

## Introducción<sup>1</sup>

Este libro no ha sido concebido para ser leído superficialmente tumbado en el sofá. No te invita sólo a meditar sobre el estado de tu vida. En cambio, está pensado para echar por tierra cualquier idea falsa que puedas tener sobre la sanidad, para desvelar cualquier patrón cultural en tus creencias que te esté engañando, para corregir cualquier malentendido que puedas tener acerca de Dios, y para poner a la luz estas áreas oscuras de rechazo que hay en tu vida.

Además, este libro no está diseñado para entrar en el debate entre psicología y teología, ni para diferenciar entre problemas “emocionales” y problemas “espirituales”. En cambio, partiendo de la base de que todos nuestros problemas se originan en una deficiencia para reflejar la imagen de Dios, este libro te hablará directamente, sean cuales fuesen las áreas en las que estás luchando, invitándote a examinarte a ti mismo mediante unas preguntas que tocarán de lleno tu corazón, te motivarán para hacer cambios en tu vida, y te harán experimentar la sanidad que Dios quiere para ti.

Después de todo, es la Biblia – la Palabra de Dios – que muestra el camino para la libertad y la plenitud, ofreciendo soluciones para tus luchas, llámense depresión, ansiedad, pánico, adicción, o culpa. Encontrarás estas soluciones al comprender algunos de los retos básicos de tu desarrollo y al admitir que has fallado en cierta medida – como todos nosotros- en aquellos retos de tu crecimiento. Al responder adecuadamente a estos retos ahora, experimentarás cambios que sanan.

Permita que te explique brevemente por qué. Mientras no hemos desarrollado la “ semejanza ” de Dios en las áreas vitales de nuestra persona, no vivimos (“funcionamos”) como hemos sido diseñados para “funcionar”. Responder satisfactoriamente a estos retos supone crecer en la “semejanza” de Aquél que nos creó y, de hecho, nos hace reflejar la imagen de Dios. Si nos esforzáramos en ellos, mejoraríamos grandemente el “funcionamiento” de nuestra vida diaria.

Los siguientes cuatro retos – cosas que Dios hace perfectamente, pero que a nosotros, sus hijos, nos cuesta a menudo mucho trabajo hacerlo bien – son fundamentales en nuestro camino hacia la sanidad:

- Relacionarse con otros
- Separarse de otros
- Discernir el bien del mal
- Llegar a ser adulto

(...)

**Dr. Henry Cloud**  
(Newport Beach, California, 1994)

---

<sup>1</sup> (traducido por Oliver Py del *workbook*, ‘guía de estudio’, que no existe en Castellano)

## SOBRE EL LIBRO (345 páginas):

En este novedoso libro, el *Dr. Cloud* lleva al lector paso a paso a través de las cuatro tareas básicas para llegar a ser una imagen madura ante Dios:

- Vincularse con los demás
- Separarse de los demás
- Clasificar lo bueno y lo malo en nosotros mismos y en los demás
- Convertirse en adulto

El *Dr. Cloud* no sólo explica y describe cada tarea, sino que también identifica los problemas resultantes cuando no logramos alcanzar ese objetivo, y nos muestra qué cambios hacer en nuestra vida para que se produzca la sanidad.

*"CAMBIOS QUE SANAN ha tocado mi vida más que cualquier otro libro que haya leído"*  
**Josh McDowell**

## SOBRE EL AUTOR

(Extracto del “Resumen histórico de la ‘Cura de almas’”, S. Py):

Años 90:

**Henry Cloud**, otro psicólogo cristiano, ha estado buscando igualmente desde varios años una nueva dirección. Le frustraron sus vanos intentos de ‘bautizar’ discernimientos psicológicos para que...parecieran ‘cristianos’, y sus expectativas como consejero cristiano tampoco quedaban satisfechas por las clásicas disciplinas espirituales (tal como se enseñaban y practicaban), ni por los diversos enfoques de consejería o cura de almas en curso. Había observado con preocupación que, aunque la inquietud por el crecimiento personal y la resolución de problemas había ido creciendo durante 30 años en la iglesia evangélica de América, se hacía generalmente una distinción entre “problemas espirituales” (tratados por medio de la oración, del estudio bíblico, del arrepentimiento...) y “problemas emocionales y relacionales” (tratados por terapias, consejería o grupos de trabajo). Constató además que lo que realmente transformaba la vida de las personas, no era considerado como “crecimiento espiritual”. La intensa búsqueda de **Cloud** le llevará finalmente a descubrir en la Biblia los grandes rasgos que van a determinar su nuevo enfoque de consejería cristiana. Su conclusión es que el verdadero crecimiento espiritual, que busca la semejanza con el carácter de Cristo, conforme a los principios reflejados en la Palabra de Dios, es el camino que lleva a la madurez emocional, a la solución de los problemas prácticos de la vida y a la capacidad de relacionarse de manera sana y satisfactoria. También hace énfasis en los “grupos de apoyo” (*support groups*) - cada vez más presentes en las iglesias evangélicas para asistir a personas que seguían una terapia - como ayuda concreta en el proceso de crecimiento. Junto con **John Townsend**, empieza a escribir libros y dar seminarios enseñando sobre su visión global y su aplicación a temas concretos de consejería.

(*Dr. Henry Cloud*, “Cambios que sanan”, Editorial Vida, 2003, p.14; *Dr. Henry Cloud & John Townsend*, “Como crecemos”, Ed. Vida, 2005, cap. 1)