

A presente edição segue a grafia do Novo Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa

info@marcador.pt  
www.marcador.pt  
facebook.com/marcadoreditora

© 2015

Direitos reservados para Marcador Editora  
uma empresa Editorial Presença  
Estrada das Palmeiras, 59  
Queluz de Baixo  
2730-132 Barcarena

Publicado pela primeira vez em Novembro de 2014 por Celebra, uma chancela de Penguin Group (USA) LLC

Todos os direitos reservados

Nenhuma parte deste livro pode ser utilizada ou reproduzida em qualquer forma sem permissão por escrito, exceto no caso de breves citações incluídas em artigos críticos e resenhas

Copyright © Nuyorican Productions, Inc., 2014

Fotografias do livro e da turné de Ana Carballosa

Ilustrações de Zuhair Muraddas nas páginas 32, 108, 138, e 74. Todos os direitos reservados  
Fotografia página 78 de Christian Cordella

Fotografia página 101, copyright © Paul Smith/Featureflash / © Shutterstock.com

Fotografia página 129, copyright Fox

Fotografia página 151, copyright Picture Group

Fotografia página 164, copyright Pacific Coast News

Para consulta sobre as autorizações relacionadas com as músicas, consulte as páginas 275-76.

Título original: *True Love*

Título: *Amor Real*

Autora: Jennifer Lopez

Tradução: Pedro Gonçalves

Revisão: Silvina de Sousa

Design original: Pauline Neuwirth

Fotografias interiores: Ana Carballosa

Arranjo de paginação portuguesa: Maria João Gomes

Design de capa original: Anthony Ramondo

Fotografias de capa: Matthias Vriens

Arranjo de capa portuguesa: Marina Costa / Marcador Editora

Impressão e acabamento: Multitipo – Artes Gráficas, Lda.

ISBN: 978-989-754-201-5

Depósito legal: 400 922/15

1.ª edição: dezembro de 2015

«Seremos donos da nossa história pode ser duro, mas nunca tão difícil quanto passarmos a nossa vida a fugir dela. Abraçar as nossas vulnerabilidades é arriscado, mas não tão perigoso quanto desistir do amor e da pertença e da alegria – as experiências que nos tornam mais vulneráveis. Só quando somos suficientemente corajosos para explorar a nossa escuridão descobrimos o poder infinito da nossa luz.»

Brené Brown, *The Gifts of Imperfection*  
(A Coragem de Ser Imperfeito)



*Este livro é dedicado ao Max e à Emme,  
que me salvaram.*





# ÍNDICE

Prefácio 1

## DEFINIR O CENÁRIO

7

O fundo do poço 11

• PRIMEIRO ATO •

## «A GRANDE HOLLYWOOD»

31

«Never Gonna Give Up» 35 / «A Grande Hollywood» 53

• SEGUNDO ATO •

## DE VOLTA AO BRONX

77

«Jenny From The Block» 81

• TERCEIRO ATO •

## «AMOR FUNKY»

107

«Amor *Funky*» 111

• QUARTO ATO •

## «QUÉ HICISTE»

137

«Qué Hiciste» 141 / «Until It Beats No More» 161

• QUINTO ATO •  
«LET'S GET LOUD»

173

«Baby I Love U!» (Transição vídeo) 177 / O ponto de viragem 181 /  
/ «Let's Get Loud» 209

«ENCORE»

237

«Dance Again» 241

CONCLUSÃO

263

Amor real 265

Agradecimentos 273

Autorizações 275







# PREFÁCIO

É NOITE DE ESTREIA, o primeiro espetáculo da minha primeira digressão mundial.

Era a primeira vez que fazíamos o espetáculo completo que havíamos planeado e trabalhado durante seis meses. Totalmente fantasiada, estou nos bastidores com o habitual elenco de personagens. Baixo-me para dar um beijo à Emme e ao Max antes que a minha mãe os leve para a lateral do palco a fim de assistirem à abertura do espetáculo. Era a primeira vez que veriam a mamã atuar frente a milhares e milhares de pessoas. Da última vez que estive assim em palco, eles ainda estavam na minha barriga.

Enquanto se afastam, a Emme olha para trás e para. Estou a ser afivelada a uma plataforma de três metros e setenta por três metros e setenta. A enorme cauda de penas da minha saia branca cai sobre os bordos e deve parecer-lhe que estou em cima de uma nuvem. Ela demonstra-se nervosa, mas excitada. Eu estou nervosa, mas a controlar o medo. Prestes a ser içada a mais de 18 metros. Sei que é uma loucura porque as pessoas da equipa me olham com cara de quem diz «isto é uma loucura». Faço sinal com o polegar ao operador; ele responde-me com o polegar... e aí vou eu a subir, desaparecendo nas vigas até ser empoleirada atrás de um enorme *videowall*, onde ninguém me consegue ver.

A Emme olha para cima, vê-me subir e subir e subir... Da minha perspetiva, todos me parecem formigas no chão. Respiro fundo e penso no ano que passou, em todo o trabalho árduo e nas duras lições que conduziram àquele momento.

Se eu mo permitir, os joelhos podem fraquejar. Mas não permito. Agarro-me com força enquanto a banda toca a dramática introdução, ao

mesmo tempo que o filme de abertura passa no ecrã. E quando as paredes do *videowall* se separam, ali estou eu, 30 metros acima do público, e a multidão enlouquece. O holofote apanha-me e na minha melhor voz de Hollywood digo: «HELLO, LOVERS.»

Neste livro vou levá-lo numa viagem física e emocional pelo ano em que embarquei na primeira digressão mundial da minha carreira. O ano que mudou a minha vida.

Quando comecei a planear a digressão, sabia que seria a âncora para um espetáculo muito pessoal. O que não esperava era que se tornasse tão catártico para mim. Organizar a digressão e atuar todas as noites para públicos de todo o mundo ajudou-me a regressar a quem sou – alguém que canta, que dança, que se exprime e se liga às pessoas através da música.

Quis muitas vezes abandonar a escrita deste livro porque sabia que seria um processo difícil escavar no passado e reviver alguns dos meus momentos mais complicados. Além disso, não queria ser mal interpretada. Fiz um esforço deliberado para não toldar esta história com pormenores desnecessários que pudessem ensombrar a magnitude e a magnificência desta tremenda jornada. Este livro é sobre o *meu* caminho e o que *eu* aprendi. É a história de uma viagem transformadora em que enfrentei alguns dos meus maiores desafios,







ultrapassei alguns dos meus maiores medos, e emergi uma pessoa mais forte do que alguma vez fui. Esta é a história de como descobri... o amor mais verdadeiro de todos.

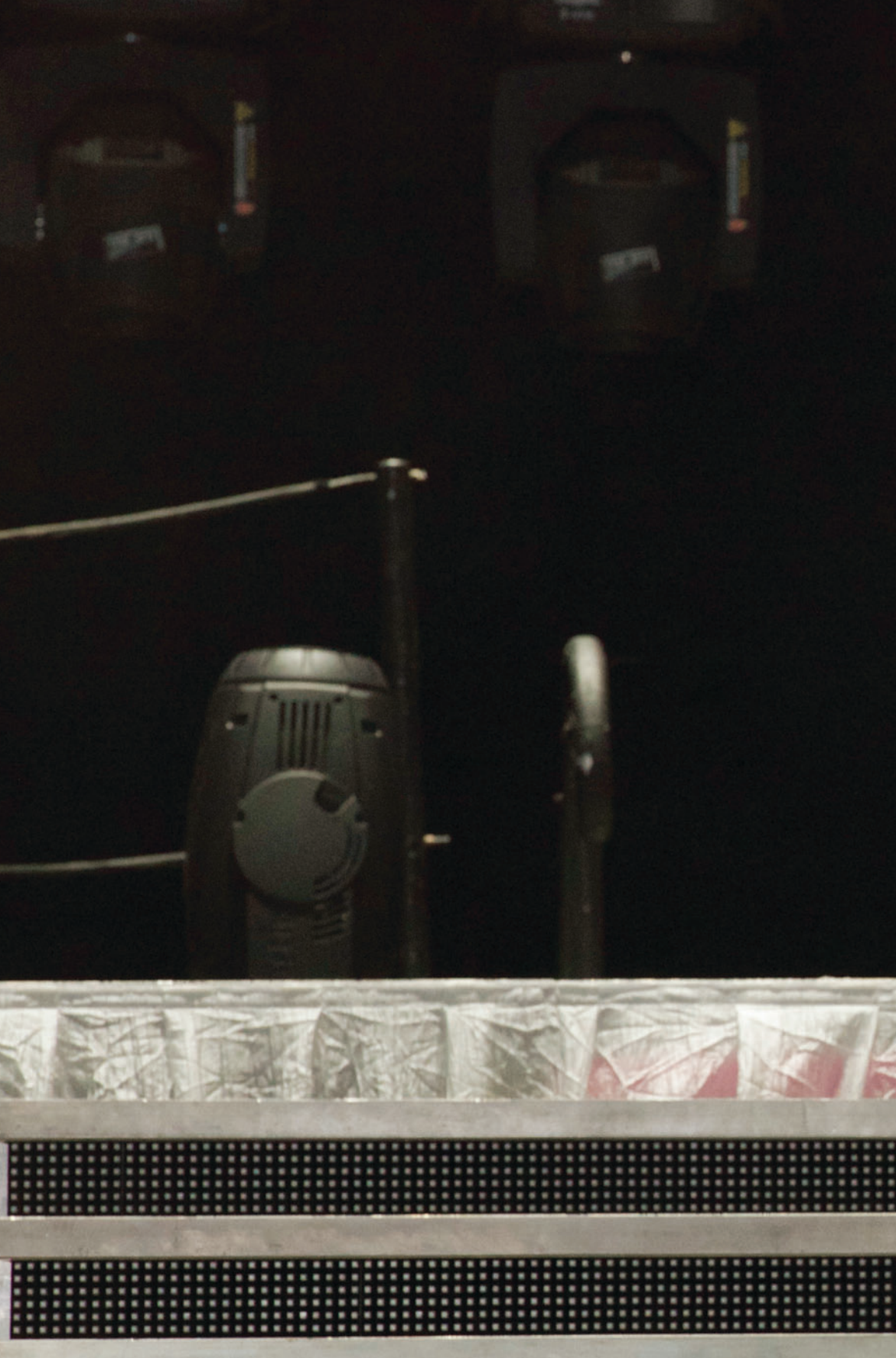
A minha intenção genuína e o que espero ter alcançado com este livro é que outros possam inspirar-se nos factos que mudaram o rumo da minha vida e que encontrem alento no mantra que motivou estas páginas:

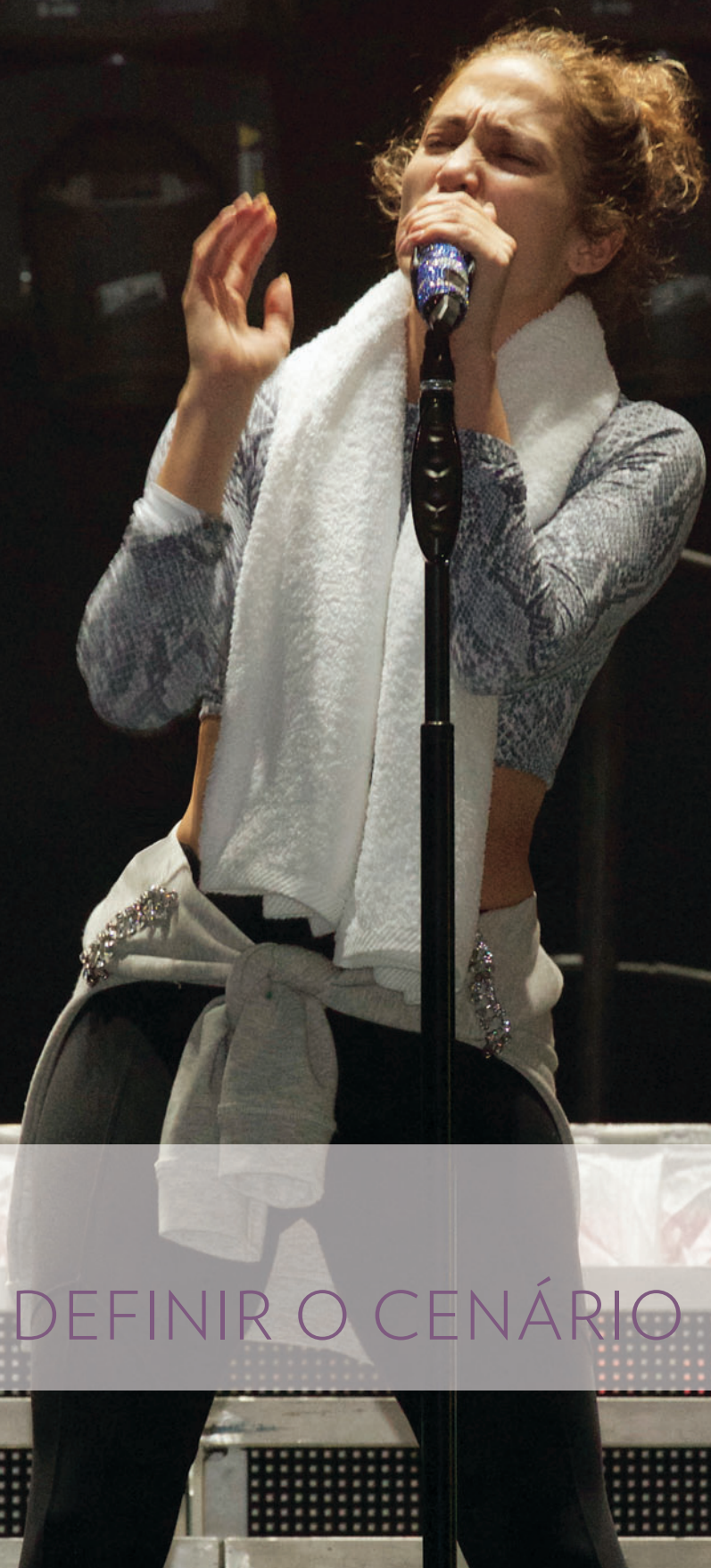
Vais viver.

Vais amar.

Vais dançar *novamente*...







DEFINIR O CENÁRIO









# O FUNDO DO POÇO

## BATER NO FUNDO

Lembro-me do momento em que tudo mudou. Estava no deserto, fora de Los Angeles, a preparar-me para uma sessão fotográfica.

Era um bonito dia de julho de 2011, e o Marc e eu tínhamos acabado de comemorar o sétimo aniversário do nosso casamento. Qualquer pessoa que nos visse pensaria que a minha vida corria maravilhosamente: tinha marido e duas crianças lindas, e a carreira no auge. Estava na *American Idol*, o programa mais visto no mundo inteiro, e o meu novo *single*, «On the Floor», chegara a número um em todo o lado. Como se não bastasse, a revista *People* elegera-me, meses antes, a sua primeira Mulher mais Bonita do Mundo. Como poderia a vida ser melhor do que isto?

O que as pessoas não sabiam era que esta *não era* assim tão boa. A minha relação desmoronava-se e sentia-me aterrada.

E ali estava eu no deserto, a compor-me para uma sessão para a L'Oréal. Antes, fizera centenas de gravações destas – sentas-te numa cadeira, arranjam-te o cabelo e o rosto, vais para a frente da câmara e fazes o que te pedem. Mas aquele dia não era igual aos outros.

Ali sentada, tinha a cabeça num frenesim. O meu coração batia fora do peito e sentia que não conseguia respirar... Deixei-me consumir pelo medo e pela ansiedade. O que iria acontecer-me?

Nesse dia, a minha mãe, Guadalupe, que vive em Nova Iorque e que por acaso estava na cidade naquela semana, acompanhou-me ao deserto. O meu querido *manager*, Benny Medina, também se encontrava ali. Em pânico, saltei da cadeira e disse: «Benny, alguma coisa está a acontecer! Sinto que estou a ficar louca.»



No final, a verdade  
encontra forma de  
emergir, mesmo que  
não o queiramos.

O Benny, que tanto tem passado comigo ao longo dos 12 anos em que somos amigos e trabalhamos juntos, pegou nas minhas mãos.

«Então? O que está a acontecer? O que se passa?», perguntou.

A minha mãe também correu para o meu lado, com um olhar de preocupação no rosto.

Tudo o que consegui dizer foi: «Não sei. Não me sinto bem. Tenho medo. Sinto que estou a perder a cabeça.»

Ele tentou acalmar-me: «Tu estás bem, Jennifer. Estás bem. Tudo está bem.» Para ele, eu estava calma. Mas não. Foi um daqueles momentos em que se tem tanto medo que não se consegue sequer gritar. Como se estivéssemos paralisados.

Nós, seres humanos, temos o hábito de enterrar os sentimentos até que eles encontram forma de se manifestar. Tentamos evitá-los até que já não têm espaço e começam a borbulhar como uma panela cheia de água a ferver que transborda. E quando isso acontece, queima e torna-se assustador. Era o que estava a acontecer-me.

Numa névoa de pânico, olhei para o Benny e para a minha mãe e soltei as palavras: «Acho que não posso continuar mais com o Marc.» Depois desatei a chorar.

Sáíra-me.

A coisa que mais temia no mundo. O que tinha tentado não encarar durante muito tempo. Lá no fundo, sabia que nada mais seria igual.

Colapsei nos braços deles e comecei a soluçar. E como a panela de água a ferver, quando transborda, a pressão é libertada e começa a arrefecer. Todos aqueles pensamentos loucos começaram a derreter-se, pois eu, finalmente, dera voz à verdadeira razão do meu medo. Sabia o que significava dizer aquelas palavras alto: o fim do meu casamento. O fim da nossa família. O fim de um sonho que tinha trabalhado bastante para manter coeso.

E significava mais do que isso. Que voltaria a ser julgada. Iria ser castigada e ridicularizada. Já conseguia ver os títulos: «Jennifer Lopez a caminho do divórcio... Mais uma vez!» ou «A mulher que tem tudo mas não consegue viver o amor!». Tinha muito medo de viver mais um fracasso, de ser escrutinada pelo mundo e de desiludir toda a gente... mais uma vez.

Mas esta vez não era como as outras. Era pior. O divórcio não afetaria apenas o Marc e eu. Afetaria aquelas duas lindas pequenas almas que

tínhamos trazido ao mundo. A ideia de magoar o Max e a Emme era devastadora. Temia estar prestes a arruinar a vida deles, temia que um dia mostrassem ressentimento por eu não ter sido capaz de manter aquele casamento.

Enquanto lutava com a ideia de dissolver a minha família, tive de ponderar o que seria melhor para os meus filhos no longo prazo, e agonizava sobre o que melhor lhes serviria na vida. Fui puxada em ambas as direções, o que me fez lutar arduamente contra o inevitável. *Não conseguia* admitir que o casamento terminara. Mas, no final, a verdade encontra forma de emergir, mesmo que não queiramos. Nesse dia no deserto, com o meu cérebro a enlouquecer enquanto tentava negar a realidade, tinha batido no fundo.

## ESPERANÇA NUM DIA MELHOR

Em 2010, no dia de Natal, sete meses antes da sessão fotográfica para a L'Oréal, tínhamos a casa cheia de pessoas. Encontravam-se lá o Marc, a Emme e o Max, e os outros filhos do Marc – Ryan e Cristian, Arianna e Alex –, bem como os nossos pais, irmãos e amigos. Era o tipo de reunião natalícia que sempre quis ter, um acontecimento grande e disseminado em torno da nossa família.





A casa estava cheia de comida, presentes e riso. Nesse dia, 24 pessoas sentaram-se à mesa para um bonito jantar de Natal. As coisas entre o Marc e eu não eram perfeitas, claro – o nosso casamento nunca foi do género de deslizar pacificamente. Desde o início, foi tumultuoso, apaixonado e explosivo, mas também partilhávamos momentos de preenchimento e alegria. Sabia que tínhamos problemas, mas amávamo-nos e esforçávamo-nos, e eu queria acima de tudo ter uma família – esta família. Por isso estava disposta a ignorar o que não corresse bem, pelo bem maior de a preservar.



Pensava que aquele Natal era o que eu queria. Acreditava que estávamos a fazer as coisas bem, que valia a pena suportar as dificuldades, porque a vida era precisamente isto. Todos os casamentos têm desafios, mas o essencial é mantê-los coesos, ter unidade familiar, e tornar o sonho realidade – qualquer que seja o preço. Parte desse conceito ainda é verdadeiro para mim: a família é o mais importante.

No entanto, no Natal seguinte, 12 meses depois, acordei sozinha. As únicas pessoas em casa eram o Max, a Emme e a minha prima Tiana, que fora fazer-me companhia. A minha mãe e as minhas irmãs, Lynda e Leslie, tinham decidido ficar em Nova Iorque, nas férias, e pediram-me que fôssemos nós lá, mas eu não quis. Preferia estar na minha casa, por muito vazia que a sentisse.

Chorei muito durante esse Natal, apesar de ter tentado deixar correr as lágrimas apenas quando os miúdos não estivessem a ver. Não há como a época festiva para te fazer sentir uma perda, e eu na realidade sentia-a. Mas então o meu pai, David, apareceu para o jantar, e o Benny também, com a mãe. Assim, com a Emme, o Max e todos os outros, tivemos uma mesa relativamente cheia – ainda que não tanto como no ano anterior.

O que vou recordar sempre desse Natal não são as lágrimas ou a solidão, mas o brinde que o Benny fez.

Benny Medina é uma lenda por direito próprio. É a inspiração original para *O Príncipe de Bel-Air* – um tipo maior do que a vida que consegue fazer sempre com que todos à sua volta se sintam especiais. É também famoso junto dos amigos pelos «brindes do Benny». Adora aproveitar cada momento, erguer o copo e oferecer uma história, um discurso ou uma afirmação. Ele trabalha-os – por vezes é possível vê-lo a escrever palavras no telemóvel imediatamente antes de se levantar para falar. Por isso, quando o Benny ergue o copo, sabemos que vamos ouvir algo especial. E esse jantar não foi exceção.

«Aconteceram muitas mudanças ao longo do ano que passou», começou ele. «Houve perdas, mas também houve ganhos. Olha à tua volta e lembra-te de que esta família – a que está agora aqui sentada contigo – sempre esteve aqui presente. E estaremos sempre.»

Olhei em redor da mesa para todas aquelas pessoas que amo: o meu pai, os meus bebés, a Tiana, os meus primos, a minha tia, o Benny.

«És tu quem faz as escolhas na tua vida, e estas pessoas», disse ele, «estas pessoas são a família que te vai ajudar a ultrapassar tudo. Elas são a tua rocha.»

«És tu quem faz as  
escolhas na tua vida,  
e estas pessoas», disse  
ele, «estas pessoas são  
a família que te vai ajudar  
a ultrapassar tudo. Elas  
são a tua rocha.»

