

ESPIRITUALIDAD • PSICOLOGÍA • ESTOICISMO



No te hagas daño a ti mismo

Anselm Grün

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.

Nueva Alianza minor, 2
ISBN: 978-84-301-2285-1
Formato: Rústica, 12 x 19 cm.
Páginas: 144
Peso: 170 gr.
Idioma original: alemán
Edición: 8ª
Thema: QRVK - IBIC: HRCS
Nuevo precio: **14 €**



Anselm Grün nació en 1945. Es monje benedictino en la abadía de Münsterschwarzach (Alemania), doctor en teología y consejero espiritual.

Sus numerosas publicaciones se sitúan en el ámbito de la meditación, el acompañamiento espiritual, y el desarrollo y la integración de la personalidad.

ISBN-13: 978-84-301-2285-1

**DESTINATARIOS:**

Lectores en general
Lectores de psicología y estoicismo
Lectores de espiritualidad

TIPO DE LIBRERÍA:

Librería general
Librería de humanidades
Librería religiosa especializada

TÍTULOS RELACIONADOS

Anselm Grün
PORTARSE BIEN CON UNO MISMO

Rústica, 12 x 19 cm. 144 p. **12 €**



Anselm Grün
LA SABIDURÍA DE LOS PADRES DEL DESIERTO

Rústica, 12 x 19 cm. 144 p. **14 €**



Krzysztof Lesniewski
LAS ENFERMEDADES DEL ESPÍRITU
Diagnóstico y tratamiento en clave cristiana

Rústica, 13,5 x 21 cm. 240 p. **19 €**



Jennifer Benson
EL PODER DEL PERDÓN

Rústica, 13,5 x 21 cm. 160 p. **15 €**