



ENCUENTRO SEMILLA

Una invitación a florecer desde dentro



Toda semilla necesita oscuridad
para empezar a brotar.

MONIQUE BRIONES

Aquí no vas a encontrar una lección.

Vas a encontrar una apertura.

Este pequeño cuaderno no te enseñará a hacer jardines,
pero puede ayudarte a recordar que tú misma eres tierra fértil.

Que tus procesos también son estaciones.

Y que, a veces, florecer duele un poco.

Llamé a esto un encuentro porque quiero que te detengas.
Que te regales 10 minutos para estar contigo y con la tierra.

No necesitas experiencia, solo presencia.

Respira.

Este es el primer paso.



¿QUÉ QUIERES SEMBRAR EN TU VIDA AHORA MISMO?

No pienses demasiado.

Deja que la mano escriba lo que el alma ya sabe.

¿Qué parte de mí necesita más luz ahora mismo?

Responde con total honestidad. No lo leerá nadie más que tú.

¿Qué brote de mi vida está listo para florecer?

Tal vez es un rincón olvidado, o una relación, o tu cuerpo.
Siente cuál te llama.

Si mi alma fuera una planta... ¿qué cuidados necesita hoy?

Puede ser más agua, más sol, más silencio... o una poda amorosa,
pero necesaria.







RESPONDER ESTAS PREGUNTAS YA
ES EMPEZAR A GERMINAR.



www.comohacerjardines.com

TU JARDÍN INTERIOR TAMBIÉN TIENE ZONAS



A veces creemos que un jardín solo florece cuando todo está en equilibrio.

Pero no es así.

Todo jardín — como toda alma — tiene zonas de sombra, de agua, de fuego, de refugio...

Zonas que se transforman con las estaciones de tu vida.

Este mapa no es para entenderlo con la cabeza, sino para sentirlo con el cuerpo.

Es una brújula emocional.

Cada zona guarda un mensaje.

Ninguna es un error.

Todas son necesarias.

Cierra los ojos un instante.

Respira.

Y cuando los abras, observa el mapa.



¿Dónde te sientes hoy?
¿Dónde crees que está latiendo
tu semilla, o tu espora?

MAPA DEL JARDÍN INTERIOR

Tu jardín interior tiene estaciones...
y zonas sagradas.



TU JARDÍN REVELA MÁS DE LO QUE IMAGINAS

Todo jardín tiene zonas visibles... y otras más profundas. Este es solo un fragmento de las preguntas que utilizo para ayudarte a diseñar no solo un espacio natural, sino también tu propio proceso de transformación.

¿En qué zona de tu jardín interior estás hoy?

(Marca lo que resuene contigo, no hay respuestas correctas)

Zona de sombra: estoy observando mi dolor sin huir

Zona de sol: empiezo a mostrarme tal como soy

Zona de fuego: hay algo que debe transformarse

Zona de agua: necesito escucharme más profundamente

Zona en ruina: algo se cayó, pero tal vez debía caer...

Zona de refugio: mi espacio seguro.

ZONA SEMILLA

Tu intención.


Tu latido actual.

Lo que quieres sembrar ahora.



HAY BELLEZA TAMBIÉN EN LOS RINCONES NO DISEÑADOS.
A VECES AHÍ EMPIEZA EL JARDÍN MÁS VERDADERO.



A lush green forest path with a large rock and various plants. The path is made of dirt and leads into a dense forest of tall, thin trees. The ground is covered in green ferns and other plants. A large, flat rock is on the left side of the path. In the bottom left corner, there is a small cluster of green and purple plants.

AQUÍ TIENES ESCONDIDA UNA
MEDITACIÓN
BUSCA EL AUDIO.

MEDITACIÓN GUIADA

Escucha a la semilla.



Cierra los ojos.

Coloca ambas manos sobre tu pecho.

Siente el peso, el calor, la verdad de tu cuerpo.

Estás viva. Y eso ya es un milagro.

Respira hondo.

Imagina que entras en un jardín.

No un jardín cualquiera. Este es tuyo.

Fue creado desde tu alma, y todo lo que hay en él te pertenece.

Mira a tu alrededor.

¿Está frondoso o escaso?

¿Silencioso o caótico?

Observa sin juicio. Solo contempla.

Avanza lentamente hasta encontrar un rincón del jardín que te llame.

Ese rincón es un reflejo exacto de cómo estás por dentro.

Quizá haya sombra.

Quizá un brote.

Quizá ruina.

Todo es perfecto tal como es.

Ahora, con cada respiración, empieza a imaginar que de tu corazón nace una luz suave.

Esa luz es tu energía vital, pura y disponible.

Con esa energía vas a crear una semilla de intención.

Una intención para tu vida. No solo para tus plantas, tu jardín o tu casa.

Para ti.

Puede ser una palabra.

Puede ser una emoción.

Puede ser un cambio que estás pidiendo a gritos.

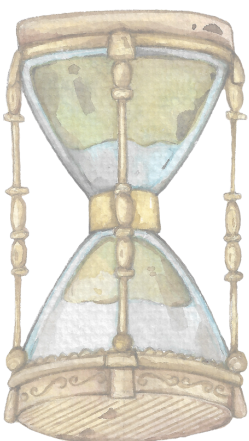
Ponle forma. Ponle fuerza.

Y sostén esa semilla en tus manos imaginarias.



Ahora, con presencia amorosa,
entiérrala suavemente en el suelo fértil
de ese rincón especial.
Hazlo como se hace todo lo importante: con
gratitud, con cuidado, con confianza.
Visualiza que esa semilla empieza a irradiar
una luz que se expande.
Esa luz es tuya.
Es la semilla de tu abundancia.
Y como toda semilla, necesita ser regada con
decisiones, con acción, con verdad.
Respira profundamente.
Siente que algo ya se ha movido dentro de ti.
Eso que ahora vibra, es el comienzo de un
nuevo ciclo.

[AUDIO AQUÍ](#)



HOY HAS SEMBRADO ALGO.
Y CUANDO LO CUIDES, LO
SOSTENGAS, Y LE HAGAS ESPACIO...
FLORECERÁ.

Lo que acabas de hacer no es solo una meditación. Es un gesto. Y todo gesto con conciencia tiene poder. Ahora vas a cerrar este encuentro sembrando algo en el mundo físico. Una acción pequeña que materialice tu decisión interna.

PLANTAR CON INTENCIÓN

Elige una de estas formas de plantar tu intención:

Siembra una semilla real

Cualquier semilla sirve: una lenteja, una judía, una flor silvestre.

Hazlo con cuidado, en una maceta, en el suelo o en el campo. Mientras la cubres con tierra, repite en voz baja:

“Planto hoy una parte de mí que quiere crecer en verdad, florecer con propósito y dar frutos de abundancia.”

Escribe tu intención en un papel y entiérralo

Puede ser una palabra, un símbolo, un deseo claro.

Elige un lugar que tenga sentido para ti. Entiérralo con respeto.

Deja que la tierra lo transforme.

Haz un gesto simbólico a tu manera

Riega una planta especial, prende una vela, ordena un rincón de tu casa.

Haz algo que declare: “aquí empieza una nueva etapa.”



EL MUNDO CAMBIA CUANDO TÚ CAMBIAS.
Y TÚ YA HAS EMPEZADO.



¿Y AHORA QUÉ? LA SEMILLA YA ESTÁ PLANTADA...

Si este cuaderno te movió, si algo dentro de ti pidió más tierra, más raíces, más dirección... entonces ya estás lista para el siguiente paso. He creado algo que no es un curso, ni un libro suelto, ni un conjunto de trucos.

Es una brújula.

Una colección de tres guías prácticas y profundas para ayudarte a cultivar un jardín real y simbólico, que florezca desde tu alma hacia fuera.

Se llama:

COLECCIÓN SEMILLA





EL SECRETO PARA ELEGIR LAS PLANTAS PERFECTAS: EVALUAR TU ESPACIO

Antes de comenzar a crear tu rincón verde, es fundamental conocer el entorno en el que tus plantas vivirán. Cada espacio tiene características únicas, y entenderlas marcará la diferencia entre un jardín vibrante y plantas que luchan por sobrevivir.

Consejo práctico:
Observa cómo cambia la luz a lo largo del día. Usa una app de medición de luz si es necesario.

LUZ
Pregunta clave: ¿Qué tipo de luz recibe este espacio?

- Luz directa: Ideal para plantas como cactus y crasas, vivaces y arbustos.
- Luz indirecta: Perfecta para pothos, calatheas y helechos.
- Espacios oscuros: Opta por plantas como zamioculcas o aspidistra.
- Luz que drita otros el



Los dueños del

La

BENEFICIOS DE TENER MACETAS EN CASA:

- ✓ Las plantas purifican el aire.
- ✓ Reducen el estrés.
- ✓ Transforman cualquier rincón en un refugio vivo.
- ✓ Flexibles, versátiles y fáciles de cuidar.

¡Manos a la Tierra!

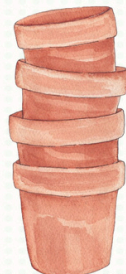
Mini Desafío: Escribe qué planta adoptarás primero. Ya estás comprometido.



MACETAS CON INTENCIÓN:

Es un lienzo en blanco. Preparar, pregúntate:

¿Dónde pondré? Interior, exterior, tantería, colgante.
¿Qué quiero transmitir? Elegancia, minimalismo, color.
¿Qué necesito? ¿Necesita un material?
¿Para qué? ¿Arcilla para humedad, para ligereza, cerámica blanca.



La totalidad de este material está prohibida y es propiedad de La Paisajista - Jardines con Alma SL



HEUCHERA

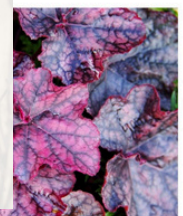
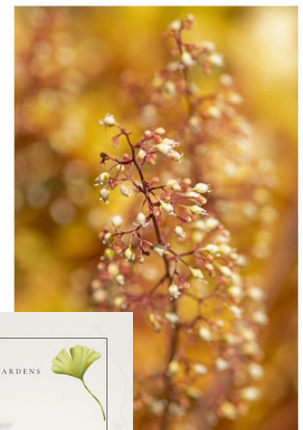
Heuchera spp.

Luz: Media sombra a sombra ligera; algunas variedades toleran pleno sol en climas frescos.

Agua: Prefiere suelos bien drenados y riegos regulares; no tolera sequías prolongadas.

Temperatura: Tolerancia temperaturas de aproximadamente -25 °C a 35 °C.

Dato especial: Su follaje perenne en una amplia gama de colores—desde verde lima hasta burdeos—se convierte en una opción versátil, perfecta para aportar contraste en jardines de son



La reproducción o transmisión de parte o totalidad de este material está prohibida y es propiedad de La Paisajista - Jardines con Alma SL



LA COLECCIÓN SEMILLA

Incluye:

- Mis plantas con alma: más de 100 especies que he usado durante 25 años
- El mundillo de las macetas: cómo elegir y combinar contenedores con sentido
- Combinaciones infalibles: mezclas que funcionan siempre, en cualquier jardín

💡 Además, acceso a una clase magistral donde te explico cómo usar todo esto para transformar tu espacio... y tu proceso.

Esta colección no es para decorar.
Es para diseñar un espacio que te refleje y te sostenga.
Un jardín que no sea solo bonito...
sino verdadero.

LA COLECCIÓN SEMILLA



COLECCIÓN SEMILLA - Tu primer rincón verde con alma ✨ Para cualquier...

El curso definitivo para transformar cualquier espacio con plantas y crear un rincón con alma, si...

Hotmart

GRACIAS POR SER PARTE DEL CAMBIO!



SELFGARDENS
www.comohacerjardines.com