

# No te hagas daño a ti mismo



**Anselm Grün**

## SINOPSIS

Las heridas que todos tenemos en nuestro corazón y la libertad cristiana son los dos ejes sobre los que gira este libro del autor de «Portarse bien con uno mismo»; «Cincuenta ángeles para acompañar el año» y «La sabiduría de los padres del desierto». En la mayoría de las ocasiones, las heridas del corazón tienen su origen en nosotros mismos, y el único camino para sanarlas es la libertad que proviene de Cristo.

Anselm Grün nos propone un viaje desde la Antigüedad (Epicteto, Juan Crisóstomo y algunos textos bíblicos) hasta el mundo de hoy para mostrarnos que determinadas situaciones humanas son permanentes. Cuando consciente o inconscientemente nos hacemos daño a nosotros mismos, descubrimos en la mística de la libertad cristiana esa alternativa cierta que nos permite vivir con una razonable felicidad.

Anselm Grün es un reconocido maestro espiritual y un exitoso autor de libros de meditación y acompañamiento personal...

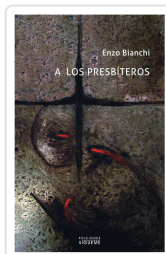


<b>Editorial</b>	SIGUEME, EDICIONES
<b>Materia</b>	ESPIRITUALIDAD CRISTIANA
<b>Colección</b>	NUEVA ALIANZA MINOR
<b>EAN</b>	9788430122851
<b>Status</b>	Disponible
<b>Páginas</b>	144
<b>Tamaño</b>	190x120x0 mm.
<b>Peso</b>	170
<b>Precio (Imp. inc.)</b>	14,00€
<b>Fecha de lanzamiento</b>	23/04/2026

## Títulos relacionados



**CANTO DEL PAN, EL RONCHI, ERMES**  
RONCHI, ERMES



**A LOS PRESBITEROS**  
BIANCHI, ENZO



**COMPASION**  
LACHMANOVA, KATERINA