

## **El libro para recuperar la ilusión que ha conquistado a miles de lectores de toda España**

**El libro de '21 días para recuperar la ilusión' del joven maestro especializado en coaching educativo, Abraham Xerach, ha supuesto toda una revolución a un mes de ser publicado**

En los últimos tiempos, hay una creciente conciencia de ocupar tiempo y recursos en conocer estrategias que nos ayuden a vivir una vida más plena y feliz, alcanzando mayores cotas de éxito y realización personal. Temas como la inteligencia emocional, el crecimiento personal y la autoestima, despiertan el interés de una sociedad consciente de la importancia de sentirse bien, sentirse pleno en el significado más amplio de la palabra.

El autor se ha propuesto, con la que es su primera publicación, proporcionar estrategias útiles, prácticas y efectivas, que ayuden al lector a realizar cambios positivos que contribuyan a su bienestar. En palabras de Abraham: "Supone una guía que nos hará mantenernos enfocados en aquello que nos da poder dirigiendo nuestros pasos, con determinación y seguridad, hacia las propias metas personales".

Este manual, acompañará al lector a través de veintiuna jornadas con experiencias prácticas y efectivas, demostrándonos que, en la mayor parte de los casos, sentirnos bien y capaces sólo dependerá de utilizar las estrategias más adecuadas para lograrlo.

En las próximas semanas tendrá lugar la conferencia y presentación del libro en diferentes ciudades españolas, comenzando el próximo jueves 22 de septiembre en Las Palmas de Gran Canaria y 30 de septiembre en Santa Cruz de Tenerife, en Canarias, lugar de procedencia del autor. Continuará las presentaciones en Madrid capital, que será el día 12 de noviembre. Las presentaciones han sido estructuradas siguiendo un esquema muy didáctico, en el que se pretende que el público asistente se vaya a casa con herramientas que le permitan profundizar en la búsqueda de su bienestar.

La obra, disponible en la web [www.abrahamxerach.com](http://www.abrahamxerach.com) y en Amazon, ha supuesto toda una revolución para los lectores habituales de libros de crecimiento personal, que han destacado la sencillez y el gran componente práctico de las propuestas. "21 días para recuperar la ilusión" ha llegado para convertirse en una obra de referencia para aquellos que buscan en este tipo de literatura autoconocimiento y estrategias útiles para sentirse cada día mejor.

### **Datos de contacto:**

Laura Martel

Categorías: [Nacional](#) [Educación](#) [Literatura](#) [Canarias](#) [Medicina alternativa](#) [Otros](#) [Servicios](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>