

# FESTIVAL #NOSOLOCOACHING

LO QUE SIEMPRE  
QUISISTE SABER



★★★★★

"Una obra esencial para los interesados  
en el desarrollo personal".

*The Saint James Post.*

★★★★★

"La Historia del desarrollo humano  
contada por sus protagonistas".

*La Gazzetta Dello Sviluppo*

**ANDREA LAGES**

**DANIEL ÁLVAREZ LAMAS**

**TERRY MCLEAN**

**RAQUEL TORRENT**

**ALEXANDRA LEMOS**

**IAGO SANTALLA**

**ARTE: RENATA OTERO • MÚSICA: JULIO LLORCA**

**BAILE: MARÍA ASTRAY • AMBIENTE: LA FÁBRICA DE LA IMAGEN**

**11 JUNIO 2016**

**1º VEZ EN  
SANTIAGO**

Tras cosechar a lo largo de 2017 un gran éxito en Broadway y en el West End londinense,  
el Viaje llega a Santiago el 11 de junio de 2016, donde hará una única representación.

**T 981 531 570**

[www.nosolocoaching.benpensante.com](http://www.nosolocoaching.benpensante.com)

## ANDREA LAGES



Andrea Lages es Coach ejecutiva mundialmente reconocida por su amplia experiencia multicultural. Actualmente ofrece Coaching ejecutivo a presidentes, miembros de consejos directivos y directores de empresas, además de dirigir Lambent en Brasil y ser Directora Global de International Coaching Community (ICC). Ejerce también como Trainer Oficial de International Coaching Community, habiendo formado ya a más de 5.000 personas en 50 países en la metodología del Coaching creada por ella y Joseph O'Connor.

Ha también participado como entrenadora y co-creadora de un curso de Pos-graduado en Coaching Ejecutivo en la Universidad de Derby (Inglaterra) orientado a presidentes de empresas y CEOs.

Autora (junto con Joseph O'Connor) de "Coaching con PNL", traducido ya a 11 idiomas, incluido el Español; y "How Coaching Works" (Cómo Funciona el Coaching), libro recomendado al premio del Financial Times como "Mejor Libro de Negocio de 2007".

## RAQUEL TORRENT



Psicóloga integral, Coach, Formadora y creadora del método POSITIONING. Experta en Mindfulness. Formadora multidimensional y multicultural. Especialista en Coaching, inteligencia emocional y liderazgo.

"Positioning, el arte de habitar a uno mismo es un libro destinado a quienes necesitan y desean cambiar porque sufren o porque quieren desarrollarse... Torrent utiliza el concepto universal de "transformar la casa en tu hogar", como metáfora para explicar cómo se debe "habitar el cuerpo, las emociones, la mente y el alma" con el fin de "mejorar las relaciones con uno mismo, los demás, el mundo y lo divino".

La Vanguardia  
16/03/2016

## ALEXANDRA LEMOS



Trainer oficial de Portugal para la Comunidad Internacional de Coaching (ICC), y es socio de Mindcoach con experiencia en Programación Neuro-Lingüística y una larga trayectoria en la formación empresarial en el área de Desarrollo Personal, Liderazgo, Negociación, Trabajo en Equipo y Marketing.

"Alexandra es una persona excepcional, que tiene innumerables talentos. Es una persona que contagia su entusiasmo y compromiso, es una excelente coach y una gran conferenciante. Alexandra ha puesto a su empresa Mindcoach al frente de las organizaciones de coaching en Portugal".

Joseph O'Connor  
Escritor del Best seller "Coaching con PNL".

## IAGO SANTALLA



Formador de Coaching en distintas escuelas y participa en formaciones dirigidas a futuros profesionales de la atención de personas en situación de dependencia, educadores infantiles, concienciación social y atención sociocomunitaria. Ha publicado dos libros sobre superación personal y coaching y recientemente se ha doctorado cum laude en Humanidades y Servicios Culturales por la USC.

"Iago Pérez Santalla nació con parálisis cerebral pero su capacidad mental intacta. Su tesis doctoral ha deslumbrado al jurado, que le otorgó sobresaliente cum laude. En su investigación, Iago apuesta por la inclusión en la enseñanza de la "teoría del límite", que valora a cada persona por sus mejores capacidades y no por sus límites."

Faro de Vigo  
9/10/2015



## DANIEL ÁLVAREZ LAMAS

Tras una exitosa carrera directiva de 14 años en BBVA, en que aprendió a trabajar, a dirigir y a equivocarse, en 2006 se lanzó a la aventura de encontrar aquello que realmente le llenara, tanto en lo profesional como en lo personal.

Comenzó a hacer coaching con empresas y políticos al más alto nivel, ayudando a que las personas disfruten de su trabajo y rindan desde su mejor versión.

En 2009 fue nombrado trainer de International Coaching Community, comenzando su misión de formar nuevos coaches de vocación desde la rigurosidad profesional y ética.

Trabajó junto a pioneros de primera línea como Joseph O'Connor, Robert Dilts, Andrea Lages, Otto Laske y Lars Eric Unestahl. En 2012 fundó Instituto Ben Pensante con el propósito de que este conocimiento ayude a lograr la sociedad que nosotros y nuestros hijos/as merecemos.



## TERRY MCLEAN

Terry empezó su trayectoria como profesor de Universidad en Montpellier y Roma y un gran cambio vital le llevó a dejarlo todo atrás para ir a Barcelona y convertirse primero en músico y cantante callejero y luego en actor/showman de éxito en Teatro, Eventos y TV (El anuncio de Freixenet de 1997 con Meg Ryan es quizás su intervención más conocida de voz e imagen).

En el año 2000 cambió de rumbo otra vez para empezar a trabajar en Producción de Cine, llegando a ser Jefe de Producción de una importante productora en Barcelona. Un nuevo cambio le llevó a montar su propia compañía de teatro, CleverPants Productions en 2002. Regalando risas y aprendizajes por toda Europa a miles de niños, adolescentes y adultos. Un sueño hecho realidad, desde la nada, desde el amor y la pasión.

Hoy se dedica con toda su pasión y experiencia a forjar personas que se lideran a sí mismas desde Be You.

## Susana Magdaleno



Durante casi 20 años trabajó en una multinacional del sector de consultoría. Viendo el resultado del coaching y otras disciplinas en su propia persona, decide formarse y acompañar a otras personas.

## Susana Franco



Su viaje de desarrollo personal consistió en algo poco habitual: consiguió valorar lo bueno de su trabajo y aceptar con humildad lo que no le gustaba tanto.

## Pintura: Renata Otero



Doctora en Historia del Arte, artista e investigadora. Ha conseguido diversos premios y suma más de 60 exposiciones. Su perspectiva se completa con estudios sobre coaching y otras disciplinas humanísticas.

## Ambiente: la Fábrica de la imagen

Un espacio multidisciplinar y contenedor creativo que ha creado un nuevo modelo para conseguir resultados sorprendentes desde la esencia de la persona. El ser que desea expresarse debe producir una imagen clara e impactante. La fábrica de la imagen genera el profesional del futuro.

## Danza: María Astray y Sara Ares Pérez

Pedagoga y profesora de baile. Sus grandes pasiones y herramientas de trabajo son la educación y la danza. Combinándolas consigue el crecimiento personal y creativo de sus alumnas y alumnos.

## Música: Julio Llorca y Pepe Vara

Julio es músico desde antes de nacer y su estela continúa más allá de los escenarios.

Su música da habitualmente cobertura a voces de lo más auténtico del panorama español como las de Carmen Johns o Silvia Superstar.

Músico reconocido por patear escenarios multitudinarios con bandas como M80 Band, Michael Legend (el tributo a Michael Jackson más fiel y conocido) o The Hendersons.

## # EQUIPO CREATIVO

### FESTIVAL

#### Directora logística

Laura Pose

#### Maestra de ceremonias

Marcela Parga

### OBRA

#### “Lo que siempre quisiste saber”

#### Arte en pantalla

Renata Otero

#### Directoras de escena

Alicia López y Paula Tenreiro

#### Bailarinas

María Astray y Sara Pérez

### Músicos

Julio Llorca y Pepe Vara.

### Actores

Terry McLean, Daniel Álvarez Lamas, Susana Franco y Susana Magdaleno.

### Dirección de ambientación

Almudena Fernández

# FESTIVAL #NOSOLOCOACHING

## PROGRAMA

### | 09.15 – 10.00 | Alexandra Lemos

¡Amor, Humor Y Valor! Mucho más que coaching

Mediante su gran sentido del humor Alexandra nos explicará de qué manera podemos generar una mayor coherencia personal entre la intensidad de nuestra vida profesional y el sentido de la vida.

.....

### | 10.00 – 10.45 | Raquel Torrent

Presentación de su libro: Positioning

Con el final artístico de un verso, un rap y una canción de Conciencia, Raquel presentará su libro:

Positioning – El Arte de “Habitarse” a Uno Mismo, ayudándonos a transformar nuestro interior en un Hogar.

.....

### | 10.45 – 11.30 | Andrea Lages

La brújula del alma. Lecciones del Camino de Santiago

Andrea nos hablará sobre las enseñanzas personales que le ha dejado el Camino de Santiago, así como su aplicación práctica y uso a favor de nuestro propio desarrollo.

---

### | 12.00 – 12.50 | Lo que siempre quisiste saber I

Daniel Álvarez Lamas y Terry McLean

Las etapas de un viaje llamado vida: Daniel se encuentra con Terry una vez sus vidas han acabado. Desde la enorme paz que se disfruta en el más allá, revisan con perspectiva todas las etapas de sus vidas.

### | 12.50 – 13.40 | Lo que siempre quisiste saber II

Susana Magdaleno y Susana Franco

Una historia de desarrollo personal contado por sus protagonistas: Convertir la crisis existencial en desarrollo personal.

---

### | 13.40 – 14.10 | Iago Santalla

Potenciando los límites en la educación

Es posible educar sin límites si orientamos a cada persona hacia el campo de acción de su límite, favoreciendo su propia autorrealización y su contribución personal a la sociedad en forma de legado.

.....

### | 14.10 – 14.30 | El aprendizaje

Hoy es el primer día del resto de tu vida. Conclusiones, aprendizaje y cierre del Festival.

## Qué encontrarás en la obra

# “Lo que siempre quisiste saber” Festival #NOSOLOCOACHING

En esta obra encontrarás historias, humor, música, canciones, arte, baile, ... Todo ello con el objetivo de descubrir el sentido que tiene el recorrido vital que hacemos como seres humanos. Con seguridad reiremos e incluso quizá lloremos juntos. Tomando cierta distancia, apreciamos el milagro que es la vida... y qué películas nos montamos.

Queremos que sepas cómo evolucionamos como personas a lo largo de la vida:

- En cada una de las **etapas** de desarrollo personal, nuestras emociones y pensamientos evolucionan.
- Nuestras **capacidades para vivir** con plenitud se van adquiriendo en cada etapa:
  - » Adolescencia y primera juventud: **Luchar**... La fuerza del instinto.
  - » Alta juventud y primera madurez: **La empatía**... ponerte en los zapatos del otro.
  - » Madurez: la **intuición**... conectar con tu brújula interior, la plenitud del pensamiento abstracto.

En esta obra conseguirás dos importantes **recursos** para vivir aquí y ahora:

- Reconocer la **etapa** en la que estás.
- Reconocer qué aspecto puedes **trabajar** para culminar tu actual etapa.

Esto precisa de solo dos **requerimientos** por tu parte:

- **Dar gracias** por la vida cada día. Eso hace que puedas aprovechar nuestro principal don, aquello que multiplica nuestro aprendizaje y nuestros recursos: EL DISFRUTE
- Tomar responsabilidad sobre tu propio **auto-desarrollo**.

## La vida:

## Un camino de desarrollo con tres etapas

### Etapas 2: La ley de la jungla

*“Nunca olvides que eres un ganador nato... eres el resultado de la victoria del espermatozoide vencedor.”*

Posiblemente tuviste una infancia feliz hasta que te diste cuenta de que había cosas de las que no estabas protegido. Quizá un día veas a alguien insultar o incluso agredir a una persona cercana o a ti mismo y te des cuenta de que el entorno no es tan seguro, de que papá y mamá no son Superman ni Superwoman, que te tienes que valer por ti mismo... Es la siembra de la pubertad.

La adolescencia ¡qué cantidad de inseguridades! Que si las chicas o chicos, que si lo que vas a ser de mayor, que si los compañeros te toman el pelo, ¡cómo arreglarte el pelo!,... Las chicas no entienden a los chicos, los chicos no entienden a las chicas. Bueno, algunas cosas no cambian.

**Pero, por otro lado, ¡Menuda aventura!** Te vas haciendo tu propia idea de la vida, tus propias soluciones. Lo que antes era un paraíso se convierte en una jungla, delirante y peligrosa, pero apasionante.

Cuando ves que eres capaz de valerte por ti mismo, cuando afirmas tu individualidad, la banda sonora de tu vida empieza a cambiar.

### **Etapas 3: el acuerdo social**

¡Pero tanto pelear es agotador! Aunque tienes todas las pilas puestas, el cuerpo en su plenitud... te empiezas a dar cuenta de que a quienes les va bien es porque se han sabido adaptar. Ves que existe una cosa que se llama éxito y que hay unos pasos que llevan a él... ¡Y ligas más! Y tu padre estará por fin contento. Empiezas a valorar eso que antes despreciabas: el lugar que te ofrece la sociedad.

Poco a poco vas comprendiendo a la gente, antes no había empatía real. Es ahora cuando el comportamiento de los demás se te hace previsible. Empiezas a sentir lo importante que es que los demás se sientan bien contigo... y que no es tan difícil.

En esta etapa asumimos lo que se denomina “acuerdo social”: ahora ya sabes en qué emplear toda tu fuerza y abandonas las rebeldías sin causa. La relación con los demás empieza a ser fluida, todos estamos a lo mismo y nos entendemos.

*Todos para uno y uno para todos  
¡Has encontrado tu sitio!  
Desde ahora todo irá bien.  
“¡Fueron felices para siempre!”*

En muchos momentos alcanzas una sensación como de alivio, una sensación llamada hogar.

*Pero antes o después, algo se tuerce*

Puedes sentir algo como lo que comenta Daniel en la obra: “Durante mucho tiempo todo funcionaba, pero no sé qué me pasó de repente. Mi relación de pareja era buena, había conseguido el puesto al que aspiraba... Pero algo iba mal. Yo no estaba bien. Es como si se despertara un niño interior que me dijera: ‘Ya estoy harto de que no me escuches. ¿Es esto lo que tenías para mí? ¡No me divierte!’”. Cuando me di cuenta de que mi niño interior me gritaba, mi forma de ver la vida cambió radicalmente”.

Cuando eres suficientemente mayor para que se desvanezcan los sueños de gloria empiezas a darte cuenta de lo que te hace sentir bien de verdad. Te das cuenta de lo que de verdad importa.

## La etapa 4: la auto-creación

### La crisis existencial, bendita sea... si la comprendes

Te planteas que la vida tiene fecha de caducidad ¡Solo se vive una vez!

Esa crisis, buscada o no, te obliga a hacerte la pregunta existencial

**“¿Para qué estamos aquí?”.**

Ninguno de los valores sociales te encaja al 100%. Tú tienes tus propios **valores personales**, tu forma de entenderlos y de aplicarlos... y sólo te sientes verdaderamente TÚ si eres fiel a ellos.

Pero **¿Cómo fallar a la gente que quieres? ¿Cómo defraudar a aquellos de los que dependes? ¿Qué les dices a los que dependen de ti?**

Vale la pena cualquier esfuerzo, quiero vivir la segunda parte de mi vida a mi manera.

Sólo se vive una vez y acabas encontrando cómo quieres hacerlo. Ahora se trata de dejarte guiar por esos valores personales para encontrar la manera de ser Tú mismo ¡Ésa es la nueva brújula! Se sustituyen los “tienes que” del acuerdo social por los “quiero” de la auto-creación.

Esta etapa no se alcanza normalmente antes de los cuarenta... y muchas personas no la llegan a conocer, ya que necesitamos alejarnos de lo que nos pide la sociedad ¡Requiere de mucha valentía!

### La intuición que surge de conectar con tu centro

Encuentras una enorme sabiduría cuando te guías por esos valores personales. Son una fuente de **intuiciones** que antes te hubieran parecido mágicas. Es sencillamente que has conectado con tu parte más poderosa, con toda tu sabiduría inconsciente. Eres capaz de distinguir lo importante de lo accesorio, tienes la mente limpia del exceso de instrucciones que había en el enorme libro del acuerdo social. Eres capaz de resolver conflictos y encontrar soluciones de forma sencilla. Las decisiones antes difíciles parece que se toman solas, únicamente tienes que ser sincero contigo mismo/a. Tu centro está en no complicarte, las grandes verdades son sencillas.

Y de nuevo sientes esa sensación llamada hogar.  
Ahora, tu centro es el lugar en que encuentras el sosiego.

## Etapa 5: la verdadera sabiduría, somos uno

Esta conexión con tu centro profundiza en tu sabiduría, de forma que te sientes capaz de encarar la última etapa de tu vida: “Se me acaba el tiempo. Se me acaban las fuerzas. Lo único que tengo es lo que he aprendido con años de experiencias. Quiero ofrecer todas las lecciones que me han dejado, pero no me escuchan. Quiero prepararme para lo que ya tengo tan cerca y quiero dejar un legado ¿Cómo hacerlo?”



Los pocos que alcanzan esta etapa 5 en su vejez, atesoran una sabiduría muy valiosa que los jóvenes no logran comprender. Pero la paciencia y la humildad les permiten comprender esta situación. Dirían algo así como:

“No es cuestión de imponer ‘mi misión personal’, sino de disfrutar lo que pueda: de mis hijos, de las amistades, de mis lecturas, de respirar, de mí, ... y de quien esté preparado para escucharme.”

“Ojalá puedan ellos saber lo que yo sé ahora. Mi mente comprende lo sencillo que es todo, pero solo puedo transmitirlo desde el corazón. No tengo otra forma, porque solo desde el corazón deseo y puedo vivir. Mis fuerzas están centradas en lo más esencial.”

Sientes plena conexión con todo y con todos. Antes de morir, te sientes plenamente en paz. Todo lo que te rodea te transmite esa sensación llamada hogar.

## **Una vida entera para llegar a comprender para qué estamos aquí**

Alma y mente tienen una evolución inversa al cuerpo. Cuanto más crecen alma y mente, menos se necesita la energía del cuerpo. Cuando aceptas que la energía del cuerpo se reduce, tu alma crece.

Te vas liberando de un caparazón tras otro: renuncias al individualismo para sentir la compañía, renuncias al sometimiento para alcanzar la libertad... y finalmente desde la libertad descubres la unión con otras libertades. Ves las cosas cada vez de forma más benévola.

Tu mente tampoco deja de crecer. Somos un prodigio de desarrollo. La mente te da comprensiones asombrosas a lo largo de tu vida. Consigues nuevas soluciones inesperadas.

No puedes conocer la sabiduría que te espera, los secretos que se te desvelarán, pero ahora puedes saber que esa sabiduría vendrá.

Igual que ves la limitada capacidad de comprensión de un niño, la ves también de tus anteriores etapas sólo cuando lo superas.

Como ser humano, tienes una responsabilidad “poco importante”: cuidar del pedacito de universo que te han entregado, ese pedacito de la naturaleza que eres TÚ. Si lo haces, el universo se manifiesta a través de él. No puedes forzarlo, solo puedes ser fiel a aquello a lo que pertenece, a la esencia.

En esencia somos iguales. Solo nos diferencia la historia que hemos recorrido, esa historia que nos contamos. Somos ramas del mismo árbol.

Pasamos toda la vida persiguiendo en realidad una sensación llamada hogar.

Y ahora que sabes esto...

*¿Cómo vas a continuar tu camino?*

*¿Cómo quieres experimentar ese gran teatro llamado VIDA?*



















Organza:



☎ 902 876 416

info@benpensante.com

www.benpensante.com

facebook.com/institutobenpensante

twitter.com/oecoaching

Con la ayuda de:

Partners:



Colaboran:



«INNOVACIÓN ÁGIL»