

— |

| —

— |

| —

Ediciones Cydonia S.L.
<http://www.edicionescydonia.com>
Apartado de Correos 222
PORRIÑO- Pontevedra

© Ediciones Cydonia, 2017
© Eduardo Lurueña
Primera edición, octubre de 2017

Printed in Spain - Impreso en España
I.S.B.N. 978-84-947223-1-8
Depósito Legal: VG 625-2017
Imprime: Reprográficas Malpe

Reservados todos los derechos. Ni la totalidad ni parte de este libro puede reproducirse o transmitirse por ningún procedimiento electrónico o mecánico, incluyendo fotocopia, grabación magnética o cualquier almacenamiento de información y sistema de recuperación, sin el permiso escrito de Ediciones Cydonia S.L.

**TÚ PUEDES HACER
MILAGROS**

EDUARDO LURUEÑA



— |

| —

— |

| —

Índice

| | |
|---|------------|
| Presentación | 9 |
| CAPÍTULO 1 | |
| LOS MILAGROS EXISTEN | 11 |
| CAPÍTULO 2 | |
| PUEDES CUMPLIR TUS SUEÑOS | 23 |
| <i>CREER ES CREAR.....</i> | <i>28</i> |
| CAPÍTULO 3 | |
| ABRE TU MENTE | 39 |
| CAPÍTULO 4 | |
| LA EXTRAORDINARIA ENERGÍA HUMANA | 47 |
| <i>CÓMO UTILIZAR LA ENERGÍA</i> | <i>47</i> |
| <i>ABSORBE Y ENFOCA ENERGÍA.....</i> | <i>50</i> |
| <i>Dan Tien Superior de las emociones</i> | <i>51</i> |
| <i>Dan Tien Medio</i> | <i>51</i> |
| <i>Dan Tien Inferior.....</i> | <i>52</i> |
| CAPÍTULO 5 | |
| LA POLARIDAD | 57 |
| CAPÍTULO 6 | |
| LUCHANDO CONTRA EL MUNDO | 63 |
| <i>TODO SER HUMANO TIENE UN POTENCIAL SIN LÍMITES ...</i> | <i>69</i> |
| CAPÍTULO 7 | |
| EL ORIGEN DEL PODER..... | 73 |
| CAPÍTULO 8 | |
| EL PODER DE LA MENTE SOBRE LA MATERIA | 87 |
| <i>NUNCA TE RINDAS.....</i> | <i>91</i> |
| <i>EL PODER DE LA ENERGÍA.....</i> | <i>95</i> |
| <i>EXPERIENCIA REAL.....</i> | <i>97</i> |
| CAPÍTULO 9 | |
| ELEGIDOS PARA LA GLORIA..... | 105 |

| | |
|--|------------|
| CAPÍTULO 10 | |
| MÁS ALLÁ DE LOS LÍMITES HUMANOS | 117 |
| <i>EXPERIENCIA REAL.....</i> | <i>120</i> |
| CAPÍTULO 11 | |
| LEVÁNTATE Y ANDA..... | 125 |
| CAPÍTULO 12 | |
| CÓMO ALCANZAR TUS SUEÑOS | 131 |
| CAPÍTULO 13 | |
| MÁS ALLÁ DE TUS SENTIDOS | 141 |
| <i>CÓMO VER EL AURA DE LA GENTE.....</i> | <i>155</i> |
| CAPÍTULO 14 | |
| EL AUTÉNTICO ENGAÑO..... | 157 |
| CAPÍTULO 15 | |
| MENSAJES DE DIOS | 171 |

— |

| —

— |

| —

— |

| —

— |

| —

Presentación



Usa el código QR en tu dispositivo
o teclea en Youtube:
«Lurueña Deportes Cuatro»

¡Hola! Mi nombre es Eduardo Lurueña. ¿Que quién soy? Soy una persona normal y corriente, como tú, pero que ha podido lograr cosas extraordinarias que a priori podrían parecer imposibles, tales como resistir el empuje y la fuerza de más de cincuenta personas, ganar nueve campeonatos mundiales de artes marciales, hacer el pino con solo un dedo, romper ladrillos con la punta del dedo índice, pelear contra luchadores que pesaban el doble que yo o combatir con los ojos vendados en la final de un torneo mundial. De todo ello, lo más destacable es tener la oportunidad de viajar fuera de nuestro planeta... Sí, viajar al espacio.

Si piensas que este libro trata sobre mí estás muy equivocado; este libro es sobre ti, sobre todo el poder que llevas en tu interior. Deja que te guíe para que puedas convertirte en un “creador de milagros”, para que seas capaz de encontrar tu camino en la vida y alcanzar tu plenitud, para que logres sanar tu cuerpo y tu mente y después puedas sanar a otros, y llegues a realizar hazañas que parecen increíbles. Todo lo que muestro en este libro es REAL. El momento del cambio ha llegado, y serás testigo de cosas tan asombrosas que cambiarán tu vida hasta lograr la hazaña más épica: ser feliz.

— |

| —

— |

| —

Capítulo 1

Los milagros existen

“ Hay dos maneras de vivir: puedes vivir como si nada fuera un milagro o puedes vivir como si todo fuera un milagro.
Albert Einstein

A LO LARGO DE NUESTRA EXISTENCIA ACEPTAMOS como algo normal que nuestras vidas sean anodinas, tristes y sin esperanza de que suceda algo que se salga de la norma. La sociedad nos pide que produzcamos y consumamos, y que cumplamos nuestra función sirviendo al Estado que nos gobierna; de lo contrario te conviertes en un delincuente, en un paria. En una sociedad en la que las cosas extraordinarias no interesan, en la que las noticias de televisión solo van dedicadas a promover el morbo y mostrarnos la peor cara de la sociedad, sin dejar espacio para la parte positiva, pues en el día a día pueden llegar a producirse cientos de buenas noticias que nos alegren y animen. Quizás sea el ambiente tan deprimente en el que vivimos el que provoque tantos malos sucesos en nuestro mundo.

Posiblemente reciba ataques por mostrarte la verdad en este libro, por hablar de cosas asombrosas realizadas por personas asombrosas... como tú. En estos tiempos oscuros en los que no hay espacio para la espiritualidad, nos damos cuenta de que esa es la carencia que da lugar a las frustraciones, las malas emociones y los actos que azotan a nuestra sociedad.

La espiritualidad (y no me refiero a la religión, que es algo muy personal), es algo muy real. No se trata de fe o de creer en cosas porque sí, se trata de experimentar, ver y sentir el poder real que nos rodea, una energía real que trae luz a nuestra existencia, y gracias a la cual podemos llegar a realizar auténticos milagros. Siempre buscamos fuera de nosotros a Dios para que solucione nuestros problemas, y no nos damos cuenta de que tenemos algo divino en nuestro interior. Seguramente no sepa entender que significa Dios, pero lo que sí sé es que en este mundo hay tanta oscuridad y maldad como bondad y luz. Estoy convencido de que si entre todos hacemos arder la llama que arde en nuestro interior podemos llegar a crear un mundo mejor.

Si hablamos de espiritualidad, la gente piensa erróneamente que se trata de algo etéreo, algo que proviene de la imaginación, pero no es así, y del mismo modo que está demostrado científicamente que la mente afecta a la materia (te mostraré las evidencias irrefutables a lo largo de esta obra), vivir de un modo más espiritual tiene también muchos beneficios físicos, palpables y mensurables estadísticamente. Veamos por ejemplo el caso de dos de los países con menor incidencia de cáncer en el mundo: India y Japón. Es curioso que dos de los países más poblados del planeta – en especial India –, y que se rigen por una mayor espiritualidad, fe, búsqueda del honor y felicidad, sean los que viven más protegidos frente a la mayor plaga médica de nuestro tiempo. Además, gracias a la práctica de la meditación y a sus costumbres de paz y de búsqueda de bienestar, estas culturas tienen la capacidad de gestionar mejor las emociones, y están más abiertas a la idea de que la vida es mucho más que ganar dinero y prestigio; prueba todo ello de que tenemos que dejar de vivir de un modo tan superficial. Está demostrado que el ser humano somatiza en el organismo los traumas emocionales, aumentando el riesgo de infartos, úlceras, depresión, migrañas y otras muchas dolencias. El equilibrio mental es muy importante para la salud, pues el estrés emocional debilita las defensas de nuestro cuerpo, necesarias para enfrentarse a todos los elementos dañinos a los que nuestro organismo se expone constantemente.

Cuando me preguntan si existen los milagros, contesto sin dudar que sí, pues además de haber sido testigo de ellos, yo mismo he podido realizar proezas asombrosas, no por ser alguien especial, sino porque he aprendido a ver dentro de mí. Para llegar a este punto tuve que pasar muchas pruebas y sufrimientos, pero una vez se conoce el camino todo es más fácil, y con este libro quiero que llegues a despertar tu “divinidad” sin pasar tantas penurias como yo. Prueba de ello son mis alumnos, pues ellos, al ver lo que yo era capaz de realizar, eliminaban la duda y el miedo y eran capaces de llevar a cabo cosas extraordinarias de una manera más rápida y sin tener que pasar por lo que yo pasé.

Es posible que hayas oído alguna vez una historia sobre un niño atropellado, al que su madre salva de la muerte levantando ella sola el coche –o el autobús, según las versiones– bajo el que ha quedado aprisionado su pequeño. Historias similares se repiten en relatos de hace cientos de años, aunque sustituyendo los coches o autobuses por carros tirados por caballos. Estas historias parecen tener todos los ingredientes de una leyenda urbana, así que me sorprendió que mi amigo Francisco Campillo me contase un día que él había sido testigo de algo similar en la ciudad de Cartagena. Francisco jamás había oído hablar de esa historia, pero me contó que había presenciado el atropello de un niño y que la madre se había arrodillado para ayudar a su hijo, agarrando sin pensárselo dos veces el coche y levantándolo lo suficiente para sacar al niño de debajo del vehículo.

Esta anécdota me hizo ver que quizás este tipo de sucesos son más comunes de lo que creemos, y que a lo largo de la Historia más de una madre había desarrollado una fuerza prodigiosa para salvar a su hijo: eliminando la duda, solo enfocando la mente en aquello de lo que dependía la vida de su ser querido. Esta es una de las claves, las limitaciones que nos ponemos. Por eso tenemos que vencer nuestros miedos, para poder hacer uso de esa capacidad extraordinaria siempre que sea necesario. Algo así es lo que le ocurrió al padre de mi amigo Pedro González, un hombre de avanzada edad y con una gran cojera que

necesitaba bastón para caminar. Un día, en plenas fiestas de su pueblo, en las que soltaban toros para que corrieran por las calles, sufrió el ataque de uno de estos grandes animales, que se escapó del resto de la manada saltándose la barrera protectora y yendo directo a embestirle. Al verse en esa situación tan desesperada, el padre de mi amigo no se lo pensó dos veces; tiró el bastón y dio un salto asombroso de casi tres metros para encaramarse a una cornisa de una casa que había cerca y así salvar su vida. Cuando pasó el peligro y bajó a la calle, ni el mismo se lo creía; pero había sido algo tan real como que seguía viviendo para contarlo.

También mi hermano pudo sacar una fuerza extraordinaria durante una situación singular. En cierta ocasión, mientras daba una clase de piragüismo en el río Tajo, sus compañeros de clase le gastaron la broma de enganchar todas las piraguas a la suya a la vez que montaban en ellas para aumentar el peso, de tal modo que él no pudiera avanzar y así reírse de él. Mi hermano, confiado, pues ignoraba lo que le habían hecho, se puso a remar y a remar sin parar, como si no tuviera peso detrás de él... cuando de pronto se dio la vuelta y vio todo lo que estaba arrastrando no se encontró con las risas de sus compañeros, si no caras de incredulidad y de asombro. Al descubrir todo lo que estaba “arrastrando”, mi hermano fue invadido por la duda y entonces fue incapaz de dar una sola palada más, no pudo avanzar ni un palmo.

Cuando digo que este poder está al alcance de todos lo digo muy en serio. Yo tuve que “caminar a oscuras” muchas veces, sin saber si lograría llegar a mi destino, pero una vez sabes que es posible porque lo ha hecho otro antes que tú ves que no es algo tan difícil; cuando se conoce el camino y tienes confianza descubres que cualquier cosa está a tu alcance, seas quien seas. Otro ejemplo: en cierta ocasión le mostré a mi alumno Javier Car cómo era capaz de romper tejas de hormigón con la punta de los dedos, como paso previo para que él mismo pudiese romper un ladrillo con la punta del dedo índice. Después de dos años entrenando, yo era capaz de hacerlo con facilidad. Cuando

me vio hacerlo se sorprendió mucho, y entonces yo le animé – en broma– a que lo hiciera, pues creí que no se lo tomaría en serio. Para mi sorpresa él creyó que se lo decía de verdad, así que cogió una teja de hormigón y la rompió con sus dedos con una facilidad pasmosa. Yo me asusté y le cogí la mano por si se había roto los dedos, pero no se había hecho daño. Mientras que yo había tenido que sufrir para lograrlo, él había sido capaz de conseguirlo con facilidad, gracias a su confianza y a eliminar sus dudas.

Estoy convencido de que la mente domina sobre la materia, pero el camino para descubrirlo no fue fácil. Sometido a un entrenamiento férreo y a una disciplina prácticamente militar, mi severo maestro nos sometía a múltiples humillaciones para fortalecer nuestro carácter y, aunque no estaba de acuerdo con su “maltrato”, iba a demostrarle, y sobre todo a mí mismo, que superaría todas las pruebas costara lo que costara. De los cientos de alumnos que habíamos comenzado sus clases, al final solo tres personas superamos su entrenamiento. Con la perspectiva del paso de los años, sé que las palabras degradantes que usaba con nosotros solo buscaban hacernos más fuertes, y también estoy convencido de que en el fondo se preocupaba por nosotros. Prueba de ello fue su actitud durante mi participación en el Campeonato de España de kung-fu del año 2001. En el combate final contra uno de los mejores luchadores de boxeo chino, un gran campeón de la Federación de Lucha, dentro del Consejo Superior de Deportes (Que en la actualidad están en el Departamento de Kung Fu de la Federación Española de Karate), mi maestro empezó a *jalear* al público para que me animara y así pudiera ir más allá de mis límites y ganara la pelea después de muchos asaltos. Todo el pabellón comenzó a gritar mi nombre, y aunque era incapaz de escuchar a aquellos cientos de personas por estar tan concentrado en el combate, pude sentir una energía extra que me dio una gran fuerza para vencer y proclamarme ese año campeón de España. A parte de esta ocasión, mi maestro jamás me demostró más afecto, pero a la larga es algo que me beneficiaría.

Mi preparación fue tan dura que incluso cuando una vez me rompí la mano durante un entrenamiento, él me miró impasible y me dijo que me pusiera en pie y que siguiera entrenando. Tuve que aguantarme, pero según iban pasando las horas y me calmaba el dolor desapareció poco a poco. Al día siguiente tuve que seguir entrenando y golpeando con la mano rota; cada puñetazo dolía como un cuchillo que se me clavaba en los nudillos, pero al momento el malestar desaparecía. Al tercer día mi maestro me mandó a que me escayolara para que el hueso se soldara mejor; aún así seguí entrenando y aproveché las dos semanas que estuve escayolado para potenciar mi otro brazo y mejorar mi meditación. No había manera de pararme, y esto me hizo ver que el dolor es solo una información nerviosa, y que nuestro cuerpo, si está en calma, puede controlarla. Esta experiencia me sirvió también para poder ponerme en pie tras partirme el codo en otro entrenamiento. El ejercicio consistía en saltar por encima de un compañero que estaba de pie; esto era algo que dominaba, así que me apoyé ligeramente en sus hombros, cogí impulso, y crucé mis piernas para presumir, lo que provocó que cayera al suelo de cabeza desde una altura de más de tres metros. Para evitar hacerme daño en la cara puse el codo y éste se quebró. En ese momento respiré tranquilo, sentí que no tenía ningún daño más y me puse en pie con ese hueso roto, poniéndome a entrenar a continuación como si nada hubiera pasado, ante la mirada de asombro de mis compañeros. El mayor daño que sufrí fue el psicológico, ya que cogí miedo a saltar, pero pude superarlo poco a poco gracias a la “Meditación del Valor”, una práctica que explico en este capítulo. Se trata de una técnica de meditación que eliminará tus miedos y aumentará tus capacidades para la vida diaria.

Por lo demás, mi entrenamiento parecía una prueba de supervivencia día tras día: tenía que realizar ejercicios con palos de madera hasta que éstos olieran a quemado, me rompía los dedos y recibía golpes de K.O. cada vez que me enfrentaba a mi maestro; otras veces nos lanzaba tacos de madera a toda velocidad para que los esquiváramos; las caídas y proyecciones eran sobre suelo duro, lo que provocaba que la columna vertebral

pareciera deformada al fisurarnos las vértebras; escalábamos una pequeña montaña arrastrando nuestro cuerpo con la fuerza de los nudillos; bajábamos un monte casi vertical en carrera teniendo que aumentar nuestros reflejos para no matarnos literalmente de la caída... Pese a todo, lo más duro no eran los golpes –como ya he explicado el dolor es solo información nerviosa que podemos controlar–, lo peor era el entrenamiento físico en el que dábamos entre 6.000 y 10.000 golpes cada día, dándolo todo en cada golpe y llegando hasta la extenuación, acabando demacrados tras cada día de práctica.

Pero no todo fue tan... intenso. Recuerdo con cariño mirar a los ojos de mis compañeros y de mi hermano para darnos ánimos y no rendirnos, lo que acabó generando un gran sentimiento de fraternidad entre nosotros, presumiendo sobre quién había aguantado y sufrido más el entrenamiento. También me ayudó mucho descubrir un mundo interior y espiritual, que era en buena media la razón por la que comencé a practicar artes marciales. Cada verano íbamos a entrenar al campo, y allí experimenté cómo mi maestro me curaba con sus manos una rotura fibrilar en mi muñeca izquierda solo concentrando su energía. Para mí fue algo mágico, haciéndome ver que aquello era lo que buscaba para hallar respuestas. Durante diez años tanto mi mente como mi cuerpo fueron forjados con disciplina, lo que me enseñó a dominarme a mí mismo y a mi entorno. Una de las experiencias más bonitas la viví durante la etapa final de mi preparación con este maestro, al que apodaban cariñosamente “maestro Astilla”, como el *sensei* de *Las Tortugas Ninja*, ya que además de ser maestro de kung-fu, también era carpintero. Recuerdo que el último año que fuimos al campo a entrenar nos pusimos todos a meditar al atardecer, rodeados de pinos y del sonido ensordecedor de las chicharras veraniegas. El ejercicio consistía en visualizar que salíamos de nuestro cuerpo y sentíamos cómo acariciábamos y calmábamos a las chicharras. Al principio nos lo tomamos a broma, pero en pocos minutos el sonido empezó a desaparecer hasta que a los diez minutos estábamos en silencio total. Juro por mi vida que esto sucedió tal y



como lo cuento, y te animo a que lo pruebes cuando estés en el campo en un momento de calma. A lo largo de estas páginas te enseñaré a alcanzar ese estado de tranquilidad y calma.

También fue durante un entrenamiento en plena naturaleza cuando tuve mi primera experiencia con lo que suele llamarse “el Tercer Ojo”, lo que me permitió ver a aquellos que me rodeaban con un suave brillo en plena oscuridad, algo que me ayudaría en un futuro a poder luchar sin ver a mi rival. Aquella era una época en la que la práctica de la meditación cambió muchas cosas dentro de mí; a veces sentía que mi cuerpo se había “girado” y estaba mirando a otro sitio, pero en realidad cuando abría los ojos seguía en el mismo lugar. En otras ocasiones veía fogonazos de luz blanca dentro de mi cabeza pese a tener los ojos cerrados, mi cuerpo se movía en círculos (esto ocurre porque la energía entra en el cuerpo de manera circular), e incluso tanto mis compañeros como yo vivimos situaciones en las que fuimos capaces de percibir cosas antes de que ocurrieran... aquellas experiencias se volvieron algo normal para nosotros, y cuando tú lo practiques podrás comprobarlo por ti mismo. Todo lo que muestro en estas páginas es una verdad demostrable a través de tu experiencia real.



*Aquello que no te mata
te hace más fuerte*

Friedrich Nietzsche

CONSEJO PARA LA VIDA

No temas a las situaciones difíciles, trata de buscar siempre el lado positivo que sirva para fortalecerte y adquirir confianza en ti. Posiblemente esa situación te muestre el camino para sortear circunstancias aún más complicadas con las que te encuentres en la vida. Míralo como un reto, como una manera de poner a prueba tus límites para así poder superarlos.

Y es que estas experiencias son más comunes de lo que pensamos. Si preguntamos a la gente que conocemos, seguro que una gran parte reconoce que en algún momento de su vida han protagonizado algo que no tenía explicación. Eso es lo que quiero enseñarte, la fuerza sobrehumana que nace de lo mejor de nosotros, de la necesidad de luchar por lo que más queremos, que alimenta nuestra llama interior para generar un fuego que puede romper cualquier barrera o limitación preestablecida para nuestro cuerpo. En este libro te mostraré curaciones asombrosas avaladas por informes médicos, hazañas impresionantes dignas de los cómics de superhéroes, y descubrirás un universo lleno de magia y muchas otras cosas que van más allá de lo que jamás podrías imaginar. Y lo más importante es que, si sigues mis consejos, tú también vas a ser capaz de lograr estas proezas. Hace tiempo que a estas proezas no las llamo milagros, porque significaría que son algo extraordinario, yo las considero algo natural e inherente al ser humano. Siempre digo que mi trabajo es hacer posible lo imposible, y convertir lo extraordinario en algo cotidiano. Déjame mostrarte los grandes secretos del Cosmos y cómo convertirte en un *Creador de Milagros*.



RECOMENDACIONES IMPORTANTES

La espiritualidad te ayuda que tengas una existencia que va más allá de una limitada vida superficial. Te ayuda a encontrar la felicidad y el bienestar, sea cual sea tu situación, y además te permite ver la verdadera realidad objetiva, que va más allá de lo que nuestros ojos pueden percibir a primera vista.

La duda y el miedo son tus peores pero enemigos, el enemigo no está fuera, está en ti.

Entra en una dinámica positiva, cogiendo confianza poco a poco y día a día y verás que entras en una dinámica de éxito.