

PATRÍCIA JARIMBA

VIAJE  
DE CURACIÓN  
POR TU  
INTERIOR

365 días para cuidarte  
y transformarte



Luciérnaga

PATRÍCIA JARIMBA

# **Viaje de curación por tu interior**

365 días cuidando de ti  
y transformándote



Ediciones  
Luciérnaga

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web [www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Título original: *Uma viagem de cura pelo seu interior*

Primera edición en Portugal en 2017 a cargo de Planeta Manuscrito

© del texto: Patrícia Jarimba, 2017

© de la traducción: Alex Tarradellas y Rita Susana de Oliveira, 2019

© de la imagen de cubierta: Shutterstock

Diseño de la cubierta: Planeta Arte & Diseño

Primera edición: junio de 2020

© Edicions 62, S.A., 2020

Ediciones Luciérnaga

Av. Diagonal 662-664

08034 Barcelona

[www.planetadelibros.com](http://www.planetadelibros.com)

ISBN: 978-84-18015-14-4

Depósito legal: B. 7.511-2020

Impreso en España – *Printed in Spain*

El papel utilizado para la impresión de este libro está calificado como papel **ecológico** y procede de bosques gestionados de manera **sostenible**.

# Índice

Agradecimientos . . . . .	15
El efecto mariposa . . . . .	17
Introducción . . . . .	19
Inicio . . . . .	23
1 Lo que es importante en mi vida . . . . .	25
2 Conociéndome un poco mejor . . . . .	28
3 Ríe . . . . .	32
4 Siempre hay algo que no me gusta de mí. . . . .	35
5 Haz ejercicio . . . . .	45
6 Nuestros peores sabotadores somos nosotros mismos . . . . .	47
7 La persona más importante de mi vida . . . . .	57
8 Mi altar sagrado . . . . .	59
9 Alineando mis chakras . . . . .	66
10 Solo por hoy . . . . .	79
11 A veces andamos sin brújula . . . . .	81
12 Ilumina tu altar . . . . .	86
13 Baños de descarga . . . . .	90
14 Un viaje de curación . . . . .	94
15 Protege tu aura de energías hostiles . . . . .	99
16 Solo por hoy . . . . .	103
17 La Gran Invocación . . . . .	105
18 La vida de los otros siempre es mejor que la mía . . . . .	108
19 Gratitud . . . . .	115

20	Un momento de reflexión . . . . .	121
21	Practica el arraigamiento. . . . .	124
22	El poder de la oración . . . . .	127
23	Mímate . . . . .	132
24	Mantra del alma . . . . .	134
25	Encuentro con mi Yo superior . . . . .	136
26	Mis cualidades . . . . .	142
27	Reequilibrando mi llama trina . . . . .	145
28	Desperézate . . . . .	151
29	¿Dibujamos un mandala? . . . . .	153
30	Cuidando a mi niño interior . . . . .	158
31	Solo por hoy . . . . .	166
32	Soy lo que soy. . . . .	168
33	Tengo un Ángel de la Guarda . . . . .	172
34	Para y reflexiona. . . . .	178
35	Mi campo áurico . . . . .	180
36	Soy un ser de fuego violeta . . . . .	183
37	Abraza un árbol . . . . .	192
38	Mi madre . . . . .	194
39	Baño de nutrición. . . . .	208
40	Mi padre . . . . .	211
41	El poder curativo del agua. . . . .	225
42	Casa ordenada, vida organizada . . . . .	227
43	El poder de las visualizaciones . . . . .	232
44	Solo por hoy . . . . .	235
45	Mi mundo interior, mi mundo exterior . . . . .	237
46	Los rayos cósmicos. . . . .	241
47	El artista que hay en mí . . . . .	245
48	Lo realmente importante en mi vida . . . . .	248
49	Somos todos uno . . . . .	250

50	Siempre hay alguien que no me cae bien . . . . .	253
51	Un momento de relajación . . . . .	261
52	Curándome y curando el planeta Tierra . . . . .	270
53	Curando a mis antepasados. . . . .	273
54	El Manto Azul de la Gracia . . . . .	278
55	Tengo una misión. . . . .	281
56	Lo que me gusta de mí . . . . .	288
57	Perdonar nos hace libres . . . . .	293
58	Hay cosas que quiero que pasen en mi vida. . . . .	297
	 Fin . . . . .	 301
	Reflexión final . . . . .	303
	Interpretación de los ejercicios . . . . .	305
	Anexo 1 . . . . .	313
	Anexo 2 . . . . .	317
	Bibliografía . . . . .	319

# 1

## Lo que es importante en mi vida

[1 día]

Te propongo que empecemos este trabajo de curación reflexionando sobre lo que realmente es importante para ti. *Cuáles son los siete valores que más aprecias y valoras*, qué prioridades tienes en la vida. Puede que sea el amor o la prosperidad financiera, puede que sea el ocio o la belleza, puede que la amistad o la sinceridad... Sea lo que sea, identifica qué supone una prioridad para ti, empezando siempre por registrarlo en orden decreciente, de lo más importante a lo menos importante, en los siguientes espacios:

Seven heart-shaped boxes arranged in three rows, numbered 1 to 7 from top-left to bottom-right. The boxes are intended for writing down the most important values in one's life, ordered from most to least important.

Tras identificar lo que tiene más valor para ti en el presente, te pido que reflexiones sobre el porqué de cada prioridad/valor que has identificado:<sup>1</sup>

Para mí es importante ....., porque .....

.....

Para mí es importante ....., porque .....

.....

Para mí es importante ....., porque .....

.....

Para mí es importante ....., porque .....

.....

Para mí es importante ....., porque .....

.....

Para mí es importante ....., porque .....

.....

Para mí es importante ....., porque .....

.....

---

<sup>1</sup> Ejemplo: «Para mí es importante el amor, porque considero que sin este sería una persona muy triste y vacía».



---

La vida es una cajita de sorpresas  
que vale la pena vivir.

---

# 2

## Conociéndome un poco mejor

[1 día]

Siguiendo con este trabajo de transformación, propongo un ejercicio sencillo y relajado: propongo que te centres en el color de tu aura,<sup>2</sup> algo muy útil para entender cómo te encuentras en este momento y que revelará mucho sobre ti.

¿*Qué es el aura?* El aura es un campo de energía sutil o magnético que penetra y rodea el cuerpo físico de todos los seres vivos, y que no es visible a simple vista. Tiene el mismo contorno que el cuerpo físico. Su tamaño depende de la evolución espiritual de la persona, por lo que tiende a ser más grande en aquellas más espiritualizadas. Por ejemplo, una vez asistí a una conferencia de Divaldo Franco Pereira, espiritista brasileño, e, incluso estando sentada al fondo de la sala, sentí cómo me tocaba y me abrazaba su aura, y me invadía un estado de calma.

El aura es la expresión del interior de la persona en el momento en el que se analiza y puede alertar sobre algo que no se encuentra bien, como un problema de salud que se manifiesta, originado en el campo mental o emocional. Hay personas —las que poseen el don de la clarividencia o de ver con claridad— que consiguen percibir con más facilidad los colores y la textura de las auras. Incluso existe una máquina que registra los colores del aura, la *Kirlian*.

Un aspecto muy interesante es que, como el aura forma parte de nosotros, es una de las primeras cosas que las personas notan o sienten cuando están cerca, lo que en cierto modo explica el fenómeno de atracción por unas personas y el fenómeno de repulsa por otras. La atracción se da cuando las auras son parecidas o tienen calidad para compartir o intercambiar algo, y

---

<sup>2</sup> Como soy lectora de aura, no quiero dejar de mencionar que el ejercicio sugerido aquí sirve para realizar un análisis externo de los colores de tu aura y no tiene nada que ver con el método de lectura del aura de la Foundation for Spiritual Freedom —que yo practico y sigo—, fundada por Michael Fikaris, que «conversa» con el espíritu de la persona, revela sus colores/vibraciones más profundos y le concede orientaciones importantes para el cumplimiento de su propósito de vida.

conducen a relaciones beneficiosas. La repulsa se da porque las auras son opuestas y se genera antipatía o una sensación de hostilidad. Por tanto, no es casualidad que a veces tu sexto sentido acierta con respecto a alguien.

Cabe señalar que el aura no siempre permanece igual; se altera según nuestras experiencias, estados de ánimo, sentimientos y pensamientos.



---

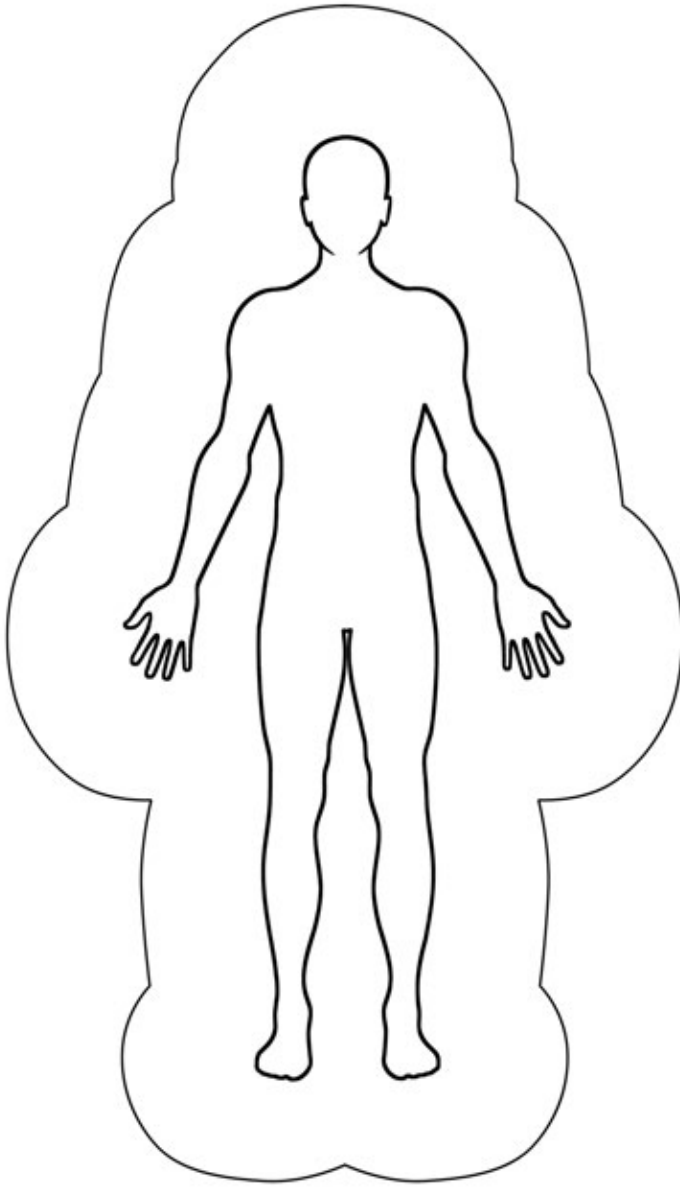
## EJERCICIO

### *El color de mi aura*

Para realizar este ejercicio no necesitas tener capacidades extrasensoriales, solo tienes que recurrir a unos lápices o ceras de colores (los que tengas o prefieras) y, siguiendo tu intuición, pintar el aura de la imagen siguiente, que representa tu aura en este momento.

Si temes o sientes que tendrás dificultades, guíate por la intuición, saca los colores del estuche, mézclalos con los ojos cerrados y elige uno al azar, sin mirar. Si sientes que tu aura tiene más de un color, pínjala en las zonas que te diga tu intuición, del modo que sientas. Asimismo, si sientes que no debes pintarla, déjala en blanco. Lo importante para que este ejercicio salga bien es que te relajes y dejes tu mente tranquila, permitiendo que tu lado racional no intervenga.

Después de pintar tu aura, avanza hasta la página 305 para conocer el significado de los colores y, de este modo, poder hacer la interpretación de tu propia aura y anotar en la página siguiente tus conclusiones.



*Mi aura revela que soy una persona:*

---

---

---

---

Eres un ser maravilloso, especial y único.  
No lo dudes jamás.

---