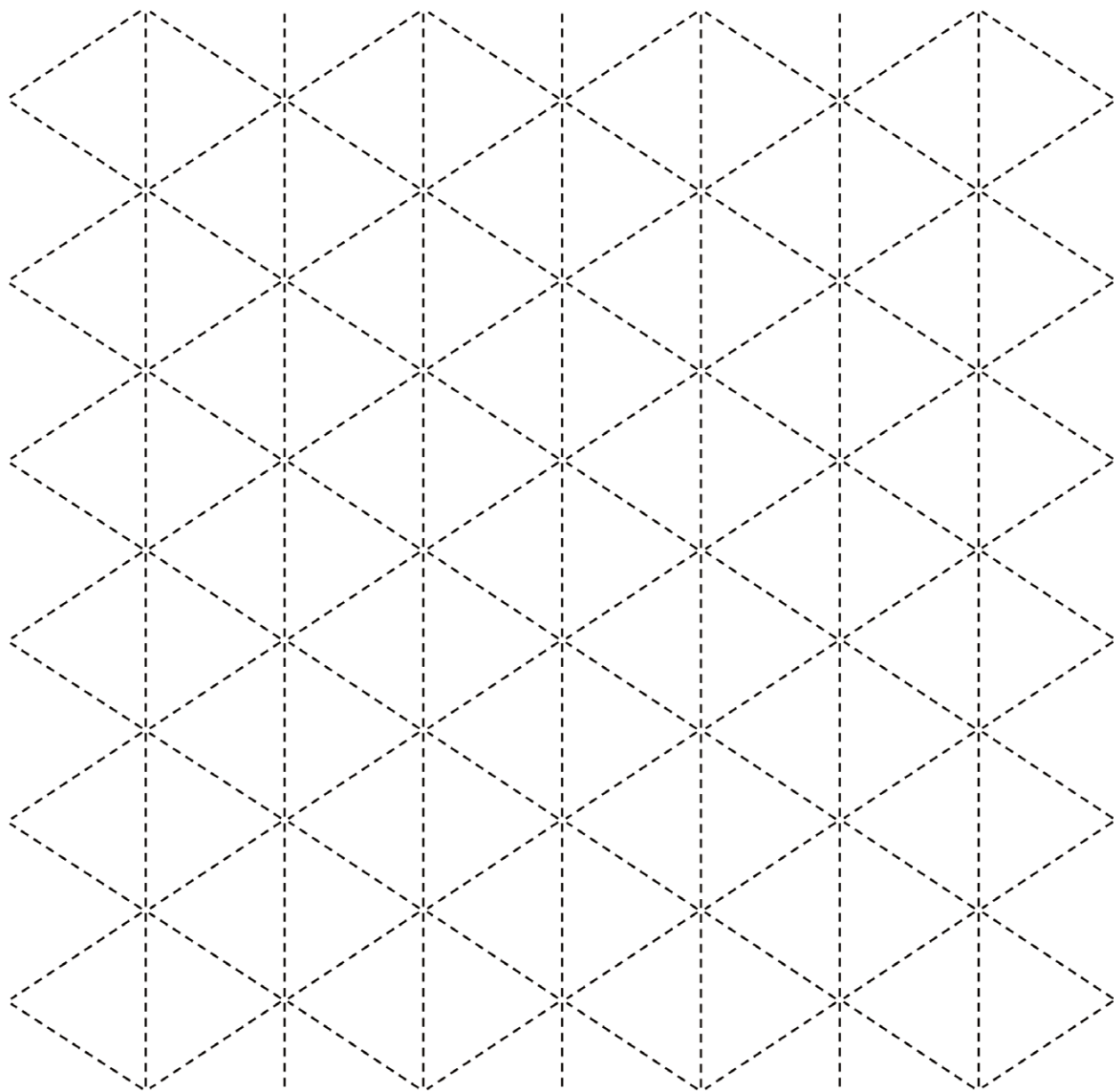
И если все приведенные способы кажутся вам слишком сложными, начните вышивать, не задумываясь об узоре, и посмотрите, что из этого получится!

Шаблоны для вышивок, приведенных слева, вы найдете на следующих страницах. Воспользуйтесь готовыми схемами или дайте волю воображению и придумайте собственный дизайн.

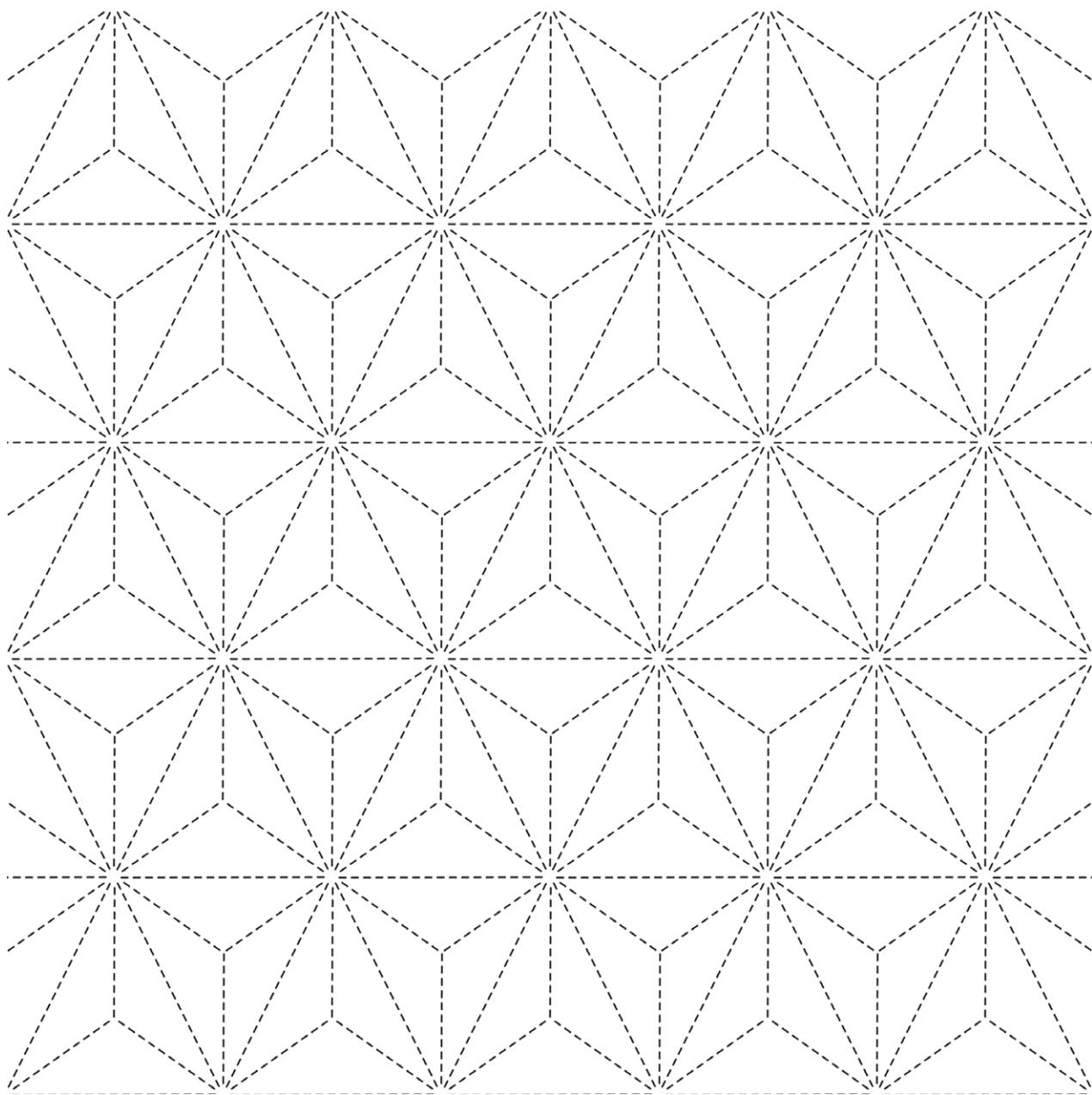


Shippo Tsunagi («Семь сокровищ»)





Hishi Moyo («Алмазы»)



Asanoha («Конопляный лист»)



Инструкции

ЛЕТО

- Думочка-оригами 134
- Подушка для зубной феи
(+ варианты) 138
- Треугольная экосумка 146
- Фартук с лямками крест-накрест
(+ варианты) 150
- Штаны для йоги 157

ОСЕНЬ

- Обложка для дневника/книги 161
- Скетчбук ручной работы 165
- Ремешок для фотоаппарата 167
- Цветочный венок из фетра 170
- Базовое платье
(+ вариант с ярусами) 174

ЗИМА

- Адвент-календарь в виде «печенья»
с предсказаниями 183
- Несессер 185
- Грелка (+ варианты) 189
- Комплект для грудничка:
распашонка-кимоно и блумеры 191
- Сумочка на молнии
в стиле колорблок 200

ВЕСНА

- Снуд 204
- Универсальная корзина (+ варианты) 207
- Подставки с вышивкой сашико 213
- Универсальное трикотажное
платье 217

ДУМОЧКА-ОРИГАМИ

Я ОБОЖАЮ ДЕЛАТЬ БУМАЖНЫХ ЖУРАВЛИКОВ. Даже салфеткам в ресторане суждено стать в моих руках маленькими птичками. Эти декоративные думочки с геометрическим узором напоминают японское искусство оригами, но сшить их легче, чем сделать бумажных журавликов. Вместо сложных складок вам понадобится проложить лишь несколько прямых строчек. Я поделюсь с вами любимым узором, который не отличить от настоящего оригами, но будьте смелее и проявляйте свою творческую фантазию.

Думочка с четким геометрическим узором впишется практически в любой интерьер. Я шью чехлы из льняной однотонной ткани, поскольку на ней хорошо выделяются складки (советую вам последовать моему примеру). Кстати, изнаночная сторона выходит не менее симпатичной, и ее можно использовать в качестве лицевой, если, конечно, вы не фанат рельефных швов. Это не только сверхбыстрый проект, но и отличный способ улучшить навыки отстрочки. Еще вам придется немного вспомнить математику, но гарантирую: вы справитесь. Инструкции приводятся для думочки квадратной формы, но по ним легко сшить и прямоугольную (просто складки будут чуть длиннее). Фото на с. 26–27.

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

140 см ткани

Универсальные нитки в цвет ткани

Раскройный нож и металлическая линейка
(по желанию)

Подушка/наполнитель

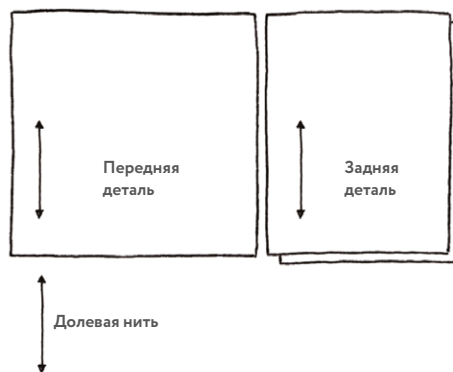
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ

Лучше всего такие думочки шить из чисто льняных или полулльняных тканей. Также подойдут хлопок для квилтинга и облегченный канвас. Ткань необходимо предварительно подготовить: постирать, высушить и проутюжить.

РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

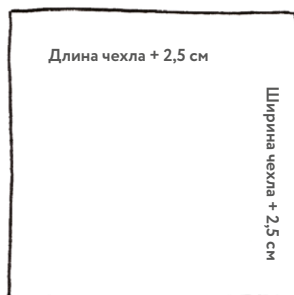
Примерно 50 × 50 см.

ДЕТАЛИ ИЗДЕЛИЯ: передняя деталь (1),
задняя деталь (2)



ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

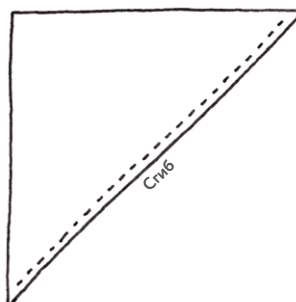
- 1 Рассчитайте длину и ширину передней части чехла, прибавив к его фактическим размерам по 2,5 см. Раскроите деталь. Для думочки 50 × 50 см у меня получился кусок ткани размером 52,5 × 52,5 см.



- 2 Для задней части чехла вам понадобятся две детали. Их ширина должна в точности соответствовать высоте думочки. Для определения длины умножьте фактическую длину чехла на $\frac{3}{4}$. Для думочки 50 × 50 см размер каждой задней детали составит 37,5 × 50 см.

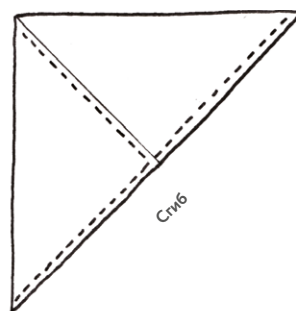


- 3 Согните переднюю (квадратную) деталь по диагонали ИЗНАНОЧНОЙ стороной внутрь, чтобы получился треугольник. Заутюжьте сгиб и проложите вдоль него прямую строчку на расстоянии 3 мм от края.

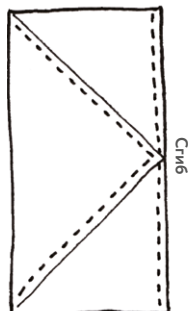


- 4 Разверните квадрат и разутюжьте шов по всей длине с ИЗНАНОЧНОЙ стороны. Не переворачивая деталь, заутюжьте складку на любую сторону. У вас получится защип.

Согните деталь по второй диагонали и повторите шаги 3 и 4.

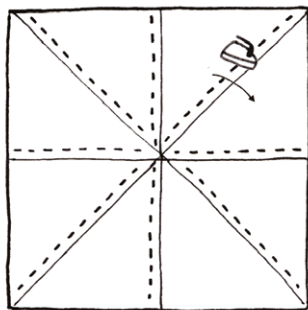


- 5 Чтобы проложить горизонтальные и вертикальные линии, разверните деталь, сложите пополам ИЗНАНОЧНОЙ стороной внутрь, заутюжьте сгиб и проложите прямую строчку на расстоянии 3 мм от края.



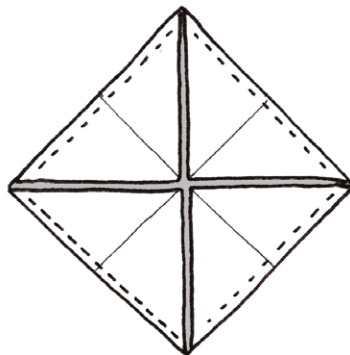
- 6 Разверните и заутюжьте защип на любую сторону. Повторите шаги, чтобы создать вторую перпендикулярную линию.

Места, где складки перекрывают друг друга, станут настоящим испытанием для машинки. Чтобы облегчить себе работу, во время шитья слегка натягивайте ткань сзади. Если при этом ход иглы будет слишком тугим, вручную подкручивайте маховое колесо.

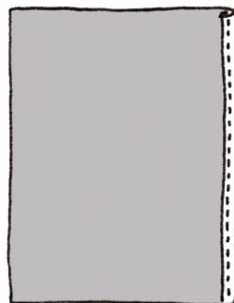


- 7 Переверните квадрат так, чтобы защипы/рельефные складки оказались внизу, а перед вами — ИЗНАНОЧНАЯ сторона. Ориентируясь на горизонтальные

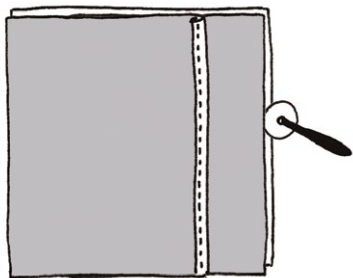
и вертикальные полосы, соберите все уголки квадрата к центру и заутюжьте. Должен получиться ромб. Проложите прямые строчки на расстоянии 3 мм от каждого сгиба. Затем разверните углы, чтобы снова получился квадрат. Заутюжьте каждую складку на одну из сторон. Поворачивая квадрат при работе с утюгом, старайтесь размещать защипы в одном направлении.



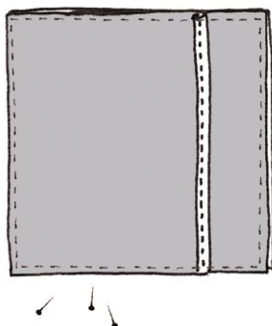
- 8 Возьмите деталь задней части думочки. Подверните на ИЗНАНОЧНУЮ сторону один длинный край (соответствующий высоте подушки) на 1 см и заутюжьте. Еще раз подверните на 1 см и заутюжьте. Проложите строчку вдоль внутреннего сгиба. Повторите шаги со второй задней деталью. Из этих двух частей получится клапан для чехла.



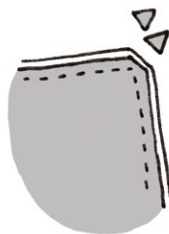
- 9 Совместите по срезам задние детали чехла с передней ЛИЦЕВЫМИ сторонами внутрь. Если они не совсем совпадают, обрежьте лишнее. Здесь-то вам и пригодятся раскройный нож и металлическая линейка. Должны получиться два одинаковых квадрата: первый — из детали переда, второй — состоящий из двух находящихся друг на друга задних деталей (у меня они перекрываются примерно на 15 см, но эта цифра зависит от размеров вашего чехла). Готовое изделие выйдет чуть меньше планируемого, но это нестрашно: просто думочка будет более выпуклой.



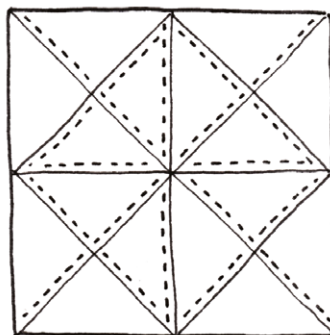
- 10 Сколите детали булавками и проложите прямую строчку по периметру чехла на расстоянии 1 см от края. При поворотах ткани оставляйте иглу в нижнем положении, чтобы углы получились четко выраженными. Поскольку срезы окажутся внутри чехла, можно оставить их нетронутыми. Но если ткань осыпается, лучше обработать их своим любимым способом: фестонными ножницами, зигзагообразным швом на машинке или обметать оверлоком.



- 11 Срежьте уголки — не слишком близко к шву, чтобы не ослабить его или случайно не задеть. Выверните наволочку на ЛИЦЕВУЮ сторону и аккуратно расправьте уголки колышком. Будьте осторожны, чтобы не проткнуть их и не сделать отверстие.



- 12 Вставьте в чехол подушку и украсьте ею комнату!



ПОДУШКА ДЛЯ ЗУБНОЙ ФЕИ

КАК И В СЛУЧАЕ С ДУМОЧКОЙ-ОРИГАМИ, пошив этой подушечки на первый взгляд кажется сложным. Но все совсем не так. Кстати, для изготовления этой детской безделушки прекрасно подойдут обрезки от думочки-оригами. Не забывайте, что денежные купюры и монеты в разных странах могут отличаться размерами, поэтому, прежде чем кроить, произведите точные расчеты всех параметров и особенно отверстия для потайного кармашка. Украсьте подушечки вышивкой сашико или проявите творческий подход и сделайте так, как подсказывает муза.

Если вам уже нечего предложить зубной фее (или ее прилет откладывающегося на неопределенный срок), используйте шаблон для создания чудесных игольниц (фото на с. 28–29).

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

Лоскуты тонкого льна или хлопка

Универсальные нитки в цвет ткани

Наполнитель

Иглы для ручного шитья

Нити для сашико или мулине (по желанию)

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ

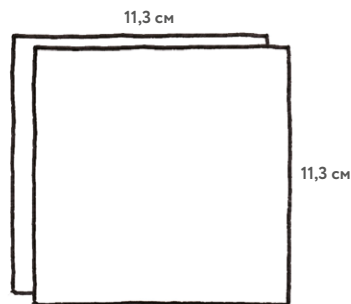
Для фигур оригами постарайтесь подобрать тонкий лен или хлопок (например, батист), чтобы избежать лишнего объема при складывании. Ткань хорошо бы заранее постирать и высушить, но необязательно. Главное — тщательно проутюжьте ее перед раскроем, поскольку для создания оригами нужны точные измерения и гладкость.

РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

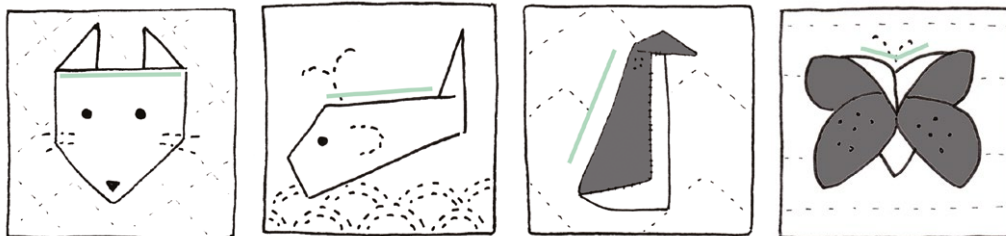
Примерно 8 × 8 см.

ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ ИЗГОТОВЛЕНИЯ ПОДУШЕЧКИ

- 1 Заранее подготовьте любую фигуру оригами, которая вам нравится (см. «Пошаговая инструкция» на с. 135).
- 2 Раскроите два квадрата размером 11,3 × 11,3 см.

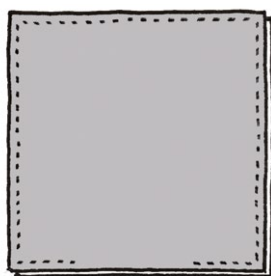


- 3 По центру одного из них с ЛИЦЕВОЙ стороны приколите булавками фигуру оригами. Затем вы можете быстро пристрочить ее на машинке. Я же предпочитаю пришивать фигуру вручную потайным швом. В месте, обозначенном на рисунке зеленой линией, прокладывать строчку не нужно — это отверстие кармана.



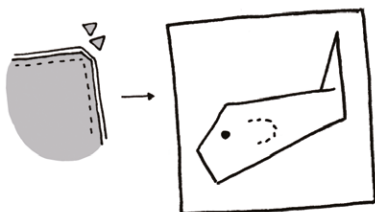
- 4 При желании добавьте декоративные элементы в технике сашико рядом с фигурой или с обратной стороны подушечки.

- 5 Сложите переднюю и заднюю детали **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами внутрь, скрепите булавками и проложите прямую строчку по периметру подушечки на расстоянии 1 см от срезов. По нижнему краю оставьте отверстие около 5 см.

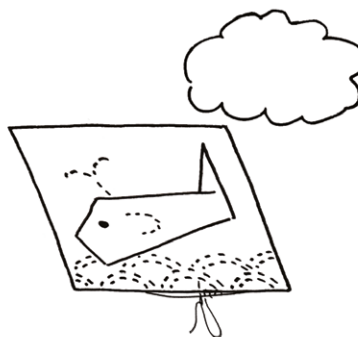


Отверстие

- 6 Срежьте уголки и укоротите припуски примерно до 6 мм. Выверните наволочку на **ЛИЦЕВУЮ** сторону и аккуратно расправьте уголки с помощью колышка, стараясь не проткнуть их.



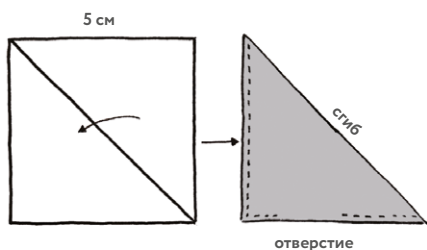
- 7 Добавьте в подушечку любой наполнитель. Зашейте отверстие потайным швом.



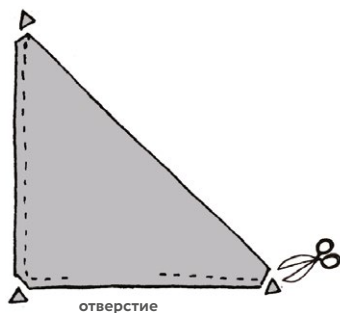
- 8 Загадочным голосом предложите своему ребенку положить зуб и записку для зубной феи в потайной кармашек. Наслаждайтесь ожиданием!

ВОЛС (волк-лиса-собака в одной шкуре)

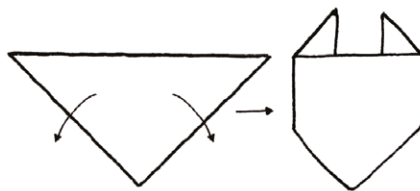
- 1 Выкроите квадрат размером примерно 9×9 см. Сложите по диагонали лицевыми сторонами внутрь так, чтобы получился треугольник, и заутюжьте складку. Проложите прямую строчку по краям на расстоянии 6 мм от края. На одной из сторон оставьте отверстие размером 5 см.



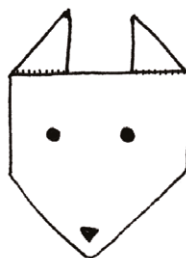
- 2 Срежьте уголки и выверните на ЛИЦЕВУЮ сторону. Аккуратно расправьте углы колышком, стараясь не продырявить швы. Приутюжьте, уменьшая толщину шва в области отверстия. При желании проложите отделочную строчку (лично я пропускаю этот этап).



- 3 Выберите, какая из сторон будет передней, и положите треугольник длинной стороной вверх. Сформируйте уши, подогнув два верхних уголка назад. Заутюжьте.

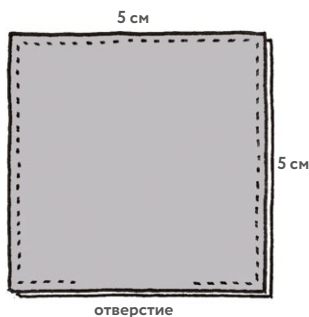


- 4 Потайным швом пришейте уши к голове. Нитями для сашико или мулине вышейте глаза и нос. Прикрепите волса к подушке и вышейте усы. Завершите подушечку, руководствуясь пояснениями на с. 138.

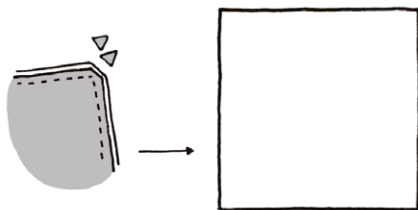


КИТ

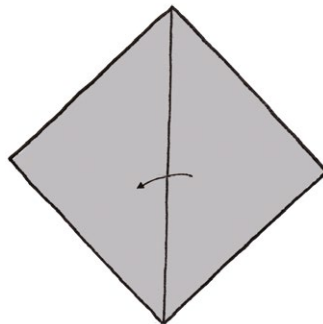
- 1 Выкроите из ткани два квадрата размером 10×10 см. Сложите лицевыми сторонами внутрь и проложите прямую строчку по периметру на расстоянии 6 мм от края. Снизу оставьте отверстие примерно 5 см.



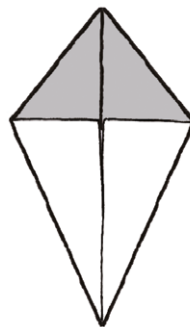
- 2 Срежьте уголки и выверните изделие на ЛИЦЕВУЮ сторону. Расправьте углы колышком, стараясь не продырявить швы. Приутюжьте, уменьшая толщину шва в области отверстия. У вас получился чуть меньший по размеру квадрат. Заутюжьте и по желанию проложите отделочную строчку.



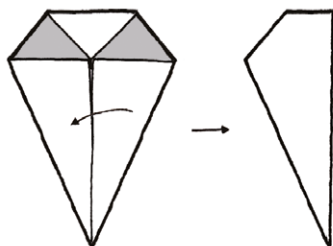
- 3 Выберите, какая из сторон будет передней, и положите квадрат задней стороной вверх. Сформируйте треугольник, сложив по диагонали, и заутюжьте. Внимание: далее серым цветом я обозначаю заднюю деталь. Не перепутайте ее с обозначением изнаночной стороны, как в шагах 1 и 2.



- 4 Разверните треугольник и сложите каждую часть по направлению к линии сгиба, так чтобы получилась форма воздушного змея. Заутюжьте.



- 5 Сложите верхний угол. Его вершина должна оказаться в месте стыка прямых углов двух загнутых сторон. Заутюжьте. Сложите заготовку пополам так, чтобы складки оказались внутри, и снова заутюжьте.



- 6 Разверните фигуру самой длинной прямой стороной вниз. Согните заостренный конец назад и вверх, чтобы получился хвост.

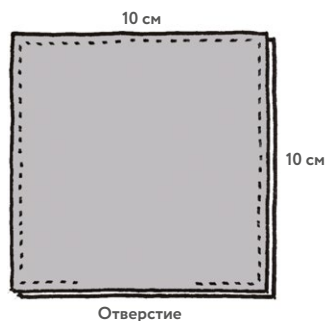


- 7 Потайным швом прикрепите его к туловищу. Нитями для сашико или мулине вышейте глаза, плавник и любые другие элементы, какие захотите. Завершите подушечку, руководствуясь пояснениями на с. 138–139.

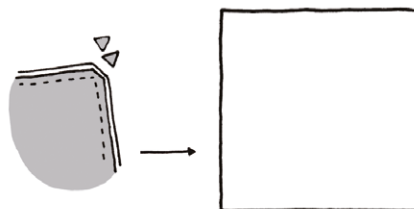


ПИНГВИН

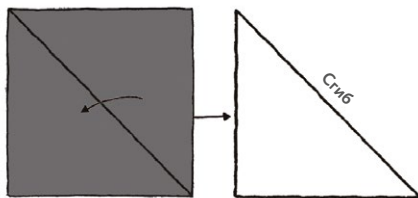
- 1 Раскроите из ткани два квадрата размером 10 × 10 см. Одна деталь должна быть светлая, другая темная. Сложите их **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами внутрь и стачайте прямой строчкой по периметру на расстоянии 6 мм от срезов. Оставьте снизу отверстие размером примерно 5 см.



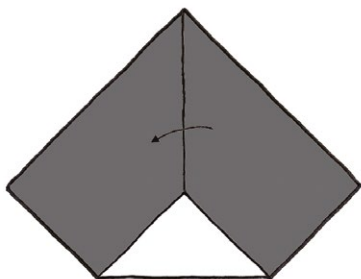
- 2 Срежьте уголки и выверните заготовку на **ЛИЦЕВУЮ** сторону. Расправьте уголки колышком, стараясь не проткнуть их. Зашейте отверстие вручную потайным швом, предварительно подвернув припуски внутрь заготовки. Приутюжьте.



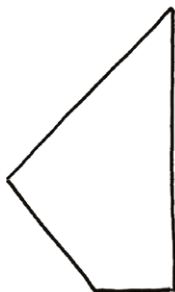
- 3 Положите квадрат темной стороной вверх. Сложите по диагонали так, чтобы получился треугольник, и заутюжьте.



- 4 Разверните треугольник. Согните один из углов квадрата до центра вдоль сгиба. Снова заутюжьте.



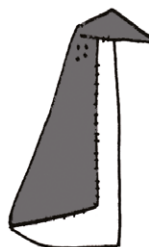
- 5 Сложите заготовку пополам по линии сгиба, темной стороной внутрь. Заутюжьте.



- 6 Сформируйте крылья, отогнув два темных угла (примерно наполовину) обратно к светлой стороне. Заутюжьте.

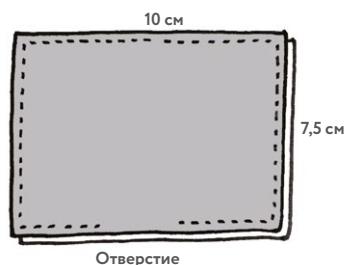


- 7 Сформируйте голову и клюв, загнув заостренный кончик вниз и вбок. Заутюжьте. Потайным швом прикрепите голову и крыло к туловищу. Нитями для сашико или мулине вышейте декоративные элементы. Завершите подушечку, руководствуясь пояснениями на с. 138–139.

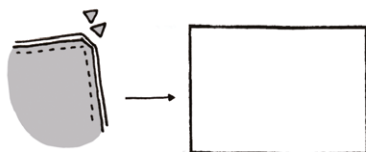


БАБОЧКА

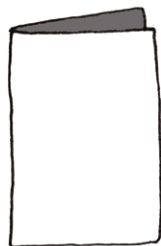
- 1 Раскроите две детали размером $10 \times 7,5$ см из ткани одной или разных расцветок. Сложите **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами друг к другу и стачайте прямой строчкой по периметру на расстоянии 6 мм от срезов. Оставьте снизу отверстие размером примерно 5 см.



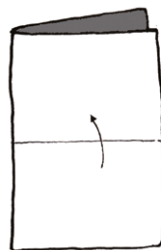
- 2 Срежьте углы и выверните заготовку на **ЛИЦЕВУЮ** сторону. Расправьте углы колышком, стараясь не проткнуть их. Зашейте отверстие вручную потайным швом, предварительно подвернув припуски внутрь заготовки. Приутюжьте. Проложите отделочную строчку, если хотите.



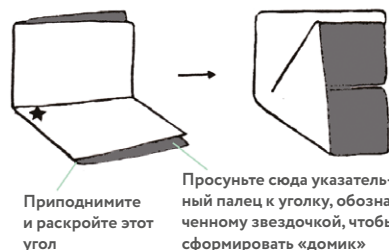
- 3 При использовании ткани разных расцветок выберите, какая из них будет лицом заготовки. Согните прямоугольник пополам, совмещая короткие стороны. Задняя часть заготовки должна остаться внутри. Заутюжьте сгиб.



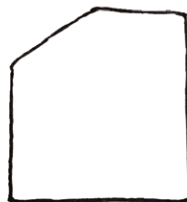
- 4 Еще раз сложите пополам, совмещая короткие стороны (у вас получится четверть прямоугольника). Заутюжьте.



- 5 Разверните только что сделанную складку и положите прямоугольник сгибом влево. Снизу просуньте указательный палец между складками к углу, где пересекаются два сгиба. Затем слегка приподнимите нижний левый угол и, двигая чуть вправо вверх и разглаживая ткань, раскройте его. Должна получиться форма, напоминающая домик. Заутюжьте.

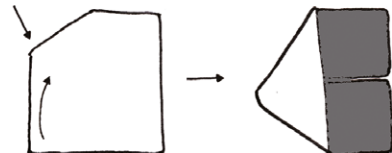


- 6 Переверните. Должно получиться так:



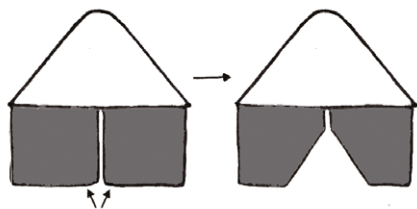
- 7 Раскройте левый нижний угол по аналогии с пунктом 5. У вас должен получиться идентичный треугольник поверх того, что расположен на обратной стороне. Заутюжьте. Должно выглядеть так:

Поместите указательный палец под ткань, чтобы удобнее было раскрывать угол.

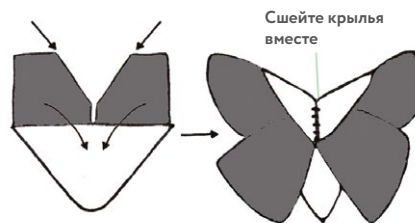


Поднимите, раскройте и расправьте угол по направлению стрелки.

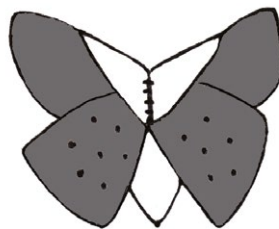
- 8 Переверните заготовку так, чтобы вершина равнобедренного треугольника оказалась наверху. Под ним расположены два прямоугольника. У правого заверните внутрь нижний левый угол под углом 45° . То же самое сделайте с правым нижним углом левого прямоугольника. Заутюжьте.



- 9 Переверните заготовку так, чтобы вершина равнобедренного треугольника оказалась снизу. Возьмитесь за уголки, обозначенные на рисунке верхними стрелками. Потяните вниз на себя так, чтобы они сошлись в одной точке. Вы увидите, как формируются внешние и внутренние крылья. Сшейте крылья в том месте, где они соединяются.



- 10 При желании вышейте нитками для шашико или мулине декоративные элементы на крыльях. Завершите подушку, руководствуясь пояснениями на с. 138–139.



ТРЕУГОЛЬНАЯ ЭКОСУМКА

Я БЫ С РАДОСТЬЮ ПРИПИСАЛА СЕБЕ АВТОРСТВО этой оригинальной треугольной сумки, но в Японии она известна уже давно. Ее создают из одной прямоугольной детали путем складывания в стиле оригами. На изготовление этого стильного и несложного аксессуара вы потратите не больше часа, а может быть, даже не устоите и сошьете сразу несколько штук!

Друзья из Японии прислали мне разные шаблоны, но с их помощью получаются только маленькие сумочки для бэнто (если вы не знаете, в Японии так называют еду в контейнере, которую берут с собой: рис, маринованные овощи и рыбу или мясо). Я сшила вариант побольше, чтобы удобно было ходить на фермерский рынок за покупками. Но, конечно же, в сумке можно носить и контейнер с ланчем. Фото на с. 30.

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

140 см ткани для сумки

25 см ткани или другого материала
для ручки

Универсальные нитки в цвет ткани

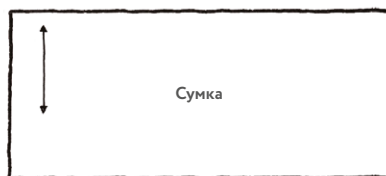
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ

В теплое время года легко и свежо смотрятся лен и хлопок. Для использования в любую погоду подойдет сумка из более плотного хлопкового канваса. Ручки можно сделать из замши или кожи. Еще один интересный вариант — выполнить их из льняной или хлопчатобумажной ткани контрастной расцветки. Прежде чем приступить к шитью, подготовьте ткань: постирайте, высушите и проутюжьте. Кожу или замшу стирать не нужно, но при желании можно обработать утюгом через проутюжильник, установив минимальный температурный режим.

РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

Около 65 см в ширину и 45 см в высоту.

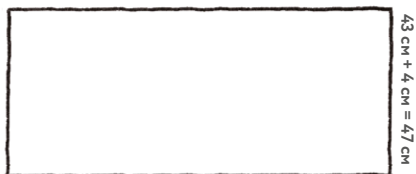
ДЕТАЛИ ИЗДЕЛИЯ: сумка (1), ручка (1)



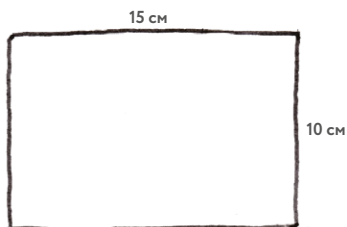
ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

- 1 Вы можете сшить сумку нужного вам размера. Главное — помните, что соотношение ширины основной детали к длине (без учета припусков) должно быть 1:3. Я задумала сшить довольно большую сумку. Пусть ширина основной детали будет 43 см, значит, ее длина составит 129 см. Для припусков на швы добавьте по 4 см. Таким образом, я буду работать с куском ткани размером 47 × 133 см. Кстати, вы заметили, что после добавления припусков пропорции немного нарушились? Это ввело меня в ступор на некоторое время.

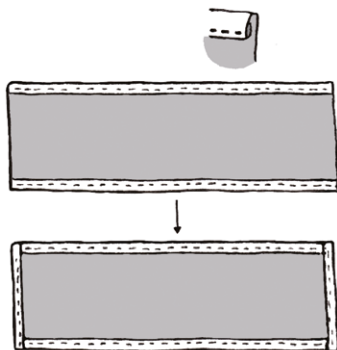
$$129 \text{ см} + 4 \text{ см} = 133 \text{ см}$$



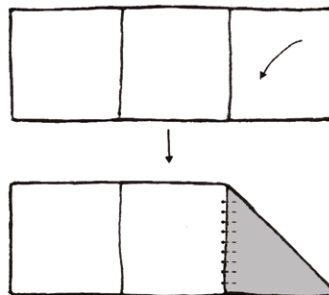
- 2 Из другой ткани раскроите деталь ручки. Я решила сделать ее из кожи и взяла кусок размером 15 × 10 см. Если ваша ткань осыпается по краям, добавьте примерно по 2,5 см к высоте и ширине на припуски.



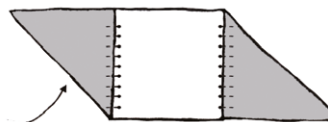
- 3 Начните работу с основной деталью сумки, подогнув один из ее длинных срезов на ИЗНАНОЧНУЮ сторону на 1 см и заутюжив. Подогните его еще раз на 1 см, заутюжьте и застрочите. То же самое сделайте сначала со вторым длинным срезом, а затем с короткими.



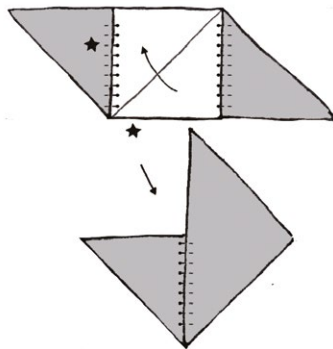
- 4 Положите ткань ЛИЦЕВОЙ стороной вверх. С помощью маркера (стираемого или самоисчезающего) разделите ее на три одинаковых квадрата. Загните правый верхний угол детали влево вниз вдоль крайней правой линии. Зафиксируйте булавками.



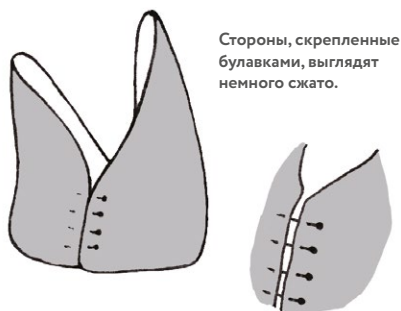
- 5 Загните нижний левый угол вправо вверх вдоль крайней левой линии. Зафиксируйте булавками.



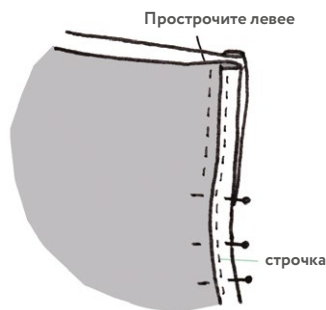
- 6 Этот этап немного сложнее. Квадрат между треугольниками согните по диагонали так, чтобы его нижняя сторона оказалась у приколотовой стороны левого треугольника (для удобства на рисунке ниже они обозначены звездочками). Булавки используйте те, которыми фиксировали ткань в шаге 5. На нижнем рисунке уже заметна намечающаяся форма сумки (если чуть наклонить голову влево).



- 7 Переверните сумку и булавками, которыми фиксировали сгиб в шаге 4, скрепите другую сторону сумки. Возможно, понадобится немного подогнать углы, чтобы не нарушать форму треугольника. Проверьте: края нужно скалывать ЛИЦЕВЫМИ сторонами друг к другу.



- 8 Проложите прямую строчку вдоль сколотых булавок сторон на расстоянии примерно 1,3 см от края. Убедитесь, что шьете левее от строчки, чтобы ее не было видно после выворачивания сумки на лицевую сторону. Постарайтесь расположить прижимную лапку рядом с внутренней стороной подгиба у самого края, а иглу — слева от уже имеющегося шва. Повторите действия с другой стороны сумки.



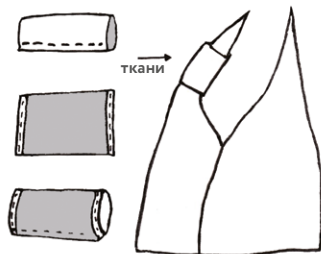
- 9 Приутюжьте и сделайте несколько стежков туда-обратно в тех местах, где начинаются ручки, чтобы придать этой части аккуратный вид и укрепить ее. Поскольку здесь накладываются друг на друга обработанные края и образуется лишний объем, дополнительные строчки помогут сгладить этот переход. Повторите с другой стороны сумки. Выверните сумку.



- 10 Подготовьте муфту для ручки. Если вы используете кожу, сложите деталь ИЗНАНОЧНОЙ стороной внутрь, совместив длинные срезы, и на расстоянии 1,3 см от них проложите прямую строчку. Затем, при желании, обрежьте припуски примерно до 5 мм. Наденьте муфту на одну из ручек.

Если вы используете ткань, которая осыпается, подогните каждую короткую сторону дважды на 6 мм (в общей сложности на 1,2 см) и застрочите. Сложите деталь по длине ЛИЦЕВОЙ стороной внутрь и проложите прямую строчку вдоль длинных срезов на расстоянии 1,3 см. Прежде чем вывернуть муфту, пропустите через нее одну из ручек. Эта деталь должна прилегать плотно и не скользить. Если она получилась слишком свободной, проложите по длинной стороне строчку с большим припуском на шов, чтобы уменьшить отверстие. Обрежьте припуски. Выверните муфту на ЛИЦЕВУЮ сторону и проденьте в нее одну из ручек сумки.

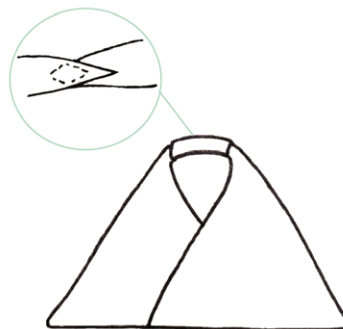
материалы, которые
не осыпаются



Интересная идея: можно выполнить сумку из темно-синей льняной ткани, а муфту украсить белыми элементами в технике сашико.

- 11 Сшейте ручки сумки вместе. По сути, это не отдельные ручки, а два верхних вытянутых края сумки. Надежно скрепите их: наложите заостренные концы друг на друга на 5 см, а затем выполните строчку в виде ромба. Эта часть может выглядеть не слишком аккуратной и не такой идеальной, как хотелось бы, но она будет незаметна под муфтой, поэтому не нужно беспокоиться. Расположите муфту в месте скрепления ручек.

Дополнительно: если вы хотите лучше закрепить муфту, пришейте ее к ручкам потайным швом с двух сторон.



ФАРТУК С ЛЯМКАМИ КРЕСТ-НАКРЕСТ

СКАЖУ ЧЕСТНО, Я НИКОГДА НЕ БЫЛА любительницей фартуков. Меня не волновали мокрые пятна на животе после мытья посуды и жирные брызги от кастрюль. Но в последнее время со мной происходят какие-то метаморфозы, и, кажется, я становлюсь более цивилизованной, потому что сшила несколько фартуков в классическом японском стиле и даже полюбила их. Они помогают мне чувствовать себя более продуктивной, даже когда просто слоняюсь по дому и пытаюсь заставить себя убраться. Чтобы и у ребенка появился внутренний позитивный настрой на ведение хозяйства, я придумала регулируемую детскую версию фартука (естественно, по ее образцу можно сшить и взрослый).

Этот простой фартук с перекрещивающимися сзади лямками сшит полностью из прямоугольников. Нет застежек, завязок: вы просто надеваете его через голову — и все. А благодаря французскому шву и отстрочке с изнаночной стороны фартук будет смотреться таким же аккуратным и симпатичным, как и с лицевой.

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

180 см ткани для взрослого фартука

90 см или меньше ткани для детского фартука

Универсальные нитки в цвет ткани

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ

Для этого фартука отлично подойдут хлопчатобумажные или смешанные ткани из льна и хлопка. Постарайтесь найти материал с шириной полотна, соответствующей размерам вашего изделия. В противном случае вам понадобится больше ткани, потому что придется выкраивать две половинки и сшивать их. Но, как правило, ширина полотна составляет 120 см, значит, проблем с раскроем возникнуть не должно. Ткань, в составе которой 100% льна, тоже подойдет, но некоторым

покажется немного привередливой: придется постараться, чтобы карман из нее получился ровным и аккуратным. С другой стороны, на косой и помятый карман можно смотреть с позиции ваби-саби*. Хотя и принято кроить, ориентируясь на долевую нить, не бойтесь нарушить правила и поиграть с разнонаправленными лоскутами. Забавы ради я сшила несколько подобных фартуков. Заранее подготовьте ткань: постирайте, высушите и проутюжьте.

РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

Любые (конкретные размеры указаны в таблице на с. 151 и 155).

* Ваби-саби — принцип японской эстетики, который учит ценить красоту в ее мимолетности, несовершенности, незавершенности. *Прим. ред.*

ДЕТАЛИ ИЗДЕЛИЯ: верхняя деталь (1), нижняя деталь (1), лямки (2), карман (1), планка (1)

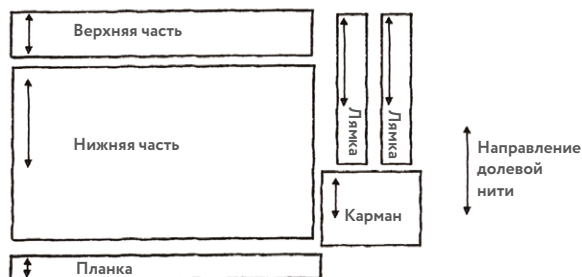


ТАБЛИЦА «РАЗМЕРЫ ФАРТУКА ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ» (ширина × высота, см)

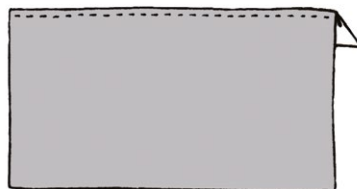
	ВЕРХНЯЯ ДЕТАЛЬ	НИЖНЯЯ ДЕТАЛЬ	ПЛАНКА	ЛЯМКА	КАРМАН	Примерные размеры готового изделия, высота × ширина (от линии плеча до низа)
S	106,7 × 10,2	106,7 × 71,1	106,7 × 3,8	10,2 × 45,7	33 × 17,8	101,6 × 99,1
M	111,8 × 15,2	111,8 × 76,2	111,8 × 3,8	12,7 × 50,8	35,6 × 20,3	106,7 × 104,1
L	116,8 × 20,3	116,8 × 81,3	116,8 × 3,8	15,2 × 55,9	38,1 × 22,9	111,8 × 109,2

ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

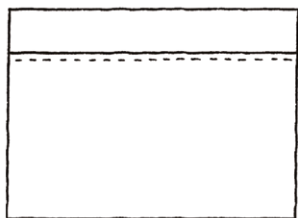
- 1 Раскроите все необходимые детали, исходя из размеров в таблице выше.
- 2 Совместите верхнюю и нижнюю детали основы одинаковыми по длине срезами ИЗНАНОЧНЫМИ сторонами друг к другу и скрепите булавками. Проложите прямую строчку на расстоянии 6 мм от верхнего края. Обрежьте припуски до 3 мм (будьте осторожны, чтобы не задеть шов).



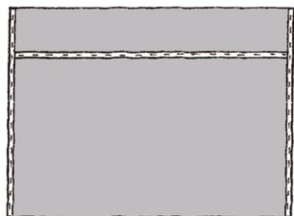
- 3 С ЛИЦЕВОЙ стороны заутюжьте шов на нижнюю деталь. Затем сложите детали ЛИЦЕВЫМИ сторонами друг к другу. Заутюжьте и проложите строчку на расстоянии 1 см от сгиба. Необработанные края скроются — и все это благодаря французскому шву.



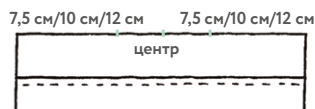
- 4 Заутюжьте его на нижнюю деталь сначала с изнаночной, затем с лицевой стороны. Проложите отделочную строчку, отступив на 6 мм вниз от линии шва. Приутюжьте.



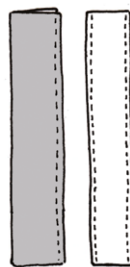
- 5 Подогните правый срез на ИЗНАНОЧНУЮ сторону на 1,3 см и заутюжьте. Еще раз подогните на 1,3 см и снова заутюжьте. Проложите строчку с ИЗНАНОЧНОЙ стороны вдоль внутреннего сгиба. Повторите действия с левым срезом. Вы подготовили основную деталь фартука.



- 6 Любым маркировочным инструментом, который вам нравится, обозначьте сверху на ЛИЦЕВОЙ стороне основной детали середину. Затем нанесите две метки на одинаковом расстоянии от этой точки. Если вы шьете размер S, оно будет равно 7,5 см; M — 10 см; L — 12,5 см.

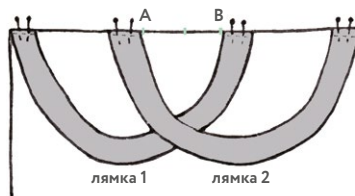


- 7 Чтобы сделать лямки, согните одну из соответствующих деталей по длине пополам ЛИЦЕВОЙ стороной внутрь и стачайте на расстоянии 6 мм от среза. Выверните на лицо и выполните отделочные строчки вдоль двух краев на расстоянии примерно 6 мм от края. То же самое сделайте со второй деталью.



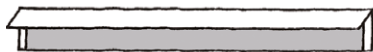
Если лямку сложно вывернуть вручную, воспользуйтесь иглой для выворачивания рукавов (см. «Рабочее место», с. 97). Кстати, советую обозначить изнанку деталей стирающимся маркером. Я обычно помечаю ее крестиком, чтобы потом точно определить лицо (это более красивая сторона) и не ошибиться, где проложить отделочную строчку.

- 8 Ориентируясь на отметки маркером и углы основной детали, приколите булавками лямки к фартуку ЛИЦЕВЫМИ сторонами. Не имеет значения, какая лямка будет сверху. Главное, чтобы один конец каждой был прикреплен к углу, а второй — с противоположной стороны от центральной метки. Из лямок должны получиться широкие дуги.

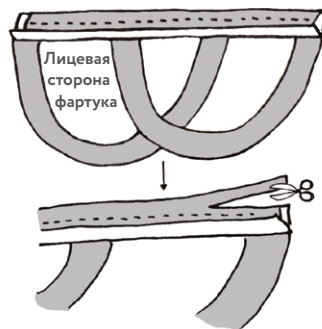


Посмотрите на рисунок: если фартук лежит **ЛИЦЕВОЙ** стороной к вам, нужно прикрепить левый конец лямки 1 к левому углу фартука, а правый — к отметке В. Правый конец лямки 2 нужно приколоть к правому углу основной детали, а левый — к отметке А. Проложите строчку на расстоянии примерно 6 мм от верхнего края. Примерьте фартук и посмотрите, устраивает ли вас длина лямок. Голова должна свободно проходить в большое отверстие в центре, а руки — в меньшие по бокам. При необходимости отрегулируйте длину и снова закрепите лямки булавками.

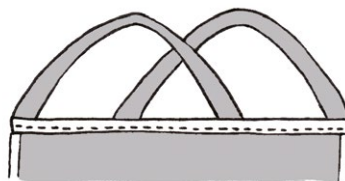
- 9 Подготовьте планку. У соответствующей детали подверните оба коротких среза на 1,3 см на **ИЗНАНОЧНУЮ** сторону и заутюжьте. При необходимости можно зафиксировать булавками (я обычно обхожусь без них). Застрочите. Затем подверните на **ИЗНАНОЧНУЮ** сторону один из длинных срезов на 1,3 см и заутюжьте. Можно сначала пришить планку к фартуку и уже после этого подвернуть края и заутюжить, но мой способ легче.



- 10 Зафиксируйте булавками планку поверх лямок. Для этого положите ее **ЛИЦЕВОЙ** стороной вниз и совместите открытые срезы основы, лямок и планки. От них на расстоянии 1,3 см проложите строчку, затем обрежьте припуск на шов примерно до 6 мм. Это поможет уменьшить объем.



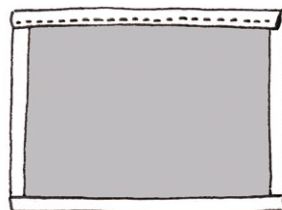
- 11 Подогните планку на **ИЗНАНОЧНУЮ** сторону основы, чтобы спрятать необработанные края, и заутюжьте. Убедитесь, что лямки надежно закреплены. Приколите планку булавками и проложите строчку вдоль края с подгибом. Во время шитья обращайтесь внимание на лямки, чтобы ненароком не пришить их куда не следует.



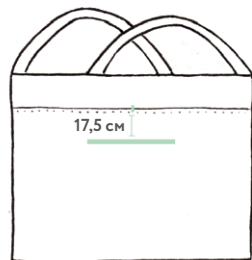
- 12 Возьмите деталь кармана, подогните левый, правый и нижний края на **ИЗНАНОЧНУЮ** сторону на 1,3 см и заутюжьте.

Если хотите, обработайте срезы трех сторон любым способом: фестонными ножницами, зигзагообразным швом на машинке или оверлоком. Их не будет видно, поэтому это не обязательно.

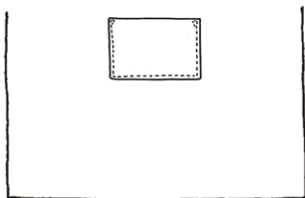
Подогните верхний срез на **ИЗНАНОЧНУЮ** сторону на 6 мм и заутюжьте. Подогните еще раз на 1,3 см, заутюжьте и застрочите. По трем сторонам заготовки строчки прокладывать не надо.



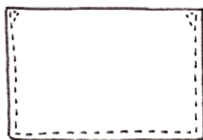
- 13 На основной детали фартука найдите середину шва, соединяющего две ее части, и от нее отмерьте вниз около 17,5 см, обозначьте это место булавкой. Приложите карман, совместив центр его верхнего края с меткой. Примерьте фартук и измените расположение кармана, если покажется, что он слишком высоко или низко.



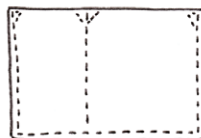
- 14 Настрочите карман по левому, правому, нижнему краям на основную деталь фартука. Я стараюсь прокладывать строчки практически в край.



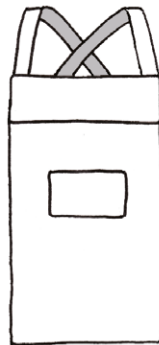
- 15 Можете пофантазировать и в верхних углах выполнить отстрочку в виде треугольников, чтобы дополнительно укрепить карман.



- 16 Чтобы сделать два кармана из одного, нужно просто проложить прямую строчку, параллельную его боковым сторонам, как на примере ниже. Подсказка: чтобы дополнительно укрепить карманы, выполните отстрочку в виде треугольников справа и слева от разделительного шва.



Подверните низ фартука на ИЗНАНОЧНУЮ сторону на 1,3 см и заутюжьте. Подверните еще раз и застрочите.



ВАРИАНТ: ДЕТСКИЙ РЕГУЛИРУЕМЫЙ ФАРТУК

МНЕ НАСТОЛЬКО ПОНРАВИЛСЯ ВЗРОСЛЫЙ ВАРИАНТ, что я решила сделать мини-версию, тем более дочка была двумя руками за! В детском варианте увеличила длину лямок, чтобы они регулировались: это очень удобно, ведь ребенок растет не по дням, а по часам. Я экспериментировала с размерами и в некоторых проектах делала лямки очень длинными, что превращало их в своеобразные элементы дизайна. Поэтому никогда не ограничивайте свою фантазию даже в таких вопросах.

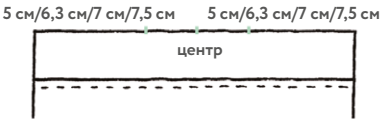
Регулируемые лямки можно сделать и для взрослой версии: увеличьте их длину на несколько сантиметров, прикрепите только спереди и сделайте петли для пуговиц.

ТАБЛИЦА «РАЗМЕРЫ ДЕТСКОГО ФАРТУКА» (ШИРИНА × ВЫСОТА, СМ)

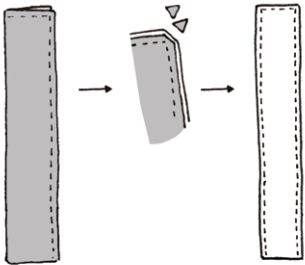
	ВЕРХНЯЯ ДЕТАЛЬ	НИЖНЯЯ ДЕТАЛЬ	ПЛАНКА	ЛЯМКА	КАРМАН	Примерные размеры готового изделия, высота × ширина (от линии плеча до низа)
XS (2–3 года)	68,6 × 12,7	68,6 × 40,7	66 × 3,8	7,6 × 48,2	20,3 × 12,7	63,5 × 48,3
S (4–5 лет)	76,2 × 15,3	76,2 × 45,8	73,7 × 3,8	7,6 × 50,8	22,9 × 15,2	71,1 × 55,9
M (6–7 лет)	81,3 × 17,8	81,3 × 50,8	78,7 × 3,8	10,1 × 53,3	25,4 × 17,8	76,2 × 63,5
L (8–10 лет)	86,4 × 20,3	86,4 × 55,9	83,8 × 3,8	10,1 × 58,4	30,5 × 22,7	81,3 × 71,12

ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

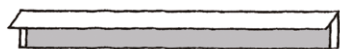
- 1
- Следуйте шагам 1–5 в инструкции для фартука с лясками крест-накрест.
- 2
- Любым удобным маркировочным инструментом обозначьте сверху на ЛИЦЕВОЙ стороне основной детали фартука середину. Нанесите две метки на одинаковом расстоянии от этой точки. Если вы шьете размер XS, оно будет равно 5 см; S – 6,3 см; M – 7 см; L – 7,5 см.



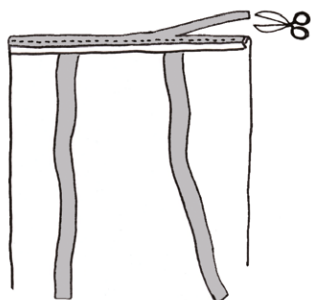
- 3
- Чтобы сделать лямки, согните деталь пополам ЛИЦЕВОЙ стороной внутрь. Проложите строчку на расстоянии 6 мм от срезов вдоль длинного и одного из коротких краев. Срежьте уголки и выверните лямку ЛИЦЕВОЙ стороной наружу. Расправьте углы. Проложите отделочные строчки по трем готовым сторонам на расстоянии примерно 6 мм от краев. Повторите то же самое со второй деталью.



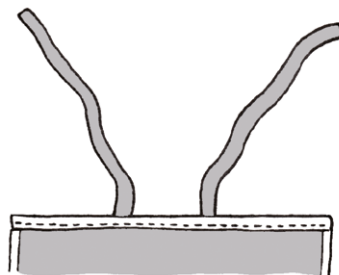
- 4 Прикрепите необработанные концы каждой лямки к меткам на основе, которые вы сделали в шаге 2. Обработанный конец лямки должен свисать свободно. Подготовьте планку. У соответствующей детали подверните оба коротких среза на 1,3 см на ИЗНАНОЧНУЮ сторону и заутюжьте. При необходимости можно зафиксировать булавками (я обычно обхожусь без них). Застрочите. Затем подверните на ИЗНАНОЧНУЮ сторону один из длинных срезов на 1,3 см и заутюжьте. Можно сначала пришить планку к фартуку и уже после этого подвернуть края и заутюжить, но мой способ легче.



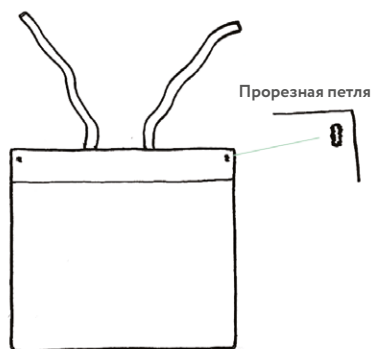
- 5 Зафиксируйте булавками планку поверх лямок. Для этого положите ее ЛИЦЕВОЙ стороной вниз и совместите открытые срезы основы, лямок и планки. От них на расстоянии 1,3 см проложите строчку, затем обрежьте припуск на шов примерно до 6 мм. Это поможет уменьшить объем.



- 6 Подогните планку на ИЗНАНОЧНУЮ сторону основы, чтобы спрятать необработанные края, и заутюжьте. Убедитесь, что лямки надежно закреплены. Приколите планку булавками и проложите строчку вдоль края с подгибом. Во время шитья обращайтесь внимание на лямки, чтобы ненароком не пришить их куда не следует.

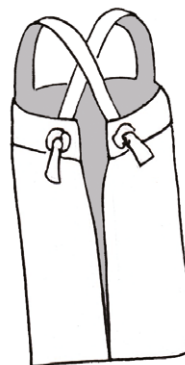


- 7 Сделайте прорезные петли длиной 2,5 см в верхних углах фартука, отступив примерно 2,5 см от каждого края.



- 8 Повторите шаги 12–15 из инструкции для фартука с лямками крест-накрест, чтобы сделать карманы и подшить низ.

- 9 Через петли пропустите лямки и завяжите каждую в узел, регулируя посадку.



ШТАНЫ ДЛЯ ЙОГИ

ДАВАЙТЕ ПОСМОТРИМ ПРАВДЕ В ГЛАЗА: порой трудно найти замену широким штанам. И абсолютно неважно, собираетесь вы позаниматься или нет. Все дело в комфорте. Если честно, меня всегда удивляли цены на аналогичные изделия модных брендов (хотя, говорят, они настолько продуманны, что способны подчеркнуть все достоинства и скрыть недостатки). Я не гарантирую подобный результат, зато обещаю: вы без особых усилий сможете сшить по имеющемуся образцу еще одну пару удобных штанов, а после отправиться проявлять чудеса гибкости или слизывать пенку с латте. Самое прекрасное в работе с трикотажем — от вас не потребуется предельной точности при раскрое. К тому же не исключено, что вашим штанам вообще не суждено выйти за пределы квартиры, особенно если вам понравится бездельничать в них дома. Фото на с. 34–35.

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

140 см трикотажного материала (160 см, если из него же вы будете делать пояс)

Универсальные нитки в цвет материала

Специальная машинная игла
с закругленным кончиком («стретч»)

23 см контрастного трикотажного
материала для пояса (по желанию)

Принадлежности для черчения
(см. «Чертежный набор», с. 106)

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ

По возможности выбирайте трикотаж с шириной полотна около 150 см. Обратите внимание на джерси — тянущийся материал, который быстро принимает первоначальную форму, не мнется и не оставляет заломов. Легко будет шить

и из трикотажа с небольшой добавкой спандекса (от 2 до 5 процентов).

При желании оттените основной материал поясом другого цвета или с принтом. Для этой детали подойдет интерлок (двуластик) — самый упругий материал из всех трикотажных, абсолютно гладкий (иногда он даже поблескивает), одинаковый с обеих сторон, но при этом крепкий и плотный благодаря двурядному плетению. Хлопчатобумажный трикотаж, используемый для пошива спортивной одежды, тоже хороший выбор.

Предварительно подготовьте ткань: постирайте, высушите и, если она сильно помялась, как следует ее проутюжьте.

РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

Зависят от выбранного размера и желаемой длины.

ДЕТАЛИ ИЗДЕЛИЯ: штанина (2), пояс (1)



ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

- 1 Возьмите свои любимые штаны для йоги или брюки стретч и выверните наизнанку. Посмотрите, где совмещаются швы.
- 2 Для создания чертежа штанины подготовьте большой лист бумаги для выкроек. Сложите брюки пополам задней частью сверху. С места, где заканчивается пояс, обведите контур штанины на бумаге.



- 3 Разверните брюки и посмотрите, где находится нижняя точка среднего шва (шва сидения). Сам он спереди короче, чем сзади. Сложите брюки пополам передней частью вверх. Совместите их боковой шов с только что нарисованным от задней части. Уравняйте нижние края. Обведите (передняя часть должна быть как бы зеркальным отражением задней). Отложите брюки в сторону и нарисуйте вокруг контура припуск на шов, равный 1 см. Вырежьте (не портновскими ножницами!) и обозначьте ее «Штанина — 2 детали». Остался еще пояс — и можно в бой!

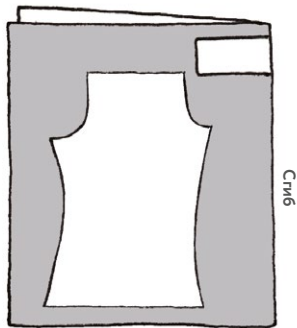


- 4 Измерьте на образце длину пояса. Отложите ее на бумаге. Измерьте спереди высоту пояса брюк и умножьте ее на два. Вы получите ширину детали. Например, у меня она равна 17,5 см. После прикрепления пояса к брюкам его нужно будет сложить пополам. Поэтому фактическая высота составит чуть меньше половины от 17,5 см. Ширину детали можно отрегулировать по своему вкусу. Вырежьте и обозначьте ее «Пояс — 1 деталь со сгибом».

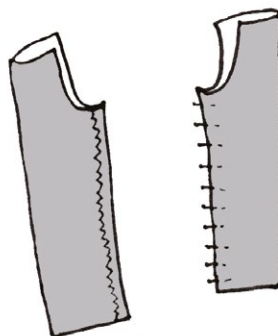


- 5 Сложите трикотажный материал пополам и разложите на нем детали выкройки. Линия сгиба должна быть параллельна долевой нити. Прикрепите выкройку булавками или зафиксируйте грузиками, чтобы предотвратить смещение. Обведите ее маркировочным инструментом, затем вырежьте детали. Пора шить!

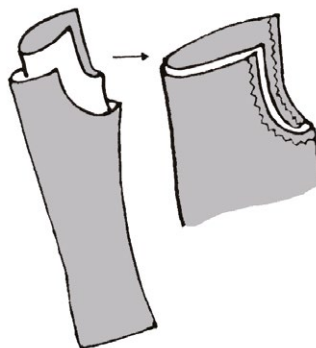
Материал должен больше тянуться поперек, чем вдоль



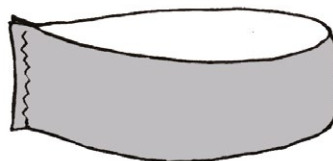
- 6 Убедитесь, что в машинке установлена специальная игла для трикотажа, и выберите зигзагообразную строчку или «стретч». Возьмите одну деталь штанины, сложите **ЛИЦЕВОЙ** стороной внутрь и совместите по длинным срезам. Сколите их булавками, выполните шаговый шов на расстоянии 1 см от края. При желании обметайте срезы зигзагообразным швом или оверлоком, хотя в этом нет особой необходимости, поскольку трикотажные материалы не осыпаются. Повторите действия со второй деталью.



- 7 Выверните одну штанину на **ЛИЦЕВУЮ** сторону. Вставьте ее в другую — **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами друг к другу, совмещая внутренние швы. Зафиксируйте булавками. Проложите шов сидения.



- 8 Сложите деталь пояса пополам **ЛИЦЕВОЙ** стороной внутрь, совместив короткие срезы. Сколите их булавками и стачайте на расстоянии 1 см от края. Разутюжьте швы.



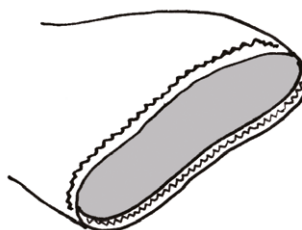
- 9 Сложите деталь по кругу пополам ИЗНАНОЧНОЙ стороной внутрь. Примерьте пояс. Убедитесь, что он сидит точно по фигуре, — вы же не хотите потерять брюки в самый неподходящий момент.



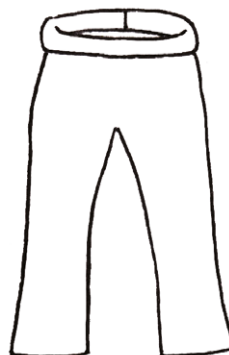
- 10 Совместите срезы пояса и верха штанов. Зафиксируйте булавками и притачайте. Я оставляю шов на поясе сзади посередине, чтобы легче было определять, где какая сторона у изделия. Обработайте срезы при необходимости.



- 11 Обработайте срезы низа штанин. Я предпочитаю делать это оверлоком. Потом подверните их примерно на 1 см ИЗНАНОЧНОЙ стороной внутрь и заутюжьте. Затем проложите зигзагообразную строчку или «стретч» вдоль краев. Если у вас нет оверлока, просто подверните срезы на 1 см ИЗНАНОЧНОЙ стороной внутрь, заутюжьте и прострочите близко к краю. Кроме того, для обработки низа можете воспользоваться двойной иглой (см. «Шитье трикотажа», с. 115).



- 12 Готово! Расслабляйтесь или возьмитесь за дело — любое занятие станет особенно приятным в таких комфортных свободных штанах.



ОБЛОЖКА ДЛЯ ДНЕВНИКА/КНИГИ

КОГДА Я ЕЩЕ УЧИЛАСЬ В ШКОЛЕ, друг подарил мне книгу с мифами Древней Греции. Он сделал для нее обложку из коричневой крафтовой бумаги, вложив весь свой талант, который унаследовал от отца-архитектора. На ней, так тщательно сложенной, красовалось написанное от руки название, а форзац заполняла длинная рассудительная дарственная надпись. Чтобы обложка не развалилась, друг обмотал ее прозрачным скотчем. Я до сих пор берегу эту книгу. И почему-то не сомневаюсь, что, будь у моего друга доступ к швейной машинке, он создал бы тканевую версию. Любая обложка ручной работы — неважно, из какого материала — делает книгу особенной в моих глазах. Я придумала этот проект и в память о том трогательном знаке внимания, и из желания принарядить свои самые любимые вещи — дневники и книги. Вы получите массу удовольствия и потратите совсем немного времени. К тому же вам понадобится минимум принадлежностей, а единственной «проблемой» может стать только выбор материала. Фото на с. 44–45.

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

45 см ткани для обложки
 45 см ткани для подкладки (примерно)
 45 см резинки шириной 1,3 см
 Универсальные нитки в цвет ткани
 Дневник или книга
 45 см прокладочного материала
 (по желанию)

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ

ОСНОВНОЙ МАТЕРИАЛ: хлопок средней плотности, смесовые ткани из хлопка и льна, легкий канвас, саржа, хлопок для квилтинга.

ТКАНЬ ПОДКЛАДКИ: муслин, хлопок для квилтинга.

Подготовьте ткань: постирайте, высушите и проутюжьте.

РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

Любые.

ДЕТАЛИ ИЗДЕЛИЯ: обложка (1), клапаны (1 деталь, которую надо будет разрезать пополам), подкладка (1)



ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

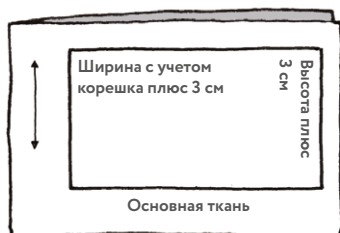
- 1 Определите параметры вашей обложки: измерьте книгу, обязательно раскрыв ее полностью. Вам понадобятся следующие данные:

- высота;
- ширина с учетом корешка.

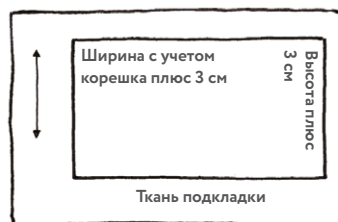


- 2 К полученным результатам добавьте по 3 см. Эта цифра будет включать в себя припуски на швы по 1,3 см и несколько миллиметров на свободное облегание.

- 3 Давайте кроить! Сложите основную ткань, совместив кромки. ЛИЦЕВАЯ сторона должна быть наружу, если на ней есть принт, который вы хотите разместить на обложке каким-то определенным образом. Убедитесь, что вам хватает ширины ткани, затем отмерьте на ней нужные отрезки и нарисуйте мелом с помощью линейки прямоугольник. Вырежьте оба слоя — у вас получится две детали.



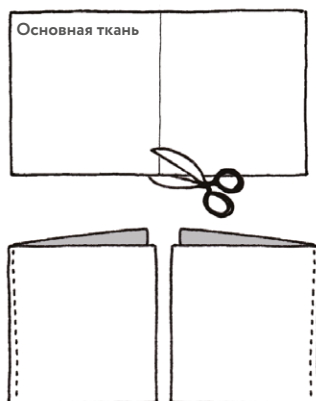
- 4 Из ткани для подкладки раскроите прямоугольник тех же размеров. Вам понадобится одна деталь. Если вы чувствуете, что ткани не хватает жесткости или структуры, раскроите прямоугольник тех же размеров из прокладочного материала и приутюжьте его к ИЗНАНОЧНОЙ стороне подкладки.



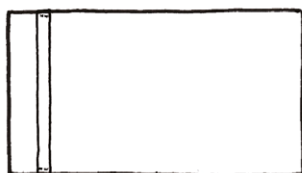
- 5 Отрежьте резинку длиной, равной высоте из шага 2 (фактическая высота книги плюс 3 см).



- 6 Разрежьте одну деталь из основной ткани таким образом, чтобы получилось два одинаковых будущих клапана (для этого найдите линию середины прямоугольника с помощью линейки или, как я, просто согните его пополам, прижмите пальцами и разрежьте по сгибу). Сложите один из полученных лоскутов пополам ИЗНАНОЧНОЙ стороной внутрь и заутюжьте. Проложите прямую строчку на расстоянии примерно 3 мм от сгиба. Повторите то же самое со второй деталью клапана.

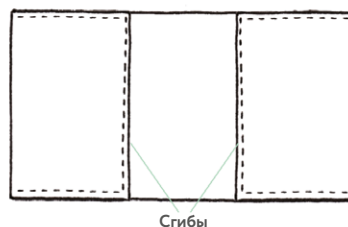


- 7 Положите неразрезанную основную деталь обложки **ЛИЦЕВОЙ** стороной вверх. Обратите внимание: левая часть ткани будет задней стороной обложки, а правая — передней (если, конечно, вы не имеете дело с азиатским комиксом — там все наоборот). Подумайте, где прикрепить резинку. Если к передней сторонке, то, закрывая блокнот, нужно будет заводить резинку назад. Поскольку для меня это еще и декоративный элемент, украшающий обложку, я пришиваю ее на заднюю сторонку. Определившись, отмерьте примерно 5 см от левого или правого края ткани. Пристрочите, отступив 5 мм сверху и снизу, закрепляя резинку, — швов не будет видно после полной сборки обложки.

Задняя
детальПередняя
деталь

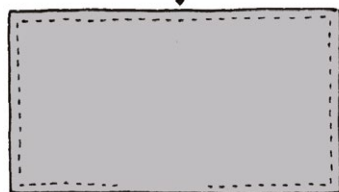
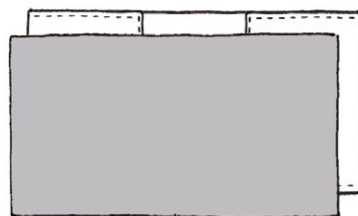
- 8 Этот шаг необязателен, но он поможет избежать смещения клапанов. Их заготовки должны быть **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами наружу. Расположите клапаны по краям основной детали так, чтобы необработанные срезы совпали, а сгибы оказались направленными внутрь. Приметайте на расстоянии 6 мм от краев. Если ткань с принтом, убедитесь в его правильном расположении.

Резинку не будет видно: она окажется между клапаном и обложкой.



ОСОБОГО ВНИМАНИЯ требуют ткани с принтом, элементы которого направлены в одну сторону. Например, это могут быть голубые фламинго, повернувшие головы влево. Еще при раскрое нужно проверить, правильным ли окажется направление рисунка после совмещения деталей. Иначе получится, что на одной половине готовой работы фламинго смотрят влево, а на другой — вправо и расположены вверх ногами. Хотя, естественно, все зависит от задумки.

- 9 Положите деталь подкладки ЛИЦЕВОЙ стороной на обложку с резинкой и клапанами. Прострочите по периметру на расстоянии 1,3 см от края, оставив снизу отверстие размером примерно 10 см. При поворотах ткани оставляйте иглу в нижнем положении, чтобы углы получились четко выраженными.



Отверстие

- 10 Укоротите припуски до 6 мм и аккуратно срежьте уголки. Оставляйте немного ткани около швов, чтобы не ослабить их или случайно не задеть. Выверните обложку на ЛИЦЕВУЮ сторону и расправьте уголки колышком, стараясь не проткнуть их. Приутюжьте, огибая резинку и заправляя припуски в отверстие, чтобы выровнять край.



- 11 Зашейте отверстие потайным швом, проутюжьте — и оригинальная обложка для дневника или книги готова!



СКЕТЧБУК РУЧНОЙ РАБОТЫ

Я НЕ ИЗ ТЕХ ЛЮДЕЙ, к которым приходят великолепные идеи во время принятия душа. У меня они появляются в виде слов и картинок в ежедневном процессе медленного и методичного ведения дневника. Мне довелось протестировать множество блокнотов и скетчбуков. Но хотелось попробовать сделать их самой. Вдохновленная своим опытом, я объединила кожу с бумагой, и вуаля — за пару минут смастерила «сачок» для идей. Этот творческий мини-блокнот для записи вдохновляющих мыслей легко поместится в сумку, а еще станет замечательным подарком для детей. Фото на с. 46–47.

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

10 листов 21,3 × 27,5 см (можно взять листы формата А4 и подрезать их)

45 см не осыпающейся ткани

90 см кожаного шнура

Универсальные нитки в цвет ткани

Машинная игла для кожи или джинсы (по желанию)

Нож или лезвие

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ

Лучше всего использовать для этого скетчбука кожу или плотный фетр. Их не нужно стирать, хотя при желании можно обработать утюгом через проутюжильник, установив минимальный температурный режим.

РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

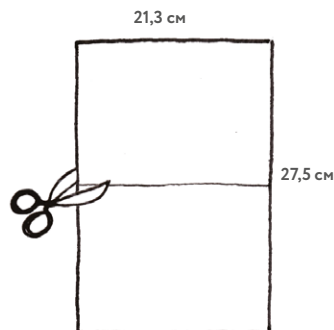
32,5 см в ширину и 15 см в высоту в развороте.

ДЕТАЛИ ИЗДЕЛИЯ: обложка (1)

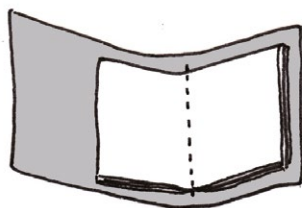


ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

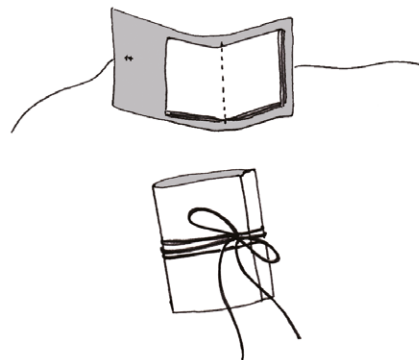
- 1 Разрежьте бумагу пополам. Линия разреза должна быть параллельна короткой (21,3 см) стороне. Выровняйте стопочку. Сложите ее пополам короткими сторонами друг к другу.



- 2 У вас получилась брошюра размером $10,5 \times 13,8$ см.
- 3 Раскроите из ткани отрез размером $32,5 \times 15$ см. Это будущая обложка.
- 4 Разверните брошюру и положите на обложку ближе к правому краю, оставив по 6 мм сверху, справа и внизу. Из оставшегося слева материала мы сформируем запя́х. Закрепите листы и обложку клипсами/зажимами для фиксации ткани. Стачайте, проложив прямую строчку по центру брошюры.
У швейных машин разная мощность. Если игла сопротивляется и даже подкручивание маховика не спасает ситуацию, вытащите один-два листа бумаги и попробуйте еще раз. И это не помогло? Попробуйте установить иглу для кожи или джинсы.



- 5 Ножом сделайте на левом клапане два маленьких параллельных надреза размером примерно 1,3 см. Пропустите через них шнур. Скетчбук готов!



РЕМЕШОК ДЛЯ ФОТОАППАРАТА

НА ПЯТИЛЕТИЕ КОКО МЫ ЗАБРОНИРОВАЛИ часть помещения в местном развлекательном центре и устроили вечеринку у бассейна. Когда настало время резать торт, я подошла к бортику бассейна и позвала гостей. «Что?» — не расслышал один из них. Я приготовилась крикнуть громче, но потеряла равновесие и, как вы наверняка уже догадались, в одно мгновение погрузилась под воду вместе со своим драгоценным фотоаппаратом. Конечно, тогда не спас бы даже ремешок, но этот аксессуар может пригодиться в других ситуациях (однажды техника выпала у меня из рук прямо во время снимка). В инструкции я описываю создание ремешка на запястье, но если вы предпочитаете носить фотоаппарат на шее, то просто добавьте к указанным размерам несколько сантиметров и еще одну застежку. Фото на с. 48–49.

Интересная идея: вы можете уменьшить длину и сделать симпатичный брелок.

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

- 23 см ткани для основного ремешка
- Лоскут кожи или что-то аналогичное для коннектора (соединительного элемента)
- Металлические карабины-крючки (можно заказать через интернет сразу набор)
- Универсальные нитки в цвет ткани
- Металлическое колечко
- 23 см для прокладки (по желанию)
- Машинная игла для кожи (по желанию)

При работе с воощенным канвасом или кожей пригодятся клипсы/зажимы для фиксации или даже обычные прищепки.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ

Для ремешка подойдет любая ткань, но если материал тонковат, то придайте ему прочности с помощью объемной

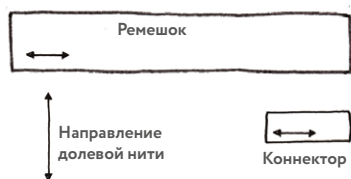
клеевой термопрокладки. Хороший выбор — лен, хлопок, канвас. Я делала ремешок даже из перфорированной натуральной кожи, что оказалось сущим пустяком, ведь мне даже не пришлось шить его. Хлопчатобумажные и льняные ткани заранее подготовьте: постирайте, высушите и проутюжьте.

Коннектор можно сделать из кожи, текстильной ленты и любых других прочных материалов. Помните: он будет накладываться на кончик ремешка, и вам придется прошить сразу несколько слоев. Поэтому для его изготовления лучше не брать слишком плотные материалы. Их не нужно предельно стирать, но можно обработать утюгом через проутюжильник, установив минимальный температурный режим.

РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

Ремешок на запястье получится 2,5 см в ширину и 28 см в длину (включая карабин и коннектор).

ДЕТАЛИ ИЗДЕЛИЯ: ремешок (1), коннектор (1)

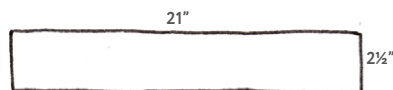


ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

- 1 Раскроите из ткани полосу нужной вам длины. Для ремешка на запястье мне потребовался прямоугольник шириной 6,3 см и длиной 52,5 см.

Формула расчета:

- (Нужная ширина \times 2) + 1,3 см для припусков на швы.
- Нужная длина + 2,5 см для припусков на швы.



- 2 Раскроите коннектор. У меня это полоска шириной 2,5 см и длиной 7,5 см. Для текстильной ленты добавьте еще 1,3 см к длине: придется подвернуть короткие концы, чтобы они не осыпались.

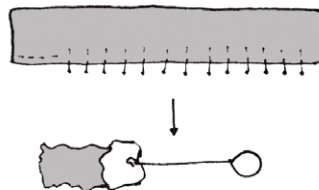
Кожа / искусственная кожа



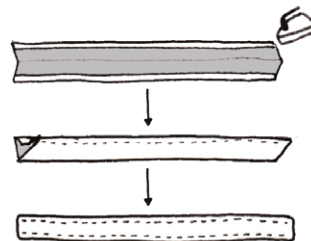
Тесьма



- 3 Сложите ремешок вдоль пополам ЛИЦЕВОЙ стороной внутрь и заутюжьте. Сколите булавками и проложите строчку на расстоянии 6 мм от длинных срезов. Выверните на ЛИЦЕВУЮ сторону при помощи иглы для выворачивания руликов (см. «Рабочее место», с. 97). Приутюжьте. В области шва материал часто топорщится, поэтому слегка натягивайте его там при работе утюгом, чтобы полностью разгладить. Подверните необработанные края внутрь, спрятав срезы, и снова приутюжьте.



Еще один вариант: сложите деталь ремешка вдоль пополам ИЗНАНОЧНОЙ стороной внутрь, подогнув при этом оба длинных среза на изнанку на 6 мм. Совместите сгибы и стачайте. Затем выполните отстрочку вдоль второй длинной стороны и переходите к шагу 5. Этот вариант намного проще, но придется постараться, чтобы получился ровный край.



- 4 Проложите отделочные строчки вдоль длинных сторон на расстоянии примерно 3 мм от сгибов.

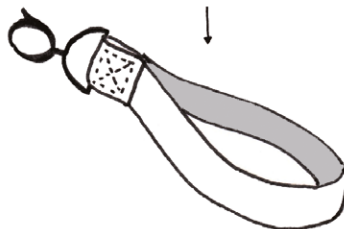


- 5 Сделайте петлю, сложив ремешок пополам ИЗНАНОЧНОЙ стороной внутрь, и сметайте ее вдоль коротких краев на расстоянии примерно 2,5 см.



- 6 Пропустите деталь коннектора через кольцо карабина, сложите пополам, закрывая конец ремешка с наметкой примерно на 2,5 см с каждой стороны. (Можно воспользоваться клипсами или зажимами для скрепления половинок коннектора. Но делать это нужно аккуратно: иногда подобные приспособления оставляют неприглядные следы. Я предпочитаю просто держать пальцами изо всех сил.)

Увеличьте длину стежка примерно до 3,5. Если вы шьете из довольно плотного материала, установите в машинку иглу для кожи. Начав с нижнего края коннектора, медленно и аккуратно прострочите сложенную деталь по периметру на расстоянии примерно 6 мм от края, чтобы получился прямоугольник. Убедитесь, что вы захватили кончик ремешка. Между основанием карабина и верхней частью прямоугольника должно остаться примерно 1,3 см. Прижимная лапка при шитье будет закрывать коннектор, но не касаться металлического основания. Завершите работу, прострочив внутри прямоугольника букву X.



- 7 Если кольцо карабина слишком крупное для места крепления ремешка (это такие специальные небольшие уши на корпусе), добавьте между ними подходящее по размерам металлическое колечко. Я использовала его для обоих моих фотоаппаратов — цифрового и старого пленочного, потому что их петельки крепления были очень узкими.



- 8 Теперь можете фотографировать сколько душе угодно, но все же держитесь дальше от бассейнов.

ЦВЕТОЧНЫЙ ВЕНОК ИЗ ФЕТРА

КТО ЖЕ УСТОИТ ПЕРЕД ЧУДЕСНЫМ цветочным венком? Когда Коко была совсем маленькая, я плела их для нее из ромашек. У фетрового венка есть большое преимущество — он никогда не завянет. Чтобы украшение не выглядело дешево и не напоминало ободок, оброненный дошкольницей (кстати, этот проект прекрасно подходит для совместной работы с детьми), выберите для него небольшое количество оттенков.

Фетр — идеальный материал для начинающих: богатая цветовая палитра, не осыпающиеся края, прочная и в то же время терпимая к ошибкам поверхность. При работе над венком вам предстоит по большей части шить вручную и клеивать, что не менее приятно, чем создавать одежду. Вдобавок это увлекательное и медитативное занятие (по крайней мере, этап ручного шитья) отлично скрасит послеобеденное или вечернее время. Ваша крошечная принцесса, без сомнения, будет в восторге от результата. Этот чудесный венок прекрасно дополнит праздничный образ на Хеллоуин. Фото на с. 50–51.

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

Фетр разных цветов
 Универсальные нитки в цвет фетра
 Тычинки (можно приобрести в магазинах для рукоделия; по желанию)
 Флористическая проволока в тканевой обмотке (отрезки по 45 см или в намотке)
 Клеевой пистолет
 Кусачки или очень острые ножницы (для разрезания проволоки)
 Калька
 Игла для ручного шитья
 Лента или шпагат (по желанию)

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ

Мне нравится натуральный фетр: у него более презентабельный вид, чем у синтетического, который продается в любом киоске. Тем не менее вы можете сделать венок из любой разновидности этого материала. Фетр не нуждается в предварительной подготовке, но при желании можно обработать его утюгом через проутюжильник, установив минимальный температурный режим.

РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

Любые. Я привожу инструкцию для венка окружностью 45 см — он прекрасно сидит как на моей, так и на дочкиной голове.

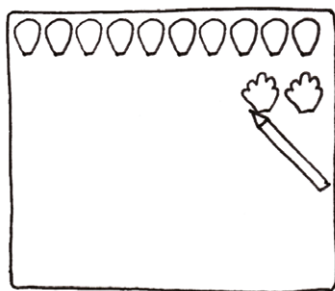
ДЕТАЛИ ИЗДЕЛИЯ: используйте шаблоны со с. 173 или нарисуйте собственные. Для каждого цветка понадобится 6–10 лепестков, 2–3 листа, тычинки (1, если будете делать их из фетра, и 4–5, если возьмете двусторонние покупные).

ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

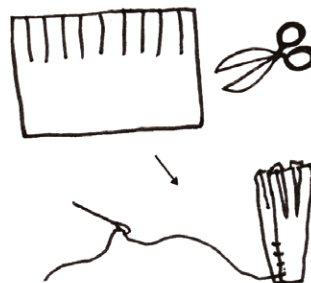
- 1 Перенесите на кальку все необходимые детали: лепестки, тычинки и листья.
- 2 Для лепестков: обведите по 6–10 деталей для каждого цветка на фетре желаемых оттенков. Это можно сделать обычной шариковой ручкой или меловыми карандашами. Обратите внимание, что для темного фетра понадобится более светлый мелок. Вырежьте детали.

Для листьев: обведите по 2–3 детали для каждого цветка на фетре желаемых оттенков и вырежьте. (Советую выбрать разные тона зеленого для листьев и тычинок или даже сделать последние бирюзовыми.) Вырежьте несколько дополнительных деталей для заполнения пустых мест.

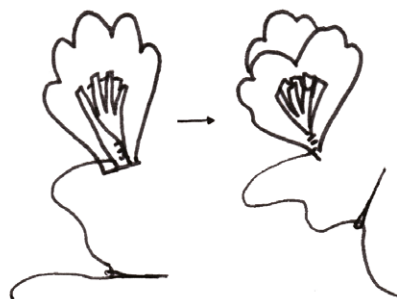
Совет: сразу раскладывайте вырезанные заготовки по кучкам, чтобы впоследствии не запутаться. (Я непредусмотрительно бросала все на стол как попало и потом потратила уйму времени на сортировку.)



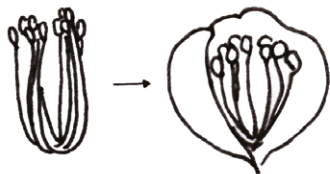
- 3 Для тычинок: обведите по 1 детали для каждого цветка, вырежьте, вдоль края сделайте надрезы длиной 1,3 см (должно получиться нечто похожее на расческу). Скатайте заготовку в трубочку и сшейте снизу.



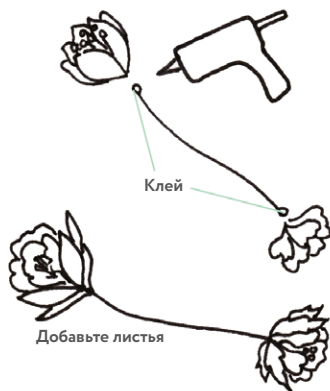
- 4 Прикрепите лепесток к тычинке, уравнив нижние края. Сшивайте как получится, не задумываясь: впоследствии это место скроется под приклеенными листьями. С противоположной стороны тычинки приложите еще один лепесток и пришейте. Продолжайте добавлять лепестки, перекрывая уже прикрепленные, пока не сведет пальцы или изделие не приобретет законченный вид. Подготовьте необходимое количество цветов разных размеров — так будет красивее.



- 5 Если вместо фетровых вы используете готовые тычинки, сложите их пополам, оберните вокруг сгиба нижнюю часть лепестка и сшейте. Добавьте еще лепестков.

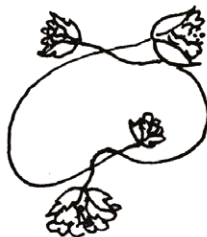


- 6 Нагрейте клеевой пистолет. Выдавите каплю клея на основание крупного цветка и прикрепите к нему один из концов 45-сантиметровой флористической проволоки. (Я сразу купила ее в таких отрезках. Это оптимальная длина для начинающих.) Таким же способом присоедините следующий крупный цветок на другой конец этой проволоки. Капните немного клея на низ листа и прикрепите его к цветку, оборачивая вокруг проволоки и основания. Добавьте еще несколько листьев.



Повторите все действия с другим отрезком проволоки. При желании можете укоротить его, чтобы размещать цветы ближе друг к другу.

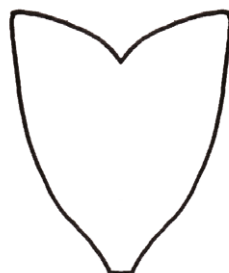
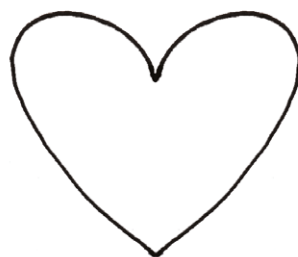
- 7 Украсьте так несколько отрезков проволоки, а затем скрутите их вместе, формируя ободок. При необходимости заполните пустоты цветами и листьями.



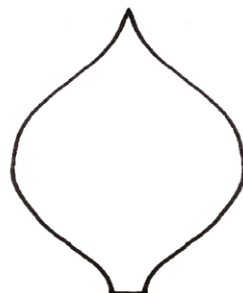
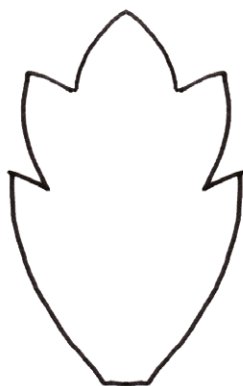
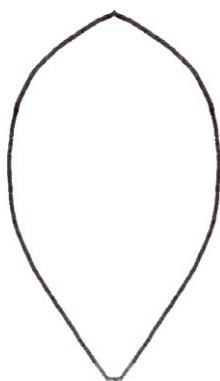
- 8 Венок можно украсить ленточками или оплести шнурком. В магазине рукоделия я также присмотрела искусственные растения — они прекрасно подходят в качестве дополнительных деталей.



ЛЕПЕСТКИ



ЛИСТЬЯ



ТЫЧИНКИ



БАЗОВОЕ ПЛАТЬЕ (+ вариант с ярусами)

У МЕНЯ ИЗ ГОЛОВЫ НЕ ВЫХОДИЛО ПЛАТЬЕ, сшитое мной в конце лета, когда я стала немного приходить в себя и вернулась к швейному хобби. И мне захотелось придумать очень простой сарафан, которым вы могли бы порадовать вашу любимую дочку. Этот летний наряд регулируется с помощью завязки, продетой в кулиску и заодно выполняющей функцию бретелек. Вы можете создать минималистичный и стильный сарафан А-силуэта или потратить чуть больше времени и добавить ему женственности за счет нескольких ярусов. В инструкции я также описала, как вшить потайные карманы: пока хозяйка этой симпатичной вещички будет изучать залитый солнцем мир — на пляже, в лесу или в городе, — ей не придется таскать в руках найденные там сокровища.

За счет регулируемых лямок сарафан можно считать безразмерным. Когда ребенок подрастет, наряд легко превратится в удлиненный топ, а в прохладную погоду маленькая модница сможет надеть его на кофточку с длинными рукавами.

Основные инструкции приводятся для сарафана А-силуэта, но на с. 181 я рассказала, как внести изменения в детали выкройки, чтобы получился вариант с ярусами. Не переживайте: не боги горшки обжигают! Уверена, вы легко разберетесь с инструкциями. Фото на с. 52–53.

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

От 1,4 до 2 м ткани

Универсальные нитки в цвет ткани

Принадлежности для черчения
(см. «Чертежный набор», с. 106)

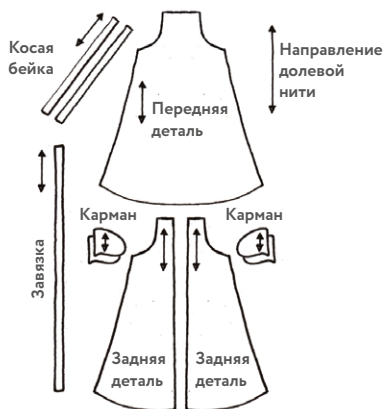
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ

Лучше всего подойдут легко драпирующиеся ткани (вискоза, шелк, шифон), но сарафан можно сшить и из хлопка для квилтинга. Поищите лен низкой плотности, тонкую, но не слишком прозрачную хлопчатобумажную ткань (вуаль) или батист. Обязательно предварительно подготовьте материал: постирайте, высушите и проутюжьте.

РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

Определяются индивидуально.

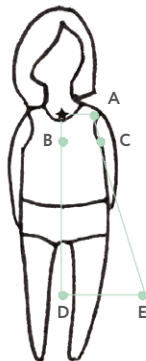
ДЕТАЛИ ИЗДЕЛИЯ: косая бейка (2),
передняя деталь (1), задняя деталь (2),
карман (4), завязка (1)



ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

1 Для начала следует снять мерки с будущей счастливой обладательницы нового сарафана. Измерьте сантиметровой лентой и запишите следующие параметры:

- 1) полуобхват шеи — от середины шейной (яремной) впадины (обозначена звездочкой на рисунке) до внешнего края плеча (точка А);
- 2) от звездочки вниз до центральной точки груди (точка В), которая находится на линии груди;
- 3) от точки В вбок по линии груди до точки, расположенной немного ниже подмышки (точка С);
- 4) от звездочки вниз до желаемой длины: здесь будет заканчиваться подол (точка D);
- 5) от точки D вбок — в соответствии с желаемой шириной юбки (точка E).



2 На ровной поверхности разложите лист бумаги для выкроек. Он должен быть на 5 см шире низа будущей детали (расстояние DE из пункта 5 в шаге 1) и как минимум на 7,5 см длиннее, чем отрезок от звездочки до точки D (пункт 4 в шаге 1).

3 Начнем с построения выкройки передней детали. Отступив примерно 7,5 см от верхнего края бумаги, нарисуйте карандашом точку или черточку (я поставила звездочку).

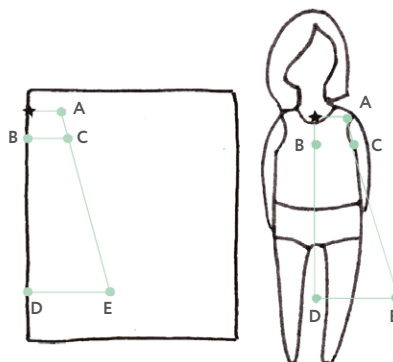
Отложите расстояние из пункта 1 в шаге 1 и проведите прямую горизонтальную линию. Это будет горловина.

От звездочки отмерьте вниз расстояние из пункта 2 и поставьте точку В. От нее проведите прямую горизонтальную линию, длина которой равна отрезку из пункта 3. Обозначьте точку С — начало бокового шва. Полученная линия груди должна быть параллельна горловине.

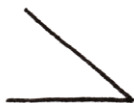
Снова от звездочки отмерьте вниз расстояние из пункта 4 и поставьте точку D. От нее проведите прямую горизонтальную линию, длина которой равна отрезку из пункта 5. Это будет подол. Он должен быть параллелен линиям горловины и груди.

Слегка закругляя линию, соедините точки А и С. (У меня изгиб выходит слишком глубоким, из-за чего в итоге получается, скажем так, чересчур смелое декольте для маленькой девочки. Уделите этой кривой больше времени, чтобы не повторить моей ошибки.) Я придерживаюсь такого метода: из точки А провожу перпендикуляр длиной 2–5 см, затем аккуратно начинаю скруглять до точки С. В итоге получается линия, немного похожая на перевернутую букву J.

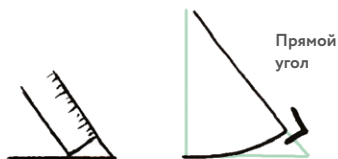
С помощью линейки соедините точки С и E. Сравните полученную деталь выкройки с рисунком ниже.



- 4 Теперь у вас есть вполне приличная выкройка передней детали сарафана. Осталось ее слегка доработать. Обратите внимание: угол подола слишком острый и похож на кончик кусочка пиццы. Если оставить его таким, то при совмещении передних и задних деталей мы получим внизу асимметричный край. Поэтому нам нужно сделать угол прямым.



Возможно, существуют технически более грамотные способы, но я придумала собственный, который для меня работает. Проведите прямую линию от точки С до самого низа. Возьмите линейку (лучше всего для квилтинга) и приложите к наклонной боковой стороне. Начните рисовать прямой угол, а затем, слегка скругляя линию, плавно перейдите в подол, начерченный в шаге 3. Можно также воспользоваться специальной изогнутой линейкой, чего я ни разу не делала, но при этом всегда получала красивый нижний край изделия.



- 5 Дважды проверьте и убедитесь, что угол проймы (в районе подмышечной впадины) тоже прямой. Если все в порядке, добавьте припуски на швы. В этом сарафане я сделала их равными 1 см по бокам и в проймах, 3,8 см — на горловине и 2,5 см — по низу изделия. С помощью линейки и карандаша обозначьте вдоль всех линий с интервалом около 5 см точки припуска, а затем соедините их.

Вырежьте деталь. Надеюсь, вы помните, что это нужно делать ножницами для бумаги, а не портновскими. Выкройка передней части сарафана готова. Обозначьте ее «Базовое платье — Перед — 1 деталь со сгибом», и перейдем к построению выкройки спинки.



- 6 Построение детали спинки — сплошное удовольствие. Это настолько просто, что даже не нужен другой шаблон. Если все же вы решили его сделать, положите вырезанную деталь переда на бумагу, отступив несколько сантиметров от левого края. При необходимости прикрепите булавками или прижмите грузиками, чтобы выкройка не съезжала. Обведите ее и добавьте 1 см к центральной линии. Вырежьте выкройку (помните про ножницы для бумаги!), обозначьте как «Базовое платье — Спинка — 2 детали» и отложите в сторону. Готово.

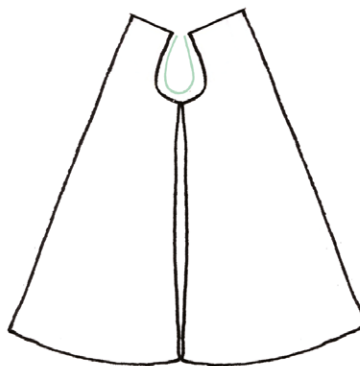


- 7 Теперь карманы. Найдите в детском шкафу что-нибудь с карманом и обведите его либо нарисуйте сами. Не стремитесь к идеальной точности. Убедитесь только, что у вашей детали есть одна ровная сторона и сверху от нее отходит как минимум на 1 см прямая линия, прежде чем скруглять форму. Если получается что-то похожее на карман, этого достаточно. Я рисую его форму непосредственно на передней детали, а затем прикладываю сверху кальку, чтобы получить отдельную выкройку.



- 8 Для косой бейки и завязки не нужны отдельные выкройки, поскольку вы будете размечать их непосредственно на ткани.

Для расчета длины косой бейки совместите детали переда и спинки по боковым швам и измерьте изгиб проймы. Добавьте 2,5 см к полученной цифре и запишите.

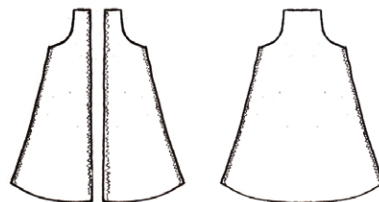


- 9 Пришло время раскраивать ткань.
- Сложите ткань пополам **ЛИЦЕВОЙ** стороной внутрь.
 - На рисунке ниже показан вариант расположения деталей выкройки, но удастся ли вам повторить его, полностью зависит от размера платья и наличия на ткани принта. Воспользуйтесь булавками или грузиками, чтобы закрепить бумагу.
 - Не забудьте вырезать четыре детали для карманов.
 - Для обработки проймы раскроите две косые бейки под углом 45° шириной 2,5 см и длиной, рассчитанной в шаге 8.
 - Для завязки раскроите полоску длиной 125 см и шириной 4,5 см. Этого должно хватить для большинства размеров. При необходимости можете уменьшить или увеличить параметры.

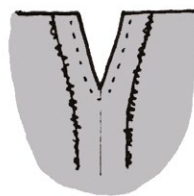


Прежде чем начинать работу с ценной или дорогой тканью, потренируйтесь на тестовом (пробном) образце из бязи или ситца и при необходимости внесите коррективы в выкройку.

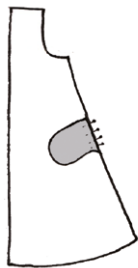
- 10 Подготовьте детали переда и спинки, обработав центральные и боковые срезы. (Если вы используете оверлок, по возможности постарайтесь не укорачивать края.)



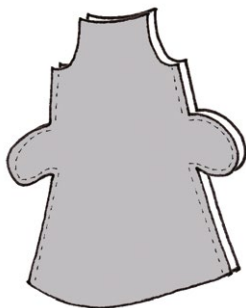
- 11 Сложите детали спинки **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами внутрь и сколите булавками по центральной линии. Отмерьте 10 см вниз от верхнего края и поставьте метку. Начав от нее, проложите прямую строчку на расстоянии 1 см от срезов. У выреза заутюжьте припуски на изнанку. Проложите отделочную строчку вдоль его краев с лица ткани (на рисунке показана обратная сторона)



- 12 Подумайте, где разместите карманы. В качестве примера возьмите готовые изделия. Отметьте на деталях спинки и переда, где будут начинаться карманы. Приколите булавками одну из деталей кармана к переду **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами внутрь. Повторите действия с обеих сторон переда и спинки, после чего наложите их друг на друга и убедитесь, что карманы совмещаются правильно.
- Пристрочите каждую деталь кармана вдоль прямого среза на расстоянии 1 см от края и заутюжьте швы.



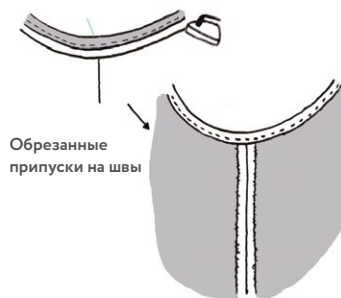
- 13 Сколите детали переда и спинки **ЛИЦЕ-ВЫМИ** сторонами внутрь и проложите боковой шов на расстоянии 1 см от края. Когда дойдете до уровня начала кармана, прострочите еще примерно 1 см, после остановитесь и поверните. Продолжайте прокладывать строчку по контуру кармана на расстоянии 1 см от края. Затем снова поверните и продолжайте до окончания бокового шва. Повторите на другой стороне. Обработайте срезы. Я предпочитаю зигзагообразный шов, потому что его можно делать по частям, а с оверлоком это не получается.



- 14 Приложите косую бейку к обрабатываемому срезу проймы **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами друг к другу. Сколите булавками. Прострочите на расстоянии 1 см от края. Обрежьте припуски на шов примерно до 6 мм и сделайте на них небольшие надсечки, чтобы бейка не топорщилась.



- 15 Бейкой обогните припуск. Ее срез должен оказаться с изнанки на уровне шва, который вы только что сделали. Чтобы спрятать необработанный край, отверните припуск вместе с косой бейкой на **ИЗНАНОЧНУЮ** сторону проймы вдоль линии шва, чтобы спрятать необработанный край. Проложите строчку по внутреннему краю бейки. Повторите с другой проймой.

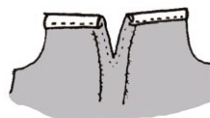


- 16 Теперь сделаем кулиску. Загните верхний срез переда на **ИЗНАНОЧНУЮ** сторону на 6 мм и заутюжьте. Подверните еще на 2 см и заутюжьте. Прострочите вдоль внутреннего сгиба. Обратите внимание: припуск на шов составляет 3,8 см, а подгибаете вы только 2,6 см. Так и должно быть, потому что изначально в него заложены прибавки на свободу облегаия лифа. Повторите действия со спинкой.

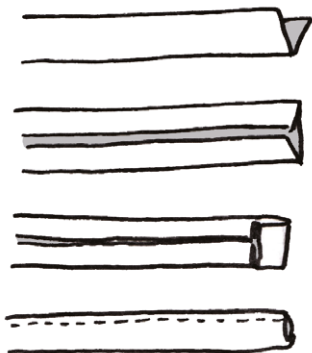
Передняя деталь



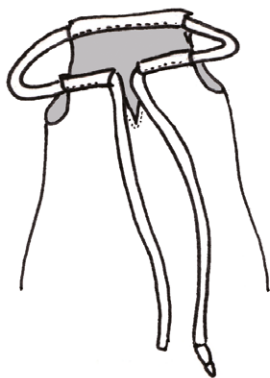
Задняя деталь



- 17 Шьем ленту-завязку. Сложите полоску ткани пополам вдоль ИЗНАНОЧНОЙ стороной внутрь и заутюжьте. Подверните длинные срезы к ИЗНАНОЧНОЙ стороне к линии сгиба и заутюжьте. Загните короткие срезы примерно на 1,3 см к ИЗНАНОЧНОЙ стороне и заутюжьте. Спрячьте необработанные края, снова сложив полоску вдоль пополам, и заутюжьте. Проложите строчку по периметру.

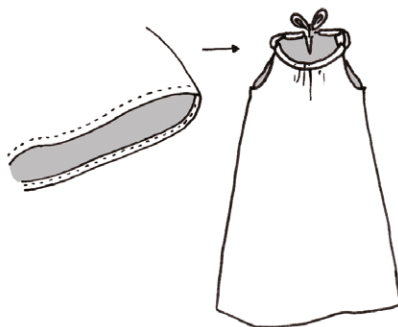


С помощью английской булавки или иглы для протягивания шнура вставьте завязку в кулиску.



ПОДСКАЗКА: если у вас возникли сложности при шитье тонкой завязки, возьмите ненужную полоску ткани, сложите ее и прострочите. Когда она уже почти выйдет из-под прижимной лапки, положите плотную к ней свою завязку, продолжите строчку и вытащите полоску. Таким способом вы упростите себе работу.

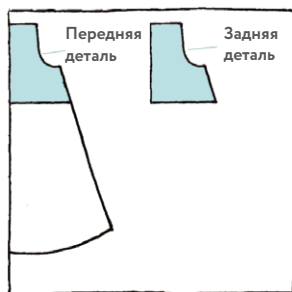
- 18 Наконец, осталось обработать только низ платья. Подверните подол к ИЗНАНОЧНОЙ стороне на 1,3 см и заутюжьте. Еще раз подогните на 1,3 см, заутюжьте и проложите строчку. Готово!



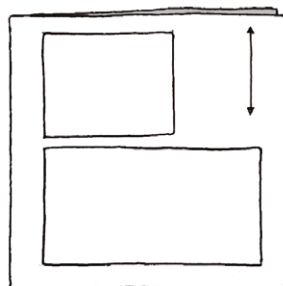
ВАРИАНТ: БАЗОВОЕ ПЛАТЬЕ С ЯРУСАМИ

ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

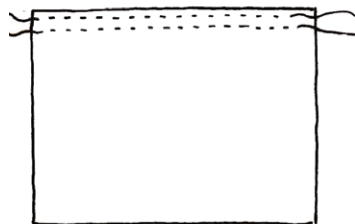
- 1 Подготовьте детали выкройки по шагам 1–5 из инструкции базового платья. Положите деталь переда на лист бумаги для выкроек. Обведите горловину, пройму и еще примерно 12,5 см (или сколько считаете нужным) бокового шва. Начертите прямую горизонтальную линию. Получилась новая деталь переда лифа. Обведите ее и добавьте 1 см к центральной линии, чтобы сделать верхнюю деталь спинки. Их вам понадобится две штуки. Обозначьте каждую деталь выкройки соответственно: «Перед лифа — 1 деталь со сгибом», «Спинка лифа — 2 детали». Раскройте ткань.



- 2 Для создания ярусов платья понадобятся две прямоугольные детали. Их размеры зависят от того, насколько сильно вы хотите присборить ткань. Я добавляю примерно по 25 см к каждому последующему ярусу. Например, длина основания переда лифа 25 см (на выкройке она составляет 12,5 см; но не забывайте, что это лишь половина, поскольку при раскрое ткань будет сложена пополам). Длина прямоугольника для второго яруса будет равна 50 см, для третьего — уже 75 см. Что касается высоты, позвольте поэкспериментировать своему внутреннему дизайнеру. Все в ваших руках. Вырежьте из ткани по две детали каждого прямоугольника.



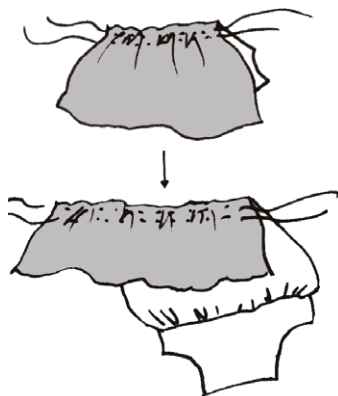
- 3 Чтобы присборить второй ярус, увеличьте до максимума длину стежка (на моей машине это 5). Не выполняя закрепок, проложите строчку на расстоянии ориентировочно 6 мм от края, оставив в начале и в конце свисающие нити длиной около 7,5 см. Отступите от нее примерно 1,6 см и сделайте вторую строчку (тоже без закрепок и со свободными концами). Положите ткань ЛИЦЕВОЙ стороной вверх и потяните за нити с правой стороны. Оставьте их незакрепленными. Потягивайте за нити по очереди слева и справа, чтобы получились сборки.



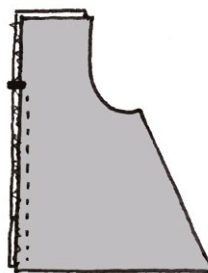
- 4 Сложите детали переда лифа и второго яруса ЛИЦЕВЫМИ сторонами друг к другу. Присборенная часть должна оказаться сверху. Сколите концы обеих деталей булавками и равномерно распределите сборки. Для меня это, можно сказать, медитативное занятие, хотя так было не всегда. На первых порах присборивание может показаться сложным, но наберитесь терпения, и у вас все получится.

Установите стандартную длину стежка. (Пожалуй, промолчу, сколько раз после присборивания я продолжала шить неметочной строчкой.) Проложите шов прямо по сборкам, отступив от края 1 см.

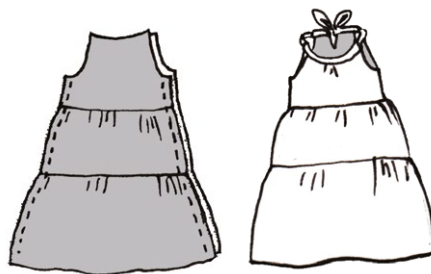
Повторите шаги с нижним ярусом: увеличьте длину стежка, прострочите, присборьте, сложите детали второго и третьего ярусов, зафиксируйте концы булавками, распределите сборки и стачайте. Обработайте срезы любимым способом: фестонными ножницами, зигзагообразным швом или оверлоком.



- 5 У деталей спинки лифа обработайте срезы будущего центрального шва. Сложите обе детали ЛИЦЕВЫМИ сторонами внутрь и сколите булавками. Отступите сверху минимум 7,5 см, поставьте метку и, начав от нее, стачайте. Разутюжьте шов. У выреза заутюжьте припуски на изнанку. Проложите отделочную строчку вдоль его краев с лица ткани. Повторите шаги 3 и 4 со спинкой лифа и ярусами. У вас должны получиться окончательные детали переда и спинки. Если вы решили добавить карманы, смотрите шаг 12.



- 6 Стачайте их по бокам, отступив от краев по 1 см, и обработайте срезы удобным для вас способом. Повторите шаги 14–18 из инструкции базового платья — и ваша чудесная обновка будет готова.



АДВЕНТ-КАЛЕНДАРЬ В ВИДЕ «ПЕЧЕНЬЯ» С ПРЕДСКАЗАНИЯМИ

КАЖДЫЙ ГОД Я УСТРАИВАЮ СЕБЕ СВОЕОБРАЗНУЮ РАЗМИНКУ для мозга, придумывая необычный адвент-календарь. Меня это затягивает. Стараюсь, чтобы каждая деталь календаря смотрелась интересно сама по себе, а все в совокупности воспринимались как праздничный декор. И еще важно, чтобы сборка отнимала минимум времени, ведь их нужно сделать двадцать пять штук! Моя идея с тканевыми печеньями, из которых торчат пронумерованные «предсказания», просто гениальна. Они делаются моментально, если не считать немного мудреный этап заворачивания концов.

В предыдущие годы я добавляла в «печенье» загадки, и мне так это понравилось, что, пожалуй, повторю и в нынешнем. Или же вложу забавные пожелания и мудрые изречения. Если загадки или пророчества никак не придумываются, увеличьте размер круга в два раза и просто спрячьте внутри что-нибудь вкусное. Клеем для рукоделия заклейте «печенье», чтобы лакомство не выпало. Фото на с. 62–63.

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

45 см ткани

Универсальные нитки в цвет ткани

Бумага для предсказаний

Клей для рукоделия (по желанию)

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ

Для этого симпатичного несъедобного «печенья» подойдет кожа и фетр. Они не нуждаются в предварительной подготовке, но вы можете обработать их утюгом через проутюжильник, выставив минимальный температурный режим.

РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

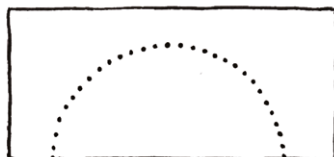
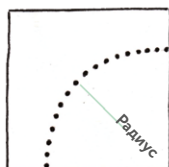
«Печенье» шириной около 5 см.

ДЕТАЛИ ИЗДЕЛИЯ: круг (25)

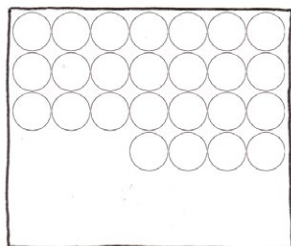


ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

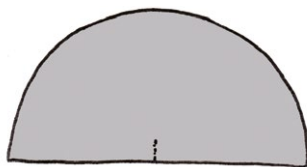
- 1 На листе бумаги обведите дно чашки или маленький круг диаметром примерно 7,5 см. Можете начертить окружность от руки: сложите бумагу дважды пополам и обозначьте радиус (см. рисунок на следующей странице). Вырежьте круг.



- 2 Прикладывая шаблон к ИЗНАНОЧНОЙ стороне ткани, обведите 25 кругов близко друг другу. Вырежьте.

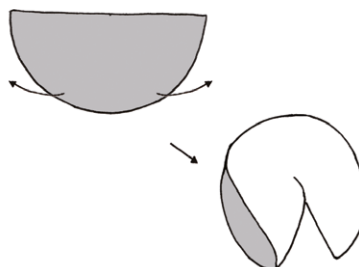


- 3 Сложите круг пополам ЛИЦЕВОЙ стороной внутрь и сделайте 5–6 стежков от середины сгиба вверх.

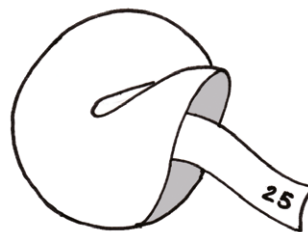


- 4 Теперь каждый край нужно вывернуть на ЛИЦЕВУЮ сторону, причем слегка необычным образом. Возьмите сложенную деталь, как показано на рисунке (сгибом вверх), поверните к себе на 90°, чтобы

смотреть сбоку и внутрь. Затем отогните вверх край перед вами. Повторите с другой стороны. Возможно, придется немного повозиться, чтобы заготовки стали похожи на печенье с предсказанием. Вот, собственно, и все.



- 5 Для предсказаний нарежьте полоски бумаги размером примерно 7,5 × 2 см. Близко к краю напишите или напечатайте цифры от 1 до 25. На обратные стороны добавьте пожелания и просуньте полоски в каждое «печенье» так, чтобы номер остался снаружи.



- 6 Красиво разложите 25 «печенок» в вазочке и начинайте отсчет!

НЕСЕССЕР

Я ПРОВЕЛА МАЛЕНЬКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ различных вариантов несессеров и заметила, что чаще всего края у них оставляют необработанными. Поэтому сшила несессер из вошеного канваса, натурального фетра и так называемых уличных тканей. Для обработки срезов достаточно зигзагообразных ножниц (для фетра и это не обязательно, поскольку он не осыпается) — и можно считать, что у вас не кустарное, а промышленное изделие.

Во всех проектах из этой книги необходимо делать закрепки в начале и в конце швов (см. «Полезные термины + приемы», с. 110), но в случае с этой крепкой сумкой я рекомендую прошить обратным ходом все строчки целиком.

Кстати, несессеры — прочные, долговечные и при этом не жесткие. Вы легко поместите в них всякую всячину, необходимую в путешествиях. Фото на с. 64–65.

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

45 см прочной ткани для сумки

7,5 × 2,5 см (как минимум) ткани для петельки

Молния длиной 35 см (подойдет и более длинная — всегда можно обрезать лишнее)

Универсальные нитки в цвет ткани

Если вы используете вошенный канвас или кожу, вам пригодятся клипсы, защипы или обыкновенные прищепки.

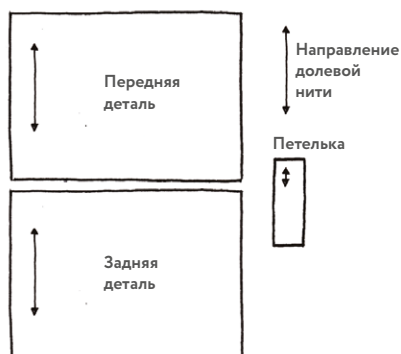
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ

В качестве основного материала подойдет вошенный канвас, кожа, ткани с пропиткой или натуральный фетр. Петельку можно сделать из текстильной ленты или кожи под цвет основной ткани. Эти материалы не нуждаются в предварительной подготовке, но вы можете обработать их утюгом через проутюжильник, выставив минимальный температурный режим.

РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

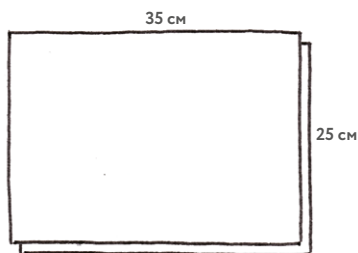
20 см в длину, 15 см в высоту,
10 см в глубину.

ДЕТАЛИ ИЗДЕЛИЯ: несессер (2), петелька (1)

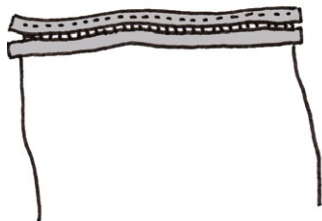


ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

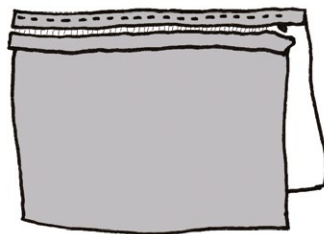
- 1 Раскроите детали размером 35 × 25 см.



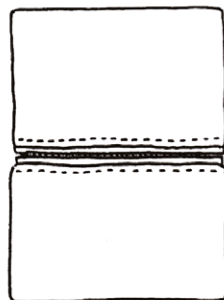
- 2 Положите молнию на одну из них **ЛИЦЕ-ВЫИ** сторонами друг к другу и зафиксируйте булавками или клипсами. Используя специальную лапку, проложите строчку на расстоянии 6 мм от внешнего тканевого края молнии.



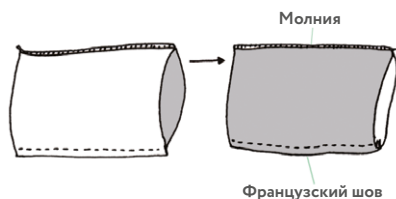
- 3 По аналогии пристрочите другую сторону молнии ко второй детали.



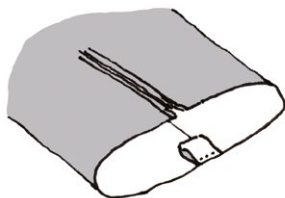
- 4 Прежде чем работать утюгом, проверьте в незаметном месте, не сжимается ли материал. Заутюжьте его в противоположную сторону от молнии, стараясь не задеть ее зубчики, особенно пластиковые. С обеих сторон от них проложите отделочные строчки на расстоянии 3 мм. Чтобы вам не мешал бегунок и вы могли проложить ровные прямые швы, можно немного растянуть молнию, прошить несколько сантиметров, а затем с иглой в нижнем положении повернуть ткань и закрыть молнию. Если вы купили длинную молнию, отрежьте лишнее на этом шаге.



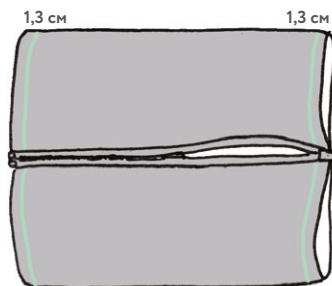
- 5 Чтобы на дне выполнить французский шов, сложите детали ИЗНАНОЧНЫМИ сторонами друг к другу и стачайте на расстоянии 6 мм от края. Подрежьте припуски до 3 мм и заутюжьте на любую сторону. Выверните заготовку (ИЗНАНОЧНЫЕ стороны окажутся снаружи), приутюжьте нижний край. Проложите вдоль него прямую строчку на расстоянии 0,3 см, чтобы спрятать необработанные края. Заутюжьте французский шов на одну из сторон.



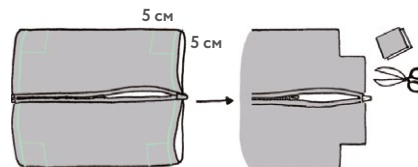
- 6 Разложите заготовку так, чтобы молния лежала над нижним швом. С бока, где располагается бегунок при закрытой молнии, поместите на ЛИЦЕВУЮ сторону заготовки сложенную пополам деталь петельки, отцентрировав по шву и совместив ее края с линией среза. Зафиксируйте булавками или клипсами. Приметайте петельку, отступив примерно 6 мм от края.



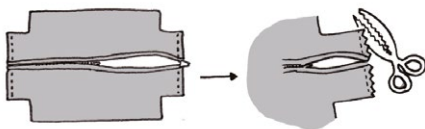
- 7 ОЧЕНЬ ВАЖНО! Раскройте молнию наполовину, иначе потом вам придется немало потрудиться, чтобы вывернуть заготовку на ЛИЦЕВУЮ сторону. Прикрепите клипсами к будущему дну раскрытые концы молнии так, чтобы она казалась застегнутой. Убедитесь, что зубчики выровнены по нижнему шву. Вторую сторону также прикрепите клипсами ко дну сумки. Отмерьте 1,3 см с каждого края и проведите маркером или мелком линии.



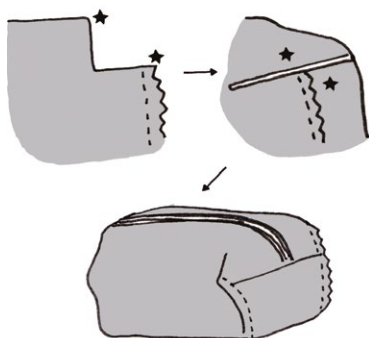
Затем, начиная от них, начертите в каждом из четырех углов квадраты со стороной 5 см. Если же считать от срезов, то получатся прямоугольники размером 6,3 × 5 см. (Вы можете сразу отмерять нужное расстояние от края, но я убедилась, что мой метод с добавлением линий на припуск уберегает меня от ненужных сюрпризов.) Вырежьте прямоугольники.



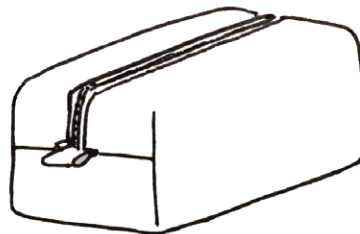
- 8 Чтобы избежать смещения, края можно скрепить клипсами (вы же не хотите получить изделие из канваса с дырками от булавок, а фетр, в свою очередь, для них толстоват). Хотя я обычно просто крепко держу материал. Проложите строчку с каждой стороны по размеченным линиям. Начало и конец каждого шва закрепляйте обратными стежками. Обработайте срезы фестонными ножницами. В области петельки объем ткани больше, поэтому вам придется приложить усилия.



- 9 Вернемся к вырезанным частям. У одной из них раскройте углы (обозначенные ниже на первом рисунке звездочками), после чего соедините их стороны в линию. Проложите строчку на расстоянии 1 см от срезов. В результате вы получите боковой шов от молнии до дна сумки. Повторите действия с оставшимися тремя отверстиями. После обработайте срезы фестонными ножницами.

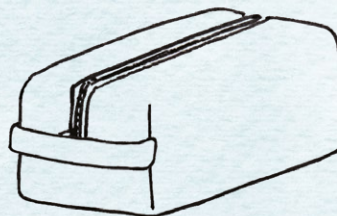


- 10 Выверните сумку на ЛИЦЕВУЮ сторону и расправьте уголки колышком. Действуйте аккуратно, стараясь не проткнуть их. Если хотите, можете проутюжить несессер. Я обычно придаю ему окончательную форму руками. Наполните его туалетными принадлежностями и подарите мужчине (или женщине — для нее это будет отличная дорожная косметичка).



ИНТЕРЕСНАЯ ИДЕЯ: вместо петельки можно сделать кожаную ручку.

В шаге 9, прежде чем прострачивать два боковых шва одной из боковин, вставьте в них концы ручки (ее оптимальный размер, на мой взгляд, 20 см в длину и 2,5 см в ширину).



ГРЕЛКА

В ПРЕДПРАЗДНИЧНЫЙ СЕЗОН я впадаю в болезненное состояние под названием «грезы рукодельницы». Из симптомов могу выделить полную потерю контроля над временем, переоценивание своих навыков и навязчивую потребность запастись материалами (на всякий случай). Во время прогулок по магазинам наступает обострение и в голову лезут разные мысли. Например, такие: «Фи, да я могу сделать это за пять минут и потратить всего лишь 50 центов», или «Неплохо-неплохо, но с монограммой покрупнее и вышитой вручную смотрелось бы круче», или «Ну и что с того, если я никогда раньше не вязала носки? Куплю 20 мотков пряжи. Что тут сложного-то?» И так всегда!

Чтобы взять ситуацию под контроль, я придумала суперпростой проект — грелку. Работая над ней, вы всегда можете экспериментировать с необычными формами и размерами, ведь возможности безграничны. Взяв за основу эту инструкцию, можно сделать даже привлекательное детское кресло-мешок.

Соблюдайте меры предосторожности, помещая грелку в микроволновку: перегрев может стать причиной не только удушливого запаха гари, но и пожара. Начните с минуты и прибавляйте по 30 секунд, пока грелка не станет теплой. Старайтесь менять ее несколько раз в год, потому что в качестве наполнителя используются крупы и/или продукты питания. Грелку нельзя стирать, но вы можете сшить для нее чехол, опираясь на инструкцию по изготовлению думочки-оригами. И не забудьте рассказать получателю подарка о правильном обращении с ним. Фото на с. 66–67.

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

23 см ткани

Универсальные нитки в цвет ткани

2–3 стакана наполнителя

Аромамасла (по желанию)

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ И НАПОЛНИТЕЛЯ

Выбирайте ткани из натуральных волокон — хлопок (подойдут хлопок для квилтинга, тик, фланель) или шерсть. Избегайте материалов с металлизированными

нитями, поскольку их нельзя помещать в микроволновку. В качестве наполнителя я использую рис, крупу и льняное семя. Подготовьте ткань: постирайте, высушите и проутюжьте.

РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

Вы можете сшить грелку любых размеров. Я выбрала для своего проекта следующие:

ОБЛАКО: 19 × 30 см.

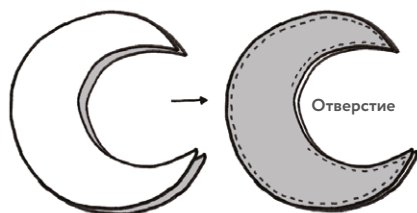
МЕСЯЦ: 20 × 9 см посередине.

КВАДРАТ: 12,5 × 12,5 см.

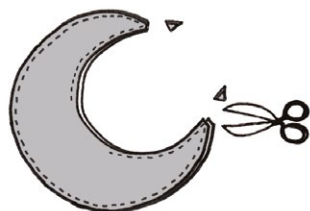
ДЕТАЛИ ИЗДЕЛИЯ: вам понадобится по две детали каждой формы. Поищите в интернете разнообразные шаблоны и обведите их или используйте подручные предметы (я, например, приметил для себя открытку в форме сердца, которую подарила мне Коко на День святого Валентина).

ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

- 1 Сложите ткань **ЛИЦЕВОЙ** стороной внутрь и перенесите шаблон на **ИЗНАНОЧНУЮ** сторону. Вырежьте две зеркальные детали. Сложите их **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами друг к другу, сколите булавками и стачайте на расстоянии 1 см от срезов, оставив отверстие размером 5–7,5 см.



- 2 Укоротите припуски и срежьте уголки.



- 3 Выверните заготовку на **ЛИЦЕВУЮ** сторону и расправьте уголки колышком, стараясь не проткнуть. При необходимости поработайте над краями заготовки, чтобы сгладить их. Подверните припуски в области отверстия внутрь. Приутюжьте.

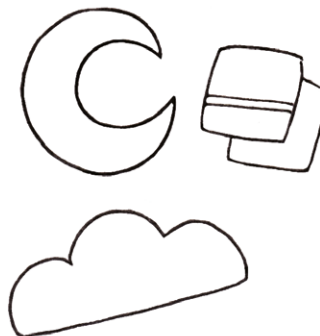
- 4 Насыпьте наполнитель в мерный стакан. Начните с одного стакана и добавляйте по мере необходимости. При желании капните в наполнитель пару капель эфирного масла. Или же вы можете приложить к подарку бутылочку с ним в качестве маленького знака внимания.

Сделайте из бумаги воронку, вставьте в отверстие и насыпьте в грелку рис, крупу или льняное семя. Не переборщите с количеством: в расправленном состоянии с равномерно распределенным наполнителем толщина не должна превышать 1,3 см.



- 5 Зашейте отверстие плотным потайным швом, чтобы наполнитель не высыпался.

- 6 Готово! Забирайте тепленькую и ароматную грелку под ножки.



КОМПЛЕКТ ДЛЯ ГРУДНИЧКА: РАСПАШОНКА-КИМОНО И БЛУМЕРЫ

ОХ, ДО ЧЕГО ЖЕ МИЛА ДЕТСКАЯ ОДЕЖДА! Конечно, не обязательно сразу шить комплект, но вместе распашонка в духе традиционного японского кимоно и широкие штанишки выглядят очень привлекательно. Они рассчитаны на новорожденных (до трех месяцев), а создать их под силу даже вечно не выспавшейся маме. Впереди у распашонки есть завязки, внутри — скрытая кнопка-застежка (турникетная кнопка): вам не придется возиться с натягиванием одежды через нежную головку! В пошиве блумеров нет ничего сложного. Как только вы поймете принцип, то справитесь с ними за полчаса. Комплект очень понравится молодым родителям и станет прекрасным подарком для малыша в любое время года. Фото на с. 68–69.

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

120 см ткани шириной 110 см
(для распашонки и блумеров
из одной ткани)

Универсальные нитки в цвет ткани

40 см резинки шириной 1 см

40 см резинки шириной 3 мм

Кнопка-застежка размером
приблизительно 1 см

Набор для черчения
(см. «Чертежный набор», с. 106)

Лента или тесьма (по желанию)

70 см ткани для контрастной косой бейки
или готовая косая бейка (по желанию)

Вы без проблем раскроите косые бейки из полотна шириной более 110 см. Если она будет меньше, вам понадобится отрез длиной не меньше 120 см. На что-то одно — распашонку или блумеры — достаточно 45 см ткани.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ

Поскольку комплект предназначен для новорожденных, предпочтительны мягкие, дышащие материалы — хлопок, муслин и лен. Предварительно подготовьте ткань: постирайте, высушите и проутюжьте.

РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

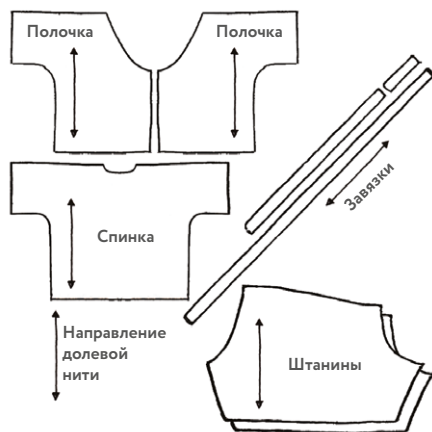
РАСПАШОНКА

От рукава до рукава: 36,5 см
Полуобхват груди: 40 см
Длина: 26,5 см

БЛУМЕРЫ

Полуобхват талии: 37,5 см
Полуобхват бедер: 50 см
Высота: 17,5 см
Отверстия в штанинах: 18,8 см

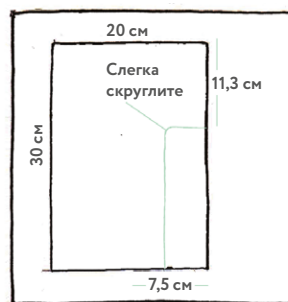
ДЕТАЛИ ИЗДЕЛИЯ: распашонка-полочка (2), спинка (1), завязки (3); блумеры-штанины (2)



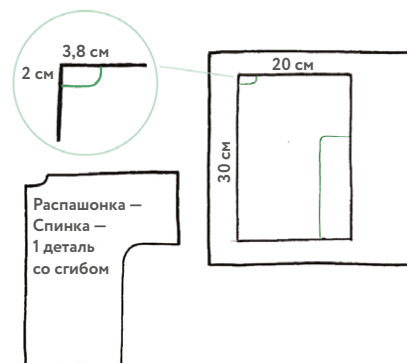
ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ (РАСПАШОНКА)

1 Предлагаю начать с верхней части комплекта. (Если вы будете шить блумеры из этой же ткани, подготовьте их выкройку до раскроя распашонки.) Начертите вертикальный прямоугольник размером 20 × 30 см. От правого верхнего угла отложите вниз 11,3 см. Проведите влево перпендикуляр длиной 7,5 см. Это будет подмышечная часть рукава.

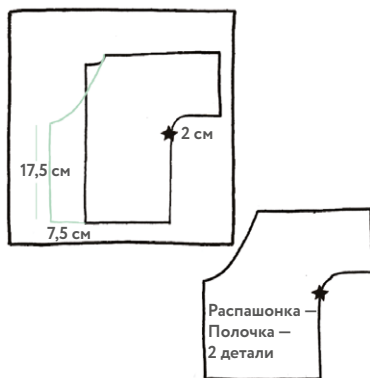
От нижнего правого угла прямоугольника отложите 7,5 см влево по основанию. Проведите вверх перпендикуляр до крайней точки подмышечной части рукава. Слегка скруглите полученный угол и займитесь горловиной.



Из верхнего левого угла вправо отложите 3,8 см, а вниз 2 см. Поставьте метки. Внутри верхнего левого угла начертите прямоугольник 3,8 × 2 см. Его правый нижний угол скруглите. Это будет горловина. Обратите внимание: ее линия основания в начале должна быть перпендикулярна средней линии спинки, иначе вы получите неровные края и странные изгибы. Вырежьте выкройку и обозначьте ее «Распашонка — Спинка — 1 деталь со сгибом».



- 2 Для построения полочки положите деталь спинки на бумагу для выкройки, оставив несколько лишних сантиметров слева, и обведите. От нижнего левого угла отложите влево 7,5 см. Проведите вверх перпендикуляр длиной 17,5 см. Соедините его верхнюю точку с горловиной плавной кривой. Обратите внимание: угол между перпендикуляром и кривой должен быть прямым. Отложите 2 см вниз от подмышки и отметьте место крепления завязок и резинки. Вырежьте деталь выкройки и обозначьте «Распашонка — Полочка — 2 детали». Поздравляю! Самое сложное позади.



- 3 Сделайте выкройку для блузеров именно на этом этапе, если собираетесь шить их из одной ткани с распашонкой. Инструкция приведена на с. 197. Если вы будете шить только распашонку, переходите к следующему шагу.

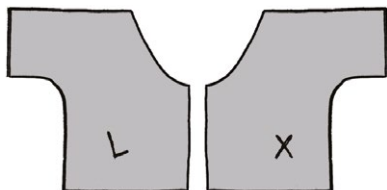
- 4 Сложите ткань пополам, соединив кромки, ИЗНАНОЧНОЙ стороной наружу (или ЛИЦЕВОЙ, если вы выбрали материал с рисунком и его нужно правильно расположить) и разместите на ней детали выкройки. При этом оставьте немного места по диагонали для косой бейки. (Их вам понадобится две штуки. Отмерять косые бейки мы будем позже непосредственно на ткани.)

Блумеры также раскроите на этом этапе, если используете тот же материал. Косую бейку можно сделать из другой ткани или воспользоваться покупной.

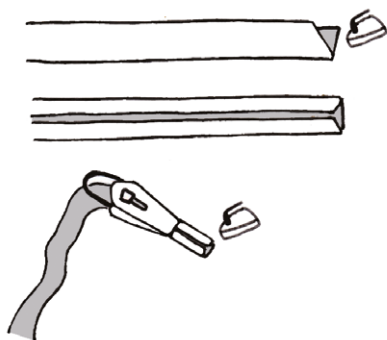
На рисунке ниже я показала свой вариант раскладки деталей. Зафиксируйте выкройки булавками или прижмите грузиками. Обведите маркировочным инструментом и обозначьте на полочке место крепления завязок. Выкроите.



- 5 Я все время забываю, где какая полочка, поэтому ставлю метку L на ИЗНАНОЧНОЙ стороне левой детали. Изнанку, в свою очередь, легко перепутать с лицом, поэтому ИЗНАНОЧНЫЕ стороны всех остальных деталей выкройки обозначены мной буквой X.



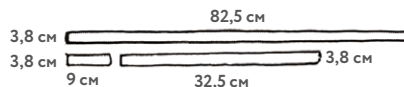
- 6 Для изготовления косых беек существуют специальные приспособления, но есть и простой ручной способ: сложить полоску ткани пополам ИЗНАНОЧНОЙ стороной внутрь, заутюжить, затем подвернуть оба края к линии сгиба (также к изнанке). У вас должна получиться косая бейка шириной 3,8 см.



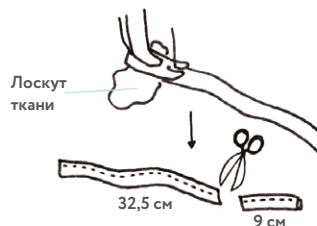
Разрежьте косую бейку на две полоски: длинную 82,5 см и короткую 41,5 см.

Короткую нужно будет снова разрезать на две части в следующем шаге, так что если вы используете покупную косую бейку шириной 3,8 см, то разрежьте ее на три части:

- 82,5 см;
- 32,5 см;
- 9 см.



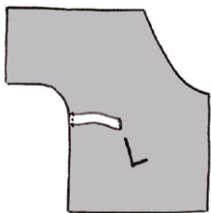
- 7 Шьем завязку длиной 41,5 см. Раскроите косую бейку, загните один из коротких краев к ИЗНАНОЧНОЙ стороне на 6 мм. Сложите ее обратно и выполните отстрочку. После отмерьте 9 см от необработанного края и отрежьте. К этой маленькой детали потом нужно будет прикрепить кнопку.



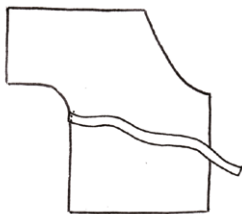
СОВЕТ: шить тонкую завязку сложно, поэтому, чтобы упростить работу, возьмите ненужный лоскут и прострочите. Когда он уже почти выйдет из-под прижимной лапки, сразу положите вплотную к нему кончик завязки и вытащите лоскут.

- 8 В Японии по традиции распашонки для мальчиков запаиваются слева направо, для девочек — наоборот, но на функциональности это не сказывается. Далее приводятся инструкции для варианта с левой полочкой сверху.

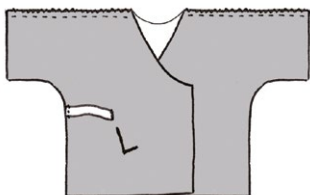
У самой короткой завязки (длиной 9 см) прострочите один конец зигзагообразным швом, а второй, необработанный, прикрепите булавкой к ИЗНАНОЧНОЙ стороне левой полочки там, где вы ставили метку. Приметайте, отступив от среза 6 мм.



- 9 Один край завязки длиной 32,5 см прикрепите булавками к ЛИЦЕВОЙ стороне правой полочки, совместив срезы. Приметайте, отступив от края 6 мм.



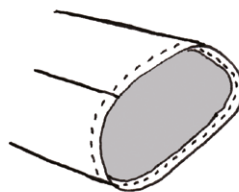
- 10 Совместите полочки и спинку ЛИЦЕВЫМИ сторонами внутрь по плечевым срезам и зафиксируйте булавками. Проложите прямые строчки, отступив 1 см от края. Обработайте срезы зигзагообразным швом или оверлоком. Заутюжьте припуски на спинку.



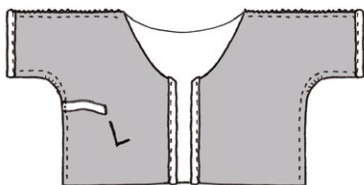
- 11 Не меняя положение деталей, совместите их боковые срезы, зафиксируйте булавками и проложите строчки на расстоянии 1 см от края. Завязка, приметанная к ЛИЦЕВОЙ стороне правой полочки, окажется между ней и спинкой. Следите, чтобы она не перекрутилась, и не пришейте случайно в другое место. Для более надежного закрепления завязки советую два-три раза пройти по ней обратной строчкой. Сделайте небольшие надрезы на припусках пройм, обработайте срезы зигзагообразным швом или оверлоком. Заутюжьте припуски на спинку.



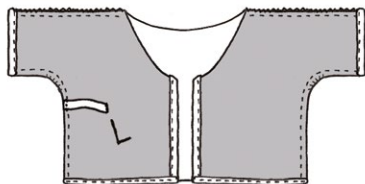
- 12 Подверните край одного рукава к ИЗНАНОЧНОЙ стороне на 1 см и заутюжьте. Еще раз подверните и застрочите. То же самое повторите с другим рукавом.



- 13 Подверните внешний край полочки к ИЗНАНОЧНОЙ стороне на 6 мм и заутюжьте. Еще раз подверните и застрочите. Повторите со второй полочкой.

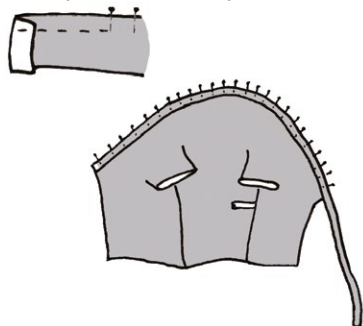


- 14 Подверните низ к ИЗНАНОЧНОЙ стороне на 6 мм и заутюжьте. Еще раз подверните и застрочите.

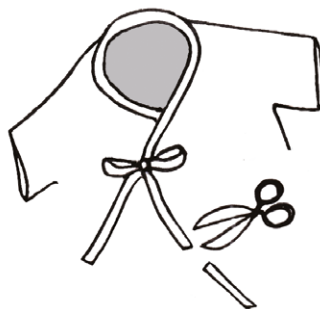


- 15 Раскройте длинную косую бейку, загните один короткий край к ИЗНАНОЧНОЙ стороне на 1 см и заутюжьте. Приколите косую бейку к верхнему срезу распашонки с ИЗНАНОЧНОЙ стороны, начиная от угла правой полочки. Оставьте завязку свисающей с угла левой полочки.

Полностью разверните косую бейку, прикрепите к верху изделия и прострочите на расстоянии 6 мм от края



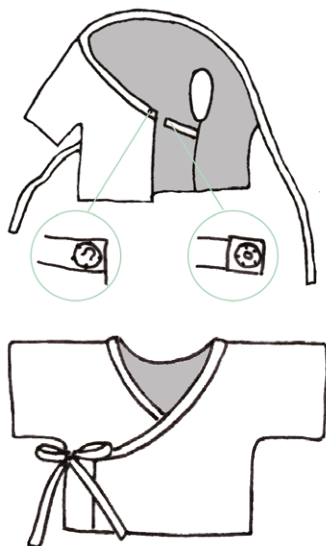
Выверните распашонку на ЛИЦЕВУЮ сторону и проверьте длину завязок, сделав бантик. (Как ни странно, в зависимости от типа ткани получаются разные результаты.) При необходимости, не распуская бант, выровняйте его свободные концы, укоротив бейку. Подверните короткий край свисающей завязки на 6 мм к ИЗНАНОЧНОЙ стороне и заутюжьте. Пришейте косую бейку к изделию, отступив от срезов примерно 6 мм. (Я ориентируюсь на ее центральный сгиб.)



- 16 Подрежьте припуски, оставив примерно 3 мм, до угла левой полочки. Согните бейку, закрыв ею срезы, к ЛИЦЕВОЙ стороне распашонки (не забудьте заутюжить короткий край свисающей части завязки на ИЗНАНОЧНУЮ сторону). Выполните отстрочку.



- 17 Пришейте кнопки. Короткая завязка должна доходить до верхнего угла правой полочки. Согните ее край, простроченный зигзагообразным швом, примерно на 1,3 см (или на сколько требуется, чтобы перекрыть угол) и пришейте вручную. Одну часть кнопки (с выступом) прикрепите к полочке, а вторую (с углублением) — к завязке. Таким образом, нежная кожа малыша не будет травмироваться при застегивании распашонки. Вот вы все и сделали!

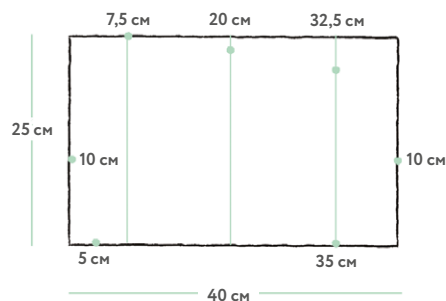


- 18 Теперь сошьем блумеры. Если вы уже скроили их из той же ткани, что и распашонку, перейдите к шагу 5.

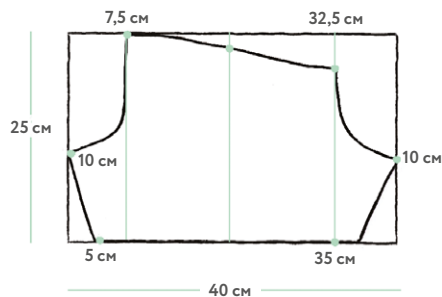
ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ (БЛУМЕРЫ)

- 1 Начертите на листе бумаги для выкроек прямоугольник размером 40×25 см. По верхней стороне отложите вправо 7,5 см, 20 см и 32,5 см. Проведите вертикальные линии до основания. На обеих коротких сторонах снизу вверх отложите по 10 см и поставьте метки. На основании прямоугольника от левого угла вправо отмерьте 5 см, 35 см и обозначьте эти места точками.

Теперь поставьте несколько меток на трех вертикальных линиях внутри прямоугольника. На первой слева нарисуйте точку на самом верху. На второй вертикальной линии отложите вниз 2,5 см, на третьей — 5 см и поставьте метки.



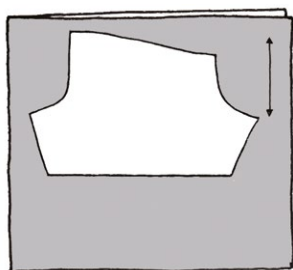
- 2 Соедините точки, как показано на рисунке. Не переживайте, если линии не слишком аккуратные. Главное, чтобы углы в районе меток на боковых сторонах получились похожими и прямыми.



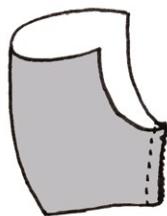
- 3 Вырежьте. Теперь у вас есть выкройка штанишек. Обозначьте ее «Блумеры — 2 детали».



- 4 Сложите ткань пополам ЛИЦЕВЫМИ сторонами внутрь, сверху разместите выкройку. Раскроите две детали.



- 5 Одну штанину сложите ЛИЦЕВОЙ стороной внутрь, совместите боковые срезы и зафиксируйте их булавками. Проложите строчку на расстоянии 1 см от края (это будет внутренний, так называемый шаговый шов). Обработайте срезы зигзагообразным швом или оверлоком. Повторите действия со второй деталью. Заутюжьте припуски на одну и ту же сторону в обеих штанинах.



- 6 Одну деталь выверните и вложите ее во вторую (их ЛИЦЕВЫЕ стороны окажутся друг к другу). Уравняйте срезы будущего среднего шва (шва сидения). Прострочите с припуском 1 см. Для уменьшения объема припуски шаговых швов направьте в разные стороны. Обработайте срезы зигзагообразным швом или оверлоком. Заутюжьте на любую сторону.



- 7 Чтобы получился пояс, подверните верхний срез на 6 мм к ИЗНАНОЧНОЙ стороне и заутюжьте. Подверните еще на 1,3 см и заутюжьте. Застрочите, оставив сзади отверстие 3,5 см.



При складывании и заутюживании в некоторых местах будет сложно сохранять одинаковую ширину припусков из-за изгибов деталей, поэтому при работе с утюгом нужно будет слегка растягивать ткань на этих участках.

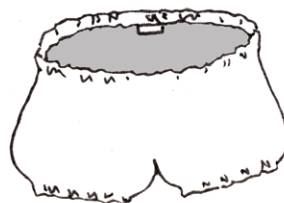
- 8 Теперь сделаем кулиски под резинку по низу блумеров. Подверните срез одной штанины к ИЗНАНОЧНОЙ стороне на 6 мм, заутюжьте. Подверните еще на 1 см и заутюжьте. Застрочите*, оставив отверстие 2,5 см позади шагового шва. Повторите с другой штаниной.



- 9 Вставьте в пояс резинку шириной 1 см и длиной 40 см. Один конец закрепите, а ко второму приколите английскую булавку, чтобы он не застрял внутри кулиски. Протяните резинку. Убедитесь, что она не натянута и не перекручена, соедините концы с нахлестом примерно 1,3 см и стачайте зигзагообразным швом. Зашейте отверстие потайным швом (предварительно можете вставить в него сложенный пополам ИЗНАНОЧНЫМИ сторонами внутрь кусочек ленты, чтобы он выглядел как петелька или бирочка). Немного растягивайте кулиску во время шитья, поскольку из-за резинки она собирается в складки и топорщится.



- 10 Разрежьте 40-сантиметровый отрезок резинки шириной 3 мм пополам. У вас получится два куса по 20 см. Вставьте их в кулиски на штанинах по аналогии с поясом. Проверьте, чтобы резинки не перекрутились, и стачайте концы. Сделать это внахлест, возможно, будет сложно, поэтому просто приложите их друг к другу или один на другой и несколько раз пройдитесь зигзагообразным швом. Зашейте отверстия кулисок, слегка растягивая ткань.



- 11 Погулите от души вместе со сладким малышом, когда он начнет сучить ножками в этих модных штанишках.

* Застрочить — проложить строчку для закрепления подогнутого края детали или изделия. *Прим. ред.*

СУМОЧКА НА МОЛНИИ В СТИЛЕ КОЛОРБЛОК

НА ДНЯХ Я СЛУЧАЙНО ЗАГЛЯНУЛА В МОДНЫЙ МАГАЗИНЧИК и не смогла скрыть удивления при виде ценника на простую сумочку на молнии ручной работы — у нее даже подкладки не было. Первым порывом было броситься домой и сделать целое состояние на подобных изделиях, но меня остановило то, что я все же предпочитаю шить их на подарки. Правда, в итоге часто оставляю такие сумочки себе: складываю в них ручки, карандаши и прочие мелочи. Но если серьезно, вряд ли вы найдете более полезный и настолько же быстрый в изготовлении подарок. Это беспроеигрышный вариант. Как и в остальных швейных проектах, результат зависит от выбранного материала. Поэтому мой совет — экспериментируйте, причем не только с тканями, но и с размерами. Я делала большие, широкие и совсем крошечные сумочки (от которых Коко без ума). Этот проект мне захотелось разнообразить с помощью вставки другого цвета. Можно также украсить изделие деталями из кожи или вышивкой. Аккуратная, практичная и симпатичная сумочка — мой безусловный фаворит среди подарков. Фото на с. 70–71.

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

45 см ткани для основы
45 см ткани для подкладки
23 см ткани другого цвета
для треугольной вставки
Молния длиной 25 см (можно длиннее)
Универсальные нитки в цвет ткани
Двусторонний скотч или клипсы
(по желанию)

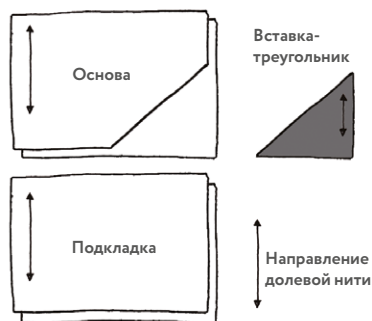
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ

Для основы возьмите хлопок, лен или канвас. Используя для цветной вставки разные материалы, вы можете менять вид сумочки — от строгого до гламурного. Ткани полотняного переплетения (хлопок, лен) предварительно подготовьте: постирайте, высушите и проутюжьте. Для контрастной вставки хорошо подойдут замша, кожа или искусственная кожа. Стирать их не нужно, но можно обработать утюгом через проутюжильник, выставив минимальный температурный режим.

РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

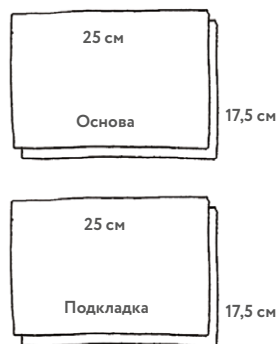
22,5 см в ширину и 15,5 см в высоту.

ДЕТАЛИ ИЗДЕЛИЯ: основа (2), подкладка (2), вставка-треугольник (1)

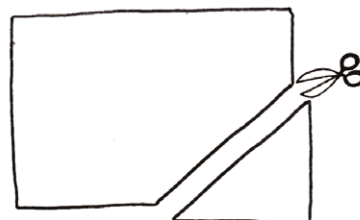


ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

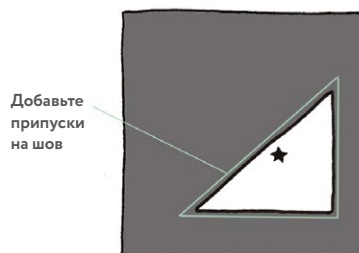
- 1 Раскроите из основной и подкладочной ткани по две детали размером $25 \times 17,5$ см.



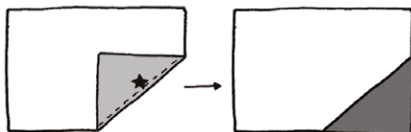
- 2 Определитесь с размером вставки-треугольника. Отрежьте его от одной из основных деталей. Этот треугольник послужит шаблоном для создания цветной вставки.



- 3 Положите его изнанкой на ЛИЦЕВУЮ сторону материала для вставки. Добавьте припуски на шов 1 см, отметьте их и раскроите деталь. Совет: обозначьте сторону треугольника, которая будет соединена с соответствующей частью основной детали (звездочка на рисунке ниже).



- 4 Сложите треугольник-вставку с основной деталью, от которой вы отрезали шаблон, **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами друг к другу и стачайте, оставив припуск 1 см. Разутюжьте шов, при желании проложите отделочную строчку вдоль диагональной линии. Возможно, вам придется слегка подрезать другие стороны вставки, чтобы сделать ровными края у получившегося прямоугольника.



- 5 Сложите молнию и одну из деталей основы **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами друг к другу. Накройте молнию деталью подкладки (**ИЗНАНОЧНОЙ** стороной вверх). Я предпочитаю сначала приметать все вручную, чтобы ничего не сместилось. Для фиксации также можно использовать булавки, клипсы или двусторонний скотч. Установите на машинке специальную лапку и проложите строчку на расстоянии 6 мм от срезов и внешнего края молнии. Чтобы облегчить себе работу, расстегните молнию наполовину и прошейте несколько сантиметров. Затем застегните ее, оставив при этом иглу в нижнем положении, и завершите строчку. Повторите действия с оставшимися деталями из основной и подкладочной ткани и другой стороной молнии.

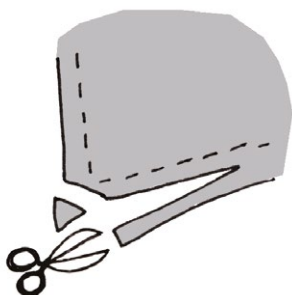


- 6 Разложите сумочку так, чтобы с одной стороны лежали детали из основной ткани **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами внутрь, а с другой — детали подкладки тоже **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами внутрь. Молния, раскрытая наполовину (очень важно!), должна оказаться посередине. Ее зубчики будут развернуты в сторону деталей основы. Представьте, что перед вами тако, где зубчики — это начинка, а тканевая основа молнии — лепешка. Разложите сумочку так, чтобы с одной стороны лежали детали из основной ткани **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами внутрь, а с другой — детали подкладки тоже **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами внутрь. Молния, раскрытая наполовину (очень важно!), должна оказаться посередине. Ее зубчики будут развернуты в сторону деталей основы. Представьте, что перед вами тако, где зубчики — это начинка, а тканевая основа молнии — лепешка.

Отступите несколько сантиметров от середины основания подкладки и стачайте детали по периметру с припуском 1,3 см. Приближаясь к зубчикам, шейте медленнее (проложите строчку как можно ближе к ним, стараясь не задеть). На этом шаге я сломала немало иголок, поэтому будьте осторожны! Завершите строчку, не доходя нескольких сантиметров до середины основания подкладки (должно получиться отверстие).



- 7 Срежьте углы и укоротите припуски до 6 мм.



- 10 Окончательно проутюжьте изделие и похвалите себя, ведь вы не просто сэкономили, а украсили чей-то день этим сверхполезным и милым подарком.



- 8 Через приоткрытую наполовину молнию и отверстие вытащите детали основы и выверните сумочку на ЛИЦЕВУЮ сторону. Расправьте уголки колышком, стараясь не проткнуть их. Приутюжьте швы.

- 9 Зашейте отверстие потайным швом либо проложите прямую строчку по нижней части подкладки и засуньте ее внутрь — никто не узнает!

Зашейте потайным швом



Проложите строчку по всему нижнему краю



СНУД

Я ОБОЖАЮ ХОРОШИЕ ШАРФЫ И СЧИТАЮ, что человек, который придумал снуд, заслуживает медали. Гениальное изобретение! На северо-западном побережье Тихого океана прохладно даже в конце мая. Я родилась в Калифорнии и даже не подозревала, что бывает такая погода. Но в марте 2002 года уехала из Сан-Франциско в Сиэтл в желтом грузовичке Penske со своим бойфрендом, а ныне мужем. Поддалась на его уговоры и перевернула свою жизнь с ног на голову, хотя мне совершенно не хотелось покидать насиженное место. Спустя два дня после переезда я поехала на новую работу, одетая совсем не по погоде. Ждала автобус, чтобы доехать до Ист-сайда, и чувствовала на себе поцелуи больших пушистых снежинок. Они кружились надо мной, а потом опускались на плечи, обнимали за шею, и меня точила мысль, что я сделала огромную ошибку. Огромную. Будь у меня симпатичный вязаный шарф, ситуация наверняка не казалась бы такой безнадежной. К счастью, теперь я наслаждаюсь жизнью здесь. Как оказалось, спокойная серость Сиэтла мне по душе.

Несмотря на то что инструкция к снуду приведена в разделе «Весна», вы можете сделать вариант для осени и зимы, взяв другой материал — трикотаж или негрубую шерсть. Шарф шьется моментально — минут за двадцать, нужно только понять принцип работы. Чтобы немного оттенить и украсить снуд, «рассыпьте» по нему немного стежков сашико. Фото на с. 82–83.

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

140 см ткани шириной примерно 115 см или
90 см ткани шириной 150 см и более

Универсальные нитки в цвет ткани

Иглы для сашико или очень длинные иглы
(по желанию)

Нити для сашико или мулине неблестящие
(по желанию)

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ

Весенний шарф лучше шить из воздушных, легких тканей — газа, батиста, полиэстера, вискозы и льна. Также подойдет и джерси. Если собираетесь украсить шарф вышивкой, отдайте предпочтение не слишком прозрачным материалам: чем плотнее переплетение, тем лучше. Идеальны будут хлопчатобумажные ткани. Подготовьте материал: постирайте, высушите и проутюжьте.

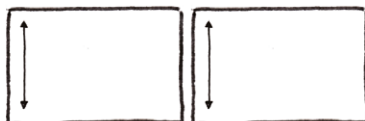
РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

60 см ширина × 150 см длина окружности.

ДЕТАЛИ ИЗДЕЛИЯ: шарф (1) или, если ткань недостаточно широкая, (2)

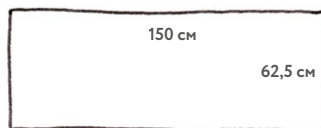


Или

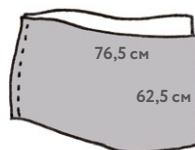


Шарф длиной 150 см можно будет обмотать вокруг шеи дважды, а 200 см — трижды. Однако ткань бывает разной ширины, поэтому в зависимости от имеющегося у вас количества материала можно сделать снуд максимально широким и выкроить его от кромки к кромке. Я шила шарфы длиной от 100 см (при ширине 60 см, что отлично подходит для детей) до 225 см, и все получились замечательными. Присмотритесь к снудам разных размеров и выберите подходящие (помните только, что 5 см уйдет на припуски). Если вам не хочется заморачиваться, начните со стандартных параметров: 62,5 × 150 см.

Сложите их **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами внутрь и стачайте вдоль короткого края на расстоянии 1,5 см от срезов.



Или



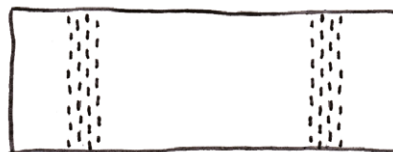
- 2 Пропустите этот шаг, если не планируете делать вышивку на шарфе. Если вы не против, чтобы добавить несколько стежков сашико, нанесите узор на **ЛИЦЕВУЮ** сторону ткани любым маркировочным инструментом (сначала проверьте, удастся ли его потом убрать).

С помощью специальных или обычных длинных игл и хлопковых нитей вышейте узор швом «вперед иголку». Вы можете воспользоваться шаблонами из «Букваря по вышивке сашико» (с. 119). Я, например, с удовольствием прокладываю несколько тонких прямых строчек в разных частях однотонной ткани — она приобретает текстуру и становится наряднее.

В этом проекте ряды стежков нанесены таким образом, чтобы при надевании шарфа узоры накладывались друг на друга. Обмотайте ткань вокруг шеи и посмотрите, где лучше разместить сашико.

ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

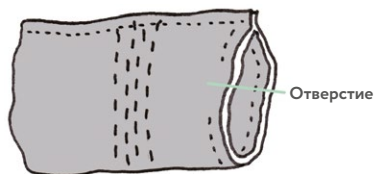
- 1 При ширине полотна 150 см отмерьте в длину 62,5 см и раскроите (прямо от кромки до кромки) одну деталь для шарфа. Если ширины ткани не хватает для цельной заготовки, вырежьте два прямоугольника размерами 76,5 × 62,5 см.



- 3 Сложите деталь пополам **ЛИЦЕВОЙ** стороной внутрь и стачайте вдоль длинных срезов на расстоянии 1 см. Если вы шьете из шелковой или тонкой ткани, необработанные края, скорее всего, будут просвечиваться, поэтому закройте их французским швом (см. «Полезные термины + приемы», с. 110).



- 4 Начните выворачивать деталь с **ИЗНАННОЙ** стороны на **ЛИЦЕВУЮ** и остановитесь, когда срезы двух краев сравняются. Убедитесь, что шарф при этом не перекрутился (хотя, если вам нравится подобный эффект, можете его оставить и даже сделать намеренно). Зафиксируйте края булавками и проложите строчку на расстоянии 1,3 см от срезов, оставив отверстие примерно 10 см.



- 5 Выверните шарф на лицевую сторону через отверстие.



- 6 Зашейте отверстие потайным швом, прогладьте и наденьте!



УНИВЕРСАЛЬНАЯ КОРЗИНА

СТОИТ МНЕ УСЛЫШАТЬ ЧТО-ЛИБО ОБ ОРГАНИЗАЦИЯХ, как сердце начинает прыгать от радости. Мужу не нравится моя страсть к накоплению корзин, тканевых коробок и кофров для хранения вещей. А мне кажется, что контейнеров много не бывает, и никто меня в этом не переубедит. Когда я сшила универсальные корзины и расставила их при входе, муж спросил (грозным голосом): «Ты снова купила корзины? Дорогие, наверное». Хе-хе, они стоят намного меньше, чем те, что мне нравятся. И сделать их легко, особенно если отказаться от ручек и вставок другого цвета. Это необычайно гибкий проект: вы можете сшить любые корзины, которые возникли в воображении, причем нужного вам размера, с ручками и без; а все, что вам понадобится, — простая формула для расчета. Фото на с. 84–85.

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

90 см ткани для корзины

90 см ткани для дна

90 см ткани для подкладки

Прокладка плотная (по желанию)

Универсальные нитки в цвет ткани

Металлические заклепки (по желанию;
я предпочитаю размером 6 мм)

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ

Корзину лучше делать из прочных материалов — плотного канваса, мешковины, джута или искусственной кожи. Первый прекрасно подходит и для подкладки, хотя от моего шел какой-то запах. Кстати, имейте в виду, что от мешковины и джута повсюду будут нити. Я решила сделать корзину без прокладки, чтобы сохранить мягкость при тактильном контакте с мешковиной/джутом. Подготовьте ткань: постирайте, высушите, проутюжьте.

РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

Корзина высотой 35 см из двух видов ткани с дном диаметром 25 см.

ДЕТАЛИ ИЗДЕЛИЯ: верх корзины (1), низ корзины (1), дно корзины (1), подкладка (1), подкладка дна (1), ручка (2) (по желанию)



ИНФОРМАЦИЯ О ПРОКЛАДКЕ И ПОДКЛАДКЕ

Советую выбрать более плотную прокладку — корзина будет ровнее и аккуратнее. Я пользовалась термоклеевой, правда, она не очень хорошо приклеилась к ткани. Но, думаю, это не проблема — в конце концов, ее можно и пришить. На всякий случай приметайте прокладку. Можно приклеить ее и к основной ткани, и к подкладке, если вам нужна более крепкая корзина. Но в таком случае придется прошивать много слоев, поэтому вам понадобится игла немного толще, например как для кожи или джинсы.

ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

- 1 Сначала немного позанимаемся математикой, но в пределах разумного. На припуски заложим по 1,3 см. Нам потребуются два измерения — для круглого доньшка и ширины корзины (она же окружность). Не забудьте записать их, как только рассчитаете.



Дно

Дно можно сделать и маленьким, и побольше — как вам хочется. Я решила сделать его диаметром 25 см (просто это число показалось мне красивым). Нужно учесть, что понадобится еще 2,5 см на припуск. Поэтому, если в конце вы хотите получить дно диаметром 25 см, нужно выкроить круг диаметром 27,5 см.

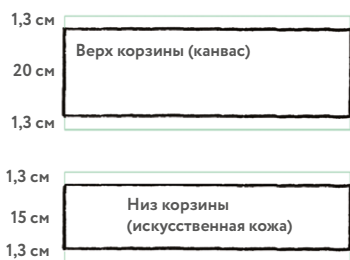
Ширина корзины (длина окружности)

Придется немного вспомнить математику: длина окружности = диаметр $\times \pi$. Число π (пи) равно приблизительно 3,14, основание — 25 см. Получаем длину окружности 78,5 см. Отличное число! Если прибавить к нему припуск 2,5 см, будет 81 см. Кажется, все идет как надо. Если у вас получились другие цифры, их можно округлить, но, предупреждаю сразу, не слишком сильно, иначе прикреплять дно будет неудобно.

- 2 Теперь посчитаем высоту корзины. Для этого проекта я решила сделать ее равной 35 см. Если корзина из одного материала, без цветных вставок, нужно добавить 2,5 см к высоте. Но я задумала ее из канваса и искусственной кожи, поэтому разделила 35 см таким образом:

- канвас = 20 см;
- искусственная кожа = 15 см.

С двух сторон каждой детали нужно добавить припуск 1,3 см. Получается, ширина прямоугольника из канваса составит 22,5 см, из искусственной кожи — 17,5 см.



Ширина детали для подкладки будет равна 35 см. К ней добавьте 2,5 см на припуск. Получаем 37,5 см. Запишите свои измерения.



ОСНОВНОЕ ПРАВИЛО: чем выше корзина, тем шире должно быть дно, чтобы она не перевернулась.

- 3 Чтобы не создавать лишний объем, сделайте прокладку чуть меньше — на 6 мм — материала, к которому вы ее прикрепляете. В этом проекте прокладка понадобится только для верхней детали корзины, поскольку искусственная кожа достаточно плотная сама по себе.

Подкладочной ткани я взяла то же количество, что и основной. Но для лучшего прилегания можно уменьшить ее размеры на 3 мм со всех сторон как для прямоугольной, так и для круглой детали.

- 4 И наконец, отмерьте нужную длину и ширину ручек. Я советую сделать их размером 25 × 12,5 см, но вы можете выбрать любые: короче, длиннее, уже, шире и т. д. Если будете изготавливать их из кожи и аналогичных материалов, припуски не понадобятся. А вот текстильные ручки (например, из хлопка) придется складывать пополам в длину, и значит, необходимо добавить припуск на шов 1,3 см. Запишите полученные цифры.

Теперь у вас есть размеры всех необходимых деталей. Ниже я привела те, что получились у меня.

- Верх корзины (канвас): $81 \times 22,5$ см.
- Прокладка для верха корзины: $80,4 \times 21,9$ см.
- Низ корзины (искусственная кожа, поэтому без прокладки): $81 \times 17,5$ см.
- Круглое дно для корзины и подкладка: 27,5 см.
- Подкладка для корзины: $81 \times 37,5$ см.
- Ручки: $25 \times 12,5$ см.

Если вы делаете корзину без вставок, сразу прикрепите прокладку к подкладке, тем самым облегчив себе задачу. Все прямоугольные детали можно разметить непосредственно на ткани. Донышко — единственная часть, для которой вам понадобится шаблон. В качестве него очень удобно использовать тарелку. Или можно вырезать квадрат из бумаги, дважды сложить его пополам и отмерить радиус примерно 13,5 см. Еще вариант — сделать шаблон полукруга, обвести его на ткани, затем перевернуть и дорисовать вторую половину окружности.



- 5 Раскроите необходимые детали. На рисунке показано все, что вам нужно, для корзины с основанием из искусственной кожи и ручками.

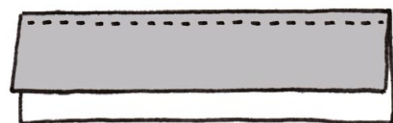


- 6 Приклейте прокладку к ИЗНАНОЧНОЙ стороне основной детали верха горячим утюгом и/или приметайте. Если в качестве материала для дна вы выбрали не кожу, так же прикрепите к нему прокладку.

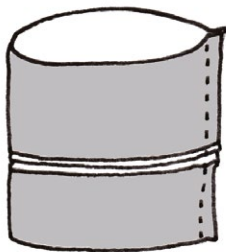


- 7 Пора шить. Внимание! Если вы решили делать корзину без дополнительных вставок, пропустите этот шаг и переходите сразу к следующему.

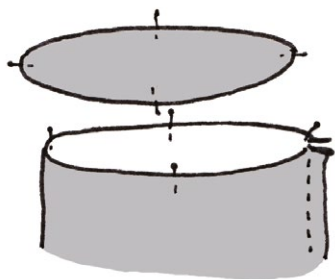
Сложите верхнюю и нижнюю детали боковины корзины ЛИЦЕВЫМИ сторонами внутрь и стачайте на расстоянии 1,3 см от срезов. Разутюжьте шов. (Помните, что для фиксации кожи лучше использовать клипсы, а не булавки, от которых остаются дырочки.) Главная деталь корзины готова.



- 8 Сложите ее пополам, совместив боковые края, **ЛИЦЕВОЙ** стороной внутрь и проложите строчку на расстоянии 1,3 см вдоль срезов. Разутюжьте шов, стараясь не задеть фрагменты из кожи.

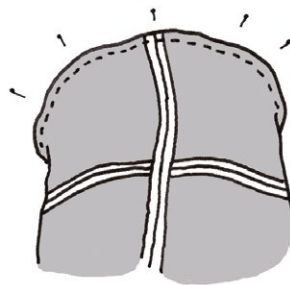


- 9 Мысленно разделите окружности доньшка и нижней части главной детали корзины на четыре равные части и обозначьте точки, как показано на рисунке. Сложите обе детали **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами внутрь, совместив метки, зафиксируйте клипсами или булавками.

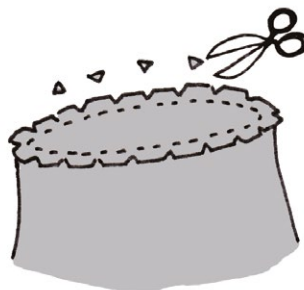


- 10 Стачайте на расстоянии 1,3 см от срезов. Строчку следует прокладывать со стороны основной детали корзины (ее край должен находиться под прижимной лапкой, а под ним доньшко). Тогда вы сможете слегка натягивать ткань по мере шитья по кругу и избежать волнистости.

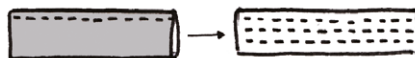
Кожа и искусственная кожа, как правило, слегка растягиваются в процессе шитья и вызывают смещение материалов. Поэтому работать с ними следует медленно, аккуратно надавливая на педаль машинки.



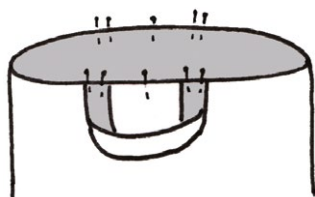
- 11 Стараясь не задеть шов, аккуратно надрежьте припуски. Благодаря этому ткань не будет топорщиться.



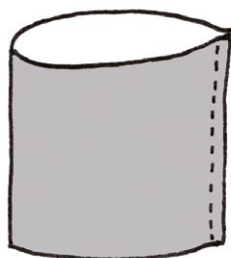
- 12 При желании сделайте ручки. Если они будут из кожи, то ничего шить не нужно и можно сразу перейти к шагу 13. Если вы используете другие материалы, например канвас, выполните следующее. Сложите одну деталь вдоль пополам **ЛИЦЕВОЙ** стороной внутрь и проложите строчку на расстоянии 1,3 см от срезов. Обрежьте припуск до 6 мм, выверните заготовку на лицевую сторону и приутюжьте. Проложите три параллельные декоративные строчки. Повторите действия для второй ручки.



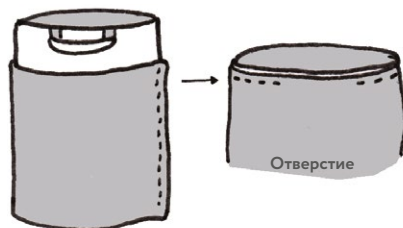
- 13 Расположите корзину швом назад, отметьте места крепления ручек. Приложите их к основе ЛИЦЕВЫМИ сторонами среза к срезу и зафиксируйте булавками или клипсами. Приметайте на расстоянии 6 мм от края.



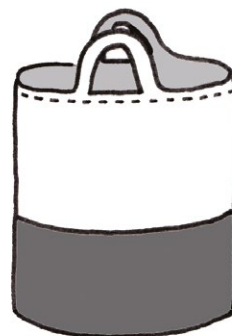
- 14 Повторите шаги 9–11 для подкладок основной части и дна.



- 15 Вставьте главную деталь в подкладку ЛИЦЕВЫМИ сторонами друг к другу. Проложите строчку по периметру на расстоянии 1,3 см от срезов. Оставьте отверстие примерно 10 см. Снижайте скорость при шитье в области ручек, чтобы ткань не сместилась из-за большого объема.



- 16 Выверните корзину на лицевую сторону через отверстие, расправьте подкладку. Проутюжьте. Если вы сделали ручки из кан-васа, поднимите их и проложите строчку вдоль верхней части корзины на расстоянии 6 мм, чтобы закрыть отверстие и закончить изделие. Готово.



ВАРИАНТ С КОЖАНЫМИ РУЧКАМИ

Сначала отметьте, где будут крепиться ручки. Прodelайте дырки на обоих концах кожаных заготовок (для этого я использую шило и отступаю примерно 1,3 см от края) и в соответствующих местах корзины (в моем случае примерно 5 см от верха). Убедитесь, что вы проткнули и основную ткань, и подкладку, а отверстия достаточно большие для заклепок. Совместите проколы на ручках и основе и скрепите их заклепками.



ПОДСТАВКИ С ВЫШИВКОЙ САШИКО

КОГДА Я ЖИЛА В ЯПОНИИ, ЧАСТО ПРИХОДИЛА К ДРУЗЬЯМ НА ЧАЕПИТИЕ с угощениями. Потягивая зеленый чай с рисовыми пирожками или сладостями из красной бобовой пасты — мандзю или ёкан, любовалась скромными, но элегантными текстильными подставками под чайные приборы. Их шьют из нескольких слоев льна или хлопка. Особое впечатление на меня произвели подставки с вышивкой сашико. Традиционно для нее используют белые нити на темно-синей ткани, но вам я советую не ограничивать себя и экспериментировать!

Выбирайте натуральные ткани — хлопчатобумажные, шерстяные и льняные, поскольку большинство синтетических материалов не выдерживают воздействия высоких температур, и подставки нельзя будет использовать по назначению. По этой же причине советую приобрести шерстяной или бамбуковый ватин вместо синтетического наполнителя. А вот полиэстеровые нити вполне подойдут. Фото на с. 86–87.

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

45 см ткани (как минимум двух разных расцветок)

45 см ватина

Универсальные нитки в цвет ткани

Копировальная бумага для переноса рисунка (по желанию)

Мел или водорастворимый маркер (по желанию)

Длинные иглы или специальные для сашико (по желанию)

Нити для сашико или хлопковое мулине (по желанию)

Наперсток (по желанию)

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ

Как я уже писала, лучше использовать ткани из натуральных волокон — хлопчатобумажные, шерстяные и льняные. Предварительно подготовьте их: постирайте, высушите, проутюжьте. В качестве наполнителя возьмите хлопковый, шерстяной, бамбуковый ватин. Если же вы приобрели синтетический термостойкий ватин, проложите вокруг него слой наполнителя из натуральных волокон.

РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

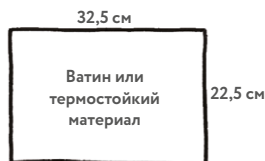
30 × 20 см.

ДЕТАЛИ ИЗДЕЛИЯ: верхняя (2), нижняя (1), прокладка (1)



ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

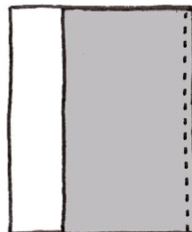
- 1 Раскроите нижнюю деталь размером $32,5 \times 22,5$ см. Эти цифры уже включают припуск на шов $1,3$ см со всех сторон. Затем раскроите кусок ватина такого же размера. Для дополнительной прокладки подготовьте два слоя.



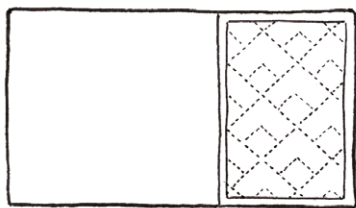
- 2 Раскроите два прямоугольника для верха, которые вместе составят $35 \times 22,5$ см (с учетом припусков на швы). Вы можете выбрать другое соотношение, я же сделала одну деталь размером $20 \times 22,5$ см, а вторую, более темную, на которой запланировала вышивку, — $15 \times 22,5$ см.



- 3 Сложите две верхние детали **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами внутрь, стачайте их и разутюжьте шов. У вас должен получиться прямоугольник размером $32,5 \times 22,5$ см.



- 4 Сначала на незаметном участке протестируйте маркировочный инструмент и убедитесь, что его след легко удалить. Перенесите выбранный узор сашико, оставляя свободными по $1,3$ см вокруг рисунков, если не планируете слегка заводить их «за поля». Шаблоны можно взять из раздела «Букварь» по вышивке сашико» (с. 126). Вы можете придумать и собственный дизайн. Положите копировальную бумагу между шаблоном и **ЛИЦЕВОЙ** стороной ткани.



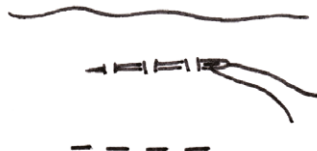
5

Заправьте в иглу нить для сашико или мулине. Обратите внимание: первая обычно толще, более закрученная и не блестит. Если у вас нет возможности приобрести специальные нити, думаю, мулине вполне смогут их заменить. Я обычно работаю в три-четыре нити, поскольку предпочитаю стежки тоньше. Вы же решайте сами.



6

Начинайте вышивать с ИЗНАНОЧНОЙ стороны, чтобы не было видно узелка. Иголку до конца не вытягивайте, а выполняйте ею движения как в процессе присборивания. Работайте швом «вперед иголку». Старайтесь соблюдать пропорцию 3:2 — на ЛИЦЕВОЙ стороне стежки должны быть чуть длиннее, чем на ИЗНАНОЧНОЙ. Признаюсь вам: у меня это не всегда выходит, а часто вообще получаются одинаковые стежки. По-моему, совершенству придают слишком большое значение. Все в порядке!

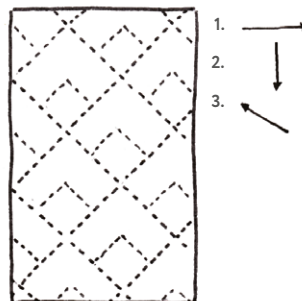


7

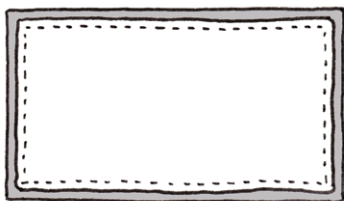
Вышивайте в удобном для вас направлении. Если хотите придерживаться традиционной техники, напоминаю: сначала прокладывайте горизонтальные и вертикальные линии, затем диагональные. В последнюю очередь добавляйте детали. При поворотах и формировании углов оставляйте едва заметную петельку или не натягивайте сильно нить, чтобы шов не соборил. Если нить закончилась, новую прикрепляйте также с ИЗНАНОЧНОЙ стороны.

Завершив вышивку, сделайте узелок с ИЗНАНОЧНОЙ стороны и обрежьте нить.

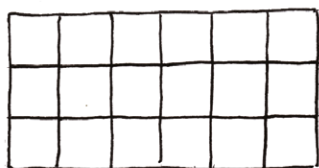
Обратите внимание: украсить деталь с помощью сашико нужно до прикрепления ватина, в противном случае при вышивании мы будем подхватывать волокна прокладок и узор получится с легким белым налетом. Ну и, конечно, работать без наполнителя проще.



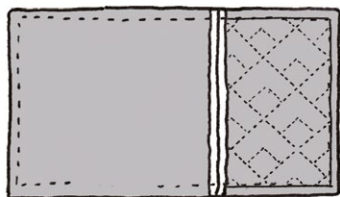
- 8 Приметайте слой ватина к ИЗНАНОЧНОЙ стороне нижней детали, отступив от срезов 6 мм. Это нужно скорее для вашего удобства: чтобы прокладка не сдвинулась при последующей сборке. Если вам не хочется наметывать, зафиксируйте ее булавками, — никто не увидит.



- 9 С ЛИЦЕВОЙ стороны нижней детали выполните машинкой декоративную сетку, чтобы закрепить ватин. Если хотите, можете прострочить только горизонтальные или только вертикальные линии и даже просто диагональные. Главное, чтобы они были равномерно распределены по всей поверхности и препятствовали смещению ватина.



- 10 Сложите верхнюю (с вышивкой) и нижнюю детали ЛИЦЕВЫМИ сторонами друг к другу, проложите строчку по периметру на расстоянии 1,3 см от срезов, оставив внизу отверстие 10 см.

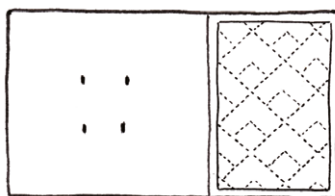


Отверстие

- 11 Срежьте углы и выверните подставку на ЛИЦЕВУЮ сторону. Аккуратно расправьте уголки колышком, стараясь не проткнуть. Протутюжьте.



- 12 Чтобы окончательно зафиксировать детали относительно друг друга, выполните четыре закрепки на той части верха, где нет вышивки. Это можно сделать с помощью специальной строчки, которую используют для усиления областей с повышенной нагрузкой (часто для джинсов). Она представляет собой зигзагообразные стежки, выполненные несколько раз в одном и том же месте или же очень близко друг к другу. Поставьте ширину зигзага примерно на 3, уменьшите длину до 0 и сделайте закрепки.



Зашейте отверстие потайным швом. Готово!



УНИВЕРСАЛЬНОЕ ТРИКОТАЖНОЕ ПЛАТЬЕ

ЭТО ОДИН ИЗ ПРЕДМЕТОВ ГАРДЕРОБА, с которым мы просто сроднились. Можно дополнить его заплатами, или добавить разрез, или сделать декольте глубже — вариантов этого простого (даже для новичков) и универсального платья бесконечное множество. Я сшила несколько версий с различной длиной юбки, и каждый раз получался совершенно другой внешний вид. Знаю, у некоторых существует подсознательный страх перед трикотажем, но хочу вас успокоить: эластичный материал прощает почти все.

Для построения выкройки вам понадобится предмет одежды без рукавов (например, майка). По растяжимости он должен соответствовать материалу, который вы выбрали для платья. Тогда мерки будут одинаковыми. Если же, например, майка будет суперэластичная, а материал нет (некоторый трикотаж типа интерлока вообще не тянется), лиф получится узким. И наоборот. Прежде чем кроить дорогой материал, можно отшить тестовый образец из недорогого джерси. Построение выкройки платья — непростое дело, и первые результаты, возможно, вас даже немного разочаруют. Но не бросайте начатое и попробуйте снова, учитывая ошибки: повторенье — мать ученья. Я со своей стороны сделала все возможное, чтобы инструкция получилась максимально подробной, и уверена: немного попрактиковавшись, вы добьетесь желаемого. Фото на с. 88–89.

ПРИНАДЛЕЖНОСТИ + МАТЕРИАЛЫ

180–270 см трикотажа

Универсальные нитки в цвет материала

Машинные иглы «стретч» или
с закругленным кончиком

Чертежные принадлежности
(см. «Чертежный набор», с. 106)

Любимая трикотажная майка или платье
без рукавов

Раскройный нож (по желанию)

Оверлок (по желанию)

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ ТКАНИ

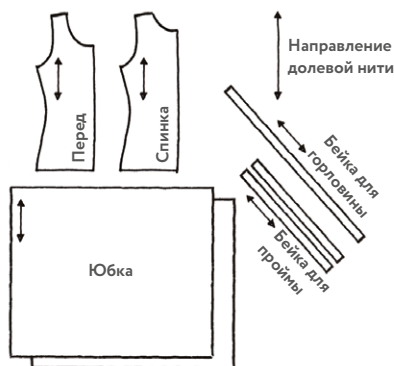
Для этого проекта вам понадобится джерси, но помните, что не все его виды одинаковы. Постарайтесь найти

не слишком тонкий (вы меня вспомните!) эластичный материал без заворачивающихся краев. Шить из ткани с небольшой (но действительно небольшой, ведь вы же не собираетесь участвовать в танцевальном конкурсе) добавкой лайкры или спандекса будет приятнее. Прекрасно подойдет экотрикотаж из бамбука или конопляного хлопка, но цена на него, надо сказать, кусается. При желании можете подобрать красивый драпирующийся материал с добавкой полиэстера. Подготовьте трикотаж: постирайте, высушите и проутюжьте.

РАЗМЕРЫ ГОТОВОГО ИЗДЕЛИЯ

В соответствии с комплекцией и желаемой длиной.

ДЕТАЛИ ИЗДЕЛИЯ: перед (1), спинка (1), юбка (2), бейка для горловины (1), бейка для проймы (2)



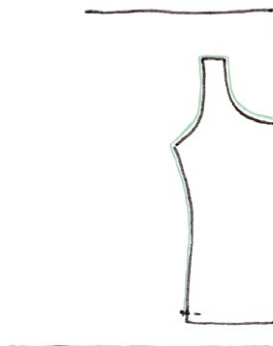
ПОШАГОВАЯ ИНСТРУКЦИЯ

- 1 Вы приготовили любимую майку или трикотажный сарафан? Начинаем строить выкройку. Наденьте выбранный предмет одежды и определите, где будет пояс у будущего платья. Сделайте сбоку отметку булавкой либо стирающимся/самоисчезающим маркером.

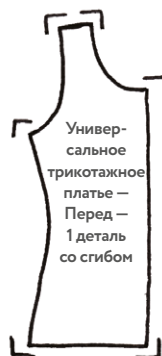


От этой точки отмерьте желаемую длину платья. Запишите значение.

- 2 На ровной поверхности разложите большой лист бумаги для выкроек. Поместите на него сложенную пополам майку меткой вверх. Грузиками, консервными банками или тем, что окажется под рукой, зафиксируйте предмет одежды на бумаге и обведите его до обозначенной вами точки. Уберите майку и подправьте контуры.

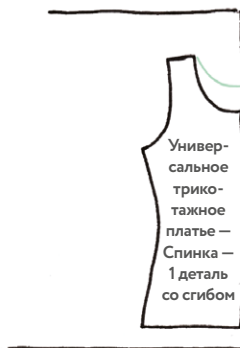


- 3 Убедитесь, что линии образуют прямые углы в следующих местах: центральная точка горловины, высшая точка горловины, высшая точка проймы, нижняя точка проймы, начало линии талии. Вырежьте полученную выкройку переда и обозначьте ее «Универсальное трикотажное платье – Перед – 1 деталь со сгибом».



Приложите к себе и убедитесь, что все в порядке. При этом помните: джерси тянется, и особая точность не требуется. Я, как правило, обхожусь без припусков, потому что, по моим наблюдениям, покупное трикотажное полотно всегда тянется лучше, чем готовые изделия из трикотажа. Но здесь все зависит от типа вашего материала. Возможно, понадобится подгонка, а значит, придется немного повозиться с выкройкой, чтобы добиться идеальной посадки.

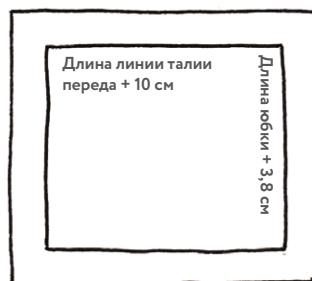
- 4 Положите деталь переда на бумагу для выкройки и обведите. Для спинки линию горловины следует немного поднять. Я использую высокотехнологичный способ: нарисовать, прищуриться и снова нарисовать. Вы же можете строить выкройку по точным расчетам или с помощью портновских лекал. Это тоже работает. Помните только, что в определенных местах линии горловины и проймы должны быть под прямым углом (как и у детали переда), в противном случае вы получите холмик посередине спинки. Вырежьте и обозначьте ее «Универсальное трикотажное платье — Спинка — 1 деталь со сгибом».



- 5 Юбка — это простой прямоугольник. К мерке, полученной в шаге 1, добавьте в общей сложности 3,8 см для припусков внизу и на талии. Это высота детали юбки. Запишите полученную цифру.

Для расчета ширины детали измерьте линию талии у выкройки переда, умножьте полученное значение на два и прибавьте 10 см. Мы будем присборивать юбку. Поскольку вы уже шили нечто подобное из муслина, возможно, захотите внести изменения (это всегда приветствуется). Запишите полученную цифру.

Я предпочитаю чертить прямоугольник сразу на ткани, но вы можете построить его сначала на бумаге для выкройки. Обозначьте выкройку «Универсальное трикотажное платье — Юбка — 2 детали».



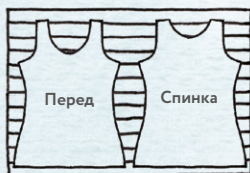
- 6 Пришло время немного поработать ножницами. Разложите материал на ровной поверхности. Если трикотаж не слишком мятый, можно обойтись без утюжки. Для размещения деталей верха я мысленно делю полотно пополам и складываю края к линии середины (выглядит это как закрытые двойные двери) **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами наружу.

Зафиксируйте выкройку булавками или воспользуйтесь грузиками. Обедите маркировочным инструментом и выкроите.



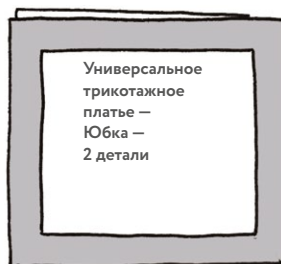
Поделюсь своим секретом работы с тканью в полоску. Воспользуйтесь им, если хотите получить красивые прямые линии. Все очень просто: детали нужно кроить на полностью разложенной ткани (а не на сгибе) и выравнивать полоски по линиям проймы, углам, низу и т.д. Я обвожу деталь выкройки, затем переворачиваю ее и дорисовываю по ней вторую половину, отслеживая расположение полос на материале. Времени уходит больше, но оно того стоит — получаем результат как у профессионалов. Этот способ подходит для любых

тканей с принтами, которые должны выглядеть безупречно.

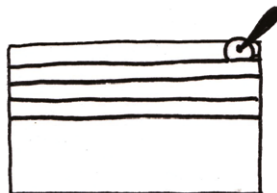


- 7 Выкроив перед и спинку, сложите оставшийся материал пополам и принимайтесь за юбку. У вас должно получиться две детали. Материал в полоску или с рисунком кроите без сгиба, полностью разложив полотно.

Можно работать с выкройками юбки и верхней части платья одновременно, но у меня для этого не хватает поверхности. К тому же я всегда стараюсь сэкономить ткань, располагая детали близко друг к другу.

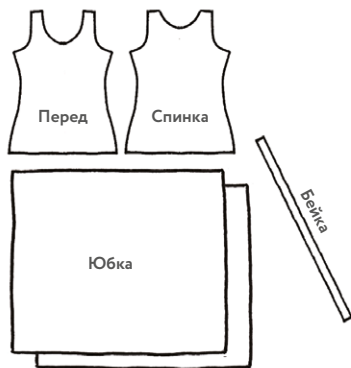


- 8 Бейки для горловины и проймы я делаю еще одним высокотехнологичным способом: нарезаю по всей ширине ткани (как правило, это около 150 см) полоски высотой 3,8 см. Тут как нельзя кстати приходятся дисковый раскройный нож и длинная универсальная линейка. Бейки длиной 150 см вполне хватает для обработки горловины и пройм. Но можно выкроить и две. Запасная всегда пригодится. Обратите внимание: не нужно кроить бейки по косой, поскольку, в отличие от тканей полотняного переплетения, трикотаж хорошо тянется от кромки к кромке.



9 Итак, теперь у вас есть все необходимые детали. Нет только точных значений длины беек для горловины и пройм, но их мы определим позже. К этому моменту у вас должно быть выкроено следующее:

- перед;
- спинка;
- детали юбки (передняя и задняя);
- бейки для горловины и пройм.



10 Очень важно: установите в швейной машине иглу с закругленным кончиком или «стретч». Вы сразу почувствуете разницу, так как они специально разработаны для трикотажных материалов. Некоторые рукодельницы рекомендуют использовать шагающую лапку, но я обхожусь без нее, и это не помешало мне сшить десятки изделий. Есть несколько типов строчек для работы с трикотажем (см. «Шитье трикотажа», с. 115). Обычная прямая не подходит, поскольку ей недостает эластичности и нити шва легко рвутся.

11 Сложите детали переда и спинки ЛИЦЕ-ВЫМИ сторонами друг к другу и сколите по плечевым срезам. Я пользуюсь очень тонкими булавками (для трикотажа прекрасно подходят и клипсы), поскольку от обычных остаются маленькие дырочки. Выберите, какая строчка для трикотажа вам нравится, и стачайте ею детали на расстоянии 1 см от срезов.

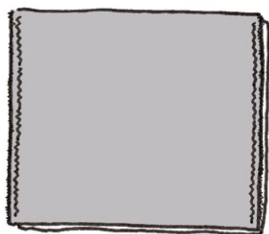
Можно оставить края необработанными, поскольку трикотаж не осыпается. Я, правда, обметываю их с помощью оверлока, но это скорее просто привычка. Припуски шва разутюжьте или, если вы их обработали, заутюжьте на спинку.



12 Не меняя положение спинки и переда, уложите их боковые срезы и зафиксируйте булавками или клипсами. Соединяя детали из материала в полосу или с принтом, следите за совмещением элементов дизайна. Проложите строчку на расстоянии 1 см от срезов. Если хотите, обметайте края. Разутюжьте или заутюжьте припуски (в зависимости от способа обработки срезов).



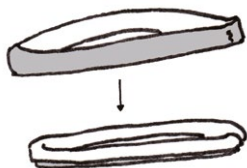
- 13 Сложите детали юбки **ЛИЦЕВЫМИ** сторонами друг к другу, совместите боковые срезы (обращайте внимание на совпадение рисунка или полос) и зафиксируйте их булавками или клипсами. Проложите строчку на расстоянии 1 см от края. Что делать со срезами, вы уже знаете.



- 14 Положите на плоскую поверхность сшитый лиф передом вверх. Оберните, стараясь не растягивать, бейку вокруг горловины и отрежьте длину, в точности соответствующую ее окружности. Если необходимо, воспользуйтесь булавками или клипсами.



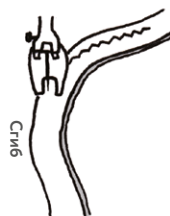
- 15 Сложите бейку, соединив короткие концы, **ЛИЦЕВОЙ** стороной внутрь и стачайте строчкой для трикотажа на расстоянии 1 см от срезов. Разутюжьте шов. Затем сложите бейку пополам вдоль **ИЗНАНОЧНОЙ** стороной внутрь и заутюжьте.



- 16 Приколите бейку сгибом вниз к горловине (шов должен оказаться на средней линии спинки) с **ЛИЦЕВОЙ** стороны, совместив срезы. Возможно, вам придется немного растянуть бейку, чтобы распределить ее равномерно по вырезу.



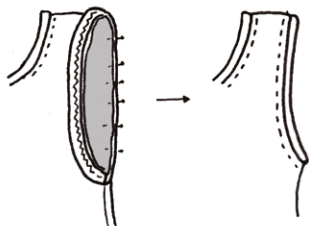
- 17 Проложите строчку на расстоянии 6 мм от сгиба (игла должна проходить слева от него).



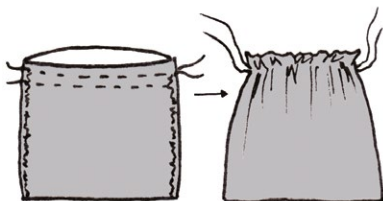
- 18 Если хотите, обработайте срезы. Заутюжьте припуски на лиф. Следующий шаг я обычно не рекомендую, но сама делала это много раз, и проблем не возникало. Выберите на машинке прямую строчку и установите длину стежка примерно 3,5. Начав от средней линии спинки и работая на **ЛИЦЕВОЙ** стороне лифа, проложите строчку на расстоянии 6 мм от шва, соединяющего бейку с горловиной. Этим вы закрепите припуск на шов и придадите горловине законченный вид.



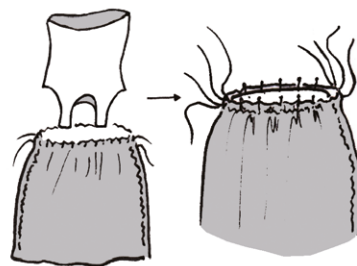
- 19 Повторите шаги 14–18 для обработки бейками пройм. Когда будете скалывать их друг с другом, не забудьте уравнивать срезы.



- 20 Чтобы присборить юбку, выберите на машинке прямую строчку и увеличьте длину стежка до максимума. Не выполняя закрепок, проложите строчку на расстоянии ориентировочно 6 мм от края, оставив в начале и в конце свисающие нити длиной 7,5 см. Отступите от первой строчки примерно 1,6 см и сделайте вторую строчку (тоже без закрепок и со свободными концами). Потяните за две нити с одной стороны. Потягивайте за нити по очереди слева и справа, чтобы получились сборки.



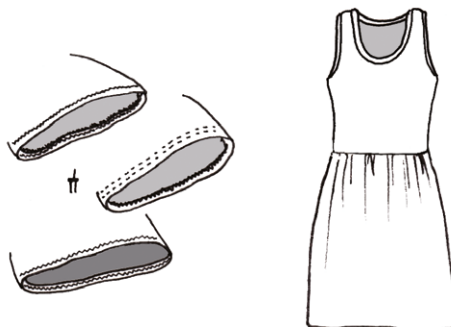
- 21 Положите юбку ИЗНАНОЧНОЙ стороной наружу и сборками вверх. Вставьте в нее лиф ЛИЦЕВОЙ стороной наружу, лямками вниз. Зафиксируйте булавками или клипсами по боковым швам и проверьте равномерность сборок. Выберите на машинке строчку для трикотажа и стачайте лиф с юбкой на расстоянии 1 см от срезов. Совет: чтобы аккуратно распределить сборки, пользуйтесь булавками и шейте со стороны юбки.



- 22 Обработайте низ. Я предпочитаю для этого использовать оверлок. Затем просто подворачиваю край на 1,3 см, заутюживаю и прокладываю зигзагообразную строчку близко к сгибу. Но есть и другие способы:

- пропустите операцию с оверлоком, подогните на 1,3 см и проложите строчку;
- дважды подогните край на 1,3 см, заутюжьте и проложите строчку (длина уменьшится на 2,5 см);
- подогните срез на 1,3 см и двойной иглой имитируйте профессиональную обработку.

Неважно, какой метод вы выберете, но после обработки низа можно расслабиться. Наслаждайтесь своим новым чудесным платьем!





Источники

КНИГИ ПО ШИТЬЮ

Я годами собирала книги по шитью, и вот те, которые мне особенно дороги.

Ellen Lockett Baker, Laura Malek (photographer). 1, 2, 3 Sew: Build Your Skills with 33 Simple Sewing Projects. Bargain Price, June 1, 2011.

Sarai Mitnick. The Colette Sewing Handbook: Inspired Styles and Classic Techniques for the New Seamstress. Krause Publication, November, 2011.

Alyson Clair. The Colette Guide to Sewing Knits: Professional Techniques for Beautiful Everyday Garments. April 2, 2014.

Christine Haynes. The Complete Photo Guide to Clothing Construction. February 1, 2014.

Sarah Veblen. The Complete Photo Guide to Perfect Fitting. January 1, 2012. Издана на русском языке: Веблен С. Идеальный силуэт. Полный иллюстрированный гид по профессиональному крою и посадке одежды по фигуре. М. : Эксмо, 2019.

Cal Patch. Design-It-Yourself Clothes: Patternmaking Simplified. September 22, 2009.

Liesl Gibson. (Author), Dan Andreasen (Illustrator), Laurie Frankel (Photographer). Oliver + S Little Things to Sew: 20 Classic Accessories and Toys for Children. March 1, 2011.

Dennic Chunman Lo. Patternmaking. October 19, 2011.

Gillian Holman. Pattern Cutting Made Easy: A Step-by-Step Introduction. March 5, 2013.

Jo Barnfield and Andrew Richards. The Pattern Making Primer: All You Need to Know About Designing, Adapting, and Customizing Sewing Patterns. September 1, 2012.

Joie Staff. Sashiko Style: Traditional Japanese Patterns for Contemporary Design. May 18, 2007.

Celine Dupuy. Simple Sewing with a French Twist: An Illustrated Guide to Sewing Clothes and Home Accessories with Style. January 2, 2007.

Susan Briscoe. Ultimate Sashiko Sourcebook: Patterns, Projects and Inspirations Paperback. May 27, 2005.

Благодарности

НИ В ОДНОЙ ИЗ ПРОЧИТАННЫХ КНИГ мной не пропущен раздел «Благодарности». Во-первых, я ищу там знакомые имена (и несколько раз находила), а во-вторых, смотрю, как автор выражает признательность людям, — мне кажется, это многое говорит о нем.

Написать книгу — гигантский труд, в процессе которого понимаешь, что сделать это можно только всем миром (в прямом смысле слова). Я переживаю, что кого-нибудь пропущу. Если такое случится, заранее приношу извинения и обещаю вам что-нибудь сшить.

Огромная благодарность моему редактору Ханне Элнан, которая постоянно меня подбадривала и направляла, — я даже не успевала попросить ее о помощи. Мне кажется, она ясновидящая. Ханна, без тебя я бы не справилась!

Отдельное спасибо еще одному замечательному редактору — Тэгану Тайгани, который открыл новое для меня измерение книжного мира. Анна Голдштейн, твое безупречное чувство стиля — настоящий подарок «Счастью шить». Я признательна всем сотрудникам Sasquatch Books — большая честь работать с вами! Нэнси Кортлэ, какое счастье, что два моих детеныша попали в твои нежные заботливые руки.

Не могу не сказать, как благодарна читателям моего блога. Если бы не ваша постоянная поддержка, я бы уже давно исчезла из интернета и вряд ли получила бы шанс рассказать о себе в книге. Я у вас в долгу. Снимаю шляпу перед людьми, тестировавшими мои выкройки, и рецензентами. Книга стала лучше благодаря вашему орлиному взору (хотя я и наделала ошибок). В произвольном порядке: Ута, Люсинда,

Кристин, Эн, Гейл, Чери, Эрин, Рэйчел, Морган, Робин, Тара, Фрэнсис, Элизабет, Келли, Бриенна, Николь, Джесс, Бриджит, Меган, Алана, Анджела, Чандра, Миган, Холли, Мариса, Кэти, Идойя, Линда, Эйлса, Микаэла, Бронвин, Карина, Линн, Мария, Нина, Тесса, Дена, Мелисса, Хезер, Даниэла, Крис, Эмбер, Клэр, Джули, Джейми, Сара, Тери, Джана, Джилл, Шелли, Карен, Анджела, Асмита, Дениз, Сидни, Марта, Сара Кейт, Келли, Бриенна, Ана София, Сара, Эми, Кристи, Джесси, Тереза и Нил.

Элли Сяо, ты как манна небесная упала на меня в Сиэтле, когда мне это было нужно больше всего. Во время совместной фотосессии я поняла, как тоскую по нашим разговорам по душам. Спасибо за твой профессионализм в стилистике и знакомства с хорошими людьми.

Джордж Барберис, ты обрабатывал фото для книги и знаешь, как сделать из снимка конфетку.

Малия Кин, нет слов, чтобы выразить благодарность за советы по построению выкроек.

Огромное спасибо Моргану Номуре за помощь с моделированием. Ты великолепен!

Спасибо Шону из Anytime Fitness, который предоставил студию йоги для съемок. Мы все расставим по местам, как было, я обещаю. Хочу назвать еще одно имя — Эндрю из Milstead Coffee, где родились первые страницы этой книги. Эндрю, у тебя лучший латте в Сиэтле. Аран из Cannelle et Vanille — в твоей студии прекрасное освещение, и теперь я загорелась желанием накопить на собственную студию.

Кели Фо из Drygoods Design, ты моя сказочная крестная в шитье и у тебя золотые руки.

Фрэнсис Арикава из Miss Matatabi, своей японской тканью ты преображаешь мир вокруг себя. Целую, обнимаю.

Большое спасибо Халли за то, что позволила нарядить сладенького Джаго в распашонку и блумеры!

Рэйчел Биллингс Грюниг — суперстилист, не верится, что мне так повезло. В твоём лице я нашла необыкновенного друга и соратника. Спасибо, спасибо, спасибо тебе за все.

Моим самым дорогим друзьям, всем, кто близко и далеко. Вы знаете, как дороги мне. Спасибо за все свидания за чашкой кофе, слушающие уши и медвежьи объятия. У меня не хватает слов, чтобы выразить свою признательность.

Моя семья в Лос-Анджелесе, *arigato gazaimasu — kansha bakaridesu**.
Моя семья в Индианаполисе, ваша поддержка в прямом смысле слова
спасала мне жизнь. Моя семья в «компаунде» (как мы его называем),
понятия не имею, как бы я выжила без вас. Да здравствуют соседи!

М и К... вы такие терпеливые. Люблю вас.

И отдельное спасибо за сладкие стихи, которые моя маленькая
девочка посвящает мне. Она спросила: «Мама, ты напечатаешь это
в своей книге?» Конечно, любовь моя.

*Шитье... Машинка громко стучит и очень отвлекает,
Но придется терпеть.
У мамы рождается модный наряд,
Подушка-сердце или грелка-медведь.*

*Писать книгу — сложное испытание.
Что из этого получится — одно переживание.
И с неба вряд ли упадет целое состояние.*

*И все же это здорово!
Ведь больше ты не квеляя,
А радостная и веселая.*

* Всегда благодарна (яп.).



Алфавитный указатель

А

Адвент-календарь в виде
«печенья» с предсказаниями
62–63, 183–184
«Алмазы» (Hishi Moyo), узор 126,
130
Английская булавка 103

Б

Базовое платье (+ вариант
с ярусами) 52–53, 174–182
Бабочка, подушка для зубной
феи 28, 29, 144–145
Булавки 99, 100, 103
Бумага
для выкроек 106
копировальная 120, 127

В

Венок, натуральный фетр 50–51,
170–173
Весна 74–89, 204–223
Волс, подушка для зубной феи
28–29, 140
Вощеный канвас 109
Вышивальные ножницы 102, 120
Вышивка сашико 119–131

Г

Грелка, варианты 66–67, 189–190
Грузики фиксирующие для
выкройки 104–105

Д

Двойная игла 116
Детский комплект: распашонка-
кимоно и блумеры 68–69, 191–199
Дисковый (раскройный) нож 99,
102, 104
Дневник/книга, обложка 44–45,
161–164
Думочка-оригами 26–27, 134–137

З

Зажимы для ткани 100
Закрепка 110–111
Закрепление нитей 110–111
Здоровье 15–16, 21–25, 42, 75–76
Зигзагообразная строчка 116
Зима 56–71
Зубная фея, подушка, варианты
28–29, 138–145

И

- Игла
для выворачивания руликов 103
для протягивания шнура 101, 103
для ручного шитья 99, 100
машинная 98, 99, 116
сашико 120, 121
- Игольница, обычная/магнитная 100
- Изнаночная сторона / лицевая сторона ткани 114
- Инструменты и принадлежности для раскроя 99–103, 108

К

- Календарь, адвент, «печенье» с предсказаниями 62–63, 183–184
- Канвас, вощенный 110
- Карандаши 99, 107, 108
- Кит, подушка для зубной феи 28–29, 141–142
- Клейкая лента 108
- Клипсы для ткани 100
- Коврик для раскроя (мат для резки) 104
- Кожа, натуральная и искусственная 109
- Колышек для выворачивания уголков 103
- Комплект для грудничка: распашонка-кимоно и блумеры 68–69, 191–199
- «Конопляный лист» (Asanoha), узор 126, 131
- Копировальная бумага 120, 127
- Корзина универсальная, варианты 84–85, 207–212
- Косая бейка 111
- Кромка 214

Л

- Лапка для швейной машины 98, 116
- Ластик 108
- Лекало портновское 104
- Лен 110
- Лето 20–35, 134–160
- Линейки 99, 104, 106
- Лицевая/изнаночная сторона ткани 114
- Личная история автора 13–17, 91–93

М

- Магнитная игольница 100
- Маркировочные инструменты 99, 104, 107
- Марлевка 109
- Мат для резки 104
- Машинные иглы 98, 99, 116
«джерси» 98, 116
для кожи 99–100
«стретч» 98, 116
- Мел 99, 107
- Мулине 120, 121
- Муслин 109

Н

- Наметочный шов 111
- Направление волокон 113
- Натуральный фетр 110
- Несессер 64–65, 185–188
- Нитки 99, 100, 120, 121
- Нож раскройный 99, 102, 103
- Ножницы 99, 102, 120
портновские 99, 102, 104
снипперы 98, 99, 102, 120
фестонные 104

О

Обложка для дневника/книги
44–55, 161–164
Обработка срезов 112
Оверлок 98, 117
Оверлочная строчка 117
Оверлочная строчка, ложная 117
Одежда для детей: распашонка
и блумеры 68–69, 191–199
Оригами, подушка 26–27, 134–137
Осень 38–53, 161–182
Основы шитья 97–117
Отделочная строчка 117
Отношения 57–60
Отстрочка 111

П

«Печенье» с предсказаниями,
адвент-календарь 62–63, 183–184
Пингвин, подушка для зубной
феи 28–29, 142–143
Платье
базовое, сарафан (+ вариант
с ярусами) 52–53, 174–182
универсальное трикотажное
88–89, 217–223
Подготовка ткани 105–106, 111
Подставка с вышивкой сашико
86–87, 213–216
Подушка для зубной феи,
варианты 28–29, 138–145
Подушка, оригами 26–27, 134–137
Портновские ножницы 89, 102,
104
Портновский мел 107
Портновский «окорок» 106
Потайной (подшивочный) шов 115
Пошив, личная история автора
40–42, 79–80, 91–93

Принадлежности

для резки 99, 102–104, 108, 120
для черчения 106–108
Припуск на шов 114
Присборивание 113
Проутюжитель 106

Р

Раскрой ткани, инструменты
102–104
Раскройный нож 99, 102, 103
Распарыватель 99, 100
Распашонка-кимоно и блумеры,
детский комплект 68–69,
191–199
Ремешок для фотоаппарата
48–49, 167–168
Ручки 108

С

Самые распространенные виды
ткани 109–110
Сантиметровая лента 99, 108
Сашико
вышивка 119–131
подставка 86–87, 213–216
узоры и шаблоны 126–131
Свобода 75–80
«Семь сокровищ» (Shippo
Tsunagi), узор 126, 128
Скетчбук 46–47, 165–166
Снуд 82–83, 204–206
«Стрела» (Yabane), узор 126, 129
Строчка
зигзагообразная 116
ложная оверлочная 117
оверлочная 117
отделочная 117
«стретч» 116

Сумочка на молнии в стиле
колорблок 70–71, 200–203

Т

Творчество 39–43
Термины и приемы 110–114, 116–117
Тестовый образец 178
Типы швов и строчек 110–114,
116–117
Ткань
 в полоску 220
 лицевая/изнаночная сторона
 114
 подготовка 104–105, 111
 с направленным рисунком 163
 типы 109–110, 115–117
Треугольная экосумка 30, 31,
146–149
Трикотажное платье,
 универсальное 88–89, 217–223
Трикотажные (или эластичные)
 материалы 109, 115–117

У

Узор Asanoha («Конопляный
лист») 126, 131
 Hishi Moyo («Алмазы») 126, 130
 Shippo Tsunagi
 («Семь сокровищ») 126, 128
 Yabane («Стрела») 126, 129
Универсальная корзина 84–85,
207–212
Универсальное трикотажное
 платье 88–89, 217–223
Устройства для изготовления
 косой бейки 101
Утюжка 104–105, 112

Ф

Фартук с лямками крест-накрест,
 варианты 32–33, 150–156
Фетр
 натуральный 110
 цветочный венок 50–51, 170–173
Фетровый венок 50–51, 170–173
Французский шов 112

Х

Хлопок 109

Ц

Цветочный венок из фетра 50–51,
170–173

Ч

Чертежные принадлежности
106–108

Ш

Шаблоны для вышивки сашико
128–131
Шагающая лапка 116
Шарф, снуд 82–83, 204–206
Швейная машина, иглы 98, 99, 116
Швейные принадлежности 97–103
Шило 101
Шов
 «вперед иголку» 122
 наметочный 111
 потайной (подшивочный) 115
 сашико 122
 французский 112
Штаны для йоги 34–35, 157–160

Э

Экосумка, треугольная 30–31,
146–149

Эластичный (трикотажный)
материал 109, 115–117

Я

Японская вышивка 119–131

Японские снипперы 108



Об авторе

Санаэ Исида пишет, шьет, рисует и фотографирует практически ежедневно. Вместе с мужем и дочерью она живет в Сиэтле, штат Вашингтон. Санаэ также автор и иллюстратор детской книги *Little Kunoichi: The Ninja Girl* («Маленькая куноити: девочка-ниндзя»). И у нее, и у ее дочки много одежды ручной работы.

Больше ее работ можно посмотреть на сайте **Sanaelshida.com**.



В книге использованы фотографии

С. 81 • фотограф: Мишель Портер, стиливое оформление: Тристан Брандо.

С. 12, 90, 94, 99, 100, 102, 107, 120 • фотограф: Санаэ Исида, стиливое оформление: Рэйчел Краниг.

С. 6, 61, 96, 101 • фотограф: Санаэ Исида, стиливое оформление: Аллегра Хсяо.

С. 28, 29, 45, 52, 53, 238 • фотографии и стиливое оформление: Санаэ Исида.

С. 34 • Фотографии и стиливое оформление: Мишель Портер.

Остальные фотографии • Фотограф: Джордж Барберис, стиливое оформление: Рэйчел Краниг.

В оформлении обложки также используется фотография:
(нити) giedre vaitekune / Shutterstock.

Изображение используется по лицензии shutterstock.com.

МИФ Арт

РИСОВАНИЕ И ХЭНДМЕЙД

ИСКУССТВО

КИНО И ФОТО

КРЕАТИВ

ДИЗАЙН И РЕКЛАМА

ВДОХНОВЕНИЕ

#miftvorchestvo

Подписывайтесь
на полезные книжные письма
со скидками и подарками:
mif.to/cr-letter

Все творческие книги
на одной странице:
mif.to/creative



miftvorchestvo



mif.to/mifart



Издание для досуга

Исида Санаэ

Счастье шить

Здоровье, творчество, отношения, свобода

Шеф-редактор *Ольга Архипова*

Ответственный редактор *Светлана Мотылькова*

Литературный редактор *Эльвира Сабирова*

Арт-директор *Мария Красовская*

Макет *Юлия Анохина*

Дизайн обложки *Мария Долгова*

Леттеринг на обложке *Ксения Мискарян*

Верстка *Ирина Гревцова*

Корректоры *Людмила Широкова, Юлия Молокова, Янина Веретнова*

ООО «Манн, Иванов и Фербер»

www.mann-ivanov-ferber.ru

www.facebook.com/miftvorchestvo

www.vk.com/miftvorchestvo

www.instagram.com/miftvorchestvo



ЭТА КНИГА — ЗАХВАТЫВАЮЩАЯ ИСТОРИЯ ИСЦЕЛЕНИЯ, ПРЕОДОЛЕНИЯ И ОБРЕТЕНИЯ СЕБЯ, А ЕЩЕ РУКОВОДСТВО ПО ШИТЬЮ ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ РУКОДЕЛЬНИЦ И ИСТОЧНИК ИДЕЙ И ВОДОХНОВЕНИЯ ДЛЯ ОПЫТНЫХ МАСТЕРИЦ.

Санаэ Исида занимала ответственный пост в крупной компании и руководила созданием новых продуктов. Она жила в постоянном стрессе, практически не отдыхала и через несколько лет начала выгорать. Сама Санаэ не замечала происходивших с ней печальных изменений, пока однажды ей не сообщили, что она уволена.

Эта новость стала для нее настоящим ударом, но по истечении времени она поняла, что это лучшее, что могло с ней случиться. У нее наконец появилось время, чтобы заняться своим здоровьем. А потом она отыскала старую швейную машинку — и начала творить...

В книге Санаэ представляет 20 несложных авторских проектов, каждый из которых имеет для нее особый смысл. Они распределены по временам года: лето стало для Санаэ временем здоровья, осень — творчества, зима — отношений, весна — свободы. Каждый проект был ее маленьким шагом на пути к исцелению. Переживания и поиски себя, попытки обрести гармонию повлияли на ее творческое видение и нашли отражение в ее работах. Индивидуальный стиль довершают некоторые традиционные японские техники: оригами и сашико.

Проекты Санаэ притягивают взгляд, при этом выполнить их совсем не сложно и приятно: даже начинающая портниха прекрасно справится. Помимо инструкций, в книге также приводятся сведения о приемах и инструментах, необходимых для шитья.

#СЧАСТЬЕШИТЬ

ISBN 978-5-00146-973-5



9 785001 469735 >

издательство
МАНН, ИВАНОВ И ФЕРБЕР

Максимально полезные книги
на сайте mann-ivanov-ferber.ru

 facebook.com/miftvorchestvo

 vk.com/miftvorchestvo

 instagram.com/miftvorchestvo