

## Cómo preparar una Adoración

Este documento tiene como objetivo ayudar a preparar una adoración, hemos listado algunos consejos para tomar como referencia, no para seguir al pie de la letra ni para hacer todos.

1. Ser puntual en el comienzo y en el fin
2. Una adoración debe durar entre ½ hora a una hora
3. Cuando se expone y se guarda el Santísimo se aconseja un canto de adoración
  - a. *(Ej. "No adoréis a nadie")*
4. La primera oración que sea de saludo al Señor, de ponernos en sus manos y abandonar los ruidos del alma, lo que nos impide estar con Dios
  - a. *(Ej. "Señor mío, en esta noche queremos dejar en tus manos el cansancio del día, hacer silencio en nuestro corazón para dejarte a ti hablar....")*
5. Mezclar Textos preparados con ratos de reflexión personal en silencio. Para ayudar a la misma hacer alguna pregunta antes de los minutos de silencio.
6. Si es posible acompañar con cantos o música, que esté pensada perfectamente de antemano y que inviten a la meditación y adoración
7. Dar a los asistentes la guía de la adoración con los textos que se están leyendo para que si se pierde pueda conectarse de nuevo
8. Si la oración tiene un mensaje o tema (ej. símbolo del Santuario), escribir el texto personalmente o utilizar fragmentos concretos de textos ya existentes con alguna pregunta o mensaje relativo a la persona
  - a. *(Ej. De una adoración con el tema del "sagrario": "Ayúdanos Madre, en esta noche, a vaciarnos de tantas cosas que hoy nos llenan, y hacer que Jesús pueda hacerse un hueco dentro de nosotros. Que podamos ser, aunque sea por un momento, Sagrario para Él.")*
9. Una recomendación a realizar es leer algún pasaje del Evangelio, siendo conscientes que el Señor del cual habla el Evangelio está delante de nosotros (en este sentido, es recomendable también la Lectio Divina, que es orar con la Palabra de Dios. Para entender y de modo muy resumido, qué es, es tomar un pasaje, por ejemplo del Evangelio, que pueda ser escogido de antemano o bien el que salga, y ver qué dice ese pasaje usando inclusive la imaginación para situarse en el contexto del relato. Luego, ver qué me dice, qué resonancia hay en mí, qué eco tiene esa Palabra, qué me ha tocado del pasaje, en qué me siento interpelado, y, finalmente luego de rumiarlo viene lo que brota desde mi interior, es decir qué respondo yo en oración. )
10. Dejar en algún momento que la gente pueda expresar su oración, indicándolo previamente
  - a. *Ej. Ahora el que quiera hablar a Dios en alto, ofrecerle, darle gracias, dejamos cinco minutos...."*
11. Es preferible que la oración se dirija al Señor durante toda la adoración y al final entregarnos a María, especialmente si estamos en el Santuario haciéndola
  - a. *Estás dentro de mí; El Señor es mi pastor; Dios mío; Te amo rey....*
12. Ambientar el lugar, si es posible mover los bancos, poner alguna vela, bajar la luz...etc.
13. Es posible utilizar alguna metodología que ayude a rezar, a vivir el momento (por ej. entregar una frase a cada persona, que cada uno escriba su preocupación, su miedo, y lo entregue en el capital de gracias, que cada uno encienda una vela y la lleve al altar ...etc.). Si se realiza esto se aconseja que sea una sola actividad en toda la adoración
  - a. *Ej (cada uno escribe y deja en el altar, junto al Señor, lo que quiere ofrecer de su vida personal, donde más necesita la presencia de Cristo, donde más necesita "hacer Sagrario", donde más necesita convertir lo profano en Sagrado. )*