

# СОДЕРЖАНИЕ

От автора 6

## МАТЕРИАЛЫ И ИНСТРУМЕНТЫ 9

### Материалы 10

Мулине 10

Основа 10

Атласные ленты 10

Ткань для фигурных деталей 11

Краски 11

Дополнительные материалы 11

### Инструменты 11

Пяльцы 11

Иглы 12

Ножницы 12

Маркеры и линеры 12

Инструменты 12

для работы с лентами 12

Дополнительные инструменты 12



## **БАЗОВЫЕ ТЕХНИКИ** **17**

Классическая гладь **18**

Объемная гладь **20**

Хаотичные стежки **21**

Шов «рококо» **22**

Витой шов «назад иголку» **24**

Шов «французский узелок» **25**

Обработка лент **26**

Создание фигурных деталей **28**

Тонировка ткани **29**





|                 |           |
|-----------------|-----------|
| <b>РАЗМИНКА</b> | <b>31</b> |
| Тюльпаны        | 32        |
| Клевер          | 34        |
| Пшеница         | 36        |
| Лисички         | 38        |
| Рыбка           | 40        |

**ФЛОРИСТИЧЕСКАЯ ВЫШИВКА 47**

Хлопок 48  
Объемная вышивка и натуральная шерсть

**ПТИЦЫ 69**

Ласточка 70  
Вышивка и ленты

**ПОДВОДНЫЙ МИР 93**

Карп кои 94  
Объемная вышивка и пайетки

**ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ВЫШИВКА 111**

Нерпа 112  
Сочетание вышивки с нетрадиционными материалами

# ОТ АВТОРА

Меня зовут Полина Лааманен, и я — художник по вышивке.

Свой творческий путь я начала в детстве, придумывая наряды для кукол из обрезков, которыми щедро одаривала меня мама, возвращаясь с работы в ателье. Она и по сей день работает в театральной мастерской и создает сказочные платья и невероятные костюмы.



Фото Валерии Брух

Пробуя себя в разных направлениях, я впитывала знания как губка и к окончанию школы вязала крючком, валяла из шерсти и шила. Казалось бы, с такой тягой к творчеству я должна была оказаться на факультете дизайна или искусства, но по рекомендации мамы пошла в инженеры. По образованию я химик-технолог, но даже из этого далекого от рукоделия опыта смогла почерпнуть жажду к экспериментам в своей творческой лаборатории.

Во время учебы в университете меня потянуло к вышивке. Это были ободки, расшитые объемными цветами и бусинами. Мне казалось, что я невероятно оригинальна и талантлива. Сейчас с умилением просматриваю фотографии этих работ.

Так сложилось, что в далеком 2015 году я бросила хорошую работу в Санкт-Петербурге и переехала в маленький городок в Новгородской области. У меня было два пути: пойти работать технологом на завод или дать себе шанс раскрыть внутренний потенциал. Я попробовала вышивать гладью и крестом и поняла, что мне не хватает объема цветов из лент и фактурности

тесьмы. Весной 2016-го мне во сне приснились попугаи: голова и спинка вышиты гладью, а крылья и хвост такие объемные, как цветы на ободках. Это было озарение! В течение следующей недели родились первые птицы. Просмотрев невероятное количество информации на различных онлайн-ресурсах и не встретив ничего подобного, я поняла, что это мое уникальное детище. Я работала каждый день не покладая рук — и начали появляться другие виды птиц. Со временем техника исполнения менялась и совершенствовалась. В социальных сетях для демонстрации своих работ я выбрала название PolaLab — лаборатория, в которой я экспериментирую с разными техниками и нахожу новые приемы.

С 2018 года я начала создавать не только украшения, но и вышитые панно, и планирую дальше развиваться в этом направлении. Обучая вышивке онлайн и очно, я прочувствовала, как мой метод воспринимают участники курсов. Создавая мастер-классы для этой книги, я прислушалась ко всем отзывам своих учеников.

Своей историей хочу показать вам, что всегда есть шанс найти нечто свое, быть уникальным и неповторимым, несмотря на то что «все давно уже придумано до нас». У каждого из нас свой путь, но чем больше мы экспериментируем, изучаем новые техники и материалы, тем ближе подходим к собственному открытию.

На страницах этой книги я собрала все свои самые любимые техники и приемы для создания реалистичной объемной вышивки. В каждом разделе постаралась не только написать пошаговую инструкцию, но и объяснить, почему мы принимаем именно такое решение. Затронув темы флоры, фауны, птиц и рыб, я продемонстрировала широкое использование своей методики.

Буду счастлива, если эти примеры вдохновят вас на создание своей уникальной работы. Вы всегда можете поделиться со мной результатом и отзывами в социальных сетях.

Желаю творческих успехов!

Полина

[polalab.com](http://polalab.com), [@polalab](https://www.instagram.com/polalab)





A top-down view of various embroidery tools on a light-colored surface. In the top left, a wooden embroidery hoop with a metal clasp is partially visible. Below it, a pair of black-handled scissors with silver blades is open. To the right of the scissors, a single metal needle lies horizontally. In the center, another pair of black-handled scissors is closed. Below the central scissors, a small brass-colored metal fastener or clip is attached to a wooden embroidery hoop. In the bottom left, a bundle of green embroidery threads is visible. At the bottom center, a pair of black-handled tweezers is positioned. The text 'МАТЕРИАЛЫ И ИНСТРУМЕНТЫ' is centered in a green, sans-serif font, with a thin green horizontal line underneath it.

# МАТЕРИАЛЫ И ИНСТРУМЕНТЫ

---

Материалов для вышивки великое множество, различного качества и разных ценовых категорий. Для того чтобы начать вышивать, достаточно иметь в руках нитку и иголку. Но я расскажу о некоторых особенностях основных материалов и инструментов для того, чтобы помочь вам сделать правильный выбор.

## МАТЕРИАЛЫ

### МУЛИНЕ

Вы можете встретить мулине разных производителей, и разброс цен будет существенным. Это не значит, что одни нитки плохие, а другие хорошие. Ведь все зависит от проекта, над созданием которого вы работаете. Для вышивки большой площади крупными стежками иногда нецелесообразно тратить средства на дорогие марки. А если вышивка будет на одежде, то нужны более качественные нити, которые не полиняют и не выцветут. В миниатюре может быть важна прочность ниток — дешевые будут рваться и затруднять работу. Для каждого проекта в этой книге указаны рекомендации по выбору цветов мулине, но следовать четко этим указаниям необязательно. Иногда достаточно взять нитки, которые у вас есть. Этим вы привнесете в вышивку свои настроение и характер.



### ОСНОВА

В качестве материала основы мы будем брать натуральный хлопок. Он должен быть достаточно плотным и не растягиваться. Если выбор в магазине на ощупь вас затрудняет, то я рекомендую выбрать хлопок для пэчворка — он всегда высокого качества и идеально подходит для вышивки.

При выборе размера основы я рекомендую оставлять запас по кругу пялец шириной 5 см (то есть для пялец диаметром 20 см взять основу 30 × 30 см). Если вы планируете вышивать на большем отрезе, излишки ткани можно сложить в несколько слоев и скрепить канцелярскими зажимами или булавками.

### АТЛАСНЫЕ ЛЕНТЫ

Для создания объемных деталей в этой книге мы будем брать двусторонние ленты шириной 3 мм. Они бывают разными по плотности. Я рекомендую выбирать более мягкие, так как со слишком плотными лентами могут возникнуть трудности при вышивке в несколько слоев. Для каждого проекта указан рекомендованный цвет лент. Так как палитра цветов у них более ограничена, я советую начинать выбор материалов именно с лент, и лишь затем подбирать необходимый оттенок мулине.



## ТКАНЬ ДЛЯ ФИГУРНЫХ ДЕТАЛЕЙ

В проекте с карпами кои мы создадим фигурные детали хвоста и плавников из тонкого полупрозрачного полиэфирного материала. Это может быть имитация шелка или тонкая плащевая ткань. Главное, чтобы при плавлении края получалась тонкая белая или бесцветная кромка. Перед покупкой попросите отрезать небольшой кусочек и подпалите его зажигалкой, чтобы проверить, подойдет ли материал для работы.

## КРАСКИ

Для тонировки основы я чаще всего беру акриловые краски для ткани. Во время работы я разбавляю их водой для получения красивых акварельных переходов.

Для тонировки ткани для фигурных деталей я рекомендую пользоваться художественными перманентными линерами подходящего оттенка.



## ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

В работах, представленных в книге, мы будем применять натуральную шерсть — кардочес — для создания белой шапки хлопка и смесь круглых плоских пайеток для имитации рыбьей чешуи. Для создания объема и интересного эффекта можно взять бисер, бусины, канитель, трунцал, шелковую синель и пайетки разной формы. Канитель и трунцал — это особые виды металлизированной нити, созданные из скрученной проволоки. Канитель при этом гладкая, а трунцал ребристый, так как сечение при закрутке проволоки не круглое, а пятиугольное.

Я рекомендую присмотреться к каждому из этих материалов — ведь они могут любой проект сделать особенным.



## ИНСТРУМЕНТЫ

### Пяльцы

Для знакомства с вышивкой можно обзавестись простыми пяльцами — гнутыми из тонкой фанеры на металлической закрутке или из бамбука. Однако самые доступные по цене часто бывают недолговечны и могут деформироваться от частого использования.

Помимо деревянных пялец также встречаются и пластиковые. Среди них можно встретить качественные экземпляры и те, которые не отличаются прочностью.

В большинстве проектов хватит пялец диаметром 15 см, но если вы хотите затонировать материал, то я рекомендую выбирать их на размер больше.

## ИГЛЫ

Для работы нам понадобятся классические иглы для вышивания (обычно № 11 или № 12) и короткие тонкие для бисера. Особых предпочтений по классике у меня нет — подходят те, которые хорошо лежат в руке или нравятся по дизайну. При выборе бисерных игл обратите внимание на качественные, хотя и более дорогие варианты. Дешевые аналоги быстро гнутся и ломаются прямо во время работы, поэтому я рекомендую при выборе игл быть более внимательными.



## НОЖНИЦЫ

Для меня ножницы — неотъемлемая часть рабочего инвентаря. В моем арсенале есть несколько вариантов: для лент, ткани, пластика и металла. Из них только ножницами для пластика я позволяю себе иногда резать бумагу. Чем бережнее относиться к этому инструменту, тем дольше он будет радовать вас своей остротой и красивым краем обрезанного материала.

## МАРКЕРЫ И ЛИНЕРЫ

Для переноса изображения на ткань я чаще всего пользуюсь тонким водорастворимым маркером или перманентным линером. Самоисчезающие или водорастворимые маркеры я рекомендую сначала пробовать на небольшом куске основы, так как иногда встречаются такие, которые проявляются вновь и вновь даже после завершения работы.

## ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ РАБОТЫ С ЛЕНТАМИ

Для работы с лентой понадобятся ювелирные щипчики или щипчики для рукоделия. Ими удобно обрабатывать детали над пламенем и помещать в нужные места проекта. Это один из самых незаменимых инструментов.

Также для обработки края лент нужна маленькая свечка. Я рекомендую выбрать свечу в алюминиевой форме — у нее всегда равномерное пламя небольшой высоты. Если вы возьмете крупную свечу, есть вероятность, что пламя сожжет все заготовки.

## ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ

В этой книге мы не станем рассматривать сборку вышивки в украшение. Но если вам интересен этот способ применения вышитых работ, то я рекомендую запастись текстильным или многофункциональным клеем, плотным картоном весом 300 г/м<sup>2</sup> для уплотнения, качественными застежками и фетром или замшей для оформления обратной стороны.

Все готово? Тогда приступим к вышивке!





