



**GUÍA PARA PRACTICAR LA MESA**

# Una Mesa, Una Familia

Este domingo no nos reuniremos en nuestro santuario, sino en el santuario de nuestros hogares. Hagamos Mesa en Casa es una invitación a experimentar comunidad íntima, a crear espacios sagrados alrededor de nuestras mesas familiares, y a descubrir que donde dos o tres se reúnen en Su nombre, Él está presente.

---

## Preparación del espacio

- Elige un lugar cómodo y acogedor
- Apaga dispositivos para eliminar distracciones
- Prepara una comida sencilla que puedan compartir
- Ten una Biblia y papel para notas disponibles



## Elementos sugeridos

- Música suave de adoración de fondo
- Una vela encendida como símbolo de la presencia de Cristo
- Alimentos favoritos de la familia
- Tiempo suficiente sin prisas

## Para familia con niños

- Involucra a los niños en la preparación
- Usa preguntas sencillas y apropiadas para su edad
- Permíteles participar en oraciones y reflexiones
- Crea un ambiente relajado y divertido



# *Guía preparatoria para* **LA MESA**

## Oración para la noche anterior

Padre celestial, Mañana nos reunimos alrededor de nuestra mesa familiar para experimentar tu presencia de una manera especial. Prepara nuestros corazones para recibirte. Ayúdanos a crear un espacio de paz, gracia y comunión. Que nuestra mesa sea un altar donde tu amor se manifieste. En el nombre de Jesús, amén.

## Oración antes del encuentro

Jesús, Señor de toda mesa, Así como compartiste con tus discípulos, ven a compartir con nosotros hoy. Bendice este tiempo, estos alimentos, estas conversaciones. Que experimentemos tu gracia en lo ordinario y encontremos lo sagrado en lo cotidiano. Amén.



# *Liturgia sugerida para* **LA MESA**

## 1. DETENERSE (10 minutos)

Transición del mundo a lo sagrado

Apertura:

- Pueden encender una vela juntos
- Tengan un momento en silencio
- Compartan brevemente: "¿Cómo llega mi corazón a esta mesa?"

Oración de Inicio:

Dios de toda mesa,

Nos detenemos ante tu presencia.

Dejamos atrás las preocupaciones del día

y abrimos nuestros corazones a ti.

Bendice este tiempo de comunión.

Amén.

## 2. DESCANSAR (15 minutos)

Encontrar paz en Su presencia

Lectura: Salmo 62

Para reflexionar juntos:

- "¿Dónde necesito el descanso de Dios en mi vida?"
- "¿Qué cargas puedo dejar en esta mesa?"

Momento de Silencio: 3-5 minutos de quietud contemplativa

Compartir: Cada persona puede expresar algo por lo que está agradecido



# *Liturgia sugerida para* **LA MESA**

## 3. DELEITARSE (20 minutos)

Celebrar la bondad de Dios

Compartir la Comida:

- Orar por los alimentos
- Disfrutar sin prisas
- Conversar sobre las bendiciones de la semana

Preguntas para la Mesa:

- ¿Dónde viste a Dios esta semana?
- ¿Qué te está enseñando Dios últimamente?
- ¿Cómo podemos orar unos por otros?

## 4. ADORAR (15 minutos)

Responder a su amor

Momento Musical:

- Canten una canción conocida juntos
- O reproduzcan música de adoración y reflexionen

Oración Comunitaria:

- Cada persona ora brevemente por otro miembro de la familia
- Terminen tomados de las manos

Juntos afirmamos: "En esta mesa hemos encontrado tu presencia, Señor. Nos vamos con corazones renovados y el compromiso de vivir tu amor cada día. Gracias por este regalo de comunión."



# ORACIÓN

*Cerrando la mesa en*

## Oración de cierre:

Padre de toda gracia, Gracias por este tiempo sagrado alrededor de nuestra mesa. Gracias por recordarnos que tu presencia no se limita a edificios, sino que habitas donde hay amor y comunión genuina.

Mientras nos levantamos de esta mesa, llévanos contigo a la semana que comienza. Que el amor experimentado aquí se extienda a cada persona que encontremos. Que nuestra mesa siempre sea un lugar de gracia, nuestro hogar un santuario de paz, y nuestras vidas un testimonio de tu bondad.

En el nombre de Jesús, quien nos enseñó a hacer de cada comida una celebración de tu reino.

Amén.



# LA MESA

## Comparte tu experiencia

Después de tu Mesa, nos encantaría saber cómo Dios se manifestó en tu hogar:

- Comparte una foto de tu mesa (opcional)
- Cuéntanos un testimonio de lo que experimentaron
- Usa #HagamosMesaEnCasa

¡Que tengan una hermosa experiencia de comunión familiar!