



# Como si todo fuera un milagro

**Daniel Lumera**

Una obra luminosa y transformadora que enseña a redescubrir la capacidad de maravillarse y a vivir cada instante con ligereza, integridad y plenitud.

**Una obra luminosa y transformadora que enseña a redescubrir la capacidad de maravillarse y a vivir cada instante con ligereza, integridad y plenitud.**

A todos nos sucede, tarde o temprano. En algún momento de nuestra vida ocurre algo y empezamos a sufrir. Todas las certezas se desmoronan y lo que antes tenía sentido, de repente ya no lo tiene. Según la milenaria tradición oriental, cada ser humano nace como un cuenco íntegro, perfectamente capaz de contener en su interior belleza y felicidad. Con el tiempo, sin embargo, los acontecimientos hacen que en ese cuenco se formen grietas más o menos profundas. Así, la belleza y la maravilla que la vida nos ofrece se dispersan, y nos sentimos incompletos, imperfectos, insatisfechos, como si la felicidad se nos escurriera entre las manos y ya no pudiéramos alcanzarla.

La buena noticia es que existe un camino que nos permite devolver al cuenco su integridad, haciéndonos de nuevo capaces de retener la belleza y la alegría: el sendero de los *Patra*. Un camino sencillo y delicado, hecho de presencia, cuidado y amabilidad. Un viaje de descubrimiento para despertar el poder extraordinario que habita en cada uno de nosotros. El poder de crear mundos infinitos, de transformar el dolor, la crisis y las pruebas más duras en una experiencia de realización y amor. Un poder accesible a todos, que nos reconecta con nuestro estado natural de salud, bienestar y creatividad.

Este es el camino al que nos invita Daniel Lumera, quien, a través de relatos, historias personales y experiencias prácticas, nos propone seis pasos para vivir con ligereza, felicidad y asombro. Para redescubrir, en la sencillez y la fuerza de enseñanzas atemporales, las claves que nos permiten atravesar las crisis, hacer florecer nuestra vida y vivir cada día como si fuera un milagro.

**Fecha de publicación:**  
18/02/2026

**Sello Editorial:**  
Diana

## Contacto de prensa

**Nombre:** Paloma Cordón

**Teléfono:** 93 492 86 33

**Email:** pcordon@planeta.es

## Daniel Lumera

**Daniel Lumera** es biólogo naturalista, escritor y research fellow en sociología de los procesos culturales y comunicativos. Es un referente internacional en el área de las ciencias del bienestar, la calidad de vida y la práctica de la meditación, que estudió y profundizó con Anthony Elenjimitam, discípulo directo de Gandhi. Autor de diversos libros, todos ellos bestsellers en Italia, ha ideado el método My Life Design®. Es fundador del International Kindness Movement y trabaja para que diversas ciudades europeas, entre ellas Madrid y Barcelona, se unan al programa de Ciudades Gentiles.