

**Lección 11:** Para el 14 de marzo de 2026



Estrategias y  
herramientas

# VIVIR CON CRISTO

Sábado 7 de marzo



**LEE PARA EL ESTUDIO DE ESTA SEMANA:** Colosenses 3:1–17; Romanos 1:18; 6:1–7; Efesios 4:22–24; Deuteronomio 7:6–8; 1 Samuel 16:23.

## PARA MEMORIZAR:

“Y sobre todo, vístanse de amor, que es el vínculo de la perfección” (Col. 3:14).

**E**s muy común la idea de que las personas demasiado espirituales corren el peligro de vivir desconectadas de la realidad. Si bien eso puede tener cierto sentido, Pablo destaca un concepto igualmente importante en Colosenses 3: Si tenemos una mentalidad demasiado terrenal, no seremos de utilidad celestial para el Señor.

Pablo señala muchos principios prácticos y reales que nacen del Cielo, y que solo pueden entender quienes han “resucitado con Cristo” (Col. 3:1).

Los consejos del apóstol son principios muy prácticos que mejorarán todas nuestras relaciones, no solo las del ámbito de la iglesia.

Jesús dijo: “Pero yo les digo: ‘Amen a sus enemigos, bendigan a los que los maldicen, hagan bien a los que los aborrecen, y oren por los que los maltratan y persiguen. Para que sean hijos de su Padre celestial, que envía su sol sobre malos y buenos y manda la lluvia sobre justos e injustos’” (Mat. 5:44, 45).

Eso suena imposible y lo es, humanamente hablando. Necesitamos morir al yo antes de poder vivir realmente para Dios. Por eso, debemos tener una mentalidad celestial si esperamos ser de alguna utilidad terrenal para nuestro Padre celestial.

Esta semana veremos cómo el hecho de vivir con Cristo puede marcar la diferencia, ahora y en la Eternidad.

## MENTALIDAD CELESTIAL

**Lee Colosenses 3:1-4. ¿Qué condición es necesaria para tener una mentalidad celestial?**

---

---

---

Desde la cima de una montaña es posible contemplar el vasto paisaje circundante. Las montañas han sido frecuentadas desde tiempos inmemoriales por quienes procuran una experiencia más cercana con Dios (ver Sal. 121:1, 2). Incluso los paganos construían montañas artificiales llamadas zigurats, para reunirse allí con sus dioses. Curiosamente, la ciudad de Ur, que Abram fue llamado a abandonar, tenía un gran zigurat visible desde varios kilómetros a la redonda. Pero la altura no acerca a nadie al Cielo en un sentido espiritual. El esfuerzo humano no es suficiente para ello.

Solo es posible acercarse al Cielo en virtud del milagro de la gracia, por el cual morimos y resucitamos con Cristo (figuradamente, mediante el bautismo [Col. 2:12, 13]).

Nótese que desde el principio de Colosenses 3 se insiste repetidamente en lo que está arriba, es decir, lo que hay en el Cielo: “Las cosas de arriba”, “donde está Cristo sentado a la diestra de Dios”, “con él en gloria” (Col. 3:1-4).

Ciertamente hay muchas cosas en la vida cristiana que no tienen explicación. ¿Cómo puede alguien “morir” y “resucitar” sin haber dejado de existir literalmente? Hay muchas cosas que no tienen sentido para la mente natural, que no está dirigida por el Espíritu Santo. Pero la muerte al pecado y la resurrección con Cristo son realidades genuinas para quienes tienen una mente espiritual porque han recibido el nuevo corazón prometido por Dios. Como afirma un conocido himno: “¿Me preguntas cómo sé que él vive? Porque vive dentro de mi corazón”.

No obstante, Pablo prescribe estos mandamientos porque existe una necesidad constante de que la vida espiritual sea renovada (ver 2 Cor. 4:16). En efecto, podemos caer y perder la salvación, y nunca estamos libres de la tentación en esta vida. Por lo tanto, debemos optar cada día por buscar “las cosas de arriba” (Col. 3:1). Nuestra vida eterna está a salvo, “escondida con Cristo en Dios” (Col. 3:3), pero la expresión externa de esa vida estará lejos de ser escondida.

- ¿Dónde están normalmente tus pensamientos: arriba o abajo? Si están abajo, ¿cómo puedes cambiar su ubicación?

## ACABEMOS CON LO TERRENAL

Actualmente se escuchan muchos eslóganes: “¡Acabemos con la guerra!” “¡Acabemos con la deforestación!” “¡Acabemos con las armas nucleares!” Pero uno que probablemente nunca hayamos oído es “¡Acabemos con lo terrenal!” Eso simplemente no armoniza con la sensibilidad de nuestro mundo. El problema de la mayoría de los eslóganes no es que propician algo incorrecto, sino que son demasiado acotados o estrechos de miras desde la perspectiva de la Eternidad. Nuestro enfoque debe ser eternamente más elevado.

**Lee Colosenses 3:5, 6 (ver también Rom. 6:1-7). ¿Cómo experimentamos lo que significa estar muertos al yo y a lo terrenal y vivos para “las cosas de arriba” (Col. 3:1)?**

Aunque espiritualmente hemos muerto con Cristo, nuestros “miembros”, es decir, las tentaciones que nos presentan nuestro cuerpo y nuestra mente, necesitan morir.

No obstante, debemos tener presentes dos cosas en relación con este mandato.

En primer lugar, la forma griega que utiliza Pablo en Colosenses 3:1 supone que hemos resucitado con Cristo. En segundo lugar, la expresión “por tanto” indica que el mandato de Colosenses 3:5 es una consecuencia de ese hecho. Podemos dar muerte a las cosas terrenales (fornicación, impureza, pasiones, malos deseos, codicia, etc.) solo porque hemos resucitado con Cristo y disponemos de su vida espiritual y su poder para eliminar estas cosas de nuestras mentes y vidas.

La frase griega traducida como “la ira de Dios” solo aparece en Colosenses 3:6 y en Romanos 1:18. Dios “entrega” a las personas a sus propios caminos perversos, en el sentido de que respeta su libertad de elección, y como resultado “viene” o se manifiesta su ira (ver Apoc. 6:16, 17) “sobre los desobedientes” (Col. 3:6). En Romanos 1:18, Pablo se refiere a “la impiedad y la injusticia”. Luego, en Romanos 1:24, equipara la “inmundicia” (usa la misma palabra griega que se encuentra en Col. 3:5) específicamente con las personas que satisfacen “la concupiscencia de sus corazones, de modo que deshonraron sus propios cuerpos entre sí mismos”.

¿En qué sentido deshonran sus cuerpos? En primer lugar, porque se niegan a reconocer al Creador, pero también a causa de “pasiones vergonzosas”. “Aun sus mujeres cambiaron las relaciones naturales por las que van contra la naturaleza. De igual modo también los hombres, dejando la relación natural con la mujer, se encendieron en sus malos deseos los unos con los otros, cometiendo infamias hombres con hombres” (Rom. 1:26, 27).

■ ¿Qué significa la expresión “hagan morir en ustedes lo terrenal” (Col. 3:5)?

## RENOVACIÓN EN EL CONOCIMIENTO

**Lee Colosenses 3:6-11. ¿Cómo continúa Pablo su exposición?**

---

Las palabras iniciales de Colosenses 3:8 (“pero ahora”) señalan el cambio dramático y decisivo que conduce de la muerte a la vida. La palabra “ahora” está expresada de manera enfática en griego. Ahora, es decir, *puesto que* han resucitado con Cristo y buscan las cosas de arriba, la vida presente de ustedes debe mostrar un marcado contraste con su vida anterior. Habiendo hecho morir “lo terrenal” “en ustedes” (Col. 3:5), “ahora, dejen también ustedes todas estas cosas: ira, enojo, malicia, maledicencia, palabras groseras” (Col. 3:8).

Tanto la ira como el enojo pueden describir la justa respuesta de Dios al pecado (tema tratado ayer), al igual que la de Jesús (Mar. 3:5; Apoc. 6:16). Por el contrario, se exhorta a cada uno a ser “rápido para escuchar, lento para hablar, lento para enojarse, porque la ira del hombre no obra la justicia de Dios” (Sant. 1:19, 20). La malicia desea la desgracia del otro. La maledicencia o calumnia tiene por objeto difamar. Pablo también condena el lenguaje abusivo y obsceno. Por último, está prohibido mentirse unos a otros (Lev. 19:11, 18), “habiéndose despojado del viejo hombre con sus prácticas” (Col. 3:9).

**¿Qué quiere decir Pablo cuando contrasta el “viejo hombre” con el “hombre nuevo”? Ver Romanos 6:6 y Efesios 4:22-24.**

---

Los verbos que Pablo emplea para esta transformación que conduce de lo viejo a lo nuevo aluden a la vestimenta, como si alguien se quitara sus prendas de vestir viejas y sucias para reemplazarlas por vestiduras nuevas e inmaculadas (comparar con Zac. 3:4). Una distinción similar entre lo viejo y lo nuevo se hace en relación con el Antiguo Pacto y el Nuevo, los cuales se caracterizan respectivamente por la letra externa de la Ley y por la ley que el Espíritu escribe en el corazón (2 Cor. 3:4-18).

Estas metáforas describen la conversión y sus efectos, la “nueva creación” (2 Cor. 5:17). Somos renovados “hasta el conocimiento pleno, conforme a la imagen de su Creador [Cristo]” (Col. 3:10), quien es la imagen del Dios invisible (Col. 1:15). El conocimiento de Cristo a través de su Palabra nos transforma “a su misma imagen, con siempre creciente gloria” (2 Cor. 3:18). Esto nos sitúa por encima de todas las fronteras étnicas, geográficas y sociales (Col. 3:11), porque somos ciudadanos de un reino superior.

■ Lee Colosenses 3:11. ¿Qué nos dice acerca de la unidad que debemos tener en Cristo?

## EL CARÁCTER DE LA NUEVA VIDA

Tras describir las características negativas y los malos hábitos desechados cuando venimos a Cristo, Pablo se refiere a lo positivo, como si pasara de las tinieblas a la luz.

**Lee Colosenses 3:12-14. ¿Cómo son descritos los creyentes y cómo se relaciona esto con las cualidades con las que deben “vestirse”?**

Al igual que Israel, llamado por Dios a ser su pueblo especial y reflejar su carácter, los creyentes en Jesús son “los elegidos de Dios” (Col. 3:12), sus escogidos. Sin embargo, no todos están a la altura de este llamado. Como dijo Jesús: “Porque muchos son los llamados, y pocos los elegidos” (Mat. 22:14, comparar con Mat. 24:22, 24, 31). Las referencias de Pablo a los elegidos tienen un significado similar (Rom. 8:33; 2 Tim. 2:10). Además, al igual que con Israel, los creyentes son amados por Dios y “consagrados” (Deut. 7:6-8). Este privilegio conlleva una importante responsabilidad: “Para que anuncien las virtudes de aquel que los llamó de las tinieblas a su luz admirable” (1 Ped. 2:9). Esa proclamación consiste en el testimonio de nuestra vida.

Las ocho cualidades mencionadas por Pablo son una verdadera lista. “Entrañable compasión, benignidad, humildad, mansedumbre y tolerancia. Sopórtense y perdónense unos a otros” y “sobre todo [...] amor” (Col. 3:12-14). Estas cualidades solo pueden surgir de un corazón unido a Cristo, pues describen su carácter y la manera en que nos ha tratado. Debemos perdonar a los demás “de la manera que Cristo [nos] perdonó” (vers. 13). El amor es “el vínculo de la perfección” (vers. 14), pues su amor por nosotros nos une a él y nos permite amar verdaderamente a los demás (1 Juan 4:11, 12).

Estas cualidades influyen en nuestras relaciones de dos maneras. En primer lugar, el hecho de mostrar amor, misericordia, bondad y perdón a los demás resulta una bendición tanto para nosotros como para ellos. Amar a las personas y ser una bendición para ellas es algo muy gratificante. Normalmente, las personas nos responderán con amabilidad, y seguiremos disfrutando de la misericordia y el perdón de Dios (Mat. 5:7; 6:14). En segundo lugar, y más importante aún, una conducta tal glorifica a Dios y puede animar a otros a creer y seguir a Jesús, pues muestra el poder de la gracia divina.

“Ninguna otra influencia que pueda rodear al alma humana ejerce tanto poder sobre ella como la de una vida abnegada. El argumento más poderoso en favor del evangelio es un cristiano amante y amable” (Elena de White, *El ministerio de curación* [Florida: ACES, 2008], pp. 372, 373).

■ ¿Cuán bien representa a Jesús tu manera de tratar a los demás, especialmente a quienes son tal vez descorteses contigo?

## VIVIENDO LA NUEVA VIDA

La preocupación de Pablo por la paz y la armonía en la iglesia se observa claramente en los últimos versículos de Colosenses 3. Ya hemos examinado con cierto detalle la paz de Dios (ver la lección 7). A diferencia de la *pax romana* (la paz romana), la *pax Christi* (la paz de Cristo) no es impuesta desde afuera, sino que debe “gobernarnos” desde nuestro interior (vers. 15). Eso solo puede suceder si Cristo tiene el control.

**Lee Colosenses 3:16, 17. ¿Qué es lo que permite a Cristo tener el control y qué papel desempeña la música en todo esto?**

---

El lenguaje usado en ese texto es muy descriptivo. Representa la palabra de Cristo que se instala en nosotros. Eso ocurre cuando leemos la Biblia con atención para escuchar y aprender de la sabiduría de Dios. Al parecer, aunque el texto en griego es algo ambiguo, la música desempeña un papel importante en la instrucción y la exhortación mutuas (Col. 3:16).

Pablo no se refiere a cualquier música, sino que utiliza una terminología muy específica, tanto aquí como en Efesios 5:19: “Salmos, himnos y canciones espirituales”.

Aunque no es seguro, parece que aquí se hace una distinción entre los salmos del Antiguo Testamento y una creciente colección de himnos cristianos de la época del Nuevo Testamento. “Canciones espirituales” puede ser un término genérico usado como designación de cualquier canto de alabanza relacionado con la experiencia espiritual o la vida de la iglesia. Las palabras de esos cánticos eran el medio para comunicar la verdad e instruir acerca de cómo vivir la nueva vida de un cristiano. Muchos grandes himnos de los últimos siglos contienen poderosos mensajes de esperanza y seguridad, tan necesarios en un mundo que pugna por arrastrarnos hacia abajo.

La influencia de la música es poderosa. El rey Saúl se tranquilizaba cuando David tocaba el arpa (1 Sam. 16:23). Pero, cuando el rey sintió que David se convirtió en su rival, la ira y el resentimiento de aquel aumentaron (1 Sam. 18:10, 11). Se ha demostrado clínicamente que la música clásica serena reduce la ansiedad, optimiza el funcionamiento del cerebro, produce relajación, alivia el dolor y favorece la sociabilización.

¿Quién no ha experimentado la poderosa influencia positiva o negativa de la música en las emociones y los pensamientos? La música adecuada puede ser espiritualmente edificante.

■ Se nos dice que hagamos todo “en el nombre del Señor Jesús” (Col. 3:17). ¿Haces eso? Si no es así, ¿cómo puedes lograrlo? Es decir, ¿qué debes dejar de hacer si no puedes hacerlo en el nombre del Señor?

## PARA ESTUDIAR Y MEDITAR:

“Cuando el Espíritu de Dios domina la mente y el corazón, la persona convertida prorrumpie en una nueva canción; porque ha reconocido que la promesa de Dios ha sido cumplida en su experiencia; que su transgresión ha sido perdonada; su pecado, cubierto. Ha sentido arrepentimiento hacia Dios por la violación de su divina Ley, y fe hacia Cristo, quien murió por la justificación del hombre. Justificado ‘pues por la fe’ tiene ‘paz con Dios por medio de nuestro Señor Jesucristo’ (Rom. 5:1).

“Pero, habiendo alcanzado esa experiencia, el cristiano no debe cruzarse de brazos conforme con lo que ha logrado. Aquel que está determinado a entrar en el reino espiritual encontrará que todos los poderes y las pasiones de la naturaleza no regenerada, respaldados por las fuerzas del reino de las tinieblas, están preparados para atacarlo. Cada día debe renovar su consagración, cada día debe batallar contra el pecado. Los hábitos antiguos, las tendencias hereditarias hacia el mal, se disputarán el dominio, y contra ellos debe siempre velar, apoyándose en el poder de Cristo para obtener la victoria. [...]

“El poder de una vida más elevada, pura y noble es nuestra gran necesidad. El mundo abarca demasiado de nuestros pensamientos, y el Reino de los Cielos demasiado poco.

“En sus esfuerzos por alcanzar el ideal de Dios, el cristiano no debería desesperarse de ningún empeño. A todos es prometida la perfección moral y espiritual por la gracia y el poder de Cristo. Él es el origen del poder, la fuente de la vida. Nos lleva a su Palabra, y del árbol de la vida nos presenta hojas para la sanidad de las almas enfermas de pecado. Nos guía hacia el trono de Dios, y pone en nuestra boca una oración por la cual somos traídos en estrecha relación con él. En nuestro favor pone en operación los todopoderosos agentes del Cielo. A cada paso sentimos su poder viviente” (Elena de White, *Los hechos de los apóstoles*, pp. 393, 394).

### PREGUNTAS PARA DIALOGAR:

1. ¿Has experimentado la justificación por la fe? ¿Cómo transformó tu vida? ¿Cómo se relaciona la promesa de la justificación por la fe con la experiencia simultánea de la “resurrección” “con Cristo” (Col. 3:1)?
2. ¿Qué significa para ti tener una mentalidad celestial? ¿Es más importante que hacer el bien terrenal? ¿Dónde está el equilibrio?
3. Piensa en la influencia que tu vida ejerce sobre los demás. Aunque tenemos a pensar en esto en el contexto de nuestra influencia individual, ¿cuál es nuestra influencia como iglesia? ¿Cómo influye tu iglesia local en la comunidad?