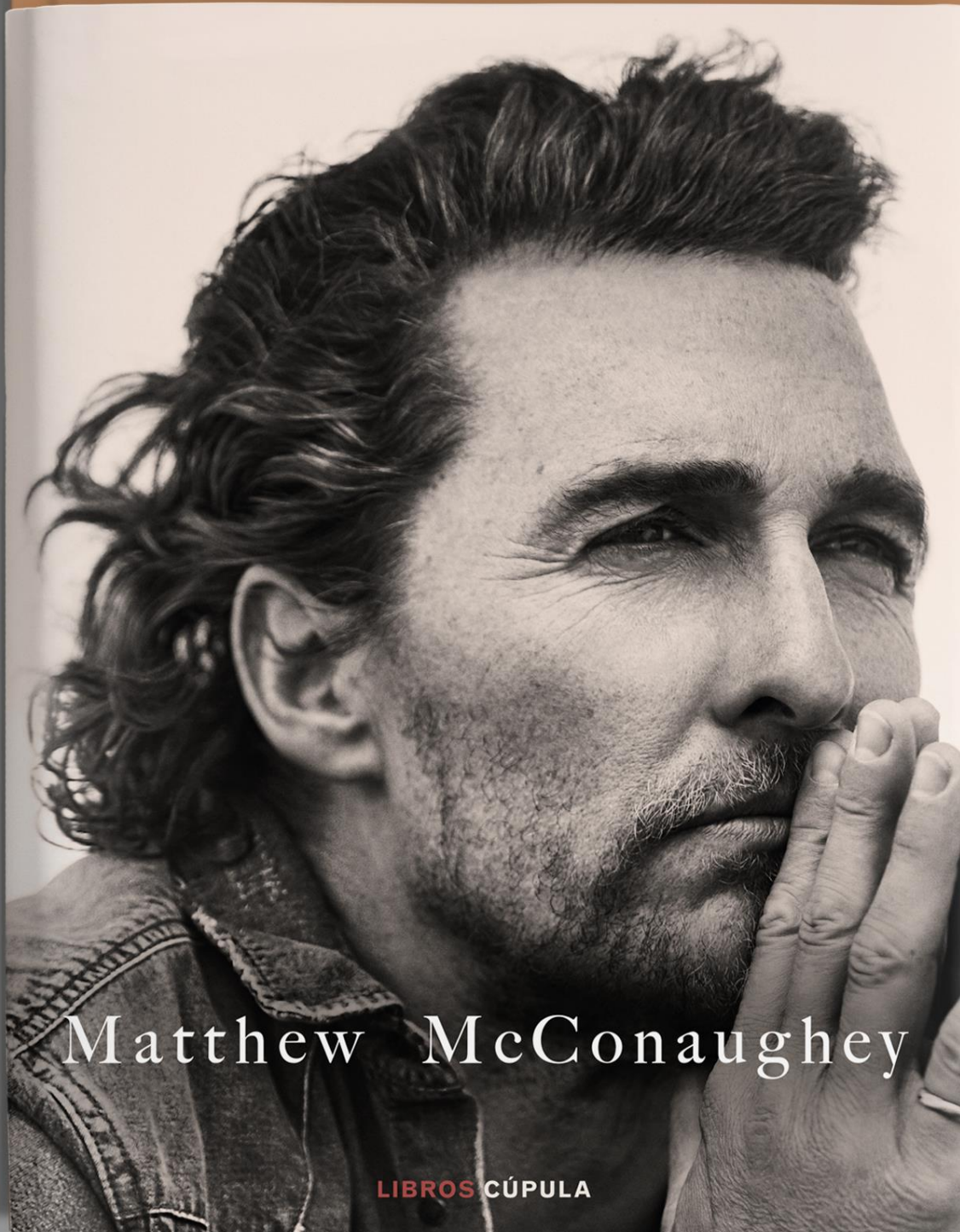


LIBROS CÚPULA

GREENLIGHTS

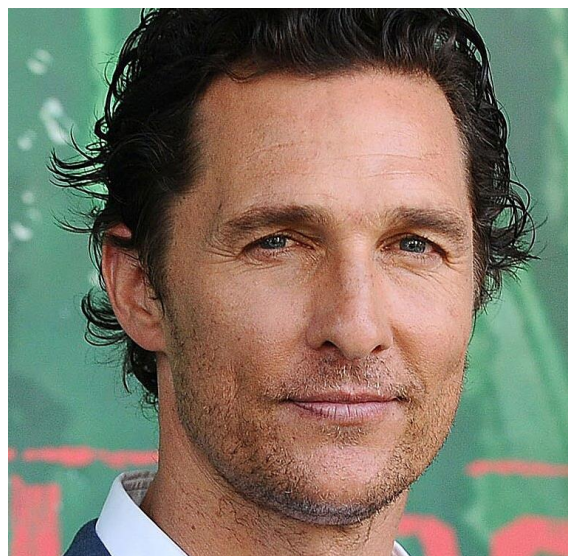


Matthew McConaughey

LIBROS CÚPULA

A la venta desde el 9 de junio de 2021

LIBROS CÚPULA



GREENLIGHTS

LAS MEMORIAS POCO CONVENCIONALES DE MATTHEW MCCONAUGHEY

En cabeza de las listas de libros más vendidos de no ficción durante semanas en Estados Unidos, llega ahora a España la que muchos se han atrevido a definir como 'la sorpresa editorial del año'.

Matthew McConaughey es un **reconocido actor de fama mundial**, ganador de varios premios cinematográficos (un Oscar, entre ellos), embajador de marcas, profesor en la Universidad de Texas y un comprometido activista. Incluso se baraja ahora su próxima candidatura a Gobernador de Texas. McConaughey se autoproclama un hombre afortunado. Se considera **narrador por profesión**, escribe poesía y es un músico frustrado («pero bueno, todavía hay tiempo...»). Ahora, **se vuelca y comparte su faceta más personal en el libro que se convirtió en su obsesión durante más de dos años.**

Greenlights es una biografía fresca, intensa, reveladora y, sobre todo, realmente divertida para conocer en profundidad al que la crítica ha bautizado reiteradamente como 'el actor más relajado del mundo'. McConaughey **se sincera de forma inédita sobre toda su trayectoria y aporta fotografías personales que ven la luz por primera vez.** No se trata de una historia de superación, sino más bien de **una «colección de aventuras» muy inspiradoras que permiten al lector descubrir al autor de forma directa y sin tabúes.**

«McConaughey dispensa sabiduría en perlas en miniatura. Es un momento propicio y terrible para conectar con un libro sobre cómo las experiencias de una estrella de cine de Hollywood pueden mejorar tu vida.» The New York Times

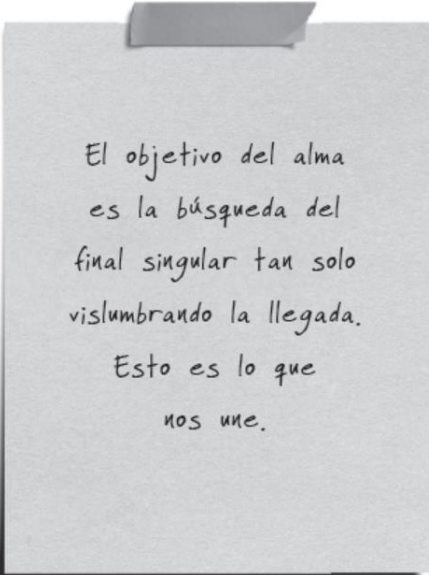
LIBROS CÚPULA

INTRODUCCIÓN

«He sido ingenuo, malvado y un cínico, pero sobre todo no tengo miedo de creer en mi benevolencia y en la de la humanidad, y en el denominador común de los valores que nos unen».

Matthew McConaughey

Greenlights no es una autobiografía más de una estrella de Hollywood. Por eso se ha mantenido entre los libros más vendidos durante semanas en las listas norteamericanas e incluso hay críticos que lo han destacado como uno de los libros revelación del año. **Greenlights** son las memorias poco convencionales del célebre actor **Matthew McConaughey**, ganador de un Oscar, un Globo de Oro y un Premio del Sindicato de Actores (SAG Award), en las que **reflexiona sobre su vida, sus viajes y las lecciones que ha aprendido para alcanzar una vida más feliz, y comparte anécdotas, poesía e historias de su vida, ofreciendo su guía para lograr un estado que él llama «atrapar luces verdes».**



El objetivo del alma
es la búsqueda del
final singular tan solo
vislumbrando la llegada.
Esto es lo que
nos une.

Greenlights aporta lecciones de vida sumamente interesantes y motivadoras a través de un relato fluido, sincero y positivo que trata sobre todo de una historia **acerca de cómo relativizar lo inevitable y vivir**. Escrito por el mismo McConaughey de principio a fin, sin colaboradores, buceando en los **recuerdos escritos que lleva atesorando durante los últimos 35 años** (es decir, desde que el actor tenía 15 años).

Desde la primera página, McConaughey subraya que **el lector no se encuentra delante de una biografía convencional**. «Sí, cuento historias del pasado, pero no tengo ningún interés en la nostalgia, el sentimentalismo o la reclusión que requieren muchas memorias. Tampoco es un libro de consejos. Aunque me gustan los predicadores, no estoy aquí para predicar ni para deciros lo que tenéis que hacer. Esta es una obra de enfoque. Estoy aquí para **compartir historias, conocimientos y filosofías** que pueden entenderse objetivamente y, si lo deseas, adoptarse subjetivamente, ya sea **transformando tu realidad o cambiando el modo en que la percibes**.

Este es **un manual de estrategia, basado en las aventuras de mi vida. Aventuras que han sido significativas, reveladoras y divertidas**, en ocasiones porque estaban destinadas a serlo, pero la mayoría de las veces porque no pretendían serlo. Soy una persona optimista por naturaleza, y el humor ha sido uno de mis grandes maestros. Me ha ayudado a **lidiar con el dolor, la pérdida y la falta de confianza**. No soy perfecto; no, piso mierda todo el rato y lo reconozco cuando lo hago. Pero he aprendido a quitármela de las botas y seguir adelante. **Todos pisamos mierda de vez en cuando**. Nos topamos con barricadas, la

LIBROS CÚPULA

cagamos, nos fastidian, nos ponemos enfermos, no conseguimos lo que queremos, nos cruzamos con miles de «podría haberlo hecho mejor» y «ojalá no hubiese pasado» en la vida. Pisar mierda es inevitable, así que vamos a verlo como una señal de buena suerte, o a averiguar cómo hacerlo menos a menudo».

«Desde que aprendí a escribir he estado llevando conmigo un diario y escribiendo cualquier cosa que me despertara algo, fueran risas, lágrimas o dudas... Hace dos años reuní el coraje de juntar todos esos diarios y aislarme para trabajar en ellos y ver qué demonios tenía. Y volví con esto, un libro. Este libro ha sido mi obsesión durante los últimos dos años. Ahí es donde he estado. Ha sido mi única obsesión en cuanto al trabajo. Es la **extensión permanente más verdadera que he sacado o creado de mí mismo**».

¿POR QUÉ GREENLIGHTS?

«Se llama Greenlights porque **es una historia sobre cómo yo y todos podemos obtener más luces verdes de la vida que vivimos**. No nos gustan las luces rojas ni amarillas porque nos roban tiempo. Cuando nos damos cuenta de que todas se acaban poniendo verdes, ahí es **cuando la vida se convierte en un poema y empezamos a conseguir lo que queremos y necesitamos**. Estas no son unas memorias convencionales, ni un libro de consejos, sino más bien **un libro de jugadas basado en aventuras de mi vida**».



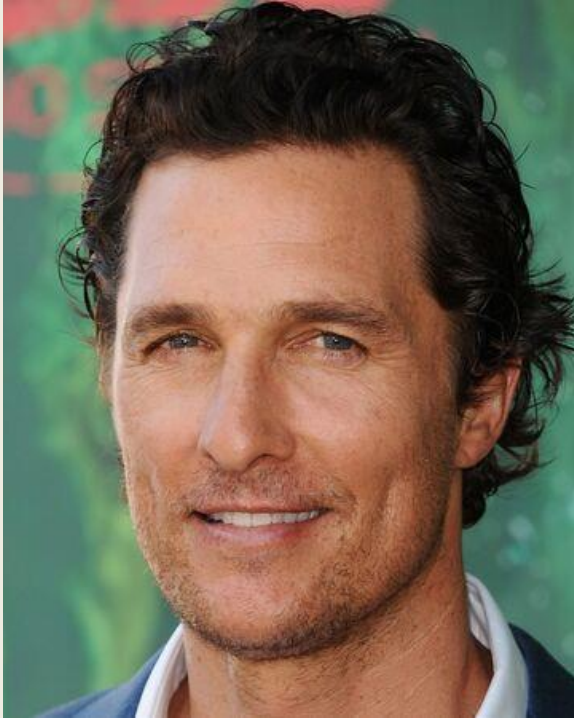
UNA CARTA DE AMOR A LA VIDA



«Nunca he escrito cosas para recordar; siempre lo he hecho para poder olvidarlas. La idea de revisar mi vida y mis reflexiones no me resultaba nada atractiva; no estaba seguro de si disfrutaría de la compañía. Hace poco reuní el valor para sentarme con esos diarios y echar un vistazo a treinta y cinco años de textos sobre quién he sido a lo largo de los últimos cincuenta. ¿Y sabes qué? **He disfrutado más de lo que pensaba**. He reído, he llorado, me he dado cuenta de que había recordado más de lo que esperaba y de que había olvidado menos. ¿Y qué encontré? **Historias que presencié y experimenté, lecciones que**

aprendí y después olvidé, poemas, oraciones, recetas, respuestas a preguntas que me hacía, recordatorios de preguntas que aún me hago, confirmaciones de ciertas dudas, creencias sobre lo que importa, teorías de la relatividad y un montón de pegatinas de parachoques. Encontré formas consistentes de afrontar la vida que me aportaron más satisfacción, en aquel momento y aún hoy».

LIBROS CÚPULA



«Me chantajearon para que tuviese relaciones sexuales por primera vez cuando tenía quince años. Estaba seguro de que iría al infierno por haber tenido sexo antes del matrimonio. Hoy simplemente estoy seguro de que espero que no sea el caso».

«Un hombre abusó de mí cuando tenía dieciocho años mientras yacía inconsciente en la parte de atrás de una furgoneta».

«Consumí peyote en Real de Catorce (México) en una jaula con un puma».
«Un veterinario me puso 78 puntos en la frente».

«He tenido cuatro conmociones cerebrales por caerme de cuatro árboles, tres de ellos en luna llena».

«He tocado los bongos desnudo hasta que la policía me arrestó».
«Me he resistido a un arresto».

«Presenté solicitudes a la Universidad de Duke, a la de Texas en Austin, a la Universidad Metodista del Sur y a Grambling para mi educación universitaria. Me aceptaron en tres de las cuatro».

«Nunca me he sentido una víctima».

«Tengo muchas pruebas de que el mundo está conspirando para hacerme feliz».

«Siempre me he salido más con la mía en la vida que en los sueños».

«Muchas personas me han regalado poemas que no sabía que había escrito yo».

«Mi madre llevaba a los fans a casa y les enseñaba dónde perdí la virginidad».

«Pronto aprendí cómo relativizar: cómo comportarme. Aprendí lo que era la resiliencia, las consecuencias, la responsabilidad y el trabajo duro. Aprendí a amar, a reír, a perdonar, a olvidar, a jugar y a rezar. Aprendí a moverme deprisa, a vender, a seducir, a darle la vuelta a las cosas, a hacer de una caída una oportunidad y a contar una historia. Aprendí a moverme entre altos y bajos, abrazos y golpes, ventajas y déficits, canciones de amor y epítetos. Especialmente cuando me enfrentaba a lo inevitable. Esta es una historia sobre relativizar lo inevitable».

LIBROS CÚPULA

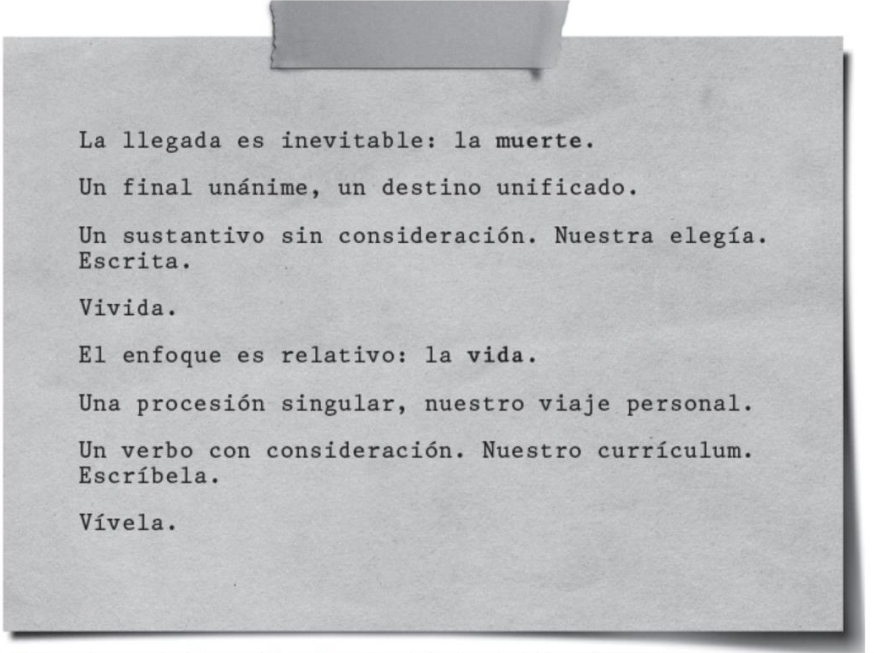
LAS LUCES VERDES

Las luces verdes **significan ¡YA! Avanza, sigue adelante, continúa.** En la carretera están configuradas para dar al flujo del tráfico el derecho al paso, y cuando se programan correctamente, más vehículos cogen más semáforos en verde uno tras otro. Nos invitan a proseguir. **En nuestras vidas, son una confirmación de nuestro camino.** Son aprobaciones, apoyo, elogios, regalos, gasolina en nuestro fuego, palmaditas en la espalda y ganas. Son dinero en efectivo, nacimiento, primeros pasos, salud, éxito, alegría, viabilidad, inocencia y nuevos comienzos.

Nos encantan las luces verdes. **No interfieren con nuestra dirección. Son fáciles.** Son un verano sin zapatos. Dicen sí y nos dan lo que queremos. Las luces verdes también se pueden disfrazar de luces amarillas o rojas. Una advertencia, un desvío, una pausa para reflexionar, una interrupción, un desacuerdo, una indigestión, la enfermedad, el sufrimiento, una bofetada en la cara, la muerte. No nos gustan las luces amarillas ni las rojas. Nos ralentizan o detienen nuestro flujo. Son duras. Son un invierno sin zapatos. Dicen no, pero a veces nos dan lo que necesitamos.

Captar semáforos en verde tiene que ver con la habilidad: la intención, el contexto, la reflexión, la resistencia, la anticipación, la resiliencia, la velocidad y la disciplina. Podemos cazar más semáforos en verde si simplemente identificamos dónde están los semáforos en rojo en nuestra vida, y a partir de ahí cambiar de dirección para toparnos menos con ellos. También podemos ganarnos las luces verdes, construirlas y diseñarlas. Podemos crear más y programarlas en nuestro futuro —un camino con menos resistencia— por medio de la fuerza de voluntad, la dedicación y las decisiones que tomemos. Podemos ser responsables de las luces verdes.

Detectar luces verdes también tiene que ver con **la elección del momento oportuno.** El momento justo del mundo y el nuestro. Cuando estamos en la zona, en la frecuencia, y nos dejamos llevar.



La llegada es inevitable: la muerte.
Un final unánime, un destino unificado.
Un sustantivo sin consideración. Nuestra elegía.
Escrita.
Vivida.
El enfoque es relativo: la vida.
Una procesión singular, nuestro viaje personal.
Un verbo con consideración. Nuestro currículum.
Escríbela.
Vívela.

LIBROS CÚPULA

DETENIDO DESNUDO

Finalmente, a las 2.30 del lunes decidí relajarme. Era el momento de apagar las luces, desvestirme, abrir la ventana y dejar que la esencia de jazmín procedente del jardín inundara la casa. **Era el momento de fumarme una pipa de marihuana y escuchar los bonitos ritmos melódicos africanos de Henri Dikongué** en mis altavoces. Era el momento de coger mi set de percusión y seguir el ritmo del blues antes de que llegasen a Memphis, con mi tambor favorito de procedencia afrocubana, nacido de un rito y con don de lenguas, las congas. Para mí, las congas, los bongos y el yembé siempre han sido los instrumentos más puros e instintivos.

Lo que no sabía es que **mientras yo aporreaba los tambores completamente eufórico, dos policías de Austin también pensaron que era el momento de irrumpir en mi casa sin previo aviso**, someterme con sus porras, esposarme y sujetarme en el suelo.

—*Ohhh, mira a quién tenemos aquí* —afirmó el policía matón con un corte de pelo militar, con aspecto de Nebraska Cornhusker, mientras leía el permiso de conducir que había cogido de la mesa de centro. Luego agarró la pipa de agua.

—*Y mira lo que tenemos aquí. Señor McConaughey, está detenido por alteración del orden público, posesión de marihuana y resistencia al arresto* —declaró con orgullo mientras se ponía en cuclillas encima de mí, la rodilla en mi espalda.

—*¡Que te jodan, hijo de puta! ¡Habéis irrumpido en mi casa! ¡Claro que me he resistido!*

—*¡Basta!* —gruñó, y luego me levantó—. *Vamos a llevarte al centro de la ciudad.*

El otro oficial, el más civilizado de los dos, cogió una manta del sofá y la envolvió alrededor de mi cuerpo.

—*¡Ohhh, no!* —ladré—. *¡No me voy a poner una mierda encima! ¡Mi culo desnudo es una prueba de que me estaba dedicando a mis propios asuntos!*



LIBROS CÚPULA

ÍNDICE DE CONTENIDOS

PRIMERA PARTE

Lógica Proscrita

SEGUNDA PARTE

Encuentra tu frecuencia

TERCERA PARTE

Caminos de tierra y autopistas

CUARTA PARTE

El arte de correr cuesta abajo

QUINTA PARTE

Pasar página

SEXTA PARTE

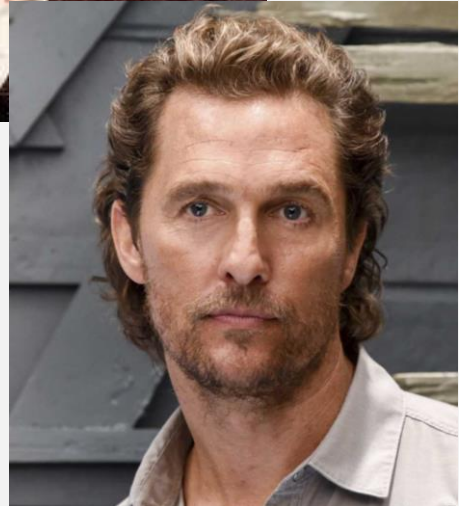
La flecha no busca el objetivo,
el objetivo atrae a la flecha

SÉPTIMA PARTE

Sé valiente, conquista la colina

OCTAVA PARTE

Vive ahora tu legado



Hay una diferencia entre el arte y la
expresión personal.

Todo arte es expresión personal.

No toda expresión personal es arte.

LIBROS CÚPULA

LA PRENSA YA HA DICHO...

«Inflexiblemente honesto y notablemente espontáneo, el libro de Matthew McConaughey nos invita a forcejear con las lecciones que le dio la vida como él lo hizo, y a darnos cuenta de que el objetivo nunca es ganar, sino comprender.» **Mark Manson, autor de *The Subtle Art of Not Giving a Fuck***

«McConaughey es un actor con talento y un buen escritor, pero además es un auténtico genio en el arte de vivir. Asalta la vida con una ferocidad muy estimulante. Esta es una obra extremadamente inesperada y deliciosa que no puedes limitarte a leer: tienes que vivirla.» **Lawrence Wright, autor de *The End of October***

«No debería sorprenderos que este libro sea bueno, pero sí os sorprenderá hasta qué punto es bueno. Inteligente y entretenido, es una autobiografía inspiradora y un libro de instrucciones de uno de los grandes filósofos proscritos y artistas de nuestra era.» **Ryan Holiday, autor de *The Daily Stoic***

«Un hombre del Renacimiento en la gran pantalla, McConaughey demuestra que también lo es con las palabras. Místico y espiritual pero, por encima de todo, simplemente maravilloso, *Greenlights* es una autobiografía motivadora que celebra la idea de que es el trayecto y no el destino lo que nos realizará como personas.» **Michael Connelly, autor de *Fair Warning***

«Escrito con gran intensidad y con una franqueza difícil de encontrar, *Greenlights* es un tornado de sabiduría tan singular y apasionado como su autor. Leed el libro, vivid las aventuras entre bastidores y luego perseguid vuestras propias luces verdes a toda potencia.» **Shaka Smart, entrenador de baloncesto de la Universidad de Texas, Austin**

«*Greenlights* son muchos libros distintos a la vez: unas memorias entretenidas, una encantadora historia de aventuras, una comedia muy divertida, un sabio manual de autoayuda, un alegato inspirador sobre el amor y la familia y un cuento sincero de descubrimiento espiritual y personal. No podría recomendarlo más fervientemente.» **John Mackey, cofundador y director ejecutivo de *Whole Foods Market*, coautor de *Conscious Leadership***

«¡Brillante!» **The Times**

«Un viaje extraordinariamente divertido y contemplativo.» **Financial Times**

«*Greenlights* no es una autobiografía, aunque cuenta historias reales de su vida en orden cronológico. Tampoco es un “libro de consejos”. Es un “libro de método” que recopila las ideas de McConaughey después de treinta y cinco años escribiendo diarios, y otros tantos más de coleccionar pegatinas para parachoques.» **The Guardian**

«Una mezcla de filosofía, “momentos pedagógicos”, autoayuda y autobiografía inspirada en Kerouac, *Greenlights* analiza su notable carrera, la búsqueda del amor y el estrellato.» **Sunday Independent**

LIBROS CÚPULA

GREENLIGHTS

Matthew McConaughey

Traducción de Eva Raventós

Libros Cúpula, 2021

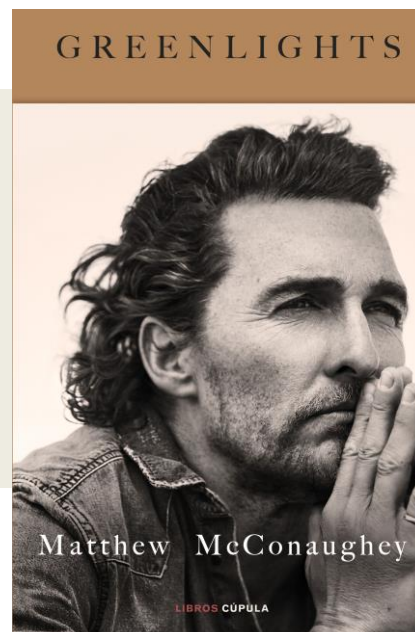
15 x 23 cm.

296 páginas

Tapa dura con sobrecubierta

PVP c/IVA: 21,50 €

A la venta desde el 9 de junio de 2021



Para más información a prensa:

Lola Escudero. Libros Cúpula

Tel: 91 423 37 11 – 619 212 722

lescudero@planeta.es

