



Una carrera de bojos

Guia personal per explorar les possibilitats d'una vida plena

Josep Cosials és actor i creador escènic, i coach i formador en desenvolupament personal.

Inicia la seva carrera en el món de l'empresa, treballant per multinacionals i start-up's, gestionant persones i equips. Després de quasi 10 anys, inicia una nova etapa com a coach i professional de les arts de carrer, connectant experiències prèvies a nivell organitzatiu i humà amb reptes creatius i de creixement personal.

Com a artista, es forma en pedagogia Jacques Lecoq, clown, mim corporal, teatre d'improvització i tècnica Meisner (N1). Ha treballat com a actor i creador d'espectacles per a diferents companyies de teatre, entre les quals destaca [Eléctrico 28](#), de la qual n'és cofundador, des de la seva creació al 2013, especialitzant-se en arts de carrer i amb especial inquietud per projectes artístics que connecten amb el treball de territori i la ciutadania. Per altra banda, ha co-creat, amb Sergi Estebanell i John Fisherman, l'espectacle i el col·lectiu Money For Free, amb el qual va obtenir el premi al millor spectacle dels premis de la crítica, i ha estat un dels principals impulsors de l' [Street Arts Manifesto](#), un manifest que posa en valor l'art a l'espai públic i que s'ha presentat en més de 20 ciutats i ha obtingut més de 2000 firmants. Durant els darrers anys ha viatjat actuant a països com Austria, Noruega, França, Itàlia, Israel... i en teatres i festivals com el Teatre Nacional de Catalunya, GREC Festival, CCCB, Fira Tàrrrega, etc. Actualment està co-emprenent [Change Makers Factory](#), un equip internacional que busca reconèixer, identificar i activar als agents de canvi en organitzacions i a la societat.

La xerrada i taller

La carrera vital-professional del Josep no és especial ni és exemplar, però sí és un exemple més que no hi ha regles escrites ni un camí "comú" a seguir. El Josep comparteix les creences i les troballes viscudes durant la seva trajectòria. Més enllà de plantejar la carrera professional com a quelcom lineal, s'observa la circularitat de la mateixa i com es poden anar connectant punts sempre que posem en marxa l'explorador/a que portem a dins.

Abordem creences que poden ser limitants:

Només hi ha una opció: treballar del que sigui per viure.

És el que toca.

És tard per a re-començar.

Ets massa gran per començar a dedicar-te a això.

Art i empresa? Estàs boig.

Cal ser el millor.

I compartim algunes contradiccions i alguns aprenentatges de persones que s'ha anat trobant en el camí.

Concretament parlem i experimentem sobre:

- **Fer-se preguntes** com a pràctica generadora de reflexió i moviments vitals.
- La necessitat de treballar l'**autoconeixement** i el propi desenvolupament personal per a construir-nos amb valors i propòsit.
- La necessitat d'obrir la mirada i **servir a les comunitats** amb les que convivim per a construir futurs més vivibles.
- La pràctica de les **arts escèniques** des d'un lloc d'experimentació i retrobament amb un mateix i amb l'altre.