

Temporada de gratitud

Presentamos este calendario de gratitud diseñado para que los miembros de la iglesia comuniquen su agradecimiento a Dios a través de sus acciones. A continuación, encontrará una lista de acciones a realizar diariamente por las próximas seis semanas, así como imágenes para compartir en los medios sociales para que los miembros de su iglesia puedan seguirlas fácilmente. Algunos demandan planificación, así que uno debe planear por anticipado o hacer arreglos para llevar a cabo la actividad.

Esperamos que este esfuerzo intencional de mostrar gratitud prepare a su iglesia para entrar en una temporada de gratitud mientras anticipamos el día de acción de gracias, el adviento y la epifanía. Siéntase libre de crear un calendario similar que se adapte mejor a su contexto.

PRIMERA SEMANA (noviembre 21 - 27)

Domingo — Lea Gálatas 5 16-26. Medite en estas palabras y agradezca a Dios por el Espíritu Santo en su vida.

Lunes — Pague el peaje, el café o la comida de alguien detrás de usted. Dé gracias al/la cajero/a también.

Martes — Escriba una lista de al menos 10 personas por las que esté agradecido/a.

Miércoles — Deje que alguien más ocupe el lugar de estacionamiento más cercano.

Jueves — Día de Acción de Gracias (en EE.UU.). Lea el Salmo 100 para empezar un momento en que todos comparten sus bendiciones del año pasado. Coloque un recipiente de gratitud en la cocina con pedazos de papel dentro. Anime a que la gente escriba cosas por las cuales están agradecidos. Lea las notas que se escribieron el Día de Epifanía, en enero 6. También puede hacer esto si se reúne con su familia virtualmente.

Viernes — Bajo su cubre bocas o máscara, sonría y salude a los que usted vea durante el día.

Sábado — Con la familia, rastrille las hojas de la propiedad del vecino.

SEGUNDA SEMANA (noviembre 28 - diciembre 4)

Domingo — Primer Domingo de [Adviento](#) y [Día del Estudiante Metodista Unido](#). Encuentre algún profesor o profesora y dele gracias por su trabajo durante este año escolar en tiempos de pandemia por medio de una nota electrónica, flores o una tarjeta comercial.

Lunes — Dé gracias a Dios por el tiempo. Sea soleado, lluvioso, nevado o borrascoso, encuentre algo bueno en el pronóstico del tiempo.

Martes — UMC #GivingTuesday. Haga una donación en favor de [UMCOR Advance](#), o un/a misionero/a en específico, como si fuera un regalo de Navidad en honor de alguien.

Miércoles — Envíe por correo electrónico, por mensaje, o por los medios sociales una nota a alguien que usted admira o aprecia en su vida

Jueves — Si es posible, actúe como voluntario/a en una organización (despensa de alimentos, refugio de rescate de animales, parque nacional, cruz roja).

Viernes — Llévele al/la secretario/a de la iglesia un ramo de flores o una bonita planta.

Sábado — Deje notas adhesivas en algunos automóviles estacionados en el supermercado o en baños públicos con mensajes de gratitud o bondad.

TERCERA SEMANA (diciembre 5 - 11)

Domingo — Segundo Domingo de Adviento. Ocupe una hora caminando en algún parque en oración. Dé gracias a Dios por la tierra y ofrezca bendiciones por toda la creación.

Lunes — Durante Adviento, comprométase a colocar solo mensajes positivos en los medios sociales. Publique en Facebook o Twitter fotos de cosas por las que usted da gracias. Participe en nuestro reto de una foto al día ([Advent photo-a-day 2021](#)).

Martes — Comparta un libro favorito suyo con alguna persona, y anime a esa persona a que lo lea y lo pase a otra persona. No se olvide desinfectarlo antes de compartirlo y recuérdelo a la persona que también lo haga. Si prefiere enviar un libro digital a través del programa Amazon Kindle, también lo puede hacer de esta manera.

Miércoles — Deje que la persona detrás suya en la fila del supermercado pase delante de usted.

Jueves — Envíe a alguien un mensaje de buenos días o de buenas noches.

Viernes — Si nieva en su área, raspe el hielo del auto de alguien.

Sábado — Agradezca a Dios por su cuerpo y por sus capacidades. Tome decisiones de alimentos más saludables para cuidar de su templo.

CUARTA SEMANA (diciembre 12 - 18)

Domingo — Tercer Domingo de Adviento. Visite a un vecino que no ha visto hace algún tiempo. Si necesitan mantener una distancia, conversen a través de una ventana o una pantalla de puerta.

Lunes — Si es posible, actúe como voluntario/a en una organización (despensa de alimentos, refugio de rescate de animales, parque nacional, cruz roja).

Martes — Lea 1 Tesalonicenses 5:16-18 solo o con la familia. Hable de las bendiciones que ha encontrado en momentos difíciles.

Miércoles — Confeccione tarjetas a mano con un mensaje personal que le diga a los destinatarios que son gente especial para usted.

Jueves — Agradézcale a Dios por calmar su sed de amistad, inspiración o guía espiritual.

Viernes — Después de desinfectar un billete de cinco dólares, colóquelo en una bolsa con cierre o de Ziplock y péguelo en un galón de leche en el supermercado.

Sábado — Día Internacional del Inmigrante. Prepare una cena familiar y comparta la herencia de su familia, rastreando cómo sus ancestros migraron a su ubicación actual. O pregúntele a sus padres o abuelos que compartan su historia.

QUINTA SEMANA (diciembre 19 - 25)

Domingo — Cuarto Domingo de Adviento. Llame por teléfono a un amigo o amiga para hacerle saber que usted piensa en él o ella.

Lunes — Escriba una nota personal de agradecimiento al pastor o pastora de su iglesia local.

Martes — Lleve el desayuno en la cama a su pareja, a su hijo/a o a usted mismo/a.

Miércoles — Guarde su teléfono cuando esté con alguien para demostrar que aprecia su compañía y su tiempo.

Jueves — Escuche a alguien.

Viernes — Víspera de Navidad. Visite una organización sin fines de lucro local para saber del trabajo que hacen y para agradecerles. Recuerde tomar precauciones adecuadas.

Sábado — Celebración de la navidad. Empiece el día leyendo Lucas capítulo 2. Pídale a los miembros de la familia o sus amigos que cada uno diga qué significa el don de Jesucristo para ellos. Agradezca por el don de Jesús.

SEXTA SEMANA (diciembre 26 - enero 1)

Domingo — Mire a los ojos de cada miembro de la familia y dele tres razones por las que usted está agradecido porque son parte de su vida.

Lunes — Dígale a algún/a compañero/a de trabajo que usted lo/a aprecia.

Martes — Regale una tarjeta comercial a alguien. O puede enviar dinero con una nota de agradecimiento a través de una aplicación bancaria electrónica como Venmo, Cash App, o Zelle.

Miércoles — Prepare una bolsa de almuerzo para la gente sin hogar en su vecindario y entréguesela.

Jueves — Siéntese a la entrada de su casa o junto a la ventana por media hora, y ore por cada persona que pase por su casa.

Viernes — Reflexione sobre lo que el año 2020 le ha enseñado e identifique los momentos en los que la presencia de Dios le rodeó.

Sábado — Año Nuevo. Empiece un diario en el que registre día a día cosas por las que debe estar agradecida, para así incrementar la conciencia de las bendiciones recibidas.

SÉPTIMA SEMANA (enero 2-8)

Domingo — Comparta sus resoluciones para el nuevo año.

Lunes — Comprométase a no quejarse el resto de la semana.

Martes — Escriba una lista de al menos 5 lugares por las que esté agradecido/a.

Miércoles — Empiece la costumbre de que cada miembro de la familia dé gracias por una cosa durante la cena.

Jueves — [Día de Epifanía](#). Que todos lean las notas de gratitud que pusieron en la vasija en noviembre pasado.

Viernes — Junte latas de comida para la despensa local.

Sábado — Sonría y sujete la puerta para que otras personas puedan pasar.