

David Carulla & Miquel Nadal



! @ ?

CÓMO  
**EMPRENDER**  
EN EL  
**DESARROLLO**  
**PERSONAL**



*Las respuestas que los coaches, consultores  
y formadores necesitan para vivir de su pasión*

[WWW.RECONCILIATECONTUVIDA.COM](http://WWW.RECONCILIATECONTUVIDA.COM)

# CÓMO EMPRENDER EN EL DESARROLLO PERSONAL

LAS RESPUESTAS QUE LOS COACHES, CONSULTORES Y FORMADORES NECESITAN PARA VIVIR DE SU PASIÓN

David Carulla y Miquel Nadal

© David Carulla Montañés y Miquel Nadal Vela

© Cómo emprender en el desarrollo personal. Las respuestas que los coaches,  
consultores y formadores necesitan para vivir de su pasión

Ilustración de la portada: Pol Puertas

Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio (electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros) sin autorización previa y por escrito de los titulares del copyright. La infracción de dichos derechos puede constituir un delito contra la propiedad intelectual.

*A nuestra familia, pareja y amigos, ellos han sido una fuente de inspiración inagotable y agradecemos profundamente sus constantes muestras de afecto y apoyo.*

*A nuestros clientes, compañeros emprendedores, suscriptores y participantes en nuestros talleres y seminarios, gracias por el aprendizaje y cariño que nos habéis regalado.*

*Queremos agradecer también su influencia en nosotros a las personas que, sin ellas saberlo, nos han alimentado el espíritu para entender lo maravillosa que es la vida: Raimon Samsó, Sergio Fernández, Sergi Torres, Borja Vilaseca, Jürgen Klarić, Juan Diego Gómez, Tony Robbins, Tim Ferriss, Franck Scipion, Isra García, Leo Babauta, Vilma Núñez, Laura Ribas y Víctor Martín.*

*Por último, queremos expresar un especial agradecimiento para Beatriz Blasco por habernos brindado su tiempo y dedicación a leerse el libro, escribir el prólogo y su ayuda incondicional en todo momento.*

*¡Un abrazo muy fuerte!*

## ÍNDICE

### Prólogo

Nuestros egos

Nuestro ego compartido

El peor enemigo del emprendedor: tu ego

### IDEAS LIBERADORAS QUE TE AYUDARÁN A AVANZAR EN TU NEGOCIO (David Carulla)

Deja ya de buscar tu propósito vital

Todo lo que has hecho hasta ahora no vale nada

Nunca te has equivocado

No te convertirás en un emprendedor de éxito

Tus ideas no son tuyas

Lo único cierto es que todo es incierto

La trampa del estilo de vida

La felicidad no es lo que te han dicho

### PREGUNTAS QUE ME HICE AL EMPEZAR Y QUE NADIE ME RESPONDIÓ (David Carulla)

¿En qué deberías invertir tu dinero al principio?

¿Cuál es la mejor estrategia para tu modelo de negocio?

¿Existe realmente la "crisis" para los emprendedores?

¿Cómo conciliar vida personal y profesional emprendiendo?

Emprendimiento y vacaciones: ¿matrimonio imposible?

¿Cómo gestionar el malestar cuando un proyecto concreto no te funciona?

¿Cómo obtener más ingresos para seguir creciendo?

## IDEAS LIBERADORAS QUE TE AYUDARÁN A AVANZAR EN TU NEGOCIO (Miquel Nadal)

Ni se te ocurra ser tú mismo

Tu vocación juega sucio contigo

No necesitas empezar en un garaje para triunfar

Te has dejado manipular por tu personalidad

No salgas de tu zona de confort

El rechazo no existe, son los padres

La actividad frenética es el enemigo de tus resultados

Los planes de negocio han muerto

## PREGUNTAS QUE ME HICE AL EMPEZAR Y QUE NADIE ME RESPONDIÓ (Miquel Nadal)

¿Cuál es el mejor momento para empezar?

¿Cuánto tiempo necesitas para que tu negocio sea rentable?

¿Cuáles son los primeros pasos para emprender?

¿Debes emprender aunque tu familia no confíe en ti?

¿Qué puedes hacer si te da miedo vender?

¿Cómo emprender cuando hay personas que dependen de ti?

¿Qué hacer cuando todos los clientes se te alejan?

Epílogo

## Prólogo

El libro que tienes entre tus manos es uno de esos que es mejor tener cerca para consultar y recargar pilas en los días en los que sientes una espesa niebla sobre ti.

Cuando David y Miquel me ofrecieron hacer el prólogo para su primer libro, me sentí profundamente agradecida de que pensarán en mí. ¡Qué alegría! No me lo pensé dos veces y dije que sí inmediatamente.

Como ellos, un buen día decidí dar un giro de ciento ochenta grados y reinventarme. De ingeniera a emprendedora aportando mi experiencia y formación en productividad, crecimiento personal, liderazgo y emprendimiento.

Lo que te vas a encontrar en este libro son ideas y consejos que básicamente son una llamada a abrir tu mente, una invitación a conocerte profundamente y a hacerte responsable de lo que ocurre en tu vida. Desde ahí vas a hacer crecer tu negocio.

Emprender hoy en día no es sólo tener una idea brillante, de hecho, no te hace falta tener una idea brillante, sino conocerte y contribuir con tu dedicación al mundo al que quieres pertenecer. Ir más allá de tu ego. Escucharte y escuchar a los demás.

Miquel y David aportan en este libro sus aprendizajes, descubrimientos y experiencias como emprendedores desde 2012. Durante todos estos años no sólo se han ocupado de crear un negocio rentable, sino más bien de crecer personalmente y contribuir de forma consciente a través de su trabajo.

Los tres somos unos enamorados de la productividad personal, de la búsqueda de la excelencia personal en el día a día para dar lo mejor de uno mismo en cada momento. Sabemos, como ya decía Aristóteles, que somos lo que hacemos repetidamente. Y lo que hacemos es consecuencia directa de nuestra mentalidad, nuestras formas de pensar, creencias, ideas... Y hacia ahí dirigen su primer libro David y Miquel.

“Deja de buscar ya tu propósito vital” es la primera idea con la que te vas a encontrar en el libro. Una idea rompedora a la par que liberadora. Y de ahí una detrás de otra van a ir cuestionando muchas de las formas de pensar que probablemente tengas en estos momentos.

“No salgas de tu zona de confort”. Otra idea que seguro que te deja boquiabierto. Estás cansado, estoy convencida de ello, de escuchar lo contrario. Cuando leas este capítulo entenderás muy bien a qué se refieren. Comparto cien por cien lo que nos cuentan.

No creas que es sólo un libro teórico lleno de ideas sin más. Es un libro que te invita a la reflexión y a la acción. Te sugiere que despiertes y te comprometas contigo mismo para dar lo mejor de ti en cada momento y en cada situación. Al final de cada capítulo tienes ejercicios y además facilitan ejemplos prácticos y concretos que te ayudan a entender mucho mejor lo que quieren transmitir.

Es un libro de los que llamo semilla. De ahí nacerán más proyectos y más maneras de seguir contribuyendo al mundo en el que David y Miquel quieren vivir. Todo un ejemplo de creación conjunta más allá del ego.

Si eres un emprendedor en el sector del desarrollo personal que está empezando o llevas en mente la idea de emprender, te recomiendo encarecidamente que leas este libro. Y si eres un emprendedor con experiencia también te sugiero



que lo leas. Siempre va bien recordar ciertas ideas que, a veces, las prisas del día a día se llevan por delante.

Al final te das cuenta de que lo que pretenden David y Miquel con su primer libro es ayudarte a ir más rápido, darte las claves para transformar las barreras con las que casi todo emprendedor se topa y enriquecer con su propia experiencia tu proceso de emprendimiento.

Mis últimas palabras en este prólogo son de agradecimiento para los autores por su generosidad y a ti querido lector que estás aquí. Por tu iniciativa y tu compromiso. Tu lectura contribuye a hacer crecer esta semilla. ¡Gracias!

Beatriz Blasco

Ingeniera, coach y mentora en comunicación oral, productividad personal, liderazgo y emprendimiento.

Autora del libro "[Productividad Personal Consciente, un viaje hacia el equilibrio interior](#)", y creadora de [www.beatrizblasco.com](http://www.beatrizblasco.com)

## Nuestros egos

Miquel Nadal

Toma asiento porque me voy a sincerar contigo, te lo prometo.

Puede parecer que cuando escribí este libro siempre hubiera tenido muy claro que quería emprender, pero casi siempre he estado inmerso en un mar de dudas.

*“De tanto dudar me convertí en la duda eterna”*

Me formé en psicología para esclarecer todas mis dudas, y estaba convencido de que al finalizar la carrera las tendría todas solucionadas.

¡Todo lo contrario! Las dudas subieron de precio y me exigían más confusión.

Empujado por tanta indecisión, me sentí obligado a realizar un máster internacional en Recursos Humanos y Psicología Organizacional para disipar tanta incertidumbre.

Creía firmemente que un máster de tanto nivel me daría las respuestas que estaba buscando.

Mira cómo son de persistentes las dudas, que hasta tuve que visitar distintos países para darme cuenta que empaquarme de dudas sólo me daba indigestión.

Concretamente fue en Dubai, trabajando como técnico de formación, donde me di cuenta de que todas las dudas eran provocadas por mi insatisfacción profesional.

Después de transitar en diferentes empresas como consultor en Recursos Humanos, vi la luz el día que alguien pronunció la siguiente frase:

*“La teoría de los Recursos Humanos está muy bien, los utópicos seguro que jamás estaréis desempleados en este sector. Estaréis trabajando en nuevas quimeras”*

Azotado por la contundencia de esta frase, salió a la palestra mi faceta más rebelde.

Buscaba desesperadamente fórmulas para llevar a cabo aquello en lo que creía, me negaba a pensar que la gestión del capital humano era una fantasía inviable.

Mi obsesión por encontrar el Santo Grial de mi profesión, me llevó a buscar experiencias en empresas más pequeñas que compartieran el mismo sueño, hasta descubrir que:

*“No por mucho caminar te duermes más rápido”*

Y así fue. Mi verdadera revolución estaba dentro de mí. Y yo sin enterarme.

Me di cuenta que no podía exigir a otras empresas que hicieran lo que yo tenía en mente, que si quería hacerlo debía emprender.

*“Cuando las dudas se van, el miedo se disipa”*

Como ves, emprender no fue una decisión premeditada, fue la aceptación de que no podía forzar mi criterio en una empresa que yo no había fundado.

En ese momento tenía 2 opciones:

-Seguir enfrentado y en lucha eterna con los profesionales de otras empresas que no pensaban como yo.

-Aceptar que teníamos creencias distintas y que sería una mejor opción hacer las paces con las personas que no pien-

san igual que yo.

Si me decidí a escribir este libro es porque entendí que la segunda era la mejor opción para mí en esa etapa de mi vida.

Fíjate que la primera opción es la más fácil, pero a su vez, la más destructiva, ya que te hace actuar desde la rabia y desde la queja constante.

Finalmente, decidí canalizar toda mi insatisfacción en la creación de un nuevo proyecto junto con David, donde por fin podría probar qué siente uno cuando hace lo que realmente le apasiona.

No ha sido un camino fácil, te lo garantizo. Emprender sueña muy bien hasta que lo practicas. Pero ahora mismo no lo cambiaría por nada.

*“Me cansé de preguntar a todo el mundo si de verdad valía o no la pena emprender, justo el mismo día que encontré la respuesta dentro de mí”*

## David Carulla

Cuando estaba terminando la educación primaria, las campañas de sensibilización medioambiental tuvieron un potente efecto en mí.

Tanto fue así, que con 12 años ya tenía muy claro que mi propósito vital sería proteger la Tierra de los desastres medioambientales.

Por eso, años más tarde estudié ingeniería de montes o forestal.

Otra idea por la que me dejé seducir desde niño era que:

*“Te dediques a lo que te dediques, sé el mejor en lo que hagas, no hay premio para el segundo”*

Por eso en la universidad me esforcé al máximo, incluso sacrificando gran parte de mi vida social y personal, que por aquellos tiempos estaba muy lejos de ser satisfactoria.

En 2010, terminé la carrera tras 7 largos años y me otorgaron el premio extraordinario al mejor expediente de mi promoción. Parecía que el esfuerzo había merecido la pena.

En España, como en muchos otros países, los expertos hablaban de una crisis económica que afectaba mucho al mercado laboral. Había menos oportunidades para los recién titulados debido a los cierres de muchas empresas.

Además los “recortes” de la Administración en materia de Medio Ambiente no auguraban un futuro muy prometedor para mi sector.

Empecé a buscar trabajo de lo que había estudiado sin apenas conseguir una sola entrevista.

Había otra creencia que me acompañaba desde hacía mucho tiempo y que me torturaba:

*“Si haces las cosas bien y te esfuerzas mucho, obtendrás lo que deseas”*

¡Yo había hecho las cosas mucho más que bien! ¡Me había esforzado una barbaridad!

¿Dónde estaba ahora mi empleo? - me preguntaba indignado.

En poco tiempo, me surgió una oportunidad laboral que no tenía nada que ver con la ingeniería forestal pero la acepté. Trabajaría en un comercio, vendiendo material deportivo.

Pero vamos a ver, me dije:

¿Mi propósito vital no era salvar el planeta Tierra de la destrucción humana? ¿Cómo iba a convertirme en el nuevo Al Gore vendiendo balones de baloncesto y botas de fútbol?

Mi ego necesitaba anestesia rápidamente ante el dolor, rabia y frustración que me infundían estas preguntas, así que recurrí a uno de los autoengaños que producen más sufrimiento en el mundo:

*“Tranquilo, esto va a ser algo temporal”*

Cuando llevaba algo más de medio año trabajando en la tienda, dejé de buscar trabajo como ingeniero.

El propósito vital que había forjado desde mi niñez ya no tenía sentido.

Y entonces la inteligencia emocional llegó a mi vida en forma de congreso de 2 días. Siempre digo que las casualidades no existen.

Me gustó tanto el tema que acabé haciendo un máster sobre la aplicación de la inteligencia emocional en las organizaciones.

Cuando lo terminé estaba hecho un lío. Era el momento de tomar una decisión importante. Sobre la mesa había 3 cartas:

- Buscar de nuevo trabajo como ingeniero forestal recuperando así mi propósito de proteger al planeta.
- Seguir en el comercio y convertirme en jefe de sección con un equipo de colaboradores para aplicar con ellos lo aprendido en el máster.
- Dedicarme a la formación para empresas sobre inteligencia emocional y productividad personal.

Mi corazón me pedía la tercera opción. Mi ego se aferraba a la primera y segunda.

Pregunté a algunos docentes del máster si esa tercera opción era viable.

No me lo pintaron muy bien, ya que mis estudios pertenecían al campo de la ingeniería y no de la psicología.

Peleado con esa idea, quedé para comer con mi amigo Miquel Nadal para pedirle consejo.