


[ КРАТКО ]

# ЗЕЛЁНЫЙ СВЕТ

A portrait of actor Matthew MacConahey in profile, looking towards the right. He has dark, wavy hair and a light beard. The background is a warm, golden sunset over a landscape with mountains and clouds. The lighting is soft and directional, coming from the right.

биография  
МЭТТЬЮ  
Макконахи

ОСНОВНЫЕ ИДЕИ

# Культур-Мультиур

## Зеленый свет. Биография

### Мэттью Макконахи. Кратко

#### Серия «Бестселлер Amazon. Кратко»

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=73968362](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=73968362)*

*Зеленый свет. Биография Мэттью Макконахи. Кратко: Культур-мультиур; Москва; 2029*

### Аннотация

Эта книга – сокращенный пересказ произведения «Greenlights – Matthew McConaughey».

Мы значительно уменьшили объем текста, сохранив все основные идеи.

«Я живу уже пятьдесят лет, сорок два года пытаюсь разгадать загадку жизни, а последние тридцать пять веду дневники, в которых записываю подсказки к этой загадке. Записи об успехах и неудачах, радостях и печалях, о вещах, которые меня удивляли, и о вещах, которые заставляли меня смеяться вслух. Как быть справедливым. Как меньше стрессовать. Как получать удовольствие. Как меньше причинять боль людям. Как меньше страдать самому. Как быть хорошим человеком. Как найти смысл в жизни. Как быть больше самим собой.

Недавно я набрался смелости и сел за чтение этих дневников. Я обнаружил истории из своей жизни, уроки, которые я усвоил и забыл, стихи, молитвы, рецепты, убеждения о том, что действительно важно, несколько замечательных фотографий и целую кучу наклеек на бампер. Я нашел надёжную тему, подход к жизни, который приносил мне больше удовлетворения, в то время и до сих пор: если вы знаете, как и когда справляться с жизненными трудностями – как смириться с неизбежным – вы можете наслаждаться состоянием успеха, которое я называю «ловлей зелёного света».

Итак, я купил билет в один конец в пустыню и написал эту книгу: альбом, пластинку, историю моей жизни до настоящего момента. Это пятьдесят лет моих впечатлений, ощущений, чувств и постигнутых истины, крутых и постыдных моментов. Благодать, правда и красота жестокости. Удачные поступки, поимки и промокание под дождём.

Надеюсь, это лекарство, которое приятно на вкус, пара таблеток аспирина вместо лазарета, космический корабль на Марс без необходимости пилотирования, поход в церковь без необходимости перерождения и смех сквозь слёзы.

Это любовное письмо. К жизни.

Это также руководство по тому, как ловить больше зелёных сигналов – и как понять, что жёлтые и красные в конце концов тоже становятся зелёными.

Удачи.»

Мэттью Макконахи.

# Содержание

Введение: Резюме жизни	6
Часть первая: Логика отступника	9
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# Культур-мультиур Зеленый свет. Биография Мэттью Макконахи. Кратко

Серия: «Бестселлер Amazon. Кратко»

**Зеленый свет**

Биография Мэттью Макконахи.

**КУЛЬТУР  
МУЛЬТУР**



[www.kulturmultur.com](http://www.kulturmultur.com)

© Культур-мультиур, 2026

# Введение: Резюме жизни

На момент написания этой книги Мэттью Макконахи исполнилось пятьдесят лет. Сорок два из них Мэттью пытается разгадать загадку жизни, а последние тридцать пять – ведет дневники, записывая подсказки, которые находит на своем пути. Он никогда не писал эти заметки, чтобы **запомнить** события; он писал их, чтобы **забыть**, чтобы выплеснуть мысли на бумагу и освободить голову для нового опыта. Но когда он наконец набрался смелости уединиться в пустыне и перечитать тысячи страниц своих записей, он обнаружил в них нечто удивительное. Это был не просто хаос мыслей, обрывки стихов и описания пьяных вечеринок. Это была последовательная история. У его жизни была тема.

Эта тема – *«зеленый свет»*.

В жизни, как и на дороге, есть сигналы. Зеленые, желтые и красные огни.

Зеленый свет означает «вперед»: это свобода, одобрение, успех, радость, здоровье, рождение, весна. Это моменты, когда мир говорит тебе «да», когда все складывается, когда ты в потоке. Это «легкие деньги», это легкий бриз, это когда твои желания совпадают с твоими потребностями.

Желтые и красные огни – это предупреждения, остано-

ки, трудности, болезни, неудачи, смерть. Это моменты, когда мир говорит «нет» или «подожди». Мы не любим их, они замедляют нас, мешают нашим планам, причиняют боль. Они заставляют нас страдать.

Но, оглядываясь назад на свои пятьдесят лет, Макконахи понял главную истину: все желтые и красные огни со временем становятся зелеными. Трудности закаляют характер, кризисы открывают новые возможности, болезни заставляют ценить здоровье, а смерть близких учит нас жить полнее.

Секрет искусства жить заключается в умении ловить зеленые сигналы, создавать их для себя инженерным путем и, самое главное, понимать, что любой красный свет – это лишь временная задержка перед неизбежным движением вперед. Проблемы сегодняшнего дня неизбежно становятся благословениями в зеркале заднего вида жизни.

Зеленый свет – это не просто удача. Это результат нашего выбора. Мы можем создавать их, планируя свою жизнь, или ловить их, будучи открытыми миру. Но главное – это умение видеть зеленый свет там, где другие видят красный. Это навык, который можно тренировать. Это способность переосмыслить ситуацию так, чтобы она работала на тебя, а не против тебя.

Эта книга – не традиционные мемуары, где автор с ностальгией перебирает пыльные воспоминания. Макконахи

называет её «playbook» – книгой игровых стратегий, подходов к жизни. Это сборник историй, молитв, стихов, «наклеек на бампер», рецептов и уроков о том, как быть честным с самим собой, как танцевать с жизнью и получать от неё удовольствие.

# Часть первая: Логика отступника

Мэттью вырос в Ювалде, Техас, в семье, где любовь была осязаемой, громкой, иногда жестокой, но никогда не подвергалась сомнению. Его родители, Джим и Кей, были воплощением страсти. Они дважды разводились и трижды женились – друг на друге. Их отношения были похожи на шторм в Тихом океане: разрушительные, но завораживающие. Они не могли жить друг без друга, но и жить вместе было для них ежедневным боем.

Их брак был примером «функциональной дисфункции». Они не могли жить спокойно, но именно в этом хаосе они находили гармонию. Для постороннего это выглядело как безумие, но для них это была единственно возможная форма любви.

История о кетчупе, произошедшая обычным вечером в среду в 1974 году, идеально иллюстрирует динамику их семьи. Отец вернулся с работы уставшим, мечтая лишь о спокойном ужине. Он сел за стол в майке, ожидая еды. Мать, Кей, в тот вечер искала конфликта. Она начала провоцировать его, называя «толстяком» и накладывая ему в тарелку абсурдную гору картофельного пюре.

«Ты уверен, что хочешь еще картошки, ТОЛСТЯК?» – язвительно спрашивала она, шлепая ложкой пюре в его тарелку.

ky.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.