

Låt smärtan i ditt sinne läkas

av Craig Groeschel

FEBRUARI 2026

Det hopp Bibeln ger gällande oro och ångest, depression, utbrändhet, och känslorna som ingen talar om

Finn en livsförvandlande väg till psykiskt och emotionellt välmående.

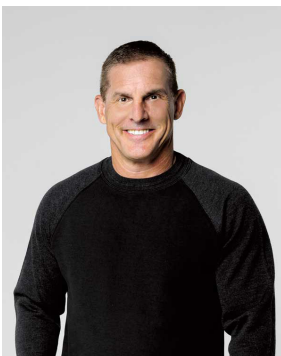
Många av oss vet hur det känns att sitta fast i tankar och känslor som tycks omöjliga att komma ur. Craig Groeschel hade varit en respekterad pastor, lyckligt gift och pappa till välanpassade barn i nästan trettio år, när han insåg att han hamnat i ett stort mörker som han inte kom ur. På utsidan såg allt bra ut, men inombords brottades han med ångest, utbrändhet och andra intensiva känslor som han inte förmådde skaka av sig. Då träffade han "dr C".

Dr Wayne Chappelle är en klinisk psykolog med flera årtiondens erfarenhet av att hjälpa högt uppsatta militära ledare och elitsoldater samt professionella idrottare och olympier att övervinna psykiska och känslomässiga påfrestningar i intensiva och utmanande situationer. Tillsammans pekar Craig och dr C ut en framkomlig och praktisk väg framåt, och ger dig verktygen du behöver för att börja läkas i dag.

Den här boken hjälper dig att:

- Inse att du inte är ensam om att brottas med oro och ångest, depression, utbrändhet och ilska.
- Identifiera och sätta ord på känslorna, vilket är första steget för att kunna ta itu med dem.
- Förstå vad som egentligen ligger bakom dina mentala och känslomässiga svårigheter.
- Utveckla specifika och praktiska strategier för att förändra giftiga tankemönster och beteenden.

Du behöver inte fortsätta leva med psykisk och emotionell smärta i ditt liv. Gud längtar efter att få ge dig läkedom och lindring. Det är dags att bli fri.



CRAIG GROESCHEL är en författare på New York Times bästsäljarlista, samt grundare och huvudpastor för Life.Church, som skapade gratisappen YouVersion Bible och är en av världens största församlingar. Han har skrivit nitton böcker, och leder den topprankade podcasten Craig Groeschel Leadership Podcast. Han talar regelbundet på Global Leadership Networks ledarskapskonferenser, som varje år når hundratusentals ledare över hela världen. Craig

och hans fru Amy bor i Oklahoma. För kontakt och mer information, gå in på www.craiggroeschel.com.



Craig Groeschel
Låt smärtan i ditt sinne läkas

239kr

ART NR: BCG0231
ISBN: 978-91-89920-23-1
MJUKBAND
300 SIDOR

 **LIVETS ORDS
FÖRLAG**

POSTADDRESS Box 17, 751 03 Uppsala TELEFON: 018-489 81 00
E-POST: order@livetsord.se HEMSIDA: webshop.livetsord.se