Mujer Completa… En Cristo
¿CÓMO CAMINA UNA MUJER COMPLETA?
Efesios 5:1-20

1. Una mujer completa camina como hija amada de Dios.

Sed, pues, imitadores de Dios como hijas amadas.

Caminemos como hijas amadas. Este verso nos recuerda que somos hijas amadas.
Contemplemos esta verdad y deleitémonos.
Repítelo en primera persona, **"soy una hija amada".**
Qué belleza. Nunca es demasiado repetirnos esa verdad.
En esta vida donde muchas cosas nos duelen.
Donde el amor humano es tan imperfecto y siempre falta.
Donde nos equivocamos tanto y sentimos que no somos dignas de ser amadas por Dios.
Resulta que somos amadas totalmente por Dios.
Repítelo de nuevo **"Dios me ama".** No lo olvides, no lo dudes.
Eres una mujer completa, sencillamente porque Dios te ama.
¿Cómo camina una hija amada?
Feliz, segura, en paz, sin temor, con ánimo, con esperanza. Camina como una mujer completa.
Pablo venía hablando de relaciones interpersonales, y llega al clímax en esta parte.
Como diciendo "simplemente amen", y si tienen alguna duda de hasta dónde debemos amar, pues, ahí nomás, como Dios nos ama a cada uno.
Como hijas amadas, que recibimos ese amor incondicional de Dios, así debemos amar.
Amar como Dios nos ama, es ser benignas como Dios es benigno, es ser misericordiosas, como Dios es misericordioso, perdonando como Dios nos perdona a nosotras.
Del mismo amor que hemos recibido, si realmente lo hemos experimentado, lo podemos dar.
¿Qué más completitud podemos gozar que sabernos amadas por Dios?

2. Una mujer completa camina en amor.

Y sigue diciendo Pablo:

2 Y andad en amor, como también Cristo nos amó, y se entregó a sí mismo por nosotros, ofrenda y sacrificio a Dios en olor fragante.

Efesios 5:2

Dios se da a conocer, se revela a nosotros, a través de Cristo.
Conocemos su ternura, su cercanía, su cuidado, su perdón, su sacrificio.

La máxima prueba de amor de Dios es Cristo.
El amor de Cristo es un amor sacrificial.
Amar como Cristo, no es simplemente sentir amor, sino actuar por amor.
El amor cristiano no se define como una emoción o un sentimiento sino como actuar a favor de otro.
El amor cristiano desea hacer lo que contribuye al verdadero bien del otro.
Da sin esperar nada a cambio.
Tenemos un modelo, por si tenemos alguna duda de cómo debemos amar como mujeres completas.
Porque el amor en nuestro tiempo es un concepto muy tergiversado.
Amar no significa aprobar todo.
Amar no significa cometer pecados "por amor."
Amar no significa querer algo para ti.
Amar no significa que te dejas llevar por el corazón, como dicen algunos en el corazón no se manda."
Amar no significa que no pones límites.
Amar no significa que permites que te maltraten.
El amor de Cristo por nosotros es sacrificio de olor fragante, y cuando nosotras amamos como Cristo también somos un olor fragante. Cada acto en el que realmente amamos, nos parecemos a Cristo.
Somo mujeres completas cuando amamos como Cristo.

3. Una mujer completa camina como heredera del Reino de Cristo y de Dios.

3 Pero fornicación y toda inmundicia, o avaricia, ni aun se nombre entre vosotros, como conviene a santos; 4 ni palabras deshonestas, ni necedades, ni truhanerías, que no convienen, sino antes bien acciones de gracias. 5 Porque sabéis esto, que ningún fornicario, o inmundo, o avaro, que es idólatra, tiene herencia en el reino de Cristo y de Dios.

Efesios 5:3-5

Qué giro impresionante dio aquí Pablo, nos va hablando del amor, qué lindo, y de pronto, ¡zaz! Un gancho al hígado. Y qué directo, no se andan con rodeos, no matiza las palabras, las dice "seco, directo y a la cara".
Ya nos había dicho que no seamos del montón, como los hijos de desobediencia, que tienen el entendimiento entenebrecido, y el corazón endurecido, y que nos despojemos del viejo hombre, y de sus mañas.
Pero ahora da una lista, por si alguno se hacía el occiso y decía "no entiendo". "Ah pues de lo que hablo es…" y sácale, que dice estas "chuladas":

- **Fornicación**
- **Toda inmundicia**

Que tienen que ver con la pureza sexual

- **Avaricia**

Que tiene que ver con nuestra relación con la materia. Es una especie de idolatría.
Y los siguientes invitados, que tienen que ver con el uso de nuestra voz.

- **Palabras deshonestas**
- **Necedades**
- **Truhanerías**

Nada de estas cosas son congruentes con la identidad de una mujer completa. Son comunes entre aquellos que no han nacido de nuevo en Cristo, y que si no lo reciben no heredarán el Reino de Cristo.
Atención: No dice que si hacemos eso no heredaremos el Reino de Cristo, lo que dice es que, los que lo hacen son los que no heredarán el Reino de Cristo. Es decir, si se comportan de esa manera es porque no son salvos.
Podemos hacer esta lista extensiva a un sinfín de comportamientos y actitudes que simplemente no practica una mujer que ha gustado de la salvación, que sabe el precio de su salvación, que tiene un corazón agradecido por la salvación, que está enamorada de Dios.
Una mujer completa vive como lo que es, salva por la gracia, heredera del Reino de Cristo.

4. Una mujer completa camina como la luz que es.

6 Nadie os engañe con palabras vanas, porque por estas cosas viene la ira de Dios sobre los hijos de desobediencia. 7 No seáis, pues, partícipes con ellos. 8 Porque en otro tiempo erais tinieblas, mas ahora sois luz en el Señor; andad como hijos de luz 9 (porque el fruto del Espíritu es en toda bondad, justicia y verdad), 10 comprobando lo que es agradable al Señor.

Efesios 5:6-10

No nos dejamos engañar. No nos dejamos influenciar. No nos dejamos amedrentar. No nos dejamos convencer. No nos dejamos apocar.
Una mujer completa es firme en sus convicciones. No es llevada por el viento de una parte a otra.
Muchas mujeres sucumben a la presión social, por temor a no ser aceptadas. Incluso mujeres cristianas.
Por ejemplo:
La cristiana camaleón, que se camuflajea.
La cristiana zamba, que tiene un pie en la iglesia y otro pie en el mundo.
La cristiana abogada de los derechos humanos, que dice “que cada uno viva como quiera”.
La cristiana patito feo, que se siente menos por no hacer lo que todo mundo hace.
No debemos dejarnos deslumbrar por este mundo y sus luces que en realidad son tinieblas.
Y en lugar de ello, como acostumbra Pablo, nos da la alternativa: que andemos en luz permitiendo que el fruto del Espíritu fluya en bondad, justicia y verdad.
Todo lo que es bueno, todo lo que es justo, todo lo que es verdadero, fuera de eso no lo aprueba una mujer completa.

Comprobando lo que es agradable a Dios. Comprobar es pasar por un filtro todo, toda idea, toda costumbre, toda influencia, examinar para no dejarnos engañar.
Pues antes éramos parte de ese sistema, pero ya no, ahora somos luz.
Me encanta pensar en eso, somos seres de luz, vivamos de tal forma.
Una mujer completa no se deja engañar y elige caminar en la luz.

5. Una mujer completa camina iluminando a su paso.

11 Y no participéis en las obras infructuosas de las tinieblas, sino más bien reprendedlas; 12 porque vergonzoso es aun hablar de lo que ellos hacen en secreto. 13 Mas todas las cosas, cuando son puestas en evidencia por la luz, son hechas manifiestas; porque la luz es lo que manifiesta todo. 14 Por lo cual dice:
Despiértate, tú que duermes,
Y levántate de los muertos,
Y te alumbrará Cristo.
Efesios 5:11-14

Este último verso muchos eruditos lo reconocen como un canto que se cantaba en los bautismos. Y Pablo lo pone aquí como para recordar a los creyentes, que no se les olvide mantenerse despiertos y atentos para alumbrar con la luz de Cristo.
La luz es lo que manifiesta todo, wow, si yo soy la luz entonces con mi presencia y mi intervención creo un ambiente de contraste, que sin mi presencia solo sería negro.
Soy la esperanza, la oportunidad, la puerta para que otros puedan comprender lo terrible que son las tinieblas.
Por eso no somos religiosas que van señalando el pecado, y regañando, y mandando al infierno a todos lo pecadores.
Imagínate si así fuera, iríamos en el metro sacudiendo malos espíritus a diestra y a siniestra.
Iluminamos viviendo de manera que contrasta y dando fruto efectivo de nuestra nueva vida. Pues ven nuestro gozo, nuestra paz, nuestro amor, nuestra esperanza, nuestra fortaleza, nuestra sabiduría. Todo esto es testimonio de luz que impacta de una u otra forma, tarde o temprano.
La luz no negocia con las vergonzosas tinieblas, no se adapta a ellas y las normaliza, ni necesita imitarlas para vencerlas. Simplemente brilla, y al hacerlo, revela lo que está mal.
A veces sabemos que algo no está bien, pero preferimos callar porque todos lo hacen. Nos preocupa más lo que las personas piensen de nosotras que lo que Dios piensa de nuestra manera de vivir.
Una mujer completa no necesita seguir la corriente para sentirse aceptada. No necesita llamar bueno a lo que Dios llama malo, ni disfrazar sus convicciones para agradar a los demás.

6. Una mujer completa camina con sabiduría y guiada por el Espíritu Santo.

[15] Mirad, pues, con diligencia cómo andéis, no como necios sino como sabios, [16] aprovechando bien el tiempo, porque los días son malos. [17] Por tanto, no seáis insensatos, sino entendidos de cuál sea la voluntad del Señor. [18] No os embriaguéis con vino, en lo cual hay disolución; antes bien sed llenos del Espíritu, [19] hablando entre vosotros con salmos, con himnos y cánticos espirituales, cantando y alabando al Señor en vuestros corazones; [20] dando siempre gracias por todo al Dios y Padre, en el nombre de nuestro Señor Jesucristo.

Efesios 5:15-20

Por último, para concluir con esta sección acerca del camino en que andamos como mujeres completas, Pablo pone el broche de oro. Una vez más repite, este camino no podemos andarlo por nuestra fuerza, pero gloria a Dios porque Él lo camina junto a nosotras para que vayamos por ahí. Dependemos del poder del *Espíritu* para cada aspecto de nuestra vida.

"Mirad, pues, con diligencia cómo andéis..."	**Mucho ojo**
"...no como necios sino como sabios."	**Solo hay de dos sopas**
"aprovechando bien el tiempo"	**Camarón que se duerme se lo lleva la corriente**
"porque los días son malos"	**Ven la tempestad y no se hincan**
"no seáis insensatos"	**Una hora de locura destruye una vida de cordura**
"sino entendidos de cuál sea la voluntad de Señor"	**Al buen entendedor pocas palabras**

Y luego da la clave:
No os embriaguéis con vino... antes bien sed llenos del Espíritu.
Esto es una forma muy a propósito con lo que está diciendo, simplemente no sean borrachines, pero va más allá. Dice que mejor nos "emborrachemos" del Espíritu Santo. O sea, que, así como el vino toma control de una persona que lo ingiere, que el Espíritu Santo sea quien nos controla.
Y es que esa es la manera como podemos andar en la luz, siendo luz, como herederas del Reino de Cristo, si permitimos que el Espíritu Santo nos guíe.
La llenura del Espíritu es una vida transformada que afecta todo lo que somos.

Tenemos modelo a seguir. Caminar como mujeres completas no es un misterio, ni un juego de enigmas. Ni es un "que cada uno sea como quiera y que cada uno establezca cómo anda una mujer completa".
Porque conceptos hay muchos en nuestro mundo. "Mujer completa en nuestro mundo es:
La que no necesita a nadie.
La que logra todas sus metas.

La que puede más que un hombre.
La que hace lo que quiere.
La que no se somete a nadie.
Pero la carta de Pablo nos los dice sencillito, imiten a Dios, como hijas amadas.
En Cristo sabemos quiénes somos. No necesitamos parecernos al mundo para sentirnos valiosas, ni vivir buscando la aprobación de quienes nos rodean.
Pablo nos recuerda que somos hijas amadas de Dios y que ahora somos luz en el Señor.

- **LO QUE NECESITO EXAMINAR EN MÍ**

¿Cuál de las dos columnas ha estado gobernando más tu manera de vivir?

Una mujer que camina según los criterios del mundo	**Una mujer completa que camina en Cristo**
Busca sentirse amada dependiendo de la aceptación de los demás.	Vive segura porque sabe que es una hija amada de Dios.
Ama mientras recibe algo a cambio.	Ama como Cristo, buscando el verdadero bien de los demás.
Confunde amor con permitirlo todo.	Ama, pero también establece límites saludables y actúa con sabiduría.
Justifica sus inmoralidades y se deja llevar por sus deseos.	Procura vivir en pureza y santidad, agradando a Dios.
Se aferra al dinero, las posesiones y los logros para sentirse valiosa.	Reconoce que su verdadera riqueza está en Cristo y vive con generosidad.
Utiliza su boca para criticar, murmurar, burlarse y herir.	Utiliza su voz para edificar, bendecir y dar gracias.
Se adapta a las costumbres del mundo para ser aceptada.	Permanece firme en sus convicciones, aunque tenga que ir contra la corriente.
Se deja deslumbrar por lo que parece atractivo, aunque no agrade a Dios.	Examina las cosas y comprueba lo que es agradable al Señor.
Oculta sus errores, justifica sus decisiones y evita reconocer sus faltas.	Permite que la luz de Cristo examine su vida y corrige lo que necesita cambiar.
Vive impulsivamente, sin considerar las consecuencias de sus decisiones.	Camina sabiamente, aprovecha bien el tiempo y busca conocer la voluntad de Dios.
Se deja gobernar por sus emociones y circunstancias.	Busca ser llena del Espíritu y permite que Él gobierne su manera de vivir.
Vive quejándose por lo que le falta.	Cultiva un corazón agradecido a Dios.

- **LO QUE VOY A HACER**

La regla de las 3 preguntas
Cada vez que durante la semana aparezca una situación que amenace mi identidad, que me saque del equilibrio, ya sea un pensamiento propio, una crítica, un rechazo, una comparación, un error, una discusión, sentirme ignorada, sentirme insuficiente, detenerme y preguntarme:

1. ¿Qué estoy sintiendo?

2. ¿Qué estoy creyendo acerca de mí por causa de esto?

3. ¿Qué dice Dios acerca de quién soy?

¡Soy una mujer completa,
amada por Dios,
transformada por Cristo
y llamada a caminar como hija de luz!

Pastora Yani de Gutiérrez
Martes 10 de noviembre de 2026