



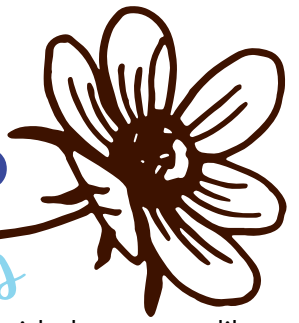
UNITED THANK OFFERING

*invitación a un
otoño sagrado*

2025

invitación a un otoño sagrado

Introducción a los materiales



Muchos de nosotros esperamos con ilusión la Cuaresma y la utilizamos como una oportunidad para re-calibrar nuestras vidas, prácticas espirituales, o hábitos, y todo comienza con una «Invitación a una Santa Cuaresma». Este año, los miembros de la Junta de la UTO se preguntaron cómo sería si se nos invitara a considerar un otoño sagrado. Nuestros materiales se crearon con la esperanza de ayudar a personas o grupos, a considerar los aspectos espirituales del descanso, concretamente la idea del sábado. En el hemisferio norte, el otoño suele ser el momento en que se aran los campos y la tierra descansa, pero los seres humanos tendemos a llenar este tiempo de descanso con mucha actividad, mucha de ella centrada en las fiestas. Además, vivimos en una época en la que el descanso y el auto-cuidado se discuten, pero a menudo no se recompensan. Este otoño, la UTO quiere invitarte a tomarte un tiempo para considerar cómo es el descanso para ti a través de este folleto creado por dos de nuestros miembros de la Junta, Linda Kennedy, Diócesis de Alabama, y Caroline Carson, Diócesis de Nueva Jersey. Un agradecimiento especial a Lorraine Candelario de la Diócesis de Puerto Rico por su ayuda con esta traducción.

Recomendamos las siguientes opciones para utilizar los recursos:

Individuales:

Reflexión
Escritura
Diario
Actividades
Oración

Grupos:

Oración
Escritura
Reflexión
Preguntas para el debate
Oración

Si deseas más recursos para utilizar junto con estos materiales, la UTO dispone de materiales para el uso de los niños y sus familias. Estos materiales examinan las formas en que podemos practicar la gratitud para estimular la creatividad cuando experimentamos aburrimiento. La UTO también tiene insertos para boletines y otros recursos para ayudar a las congregaciones a utilizar nuestros materiales este otoño. Puedes encontrar todos estos recursos (y más) en www.unitedthankoffering.com/fall.

Una nota con respecto a la sección de las escrituras: cuando se reflexiona sobre las escrituras, hay numerosas formas de hacerlo, y lo que funcione mejor para usted y su contexto es la elección correcta. Nosotros utilizamos el modelo de respuesta del folleto "A Disciple's Prayer Booklet" de la Oficina de Ministerios Indígenas. Puedes encontrar el texto completo del folleto en español aquí: <https://www.episcopalchurch.org/ministries/indigenous-ministries/>

Para encontrar recursos para añadir prácticas de gratitud el Día de Acción de Gracias, utiliza el código QR de la derecha.



Hace falta valor para decirle «sí» al descanso y jugar en una cultura en la que el agotamiento se considera un símbolo de estatus.
- Brené Brown

Primera semana: Invitación a un otoño sagrado

Sugerencias de oraciones y citas bíblicas



Sugerencias de oración para la primera semana

Dios nuestro amoroso, todos los buenos dones proceden de ti. Tú envías el sol y la lluvia, y es a través de tu amor y cuidado que disfrutamos del tiempo de la cosecha. Gracias por proveer, tan ricamente, a nuestras necesidades y ayúdanos a compartir las cosas buenas que tenemos con los que tienen poco o nada. Amén.

El Señor es bueno conmigo y por eso le doy gracias por darme lo que necesito: el sol, la lluvia y las semillas de manzana. El Señor es bueno conmigo. Amén.

Dios eterno, que coronas el año con tu bondad y nos das los frutos de la tierra a su tiempo: concédenos utilizarlos para Tu gloria, para alivio de los necesitados y para Tu propio bienestar; por Jesucristo, tu Hijo, Señor nuestro, que vive y reina contigo en la unidad del Espíritu Santo, un solo Dios, ahora y siempre. Amén.

Sugerencias bíblicas para la primera semana

La tierra ha dado su fruto; nos bendiga Dios, el Dios nuestro.

Salmo 67:6

Desde tu morada en las alturas riegas los montes; del fruto de tus obras se sacia la tierra. Para que produzcan alimento de la tierra: vino que alegra el corazón.

Salmo 104:13,15

La parábola del sembrador

Mateo 13:1-23; Marcos 4:1-20; o Lucas 8:4-15

Reflexión y respuesta a las Escrituras

Reflexiona y responde a uno o varios de los versículos mencionados.

1. ¿Qué palabra(s), idea(s) u oración(es) te llama(n) la atención de la lectura?

(Relee el pasaje.)

2. ¿Qué te está diciendo Jesús (o el texto)?

(Relee el pasaje.)

3. ¿A qué te llama Jesús (o el texto)?

Primera semana: Invitación a un otoño sagrado

Una reflexión de Linda Kennedy



Si eres como yo, el otoño no siempre parece el momento ideal para encontrar la tranquilidad necesaria para la oración o la contemplación. Llegamos a la época del otoño después de largos días de verano y vacaciones y apresurados por volver a las rutinas de la escuela y el trabajo. En la iglesia, «reunimos» a la congregación para un nuevo año de escuela dominical. Y además de eso, hay eventos deportivos de otoño, Halloween (Día de las brujas) y la planificación para el Día de Acción de Gracias y Navidad. Hay que terminar los proyectos de trabajo y gastar el presupuesto antes del fin de año. No es una época relajante A MENOS QUE recordemos de qué debería tratar esta estación.

Tradicionalmente, en la Iglesia, el otoño continúa la «estación del crecimiento» que comenzó con el don del Espíritu Santo en Pentecostés y con las lecciones de Cristo sobre cómo debemos vivir nuestros días. Es el tiempo de la cosecha en nuestros campos y en nuestras almas. Manzanas, peras, calabazas y tubérculos nos recuerdan el trabajo realizado en primavera y verano para cultivar nuestros huertos y campos. Niños, adultos y visitantes atraviesan esas puertas «rojas» para reunirse y celebrar otro año de lecciones y oraciones escuchadas a lo largo de los siglos.

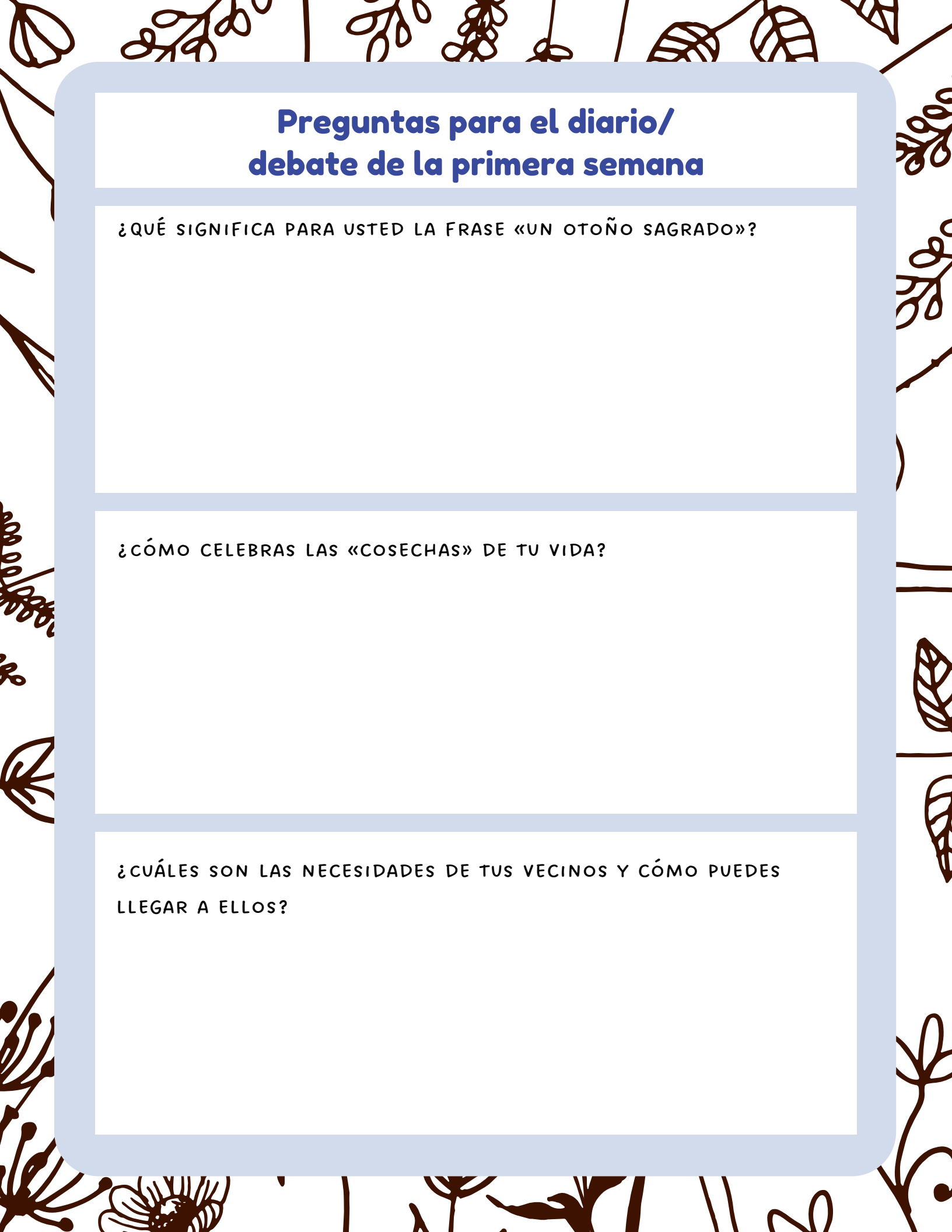
Todo tiene su tiempo: el tiempo de plantar y el tiempo de segar. (Eclesiatés 3:2).

El Otoño Sagrado celebra la estación de la cosecha y la siembra. En la parábola del sembrador, se nos recuerda la importancia de plantar correctamente las semillas. Si la tierra o los cimientos son demasiado superficiales, las semillas no echarán raíces profundas. Si se siembran en un área con muchas otras plantas, el sol no las alcanzará y las raíces se enredarán, no dando buen fruto. Lo mismo ocurre si caen a lo largo del camino entre jardines, donde pueden esparcirse o destaparse fácilmente. Pero, si están plantadas en la tierra adecuadamente, reciben el agua y el sol que necesitan y no son molestadas por otras cosas en el jardín, serán fructíferas y se multiplicarán. Las palabras de Jesús tampoco florecerán si no se plantan en lo más profundo de nuestras almas.

Un Otoño Sagrado significa ser intencional en nuestro trabajo en el jardín de Dios. Significa que, por muy ocupados o distraídos que estemos con todo lo que ocurre en nuestras vidas y en el mundo, recordamos los grandes mandamientos de amar a Dios y amar a nuestro prójimo como a nosotros mismos. Y significa que nos detenemos a celebrar y compartir los generosos dones y la gracia que hemos recibido.

Esta es la belleza de los domingos de cosecha. Hace varios años, nuestra familia estuvo en el Reino Unido a mediados de septiembre. Parecía que todas las iglesias a las que íbamos, celebraban el Domingo de la Cosecha. Había exhibiciones de cornucopias llenas de frutas y verduras abundantes, cestas para recoger alimentos enlatados para dar a los vecinos que no tenían acceso a tanta Cosecha y muchas oraciones dando gracias a Dios por todos los dones que hemos recibido de la tierra.

El Domingo de la Cosecha es una forma maravillosa de celebrar la «gracia sobre la gracia» que hemos recibido tanto en nuestros jardines terrenales como en los jardines de nuestras almas. En nuestras reflexiones de las próximas semanas, insistiremos en la necesidad de descansar de nuestro trabajo, igual que Dios descansó después de crear la tierra. Daremos modos prácticos de celebrar y descansar durante estos días santos de otoño.



Preguntas para el diario/ debate de la primera semana

¿QUÉ SIGNIFICA PARA USTED LA FRASE «UN OTOÑO SAGRADO»?

¿CÓMO CELEBRAS LAS «COSECHAS» DE TU VIDA?

¿CUÁLES SON LAS NECESIDADES DE TUS VECINOS Y CÓMO PUEDES
LLEGAR A ELLOS?

Primera semana: Invitación a un otoño sagrado



Actividades y recursos para seguir aprendiendo

Actividades sugeridas:

1. **Prepara una caja de bendiciones para dar a los necesitados.** Las cajas de bendición son pequeñas cajas o bolsas que uno puede guardar en su coche para dar a la gente que pide ayuda por la ciudad, o donarlas a una organización de ayuda local. Pueden ser decoradas y montadas por personas de todas las edades y pueden contener lo siguiente: galletas de mantequilla de cacahuete, barritas de granola, palitos de carne (u otros alimentos de larga duración), agua embotellada, gatorade, zumos, toallitas húmedas, cepillo de dientes y pasta de dientes de tamaño para viajes, desodorante u otros artículos de higiene personal de tamaño pequeño o para viajes.
2. **Ofrécete como voluntario en un banco de alimentos local** o en un ministerio de alimentación.
3. **Organiza una colecta de alimentos enlatados** en tu iglesia o haz un árbol de ángeles, pero en lugar de juguetes en Navidad, colabora con una organización local para llenar las despensas de una familia necesitada.
4. **Intenta hacer conservas o mermeladas** para guardar los sabores del verano para los días fríos del invierno. (Hay recetas estupendas para hacer mermelada donde se pueden conservar en el refrigerador o en el congelador si no estás seguro del proceso de enlatado).

Recursos para seguir aprendiendo:

Considera la posibilidad de celebrar un servicio litúrgico en la iglesia basado en la cosecha o lo puedes hacer en la casa.

- Una opción: Festival de la cosecha: adoración, oración y recursos bíblicos para el Año C que se encuentran en: *"Wonderstruck: Awaken to the Nearness of God"* por Margaret Feinburg
- Otra opción: Celebraciones fieles: *"Making Time for God in Autumn"* de Sharon Ely Pearson es un gran recurso para organizar eventos llenos de oración en casa durante la temporada de cosecha. Este libro también tiene un proceso reflexivo para reuniones intergeneracionales.

Segunda semana: Guardar “el” sábado

Una reflexión de Linda Kennedy



"¿De dónde viene la fuerza para llevar la carrera hasta el final? Desde dentro. Jesús dijo, el Reino de Dios está dentro de ti". -Discurso de Eric Liddell en "Carros de fuego".

Una de las películas favoritas de nuestra familia es "Carros de fuego", la ganadora del premio de la Academia en el 1981 como mejor película, que narra la historia de dos corredores británicos que compiten en los Juegos Olímpicos de París del 1924. La cita de arriba es de Eric Liddell, cristiano y misionero escocés, que no quiso competir en su mejor carrera porque estaba programada para un sábado. Eric sabía que su fuerza provenía de Dios y que debía guardar el sábado como un día sagrado. Si no lo hacía, no tendría lo que necesitaba para competir.

Dios nos dio un ejemplo cuando en el séptimo día descansó después de crear «el vasto conjunto» del Universo y nuestro mundo. Dios descansó y admiró el trabajo realizado. Y, Dios vio que era bueno. Dios también vio que descansar era bueno y nos ordenó hacerlo guardando el sábado.

El descanso es lo que significa guardar el Sábado. No se puede descansar sin trabajar. No se puede trabajar sin descansar. Es parte del proceso, pero va en contra de nuestra cultura. Es un poco como hacer pan. Se trabaja para mezclar y remover los ingredientes y luego se deja reposar. Mientras reposa, se producen todo tipo de procesos creativos. Se vuelve a trabajar y se deja reposar de nuevo. Después, con un poco de suerte, puedes ver y saborear que está bueno (¡o al menos ver cómo hacerlo aún mejor la próxima vez!).

«¡Shabbat Shalom!» (que descanses en paz) es a la vez un saludo y una bendición que nuestros amigos judíos se dicen unos a otros cuando se acercan a su día de descanso del viernes. Consideran que es un momento festivo, un momento para descansar y celebrar la grandeza de Dios. Un momento para compartir una comida festiva y cantar alabanzas a Dios, y conversar con la familia y los amigos.

En el libro "Well of Living Insights", el autor, Arthur Green, refiriéndose a la liturgia matutina del Shabbat afirma: "Creo que el Shabbat es realmente un gran regalo. La capacidad y la obligación de cesar en nuestras labores, especialmente las que realizamos para ganarnos la vida, desempeña un papel esencial en la definición y preservación de nuestra humanidad. Esta es la gran sabiduría de nuestro Torá al situar la creación del Shabbat inmediatamente después de la creación de los primeros seres humanos. «No puede haber humanidad», está diciendo, «sin la capacidad de salir de la rutina y descansar».

Green prosigue: "Sin descanso ni siquiera seríamos capaces de concebir la santidad... Vivimos una época de tremenda aceleración del ritmo de vida. Nuestra humanidad común se ve amenazada por la constancia de las demandas que se nos hacen y la rapidez con la que se nos pide que respondamos. Tenemos en el tesoro de nuestra civilización judía un gran antídoto contra este veneno que se extiende."

En un mundo en el que hay innumerables artículos sobre el agotamiento y la extenuación, el antídoto es recurrir al descanso. El antídoto es mostrar nuestro agradecimiento y estar presentes con Dios.

Segunda semana: Guardar “el” sábado

Sugerencias de oraciones y citas bíblicas



Sugerencias de oración para la segunda semana

Oración para celebrar el sábado

Bendito seas, Señor Dios nuestro, Gobernante del Universo y autor de la paz. Tú que hiciste el sábado, entra en nuestra casa esta noche y concédenos a nosotros y a todos nuestros seres queridos el descanso en este día de reposo. Que la luz de las velas expulse de entre nosotros el espíritu de ira y el espíritu de temor. Envía tus bendiciones para que podamos caminar por los caminos de tu mundo y de tu luz. Padre celestial, ¡nos alegramos de tu creación! De ti recibimos todo don bueno y perfecto. Dador de vida y amor, concédenos tu paz, por Jesucristo nuestro Señor. Amén.

Oración por los que no durmieron lo suficiente anoche

Que encuentres paz en el espacio somnoliento que viene con las señales y la somnolencia. Que también encuentres fuerza en el conocimiento de que muchos de nosotros nos sentimos igual hoy, con las horas y los días borrosos, pareciendo una lucha interminable. Que Dios te conceda la autoconciencia y la gracia de darte un respiro y crear el espacio para el descanso que necesitas para seguir adelante. Amén.

Sugerencias para la segunda semana

Dios crea el sábado y un tiempo de descanso

Génesis 2:1-3

Otras instrucciones sobre el sábado

Éxodo 20:8-10

Un salmo para el sábado

Salmo 92

Reflexión y respuesta a las Escrituras

Reflexiona y responde a uno o varios de los versículos mencionados.

1. ¿Qué palabra(s), idea(s) u oración(es) te llama(n) la atención de la lectura?

(Relee el pasaje.)

2. ¿Qué te está diciendo Jesús (o el texto)?

(Relee el pasaje.)

3. ¿A qué te llama Jesús (o el texto)?

Preguntas para el diario y el debate de la segunda semana

¿CÓMO HAS VISTO QUE EL DESCANSO ES IMPORTANTE EN TU VIDA?

¿SE TE OCURREN CASOS EN LOS QUE JESÚS UTILIZÓ EL DESCANSO EN SU MINISTERIO?

¿CÓMO PUEDES GUARDAR EL SÁBADO EN TU VIDA?

Segunda semana: Guardar “el” sábado



Actividades y recursos para seguir aprendiendo

Actividades sugeridas:

Esta semana, queremos invitarte a identificar formas que te ayuden a santificar el sábado, además de tu rutina de adoración semanal.

Inténtalo:

- Enciende velas y reza algunas oraciones (puedes usar el Oficio Diario, o Completas)
- Lectio Divina, un proceso de cuatro pasos para reflexionar sobre las escrituras:
 - Lectio (lectura): leer lentamente un breve pasaje de las Escrituras
 - Meditatio (meditación): reflexionar sobre el pasaje, su significado y su relación con la actualidad
 - Oratio (oración): responder a las Escrituras con una oración
 - Contemplatio (contemplación): volver a escuchar las Escrituras y abrirse a lo que Dios pueda estar diciéndote hoy a través del texto
- Leer: elegir un libro que te ayude a profundizar en tu conexión con la fe o con el mundo que te rodea.
- Diario - puedes escribir libremente, o elegir un diario de gratitud para reflexionar sobre la semana que ha pasado.
- Crea - colorea, haz manualidades, pinta, dibuja, cose, una forma de guardar el sábado es utilizar los dones que Dios nos ha dado.
- Sal al aire libre - pasa tiempo en la naturaleza y da gracias por la creación.

Recursos para seguir aprendiendo:

“El Sabbat: It's Meaning for Modern Man”, Abraham Joshua Herschel

“Mudhouse Sabbath: Una invitación a una vida de disciplina espiritual”, Lauren F. Winner

Tercera semana: Guardar “un” sábado

Sugerencias de oraciones y citas bíblicas



Sugerencias de oración para la tercera semana

Oh Dios, Rey eterno, cuya luz separa el día de la noche y convierte en mañana la sombra de la muerte: Aleja de nosotros todos los malos deseos, inclina nuestros corazones a guardar tu ley, y guía nuestros pies por el camino de la paz; para que, habiendo cumplido tu voluntad con alegría mientras era de día, al llegar la noche nos regocijemos dándote gracias; por Jesucristo nuestro Señor. Amén.

Libro de Oración Común

Sugerencias bíblicas para la tercera semana

Los siguientes versículos destacan tanto el descanso físico como el espiritual como parte de una vida sana y equilibrada.

Este pasaje nos ordena recordar el día de reposo y santificarlo, y pone como ejemplo el descanso de Dios en el séptimo día después de la creación.

Éxodo 20:8-11

En este pasaje se ordena a los israelitas que observen el sábado, lo relaciona con su liberación de la esclavitud en Egipto.

Deuteronomio 5:12-15

En este versículo, el sábado se conoce como un día de asamblea sagrada y descanso del trabajo.

Levítico 23:3

Dios invita a todos los que están cansados y agobiados a encontrar descanso en Dios. Jesús también subraya la importancia del descanso de otras maneras: ..., por ejemplo, cuando sugiere a sus discípulos "Vengan, vamos nosotros solos a descansar un poco en un lugar tranquilo" (Marcos 6:31).

Mateo 11:28-30

Reflexión y respuesta a las Escrituras

Reflexiona y responde a uno o varios de los versículos mencionados.

1. ¿Qué palabra(s), idea(s) u oración(es) te llama(n) la atención de la lectura?

(Relee el pasaje.)

2. ¿Qué te está diciendo Jesús (o el texto)?

(Relee el pasaje.)

3. ¿A qué te llama Jesús (o el texto)?

Tercera semana: Guardar “un” sábado

Una reflexión de Caroline Carson



En el seminario de la Facultad de Teología de Sewanee, me encontraba un poco perdida después de muchos años volver a estudiar y me costaba concentrarme por diversas razones. El estrés se apoderaba de mí y necesitaba un respiro. La palabra sábado tenía un significado para mí, pero se refería principalmente a lo que acabamos de leer, de guardar EL sábado un sábado o un domingo y descansar o hacer un punto para dejar de lado los negocios para tener un «día libre». Lo que siempre había encontrado en mis días «libres» era que se llenaban de tareas difíciles de hacer sin estar en un día laborable, o lavandería y limpieza, y recados, o cualquier número de cosas que se «necesitaban» hacer. Por lo tanto, era raro incluso que me relajara o recargara las pilas. Incluso mis vacaciones se convertían en viajes de enseñanza o en algún tipo de formación continua. Así que, de alguna manera, me hice cargo de esta situación y creé lo que se ha convertido en todo un revuelo entre algunos de mis amigos y colegas: El Balcón Mágico.

Uno se pregunta: ¿Qué es esto? Bueno, eso era mi respuesta a la necesidad de un espacio para el sábado, ya sea un viernes por la noche, una hora entre semana, o en cualquier otro momento. Un «Balcón Mágico» tiene luces de algún tipo, velas, incienso, una mecedora, tal vez tu mascota, plantas, tal vez una vista mágica o hermosa, y sirve como un lugar para pensar, libre del mundo en general. ¡Se convirtió en algo intencional y ESO ES CLAVE! Tanto es así que, ahora dondequiera que vaya, llevo conmigo unas luces de cuerda, una velita, un cono de incienso y estoy lista para dejarme caer y darme veinte minutos de relajamiento.

Guardar un «sábado» es darte un espacio para ser/hacer/sentir/experimentar lo que quieras. Es hacer una pausa. Es reservar un momento para ti. Es encontrar una eternidad dentro de un solo momento de la refriega. Es permitirte «robar» y cultivar un minuto, cinco minutos, una hora, medio día, un día, una semana o más, para TI y tus necesidades. No sólo te lo mereces, sino que lo necesitas para tu salud mental, espiritual y física. ¡Reclámalo donde puedas! Por supuesto, sabiendo que si te desconectas en un semáforo puede no beneficiarte a ti ni a la sociedad. Mantener un sábado en el mundo de hoy puede ser un trabajo duro, pero a medida que maduramos en el Otoño de nuestra semana, nuestras vidas y el aprendizaje de nuestros corazones, puede salvarnos la vida. Creo que descubrirás que, en general, harás tu vida más productiva y quizás te alimentes en los tiempos oscuros y hasta refuerzas tu energía en los buenos tiempos.

Preguntas para el diario/ debate de la tercera semana

¿DÓNDE ESTÁ TU ESPACIO SEGURO Y RELAJANTE?

¿CÓMO ES TU RELACIÓN CON LA BELLEZA DE LA CREACIÓN? ¿CÓMO
INFLUYE LA GRATITUD?

¿ERES CONSECUENTE CON TU TIEMPO SABÁTICO?



¿CÓMO ENCUENTRAS EL EQUILIBRIO ENTRE TODOS LOS ELEMENTOS DE TU MUNDO Y TU VOCACIÓN?

¿DÓNDE ESTÁ DIOS EN EL RUIDO DEL MUNDO? ¿DÓNDE ESTÁ DIOS EN EL SILENCIO?

¿CUÁLES SON ALGUNAS FORMAS DE GUARDAR O CREAR UN SÁBADO?

Tercera semana: Guardar “un” sábado

Actividades y recursos para seguir aprendiendo



Actividades sugeridas:

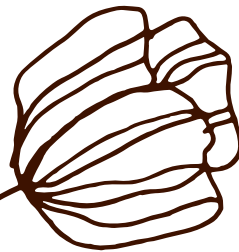
- Crea tu propio «Balcón Mágico» o «espacio seguro» que te ayude a marcar un tiempo de descanso durante tu semana.
- Piensa en diez cosas o personas por las que o por las quién estás agradecido.
- Deja que tu mente divague - simplemente «sé».
- "Llama por teléfono a un/a amigo/a: vuelve a ponerte en contacto con alguien con quien hace tiempo que no hablas.
- Oración centrada (~ del glosario episcopal - "Un método de meditación silenciosa en el que se utiliza una sola palabra simbólica como signo de la propia voluntad de esperar en Dios y estar disponible para la presencia de Dios. Esta palabra se utiliza como punto de atención. La disciplina consiste en dedicar unos veinte minutos o mas a la oración silenciosa. Este método apofático ha sido ampliamente enseñado y practicado en la Iglesia Episcopal desde los principios de los años ochenta. El libro de Thomas Keating "Finding Grace at the Center" (1978), fomentaba la práctica de centralizar la oración").
- Medita o practica la respiración profunda.

Recursos para seguir aprendiendo:

- *"Faith with a Twist: A 30-Day Journey into Christian Yoga"* por Amy Nobles Dolan y Hillary D. Raining
- El Libro de Oración Común y la Biblia son grandes recursos para la oración diaria, por favor vea la introducción para el enlace a un Libro de Oración del Discípulo como otra opción.
- UnitedThankOffering.com tiene muchos recursos de gratitud para ayudarte a crear un espacio en tu vida para practicar la gratitud.
- *"Espacio Sagrado: El libro de oraciones"* por los jesuitas irlandeses

Cuarta semana: Renovación/refrescar/descanso

Sugerencias de oraciones y citas bíblicas



Sugerencia de oración para la cuarta semana

Espíritu Santo,
Aliento de vida,
Que te mueves en los espacios intermedios -
En la pausa silenciosa,
En la habitación vacía,
En la multitud,
En el momento de la espera,
Descansamos en ti.
Venimos con el corazón abierto pero inseguro,
Sin conocer el camino,
Pero confiando en tu presencia,
En el espacio liminal donde el tiempo se dobla y ya no es
Y, sin embargo, es, siempre.
Y lo viejo se ha ido pero lo nuevo aún no ha llegado.
Sostennos aquí, Espíritu Santo.
Enséñanos la gracia de simplemente ser,
De respirar con la tierra
Al inhalar y exhalar,
Un ritmo que nos lleva más profundamente
Al abrazo de tu paz.
Déjanos sentir la respiración profunda del mundo,
El suspiro de los árboles y las montañas,
El pulso de los océanos,
Como si buscaran la paz de Dios.
Que esa paz nos rodee ahora,
En la tensión del no saber,

En la quietud de los momentos suspendidos,
En la tranquila anticipación de lo que está por venir.
Oramos por los que atraviesan días de angustia,
Que permanecen en sombras temerosas o experimentan
tormentas devastadoras,
Que buscan la luz pero no la sienten,
Que sólo conocen el dolor de la nostalgia.
Que sientan el suave toque de tu Espíritu
Sobre sus hombros,
Un suave susurro de esperanza,
Un recordatorio de que, incluso en los tiempos oscuros,
el amor de Dios es firme e inmutable.
Porque tú, oh Espíritu, estás con ellos -
En el silencio, en la espera, en la oscuridad.
Respiramos con la tierra, Espíritu Santo,
Y te encontramos en lo liminal,
En los silenciosos espacios entre momentos,
En la espera y el anhelo,
Donde la paz no es un lugar al que llegar,
Sino un don para recibir.
Deja que nos llene ahora,
Y deja que se desborde
En cada corazón que encontremos,
Cada alma que anhela la paz.
En tu santa presencia, descansamos.
Amén.

Sugerencias bíblicas para la cuarta semana

Este pasaje amplía este tema presentando a Jesús como la vid verdadera y a los creyentes como las ramas, y muestra que es vital que permanezcamos conectados a Jesús para la madurez espiritual y la fecundidad. Podríamos verlo como si Dios podara algunas ramas que dan fruto para hacerlos aún más fructíferas.

Juan 15:1-8

"Por sus frutos los reconoceréis. ¿Se recogen uvas de los espinos, o higos de los cardos?".

Mateo 7:16-20

Enseñanza sobre los frutos del Espíritu

Gálatas 5:22-23

Reflexión y respuesta a las Escrituras

Reflexiona y responde a uno o varios de los versículos mencionados.

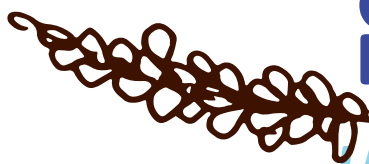
1. ¿Qué palabra(s), idea(s) u oración(es) te llama(n) la atención de la lectura?

(Relee el pasaje.)

2. ¿Qué te está diciendo Jesús (o el texto)?

(Relee el pasaje.)

3. ¿A qué te llama Jesús (o el texto)?



Cuarta semana: Renovación/refrescar/descanso

Una reflexión de Caroline Carson

¿Qué estamos plantando ahora para que dé frutos en la primavera? ¿Puedes reconocer y aferrarte a un espacio liminal?

A mitad de mi vida, me mudé a Nueva Jersey, donde esperaba que fuera extremadamente industrial, sucia y casi como un gran sistema de autopistas. Lo que encontré fue ridículamente lo contrario. La gente me advertía cuando les contaba lo transformada que se había vuelto mi opinión, que «preservara el mito» y dejara que la gente siguiera pasando en sus autos, ¡para que sólo se quedara la cantidad necesaria para un turismo sano! ¡AH! Lo que había descubierto era una vuelta a las salidas y paseos de mi infancia y a mi amor por las plantas y los animales en un mundo impresionantemente natural, y a volver a sentirme realmente parte de nuestra Tierra y reconocer, visceralmente, nuestra interconexión con ella. Lo que se me había vuelto a revelar en mi vida era el poder que tiene la naturaleza para conectar con Dios, para tomar distancia de las ansiedades y para refrescarme y renovarme. Se convirtió en un espacio liminal en el que ni estoy aquí ni estoy allí, ni repaso el pasado del día o de la semana, ni me preocupo por el mañana.

Me hice un «Balcón Mágico» (de la reflexión anterior), y empecé a plantar cosas. Sobre todo, me encantan los árboles y las flores, así que empecé a enraizar lo que podía, como varias bellotas en botellas para ver cómo crecían sus raíces, y planté semillas. A las semillas es a lo que voy a llegar. ¿QUÉ estamos plantando en el otoño o el invierno de nuestros ritmos de vida o estaciones o de nuestras propias vidas, que dará fruto en la próxima primavera? Porque Sí vendrá, ¡Jesús vendrá! ¿Cómo podemos planificar estas cosas? ¡Con cuidado! Lo digo porque a veces nuestra planificación adquiere una mente propia y acabamos intentando controlar el resultado. ¿Cómo fluye entonces el Espíritu Santo para que lo experimentemos? Estableciendo objetivos y plantando gratitud / semillas / ideas / hábitos requiere discernimiento, a veces educación, y a menudo oración y confianza en Dios. Podemos lograrlo con la ayuda de Dios.

Cuarta semana Preguntas para el diario/debate

¿QUÉ TIPO DE SEMILLAS PODEMOS PLANTAR PARA QUE SE TRANSFORMEN DURANTE EL ESTANCAMIENTO DEL INVIERNO Y BROTEN DE LA TIERRA EN PRIMAVERA CON UN CRECIMIENTO SAGRADO?

¿QUÉ TIPO DE RAÍCES VEMOS QUE SE EMPIEZAN A ARRAIGAR?



Cuarta semana: Renovación/refrescar/descanso

Actividades y recursos para seguir aprendiendo

Actividades sugeridas:

- Considera qué puedes plantar ahora en tu área que florecerá en la primavera; un centro de jardinería local podrá ayudarte con ideas para plantas.
- Planta un árbol a principios del otoño y deja que se asiente antes del invierno para que pueda proporcionar el respiro de la sombra el próximo verano.
- Escribe tus sueños y ansiedades, entiérralos simbólicamente para encontrarlos más tarde, como hacen algunas personas con los «Aleluyas» durante la Cuaresma.
- Haz un diario o una manualidad sobre lo que significa crear frutos o escenarios fructíferos (pinturas, fotos, esculturas, ganchillo, danza o música) o que hablen de florecer.
- Sal a pasear y observa de cerca lo que esta floreciendo o «luciéndose» en el mundo de las plantas durante cada estación. Puede que te sorprendas de las diminutas bellezas que esconde cada estación.

Recursos para seguir aprendiendo:

- “Daily Prayer with the Corrymeela Community” por Pádraig Ó Tuama
- “Los Salmos y la Creación: La Tierra en la poesía de los Salmos” por Susanne J. J. Williams



Cada año, la Ofrenda Unida de Acción de Gracias crea recursos como éste para ayudar a personas y comunidades a profundizar en su compromiso de practicar la gratitud. Además de este trabajo, UTO recibe ofrendas de agradecimiento de nuestros miembros, dadas en gratitud por las cosas buenas que suceden en sus vidas, y luego otorga el 100% de lo recaudado para apoyar misiones y ministerios innovadores en todo el mundo.



Para hacer su propia ofrenda de agradecimiento, o para saber más sobre la labor que realiza la UTO, utilice el código QR de la izquierda.