Efesios

1 Pablo, apóstol de Cristo Jesús por la voluntad
de Dios, a los santos y fieles en Cristo Jesús que
están en Éfeso:
2 Gracia y paz a ustedes de parte de Dios
nuestro Padre y del Señor Jesucristo.
3 Bendito sea el Dios y Padre de nuestro Señor
Jesucristo, quien nos bendijo en Cristo con toda
bendición espiritual en los lugares celestiales.
4 Dios nos escogió en Cristo desde antes de la
fundación del mundo, para que fuéramos santos y
sin mancha delante de él.
5 En amor nos predestinó para ser adoptados
como hijos suyos por medio de Jesucristo,
conforme al buen propósito de su voluntad,
6 para alabanza de la gloria de su gracia, que
nos dio gratuitamente en el Amado.
7 En Cristo tenemos redención por medio de su
sangre, el perdón de nuestros pecados, según las
riquezas de su gracia.
8 Dios hizo abundar esta gracia sobre nosotros
con toda sabiduría e inteligencia.
9 Él nos dio a conocer el misterio de su
voluntad, conforme al buen propósito que se
había propuesto en Cristo.
10 Este plan se cumplirá cuando llegue el
tiempo señalado: reunir en Cristo todas las cosas,
tanto las que están en los cielos como las que
están en la tierra.

11 En Cristo también recibimos herencia,
habiendo sido predestinados conforme al
propósito de aquel que hace todas las cosas según
el plan de su voluntad.
12 Así nosotros, los que primero esperamos en
Cristo, vivimos para alabanza de su gloria.
13 En él también ustedes, cuando oyeron la
palabra de verdad, el evangelio de su salvación, y
creyeron en él, fueron sellados con el Espíritu
Santo prometido.
14 El Espíritu es la garantía de nuestra herencia,
hasta que Dios complete la redención de su
pueblo adquirido, para alabanza de su gloria.
15 Por esta razón, desde que oí de la fe que
ustedes tienen en el Señor Jesús y del amor que
tienen por todos los santos,
16 no dejo de dar gracias por ustedes,
recordándolos en mis oraciones.
17 Pido que el Dios de nuestro Señor Jesucristo,
el Padre de gloria, les dé espíritu de sabiduría y de
revelación en el conocimiento de él.
18 Pido que los ojos de su corazón sean
iluminados, para que sepan cuál es la esperanza
de su llamado, cuáles son las riquezas de la gloria
de su herencia en los santos,
19 y cuál es la inmensa grandeza de su poder
para con nosotros los que creemos, según la
acción de su poderosa fuerza.
20 Dios mostró este poder en Cristo cuando lo
resucitó de entre los muertos y lo sentó a su
derecha en los lugares celestiales,
21 por encima de todo principado, autoridad,
poder y señorío, y por encima de todo nombre

que se nombra, no solo en este siglo, sino también en el venidero.
22 Dios sometió todas las cosas bajo sus pies, y lo
dio como cabeza sobre todas las cosas a la iglesia,
23 la cual es su cuerpo, la plenitud de aquel que
todo lo llena en todo.

2

1 Y él les dio vida a ustedes, cuando estaban
muertos en sus delitos y pecados.
2 En otro tiempo ustedes vivían en ellos,
siguiendo la corriente de este mundo y al príncipe
de la potestad del aire, el espíritu que ahora actúa
en los hijos de desobediencia.
3 Entre ellos también todos nosotros vivimos
antes, siguiendo los deseos de nuestra carne,
haciendo la voluntad de la carne y de los
pensamientos. Por naturaleza éramos hijos de ira,
igual que los demás.
4 Pero Dios, que es rico en misericordia, por el
gran amor con que nos amó,
5 aun cuando estábamos muertos en nuestros
delitos, nos dio vida juntamente con Cristo. Por
gracia ustedes son salvos.
6 También nos resucitó juntamente con Cristo y
nos hizo sentar con él en los lugares celestiales en
Cristo Jesús,
7 para mostrar en los siglos venideros las
abundantes riquezas de su gracia, por su bondad
hacia nosotros en Cristo Jesús.
8 Porque por gracia ustedes son salvos por
medio de la fe; y esto no viene de ustedes, sino
que es don de Dios.

9 No es por obras, para que nadie se gloríe.
10 Porque somos obra de Dios, creados en Cristo
Jesús para buenas obras, las cuales Dios preparó
de antemano para que anduviéramos en ellas.
11 Por tanto, recuerden que antes ustedes eran
gentiles según la carne. Eran llamados
incircuncisos por los que se llaman circuncisión,
hecha por manos en la carne.
12 En aquel tiempo ustedes estaban sin Cristo,
separados de la ciudadanía de Israel, ajenos a los
pactos de la promesa, sin esperanza y sin Dios en
el mundo.
13 Pero ahora, en Cristo Jesús, ustedes que antes
estaban lejos han sido acercados por la sangre de
Cristo.
14 Porque Cristo es nuestra paz. Él hizo de los
dos pueblos uno solo y derribó la pared que los
separaba, es decir, la enemistad.
15 En su carne puso fin a la Ley de
mandamientos expresados en ordenanzas, para
crear en sí mismo de los dos un solo hombre
nuevo, haciendo la paz.
16 También reconcilió con Dios a ambos en un
solo cuerpo por medio de la cruz, matando en
ella la enemistad.
17 Cristo vino y anunció paz a ustedes que
estaban lejos, y paz a los que estaban cerca.
18 Porque por medio de él, unos y otros
tenemos entrada al Padre en un mismo Espíritu.
19 Así que ustedes ya no son extranjeros ni
forasteros, sino conciudadanos de los santos y
miembros de la familia de Dios.

20 Han sido edificados sobre el fundamento de
los apóstoles y profetas, siendo Cristo Jesús mismo
la piedra principal.
21 En él todo el edificio, bien unido, va
creciendo para ser un templo santo en el Señor.
22 En él ustedes también son edificados
juntamente para ser morada de Dios por medio
del Espíritu.

3

1 Por esta causa yo, Pablo, prisionero de Cristo
Jesús por ustedes los gentiles,
2 si es que han oído de la administración de la
gracia de Dios que me fue dada para ustedes.
3 Por revelación se me dio a conocer el misterio,
como antes les escribí brevemente.
4 Al leerlo, ustedes pueden entender mi
conocimiento del misterio de Cristo.
5 En otras generaciones este misterio no fue
dado a conocer a los hijos de los hombres como
ahora ha sido revelado por el Espíritu a sus santos
apóstoles y profetas.
6 El misterio es este: que los gentiles son
coherederos, miembros del mismo cuerpo y
participantes de la misma promesa en Cristo
Jesús por medio del evangelio.
7 De este evangelio fui hecho servidor por el
don de la gracia de Dios, que me fue dado según
la acción de su poder.
8 A mí, que soy menos que el más pequeño de
todos los santos, me fue dada esta gracia:
anunciar entre los gentiles las inescrutables
riquezas de Cristo,

9 y mostrar a todos cuál es la administración del
misterio que desde los siglos ha estado escondido
en Dios, quien creó todas las cosas.
10 Así, ahora, por medio de la iglesia, la
multiforme sabiduría de Dios es dada a conocer a
los principados y autoridades en los lugares
celestiales.
11 Esto fue conforme al propósito eterno que
Dios realizó en Cristo Jesús, nuestro Señor.
12 En él tenemos libertad y acceso a Dios con
confianza por medio de la fe en Cristo.
13 Por eso les pido que no se desanimen por mis
sufrimientos a favor de ustedes, porque son
gloria para ustedes.
14 Por esta causa doblo mis rodillas ante el
Padre de nuestro Señor Jesucristo,
15 de quien toma nombre toda familia en los
cielos y en la tierra.
16 Pido que, conforme a las riquezas de su
gloria, Dios los fortalezca con poder en el hombre
interior por medio de su Espíritu,
17 para que Cristo habite por la fe en sus
corazones, y para que ustedes, arraigados y
cimentados en amor,
18 puedan comprender con todos los santos
cuál es la anchura, la longitud, la profundidad y
la altura,
19 y conocer el amor de Cristo, que supera todo
conocimiento, para que sean llenos de toda la
plenitud de Dios.
20 Y a aquel que puede hacer muchísimo más de
todo lo que pedimos o pensamos, según el poder
que actúa en nosotros,

21 a él sea la gloria en la iglesia y en Cristo Jesús,
por todas las generaciones, por los siglos de los
siglos. Amén.

4

1 Yo, pues, prisionero en el Señor, les ruego que
anden como es digno del llamado que recibieron.
2 Anden con toda humildad y mansedumbre,
con paciencia, soportándose unos a otros en amor.
3 Procuren mantener la unidad del Espíritu en
el vínculo de la paz.
4 Hay un solo cuerpo y un solo Espíritu, así
como ustedes fueron llamados a una sola
esperanza de su llamado.
5 Hay un solo Señor, una sola fe, un solo
bautismo,
6 un solo Dios y Padre de todos, quien está
sobre todos, por todos y en todos.
7 Pero a cada uno de nosotros le fue dada la
gracia conforme a la medida del don de Cristo.
8 Por eso dice: Subiendo a lo alto, llevó cautiva
la cautividad y dio dones a los hombres.
9 Ahora bien, esto de que subió, ¿qué quiere
decir, sino que también descendió primero a las
partes más bajas de la tierra?
10 El que descendió es el mismo que también
subió por encima de todos los cielos, para
llenarlo todo.
11 Él mismo dio a unos como apóstoles, a otros
como profetas, a otros como evangelistas, y a
otros como pastores y maestros,

12 a fin de capacitar a los santos para la obra del
ministerio, para la edificación del cuerpo de
Cristo.
13 Esto continuará hasta que todos lleguemos a
la unidad de la fe y del conocimiento del Hijo de
Dios, a la madurez plena, a la medida de la
estatura de la plenitud de Cristo.
14 Así ya no seremos niños, llevados de un lado
a otro por las olas y arrastrados por todo viento
de enseñanza, por el engaño de los hombres y por
su astucia para llevar al error.
15 Más bien, hablando la verdad en amor,
crezcamos en todo hacia aquel que es la cabeza,
Cristo.
16 De él todo el cuerpo, bien unido y ajustado
por cada ligamento que lo ayuda, crece según la
actividad propia de cada miembro, para
edificarse a sí mismo en amor.
17 Esto digo y testifico en el Señor: ya no vivan
como viven los gentiles, en la vanidad de su
mente.
18 Ellos tienen el entendimiento oscurecido y
están alejados de la vida de Dios, por la
ignorancia que hay en ellos y por la dureza de su
corazón.
19 Como perdieron toda sensibilidad, se
entregaron al libertinaje para practicar con
avidez toda clase de impureza.
20 Pero ustedes no aprendieron así a Cristo,
21 si en verdad lo oyeron y fueron enseñados en
él, conforme a la verdad que está en Jesús.
22 En cuanto a su manera anterior de vivir,
despójense del viejo hombre, que se corrompe
por los deseos engañosos.

23 Sean renovados en el espíritu de su mente,
24 y vístanse del nuevo hombre, creado según
Dios en justicia y santidad verdadera.
25 Por tanto, dejando la mentira, hable cada
uno la verdad con su prójimo, porque somos
miembros los unos de los otros.
26 Enójense, pero no pequen. No dejen que el sol
se ponga sobre su enojo,
27 ni den lugar al diablo.
28 El que robaba, no robe más; más bien, trabaje
haciendo con sus manos lo que es bueno, para
que tenga qué compartir con el que tiene
necesidad.
29 Ninguna palabra dañina salga de su boca,
sino solo la que sea buena para edificar según la
necesidad, a fin de dar gracia a los que oyen.
30 No entristezcan al Espíritu Santo de Dios, con
quien fueron sellados para el día de la redención.
31 Quítense de ustedes toda amargura, enojo,
ira, gritería, insulto y toda maldad.
32 Más bien, sean bondadosos unos con otros,
compasivos, perdonándose unos a otros, así como
Dios también los perdonó en Cristo.

5

1 Por tanto, imiten a Dios como hijos amados.
2 Anden en amor, así como Cristo nos amó y se
entregó a sí mismo por nosotros como ofrenda y
sacrificio a Dios, de olor agradable.
3 Pero la inmoralidad sexual, toda impureza o
la avaricia ni siquiera se nombren entre ustedes,
como conviene a los santos.

4 Tampoco haya palabras indecentes,
necedades ni bromas groseras, que no
convienen. Más bien, haya acción de gracias.
5 Porque ustedes saben bien que ningún
inmoral sexual, impuro o avaro, que es idólatra,
tiene herencia en el reino de Cristo y de Dios.
6 Que nadie los engañe con palabras vacías,
porque por estas cosas viene la ira de Dios sobre
los hijos de desobediencia.
7 Por tanto, no participen con ellos.
8 Porque antes ustedes eran oscuridad, pero
ahora son luz en el Señor. Anden como hijos de
luz,
9 porque el fruto de la luz consiste en toda
bondad, justicia y verdad.
10 Examinen qué es lo que agrada al Señor.
11 No participen en las obras inútiles de la
oscuridad; más bien, denúncienlas.
12 Porque da vergüenza aun hablar de lo que
ellos hacen en secreto.
13 Pero todas las cosas, cuando son
denunciadas por la luz, quedan al descubierto.
14 Porque todo lo que queda al descubierto
llega a ser visible. Por eso dice: Despiértate, tú
que duermes, y levántate de entre los muertos, y
Cristo te alumbrará.
15 Miren, pues, con cuidado cómo andan: no
como necios, sino como sabios.
16 Aprovechen bien el tiempo, porque los días
son malos.
17 Por tanto, no sean insensatos, sino entiendan
cuál es la voluntad del Señor.
18 No se emborrachen con vino, lo cual lleva al
desorden. Más bien, sean llenos del Espíritu,

19 hablando entre ustedes con salmos, himnos
y canciones espirituales, cantando y alabando al
Señor en sus corazones.
20 Den siempre gracias por todo a Dios el Padre,
en el nombre de nuestro Señor Jesucristo.
21 Sométanse unos a otros en el temor de Cristo.
22 Esposas, sométanse a sus propios esposos
como al Señor,
23 porque el esposo es cabeza de la esposa, así
como Cristo es cabeza de la iglesia, y él mismo es
Salvador del cuerpo.
24 Así como la iglesia se somete a Cristo, así
también las esposas deben someterse a sus
esposos en todo.
25 Esposos, amen a sus esposas, así como Cristo
amó a la iglesia y se entregó a sí mismo por ella,
26 para santificarla, habiéndola limpiado por el
lavamiento del agua con la palabra,
27 a fin de presentársela a sí mismo como una
iglesia gloriosa, sin mancha ni arruga ni cosa
semejante, sino santa y sin defecto.
28 Así también los esposos deben amar a sus
esposas como a sus propios cuerpos. El que ama
a su esposa se ama a sí mismo.
29 Porque nadie jamás odió su propio cuerpo,
sino que lo alimenta y lo cuida, así como Cristo
hace con la iglesia.
30 Porque somos miembros de su cuerpo.
31 Por esto el hombre dejará a su padre y a su
madre, se unirá a su esposa, y los dos serán una
sola carne.
32 Grande es este misterio; pero yo hablo de
Cristo y de la iglesia.

33 En todo caso, cada uno de ustedes ame a su
esposa como a sí mismo; y la esposa respete a su
esposo.

6

1 Hijos, obedezcan a sus padres en el Señor,
porque esto es justo.
2 Honra a tu padre y a tu madre, que es el
primer mandamiento con promesa:
3 para que te vaya bien y tengas larga vida
sobre la tierra.
4 Y ustedes, padres, no provoquen a ira a sus
hijos, sino críenlos en la disciplina y enseñanza del
Señor.
5 Siervos, obedezcan a sus amos terrenales con
respeto y temor, con corazón sincero, como a
Cristo.
6 No sirvan solo cuando los están mirando,
como quienes quieren agradar a los hombres,
sino como siervos de Cristo, haciendo de corazón
la voluntad de Dios.
7 Sirvan con buena voluntad, como al Señor y
no a los hombres,
8 sabiendo que cada uno, sea siervo o libre,
recibirá del Señor el bien que haga.
9 Y ustedes, amos, hagan lo mismo con ellos.
Dejen las amenazas, sabiendo que el Señor de
ellos y de ustedes está en los cielos, y que él no
hace diferencia entre las personas.
10 Por lo demás, hermanos míos, fortalézcanse
en el Señor y en el poder de su fuerza.
11 Vístanse de toda la armadura de Dios, para
que puedan estar firmes contra las trampas del
diablo.

12 Porque nuestra lucha no es contra sangre y
carne, sino contra principados, contra
autoridades, contra los gobernadores de las
tinieblas de este mundo y contra fuerzas
espirituales de maldad en los lugares celestiales.
13 Por tanto, tomen toda la armadura de Dios,
para que puedan resistir en el día malo y, después
de haberlo hecho todo, estar firmes.
14 Estén firmes, pues, ceñidos con la verdad,
vestidos con la coraza de justicia,
15 y calzados los pies con la preparación del
evangelio de la paz.
16 Sobre todo, tomen el escudo de la fe, con el
cual podrán apagar todos los dardos encendidos
del Maligno.
17 Tomen también el casco de la salvación y la
espada del Espíritu, que es la palabra de Dios.
18 Oren en todo tiempo en el Espíritu, con toda
oración y súplica. Para esto, manténganse alerta
con toda perseverancia, orando por todos los
santos.
19 Oren también por mí, para que al abrir mi
boca me sea dada palabra, a fin de dar a conocer
con valentía el misterio del evangelio,
20 por el cual soy embajador en cadenas. Oren
para que hable de él con valentía, como debo
hablar.
21 Para que ustedes también sepan cómo estoy y
qué hago, Tíquico, hermano amado y fiel servidor
en el Señor, les dará a conocer todo.
22 Lo envío a ustedes precisamente para esto:
para que sepan de nosotros y para que él
consuele sus corazones.

23 Paz sea a los hermanos, y amor con fe, de
parte de Dios el Padre y del Señor Jesucristo.
24 La gracia sea con todos los que aman a
nuestro Señor Jesucristo con amor incorruptible.
Amén.

La Biblia en Español Sencillo 2026
The Holy Bible in Simple Spanish, 2026

Public Domain

Language: Español (Spanish)

Dialect: Latin America/Mexico

Translation by: AudioBiblia.org

La Biblia en Español Sencillo 2026

traducido y editado por Irma Flores

email: info@audiobiblia.org

audiobiblia.org

2026-10-30

PDF generated using Haiola and XeLaTeX on 30 Oct 2026 from source files dated 30 Oct 2026
45169fd9-2075-59c7-9c7c-6c4d221175a8