

UTO

OFRENDA UNIDA DE ACCIÓN DE GRACIAS

OBSERVA

TODO LO BUENO QUE TRAE CADA DIA

DA

GRACIAS A DIOS POR TUS BENDICIONES

HAZ

UNA OFRENDA POR CADA BENDICIÓN

BENDICE

SU BENDICION HACE QUE OTROS SEAN BENDECIDOS

100% de todos los fondos dado a la UTO son concedidos el año siguiente para apoyar misiones y ministerios innovadores en la Iglesia Episcopal.

Para aprender más, visite: www.episcopalchurch.org/uto

Observa. Da. Haz. Bendice.



episcopalchurch.org/uto

unitedthankoffering.org

  [@unitedthankoffering](https://www.instagram.com/unitedthankoffering)



¿Por qué la UTO?

¿Qué pasaría si tu práctica espiritual de gratitud pudiera impactar a miles de personas de una manera vivificadora?



La UTO es una manera de practicar la gratitud y de cambiar al mundo

En 1889, dos mujeres episcopales idearon una forma de multiplicar las pequeñas «ofrendas de gratitud» que se recogían privadamente en los hogares como expresiones personales de gratitud, y nuestra moderna Ofrenda Unida de Acción de Gracias (UTO, por su sigla en inglés) nació de esta pequeña recolección de las ofrendas de acción de gracias. Hoy en día, los miembros de la UTO, a través de su disciplina espiritual diaria de gratitud, continúan haciendo ofrendas de agradecimiento, y cada centavo que se da en acción de gracias se devuelve luego como subvención para financiar misiones y ministerios que buscan vivir el camino del amor de Jesús. La UTO es un ministerio de la Iglesia Episcopal para la misión de toda la iglesia. Hasta el momento, la UTO ha otorgado más de 5,300 subvenciones (por un total de \$140 millones de dólares) para apoyar misión y ministerio innovadores en toda la Iglesia Episcopal y en las provincias de la Comunión Anglicana.

Oración de la Ofrenda Unida de Acción de Gracias

Dios misericordioso, fuente de toda creación, de todo amor y de todo gozo verdadero: acepta, te rogamos, estos signos externos de nuestra profunda y continua gratitud por todas las cosas de la vida. Haz que cada uno de nosotros esté siempre agradecido por todas las bendiciones de alegría y pruebas que se nos presenten. Bendice a los que se beneficiarán de estos dones a través de la Ofrenda Unida de Acción de Gracias. Esto te lo pedimos por Aquel que es el mayor don y bendición de todos, Jesucristo. Amén.

Observa

Nunca eres demasiado joven o demasiado viejo para comenzar una práctica espiritual diaria y compartir tu espíritu agradecido con los demás.



Observa las cosas buenas que ocurren cada día.

Contempla comenzar una nueva práctica espiritual profundamente arraigada en nuestra tradición de fe. Parece su intención de gratitud con tus monedas sueltas (el cambio). Permite que las pequeñas bendiciones de tu día, o las grandes de tu año, crezcan en alcance e impacto compartiéndolas como una Ofrenda Unida de Acción de Gracias.

De las cosas pequeñas...
como encontrar un buen lugar para estacionarse en un día atareado, tener sol para tu picnic familiar, o una nota de un amigo en un día difícil.

A las cosas grandes...
como la recuperación de una enfermedad grave, un nuevo empleo o un nuevo miembro de la familia, o terminar un gran proyecto en el trabajo.

Observa todas las formas en que Dios te bendice cada día. Desde momentos de cuidado personal hasta momentos de interacción con personas que te están ayudando, suceden cosas buenas todo el tiempo que simplemente pasamos por alto porque andamos apresurados para hacer lo siguiente. Hoy, te instamos a darte cuenta de todas las cosas buenas que suceden o, simplemente, que comiences y termines el día con una oración de gratitud.

Desarrolla tus propias prácticas de gratitud... y desarrolla tu impacto en el mundo.

¿Qué es la gratitud?

Según Google, la gratitud es la cualidad de estar agradecido o estar dispuesto a mostrar aprecio y devolver la generosidad. Lo más importante es que la gratitud es una virtud cristiana. Nos ayuda a amar más profundamente y a estar más presentes con el Espíritu Santo que obra en el mundo.

¿Por qué es importante practicar la gratitud?

La investigación basada en la evidencia ha sugerido que la gratitud:

1. Elimina emociones tóxicas, tales como la ira y la envidia
2. Reduce el estrés y aumenta la relajación
3. Promueve la resistencia a enfermedades comunes
4. Aumenta la autoestima, la fuerza de voluntad y la creatividad.
5. Profundiza las relaciones y la espiritualidad
6. Mejora el rendimiento deportivo y académico
7. Aumenta la generosidad: las personas agradecidas dan más de su tiempo, talento y tesoros a sus comunidades

Para citas y más materiales sobre los beneficios de la gratitud, visite unitedthankoffering.org

«La gratitud comienza en nuestros corazones y luego se traduce en conducta. Casi siempre te hace estar dispuesto a servir, que es donde reside la alegría. [...] Cuando eres consciente de todo lo que se te ha dado, a lo largo de tu vida y en los últimos días, es difícil no sentirse humilde y contento de reciprocitar. [...] El impulso de la gracia hacia la gratitud nos lleva del encierro de la locura egocéntrica a un despertar espiritual. La gratitud es la paz».

—Anne Lamott, Ayuda, gracias y sorpresa: Las tres oraciones esenciales



“En la vida ordinaria, apenas nos damos cuenta de que recibimos mucho más de lo que damos, y que sólo con gratitud la vida se enriquece.”

—Dietrich Bonhoeffer

Da

A través de la oración diaria y las ofrendas tangibles, las vidas cambian de manera muy real.



Da gracias a Dios por tus bendiciones.

Ahora que te estás deteniendo para notar las cosas buenas que suceden en tu día, hazlo tangible:

Escribe una carta

¿Te sientes más agradecido por alguien [o algunos] hoy? Escríbeles y hazles saber.

Ve a dar un paseo de gratitud

Da un paseo. Fíjate en la belleza a tu alrededor y dentro de ti. Da gracias por lo que ves y por cómo te sientes.

Manten un diario de gratitud

Escribe 3 cosas por las que estás agradecido todos los días.

Empieza aquí:

- 1.
- 2.
- 3.

Observa cosas buenas en las redes sociales

Cada vez que tomes un descanso y entras en las redes sociales, trata de comentar sobre las fotos o publicaciones, al menos cinco veces, por las que estas agradecido y comparte el por qué te detuviste para dar gracias.

Puedes encontrar más ideas y materiales para practicar la gratitud personalmente, en grupos pequeños o como parroquia, en unitedthankoffering.org

Haz

Un acto de acción de gracias, tanto devocional como tangible, que tenga un impacto mas amplio de lo que puedas imaginar.



Haz una ofrenda por cada bendición.

¿Para qué puedes dar gracias hoy?

Cada vez que hagas una pausa para dar gracias, hazlo tangible:

- Echa una moneda en una Cajita Azul de la UTO.
- Escribe tus acciones de gracias en un diario o ponlas en una Cajita Azul para «convertirlas en efectivo» más tarde.
- Descarga una aplicación que rastree tus ofrendas de gratitud inmediatas (utoblueboxapp.org)

A través de la Ofrenda Unida de Acción de Gracias, tu ofrenda privada de acción de gracias se invierte con un propósito colectivo. Tus acciones de gracias rinden un mayor retorno cuando se combinan con los regalos de gratitud de tus hermanas y hermanos episcopales.

1. Monedas sueltas dado en agradecimiento por tus hijos se convirtió en un Centro de Rehabilitación Infantil en Kenia
2. Monedas sueltas dado en agradecimiento por la atención médica que recibiste se convirtió en una Clínica Prenatal y de Maternidad en Sudán del Sur
3. Monedas sueltas dado en agradecimiento por la electricidad en tu hogar se convirtió en un servicio de lavandería para personas sin hogar en Michigan.
4. Monedas sueltas dado en agradecimiento por la capacidad de trabajar desde casa durante la pandemia, se convirtió en clínicas y ministerios de alimentación en todo el mundo para apoyar a quienes padecen de COVID-19.

Dona

Favor de enviar los cheques por correo a:

United Thank Offering
DFMS - Protestant Episcopal Church US
PO BOX 958983
St Louis, MO 63195

Para donar por la Internet, visita:

unitedthankoffering.com/give/

Bendice

“La gratitud hace que lo que tenemos sea suficiente.”

–Anónimo



Bendice: Tu bendición se convierte en una bendición para otros.

Una vez que se recogen todas las ofrendas de gratitud, la Junta de la UTO las otorga como subvenciones. Las subvenciones de la UTO a menudo se centran en necesidades humanas urgentes, lo que significa que tu donación de gratitud individual ayuda a los empeños de reconciliación racial, erradicación de la pobreza y mucho más.

¿Alguna vez has querido ayudar pero no has sabido cómo?

Las ofrendas de gratitud que pones en tu Cajita Azul se combinan con otras para financiar misiones y ministerios innovadores en la Iglesia Episcopal y la Comunión Anglicana. Las subvenciones de la UTO se pueden utilizar como fondos iniciales para nuevos ministerios, o para llevar un ministerio actual en una dirección nueva y excitante.

Las posibilidades son infinitas en cuanto a las formas en que las ofrendas de gratitud de la UTO continuarán para bendecir a comunidades que se esfuerzan para amar como Jesús a través de la justicia, la defensa social, la difusión y la presencia. Puedes ver una lista de todas las subvenciones otorgadas por la UTO en unitedthankoffering.org, desde un avión para ayudar al obispo de Alaska a visitar las zonas más remotas de su diócesis hasta la creación de una cafetería y un área de juegos donde los miembros de la comunidad pueden reunirse y participar con La Iglesia Episcopal.

Cómo solicitar una subvención de la UTO

Los materiales de solicitud salen cada verano y deben entregarse al principio de la primavera. Ofrecemos una variedad de seminarios web y de apoyo porque sabemos que muchas de las cosas innovadoras que la iglesia está haciendo provienen de personas que tienen un corazón para la misión, pero tal vez no tengan experiencia en la redacción de subvenciones. Así que asegúrese de leer todos los materiales cuando estén disponibles.

Anima e invita

«Es la ofrenda de acción de gracias de todos [los episcopales], la expresión de nuestra gratitud por los privilegios cristianos que disfrutamos; y mientras expresa nuestro agradecimiento, también enciende nuestro gratitud»

–Tomado de Como si no supiéramos [As If We Didn't Know] un folleto de la UTO de 1913



Si bien la UTO es una disciplina espiritual personal de gratitud, te alentamos a invitar a otros a unirse en esta práctica importante.

La Ofrenda Unida de Acción de Gracias está dirigida por una increíble red de organizadores de base dentro de parroquias y diócesis. Los organizadores/coordinadores parroquiales o misiones de la UTO alientan, enseñan y celebran la gratitud dentro de la parroquia o misión, mientras que los organizadores/coordinadores diocesanos de la UTO conectan, promueven e inspiran prácticas de gratitud en toda la diócesis.

Si deseas participar más en la UTO:

- Visita unitedthankoffering.org para aprender más
- Obtenga más información, o comuníquese con nuestra encargada de personal, Heather Melton, en hmelton@episcopalchurch.org para conectarse a nuestros boletines mensuales, seminarios web y otros eventos de formación en torno a la gratitud

Para solicitar materiales a fin de promover la UTO en tu congregación:

- Visita shimaoonavajoland.com/collections/united-thank-offering
- Muchos de nuestros materiales se pueden imprimir localmente de forma gratuita desde unitedthankoffering.org o episcopalchurch.org/uto