

AL SEÑOR TU DIOS ADORARÁS Y SÓLO A ÉL DARÁS CULTO

(MT 4:10)

Una guía para el adorador



P. Justo Antonio Lofeudo MSS

AL SEÑOR TU DIOS ADORARÁS Y SÓLO A ÉL DARÁS CULTO

(MT 4:10)

Una guía para el adorador



P. Justo Antonio Lofeudo MSS



Missionarii Sanctissimi Sacramenti

Misioneros del Santísimo Sacramento

Apostolado para la adoración eucarística perpetua

Sitios : adoracionperpetua.info www.adoperp.com

P. Justo Antonio Lofeudo MSS

Propiedad Intelectual: M008128/2010

ÍNDICE

Página

Palabras Preliminares

1. Respuestas a las primeras preguntas

Qué es adorar.....	8
Por qué adorar	10
A quién adorar	10
Cuándo se adora	11
Quiénes adoran	13
Dónde se adora.....	14
Qué es la Eucaristía.....	14
Gestos de adoración	18
La Presencia del Señor	19
Frutos de la adoración.....	20

2. Cómo se adora

Camino de santidad	25
El silencio.....	27
Alabar a Dios.....	28
Darle gracias	28
Interceder.....	29
Reparar	30
Consejos espirituales	31
Aridez.....	34
Dificultad para orar	35

Oración frente al Santísimo

Ego sum Via, Veritas, Vita..... 44

Orar con los salmos 48

Algunas reflexiones para la adoración

Purificación..... 51

Perdón 53

Confesión de fe e invocación al Espíritu Santo..... 57

Instrumentos de salvación 59

Reparación e intercesión..... 60

Alabanzas, bendiciones, acción de gracias..... 63

3. Algo más

Orar en cuatro tiempos 65

Modalidades de adoración 68

Adoración Eucarística Perpetua 68

Oración del adorador a la Virgen..... 72

Principios de la Adoración Eucarística Perpetua ... 73

***Al Señor tu Dios adorarás
y sólo a Él darás culto (Mt 4:10)***

Palabras preliminares

Si ya has decidido adorar a tu Dios y Señor, parecería innecesario que te diga qué es adorar, a quién adorar, por qué adorar. Sin embargo, como muchos sienten el impulso de adorar, pero al mismo tiempo se preguntan a sí mismos u otros les preguntan por qué y para qué adorar, antes de entrar al cómo adorar, que es un tema siempre recurrente, he preferido comenzar respondiendo esas preguntas básicas. Para quien ya las conoce puede muy bien pasar a la parte siguiente del “cómo adorar”.

Por otra parte, espero que esta breve guía te resulte ágil en su lectura y, sobre todo, de utilidad para tu adoración. Piensa que es eso, una guía, nada más. No es un devocionario sino una ayuda para encaminarte en la adoración. Pero, la adoración es algo exclusivamente tuyo en tu relación con el Señor. A adorar se aprende adorando. Las etapas que se indican para el “cómo adorar” son indicativas con algunos ejemplos que sirvan sólo de modelo y con consejos, luego el contenido será el tuyo, todo personal.

1. RESPUESTAS A LAS PRIMERAS PREGUNTAS

Qué es adorar?

A esta pregunta le caben distintas contestaciones.

La primera: es la respuesta connatural del hombre ante Dios. Es la relación primaria, espontánea, inmediata de todo ser inteligente ante su Creador.

Los hombres y los ángeles tienen el dulce deber de adorar a Dios. En el cielo todos, las almas bienaventuradas de los santos y los santos ángeles adoran a Dios.

Toda vez que adoramos nos unimos al cielo y tenemos nuestro pequeño cielo en la tierra.

La adoración es el culto debido a Dios y sólo a Él, porque Él es Dios y nosotros sus creaturas.

Adorar implica el reconocimiento de la gloria y la majestad de Dios.

Adorar es también dejarse abrazar por Dios. Es penetrar en lo más profundo de su amor, como la paloma escondida en las grietas de la roca el alma se

hunde en Dios, en el Corazón traspasado por amor de Cristo.

Adorar es penetrar en el misterio del amor de Dios, que es su intimidad más profunda y dejarse penetrar por su amor.

Adorar es entablar un diálogo de amor en el silencio del corazón con nuestro Creador y Salvador.

Adorar es el modo sublime de permanecer en el amor de Dios y, por consecuencia, a partir de la adoración poder dar frutos.

El Santo Padre Benedicto XVI nos recordaba que adoración en griego se dice *proskínesis* y en latín *adoratio*. *Proskínesis* significa sometimiento, sujeción y es el sometimiento ante la inmensa majestad divina. *Adoratio* en cambio reclama al contacto con la boca, al beso, incluso al abrazo, por tanto al amor. Si componemos ambos términos podemos definir la adoración como el sometimiento al Amor, ya que Dios es Amor.

Si la gloria de Dios se hiciese manifiesta, todos nosotros caeríamos por tierra ante la visión de su

gran poder. Sería la reacción espontánea e inmediata. Al mismo tiempo estaríamos cumpliendo un acto de reverencia y de sometimiento ante Dios, como creaturas que Él creó y que salva por amor.

Por qué adorar?

Porque es Dios. *“Al Señor tu Dios adorarás y sólo a Él rendirás culto”*, le responde Jesús al demonio en el desierto, cuando el demonio pretendía para sí la adoración. Satanás, en su inconmensurable orgullo y ciega necedad, pretende ser adorado porque quiere tomar el lugar de Dios. Quien se niega a adorar a Dios terminará adorando al diablo -manifiesta o solapadamente en el dinero, el poder, el sexo, la idolatría y la superstición- porque participando de su rebeldía ha ya caído en su poder.

A quién se adora?

Como quedó dicho, sólo a Dios. A nadie más.

Al culto a Dios –para diferenciarlo del culto a los santos- se lo llama “latría”.

El culto debido a los santos es llamado “dulía”. La Santísima Virgen recibe un culto especial, mayor que todos los santos, llamado “hiperdulía”. Como decía el nuevo beato Cardenal J. H. Newman, *“He aquí la verdad que la Iglesia guarda piadosamente en su corazón, y sus hijos dan testimonio de ella por la fuerza con la que la han aceptado: no se le puede asignar a la santidad de María, ningún límite, salvo aquellos que corresponden al estado de creatura”*.

Como ves, no es verdad que los católicos adoramos a la Virgen, como sostienen nuestros detractores. Le rendimos un culto superior a los demás santos, por ser aquella que no sólo engendró en la carne al Hijo de Dios, sino también por todo lo que Ella hizo por nuestra salvación. Pero, queda muy claro, sólo a Dios adoramos. A Dios en las Tres Personas: Padre, Hijo y Espíritu Santo.

Cuándo se adora?

Cuando estamos ante Dios. Me dirás: “¡Dios siempre está presente!” Entonces –agrego- toda vez que somos conscientes de la presencia divina.

Es muy cierto que nosotros no somos siempre conscientes de su presencia.

Hay una presencia de Dios por inmensidad, Dios que está en todas partes. Pero, también hay una presencia de Dios -que se llama por inhabitación- que es cuando la persona está en estado de gracia, cuando ha sido purificado su corazón y su corazón está dirigido al Señor y por tanto también a los hermanos. Esa persona sabe de Dios, que está en ella, y tiene un anhelo constante de Él. Además –presta atención- hay una presencia del todo particular, única, localizable y es en la que Jesucristo, hombre verdadero y Dios verdadero, decidió permanecer con los suyos antes de partir y ésta es la Eucaristía. Es el legado de amor que nos dejó y la forma que sólo Dios podría haber concebido: la más humilde, silenciosa y vulnerable: la del pan eucarístico. Fue el modo de cumplir con su promesa: “Estaré con vosotros hasta el fin del mundo”. Pero, discúlpame porque ya me he adelantado a lo que dentro de poco veremos.

Quiénes adoran?

Los seres inteligentes, hombres y ángeles. Es decir, los hombres creyentes, las almas bienaventuradas y los ángeles del cielo.

Todo creyente adora a Dios. Todo cristiano adora a Cristo, porque el verdadero cristiano cree que Jesucristo es el Hijo de Dios, que es Dios. Adorando a Jesucristo adora a la Santísima Trinidad porque en Dios no hay división. Dios es uno, por esencia, manifestado en tres personas. A través del Hijo accedemos al Padre por el Espíritu Santo.



Dónde se adora?

Todo católico adora a Dios en la Eucaristía porque cree y sabe que la Eucaristía es el sacramento de la presencia de Jesucristo. Por tanto, la adoración no es un culto abstracto sino bien concreto que se hace frente a la presencia eucarística del Señor, frente al Santísimo Sacramento.

Adorando Jesucristo en la Eucaristía somos abrazados por el amor de Dios y penetramos el secreto de su amor presente tras los velos eucarísticos. La adoración debe llegar a un fundirse en el amor.

El alma entra en un coloquio de amor inefable, que no se expresa en palabras y es transformada.

A amar se aprende adorando.

Qué es la Eucaristía?

Más propiamente debemos preguntar quién es la Eucaristía, porque la Eucaristía no es una cosa, no es un objeto sino la Persona divina de Cristo.

Eucaristía significa “acción de gracias”. Es la acción de gracias debida a Dios por el don infinito que nos hace de sí mismo, por el don del Hijo de Dios que

se dio y se da a nosotros para que tengamos la vida eterna y para acompañarnos todos los días hasta el fin del mundo.

Eucaristía se llama en principio a la celebrada en la Santa Misa. La Santa Misa es la actualización del único sacrificio de Cristo en la cruz. Él se entregó voluntariamente por amor al Padre y a nosotros, en sacrificio redentor, es decir para rescatarnos del pecado, de la muerte y de las garras de Satanás.

La Eucaristía es signo sacramental, quiere decir que como signo sensible indica y hace presente una realidad profunda, un misterio cual es la presencia de Dios mismo en la Persona del Hijo. Además hace presente el sacrificio mismo de la Redención, o sea del rescate que hizo de nosotros Jesucristo en la cruz.

La Eucaristía recibida nos hace entrar en comunión, comunión, con Dios y entre todos nosotros.

La Eucaristía es el don infinito que Jesucristo hace de sí mismo en la Última Cena y que dejó como memorial del sacrificio que habría de cumplir el siguiente día en el Gólgota. Se dio sacramental y totalmente, en el pan y en el vino (“Tomad y comed esto es mi cuerpo”, les dijo al darles el pan bendecido y partido.

“Tomad y bebed este es el cáliz de mi sangre. Sangre de la Alianza nueva y eterna, derramada por vosotros y por muchos, en remisión de los pecados”, dijo al ofrecerles la copa de vino), al mismo tiempo que dio el don del sacerdocio (cuando ordenó: “Haced esto en conmemoración mía”) en el Jueves Santo, anticipando su entrega del Viernes de su Pasión.

La Eucaristía nos ha sido dada para ser celebrada y contemplada. Todo culto eucarístico es de adoración. La Santa Misa es el acto más sublime de adoración.

No hay Eucaristía sin sacerdocio ni sacerdocio sin Eucaristía. Por eso, el Señor en la Última Cena nos dejó como legado el sacerdocio para que pudiese perpetuarse la presencia del sacrificio y de su persona y cumplir así con su promesa de estar con nosotros, todos los días hasta el fin del mundo.

San Francisco de Asís decía:

“Deben los hombres temblar,
el mundo debe vibrar,
todo el cielo ser conmovido,

cuando sobre el altar,
entre las manos del sacerdote,
aparece el Hijo de Dios”

Permíteme que a continuación transcriba las bellísimas palabras del entonces Cardenal Ratzinger sobre el sacerdocio y la Eucaristía.

“¿Qué sería de nosotros sin la Eucaristía?

No habría Iglesia, no habría sacramento, no habría sacerdocio, no habría presencia, esa presencia única de la Persona de Cristo, no habría sacrificio redentor”.

“... El sacerdote abre el cielo para que Cristo venga a la tierra.

El sacerdote no obra por sí mismo sino que se ha revestido de Cristo y no sólo por fuera sino también y sobre todo por dentro. El Señor ha tomado posesión de él y él no se pertenece, por eso el Señor actúa y obra por medio del sacerdote”.

“El Señor está presente y pronuncia por boca del sacerdote las palabras santas que transforman cosas terrenas en un misterio divino”.

“...La Misa no es sólo un banquete. El sacrificio se hace presente en la Misa. Él se hace presente”.

“El sacrificio del amor de Dios que rasgó el velo del templo, que partió en dos el muro que separaba a Dios y el mundo, eso es la Misa. Este es el acontecimiento de la Eucaristía. Esta es su grandeza.

La redención se hace presente porque el amor crucificado se hace presente.

La lanza del soldado romano penetró en lo hondo del Corazón de Dios. Cristo ha rasgado el cielo en la hora de la cruz y siempre lo vuelve a rasgar en la hora de la santa Eucaristía”.

Recapitulando, la Eucaristía es signo de la presencia del Señor, también de la presencia de su sacrificio redentor en cuanto memorial de su Pasión, y es signo de comunión con Dios y comunión fraterna.

Donde está la Eucaristía allí está Jesucristo, está Dios.

A la Eucaristía también se la llama Santísimo Sacramento del altar.

Gestos de adoración

La adoración es un culto del corazón que compromete a todo nuestro ser. Todo el ser adora a Dios, y

ello se manifiesta también con el gesto que refleja el reconocimiento de la gloria de Dios, el respeto y la reverencia profunda que tal reconocimiento implica.

El gesto corporal indica la actitud reverente de adoración.

Al encuentro de la presencia del Santísimo Sacramento – esté éste expuesto o en el sagrario- nos debemos arrodillar. Si hubiese un serio impedimento físico para hacerlo, al menos inclinar el tronco o la cabeza.

La presencia del Señor

La Eucaristía, o sea el pan o el vino consagrados, reclaman la adoración. Puesto que la persona divina de Cristo está ante nosotros.

Esta presencia del Señor es única porque es localizable –corporal y sensible en cuanto signo sacramental-, real, substancial, verdadera.

Nuestra fe y también nuestro amor ante la presencia eucarística se manifiesta interiormente en adoración conciente, ungida, con el corazón lleno de gran reverencia y profundo respeto por el santo temor de Dios.

Exteriormente, la vestimenta y la postura física deben ser fiel reflejo del sentimiento y del santo temor de Dios. Por ello, no se concilia estar vestido indecorosamente (escotes en las mujeres, shorts en hombres y mujeres, etc.) o estar sentados displicentemente (cruzados de piernas, etc.) cuando se está ante el Santísimo Sacramento.

Frutos de la adoración

Como adorar es un modo de permanecer en el amor de Dios uniéndonos íntimamente a Él, cual el sarmiento a la vid, muchos son los frutos que derivan de la adoración. El más inmediato es la intimidad con el Señor y el poder ahondarla.

El cristianismo va más allá de la doctrina y de la moral, que los contiene, es antes que nada la experiencia transformante con el Resucitado. El verdadero cristiano es uno que se encontró y se encuentra con Cristo. Para ningún adorador Jesús es un extraño porque cada adoración es un encuentro.

También es fruto de la adoración el de vivir más intensa y profundamente las celebraciones eucarís-

ticas. Recuerdas que habíamos dicho que la Santa Misa es el acto más sublime de adoración. Al interno del acto celebrativo litúrgico hay momentos de adoración como cuando el Señor se hace presente en la consagración del pan y del vino, en la elevación de la Santa Hostia y del Cáliz con la Sangre de Cristo, y en la comunión sacramental. La adoración fuera de la Misa intensifica y profundiza lo acontecido y vivido en ella. La adoración prolonga el encuentro con el Señor y también lo prepara.

La paz de Cristo viene del encuentro con Él. Esa paz, la paz verdadera, es la que reina en cada capilla de adoración eucarística y en el corazón de cada adorador.

La alegría perdida, la esperanza, el amor, la protección se encuentran y vienen por la adoración. Adorar al Señor, contemplar a Aquel que es Amor, es causa de profunda sanación espiritual y de conversión.

Los que adoran dan testimonio ante el mundo de fe y de amor hacia nuestro Señor y contribuyen a que otros se acerquen a Él que los espera con los brazos biertos para acoger a todo hombre que lo busque con

corazón sincero. Muchos han encontrado respuestas a sus problemas y a sus preguntas, muchos también han logrado finalmente perdonar y abrir su corazón a la gracia, otros fueron iluminados y encontraron su vocación a la vida religiosa y de consagración o a la vida familiar acercándose a una capilla de adoración.

Muchos también son los testimonios de personas que nunca habían pasado el umbral de una iglesia y que de pronto por alguna circunstancia o porque el Señor las atrajo entraron a la capilla de adoración y encontraron la paz para ellos desconocida, la que sólo Cristo puede dar.



“Capilla de Adoración Perpetua
de Toledo, España”

2. CÓMO SE ADORA

Camino de santidad

A poco caminar por esta vía de la adoración comprendemos que para adorar al Santo de los Santos hay que emprender un camino de santidad, que no es otro que de perfección en el amor, de unión con Cristo.

Sí, es necesario avanzar por el camino de perfección que es también de purificación. Lo primero es purificar la memoria abriendo el corazón al perdón. Al perdón que debemos dar todo aquel que nos haya herido, ofendido, humillado, acerbamente criticado. Al perdón que debemos pedir a Dios por nuestras culpas, y al perdón que debemos pedir a los que hemos herido de hecho o de palabra.

Nuestro corazón debe ser puro como nuestra mirada. Porque no se puede contemplar a Dios ni es posible alabarlo ni escucharlo contaminados por el mundo. Necesitamos ser purificados por Dios¹.

¹ Ver en segunda parte “Algunas reflexiones para la adoración”/Purificación

Sin embargo, debo decirte algo. No te desalientes si ves que aún no alcanzas tal estado de purificación. Recuerda que, si por una parte jamás debemos ser auto indulgentes y justificarnos cuando pecamos, por la otra estamos caminando en un camino de perfección y podemos estar más o menos lejos de la meta. La conciencia, que viene del santo temor de Dios, de no deber llegarnos ante el Santísimo sin un corazón purificado, sin guardar rencores y resentimientos y haber perdonado a todos, debe mover nuestra voluntad a cooperar con la gracia de Dios que nos quiere santos. Santidad es perfección en el amor, es unión con Cristo y es tarea de cada día. Nunca te desalientes porque cada vez que caemos allí está Él, nuestro Señor, para levantarnos si acudimos con corazón sincero y arrepentido.

Te cuento algo: hace poco hablando con otro sacerdote, éste me decía que había llegado una persona de noche buscando albergue. No tenía techo ni qué comer. Él no la conocía y alguien le aconsejó que tuviese cuidado. No había a esa hora dónde mandarla. Este sacerdote decidió correr el riesgo y recibirla en su casa, darle de comer y una cama confortable. Tomó sí sus precauciones. Sabemos que estamos en

tiempos de gran inseguridad y que el peligro existía. Nada malo felizmente sucedió. Al día siguiente lo llevó hasta Caritas y le buscaron alojamiento y comida. Lo que quiero compartir de esta historia son las palabras con que el sacerdote remataba el relato: “Si no la acogía ¿cómo iba yo a poder celebrar al otro día la Eucaristía?”

El silencio

Aunque comunitariamente se puede adorar en adoración guiada y meditada, la adoración es fundamentalmente en el silencio del corazón. La presencia divina en la Eucaristía le habla a nuestro silencio. Aún en la comunitaria si no hay espacios de silencio, después de la meditación o de los cantos, no es posible profundizar el encuentro. En las adoraciones comunitarias, si son de grupos de alabanzas frente al Santísimo, se promueve o se propende a la alabanza comunitaria. Es ésta una adoración exclamativa en la que se suele exaltar a Jesús que libera, que sana, que salva. La adoración silenciosa es contemplativa y se adora la divinidad del Señor y por lo mismo a toda la Santísima Trinidad.

Alabar a Dios

Aún así, en la adoración personal y silenciosa también se alaba a Dios. Se lo hace en manera espontánea, lo que sale del corazón, o bien ayudados por los salmos de alabanza, sobre todo los últimos del salterio. Alabar y bendecir a Dios por lo que Él es, son movimientos del espíritu que exulta en su elevación. Nunca deberían faltar las alabanzas y las bendiciones al Señor en nuestros momentos de adoración.

Darle gracias

Decididamente, la mayoría de nosotros no sabemos agradecer al Señor por todo el bien que nos hizo y nos hace. Para agradecer a Dios debemos ejercitar nuestra capacidad de recordar. No de rememorar sino de recordar. Recordar viene del latín *recordari*, que quiere decir volver a pasar por el corazón. Rememorar es volver a pasar por la memoria. Aquí se trata de recordar los beneficios de Dios y dar gracias por ellos. Empezando por la gracia de la propia vida.

El salmo 136, llamado el gran Hallel (el mismo que seguramente el Señor y los discípulos cantaron al final de la cena pascual, antes de partir para el Getsemaní) es un salmo de agradecimiento a Dios por su misericordia. Comienza por la creación y continúa por los acontecimientos salvíficos para Israel. Cada uno puede hacer su propio Hallel recordando la misericordia de Dios, las gracias, los beneficios recibidos a lo largo de su vida y para cada uno repetir en su corazón: “porque eterna es su misericordia”. Este es un ejemplo que vale la pena practicar.

En realidad, si fuéramos al salterio (el conjunto de los 150 salmos) veríamos que hay un salmo para cada ocasión y para cada estado de ánimo. Rezar con los salmos es rezar con la Iglesia.

Interceder

En la adoración también nos es lícito interceder por otros, suplicar por nuestras propias necesidades materiales y espirituales, es decir entrar en profundo diálogo con el Señor. ¿Nos falta amor? ¿Nuestra adoración es pobre? ¿Queremos profundizar nuestro

camino espiritual? Pues, qué mejor que pedirlo cuando estamos ante su presencia eucarística.

Reparar

Hay otra dimensión que debemos incorporar en nuestra adoración y es la reparación. Adorar en reparación por la apostasía y todas las blasfemias, los sacrilegios, las indiferencias, las herejías que se cometen. Al mismo tiempo, recordemos que, como les enseñó el Ángel a los pastorcitos de Fátima, la reparación va junto a la intercesión por esas pobres almas que van a la perdición eterna.

“Santísima Trinidad -Padre, Hijo y Espíritu Santos adoro profundamente y os ofrezco el preciosísimo cuerpo, sangre, alma y divinidad de nuestro Señor Jesucristo, presente en todos los sagrarios de la tierra, en reparación de los ultrajes, sacrilegios e indiferencias con que Él mismo es ofendido; y por los méritos infinitos de su Sacratísimo Corazón y del Corazón Inmaculado de María, os pido la conversión de los pobres pecadores.” (Oración de reparación e intercesión enseñada por el Ángel a los niños de Fátima).

Consejos espirituales

En general en las capillas de adoración suele haber una serie de libros y opúsculos. Úsalos con discreción porque no es aconsejable pasar todo el tiempo leyendo como si te tratara de una sala de lectura. No ignores, ni por un instante, ante quién estás. Llena tu tiempo con tus propias meditaciones y si nada viene a la mente déjate estar, déjate abrazar por su presencia. Que para entrar en la intimidad del Señor hay que abandonarse, dejándose abrazar y abarcar por su amor.

El gran santo de la adoración eucarística, san Pedro Julián Eymard, decía que la adoración tiene como fin la persona divina de nuestro Señor Jesucristo, presente en el Santísimo Sacramento, y que estando Él vivo, quiere que le hablemos. Él ha de hablarnos seguramente no con palabras sonoras pero sí de otro modo misterioso. El coloquio entre el alma y el Señor es verdadera meditación eucarística, es adoración. También decía el santo: “Dichosa el alma que sabe encontrar a Jesús en la Eucaristía y en la Eucaristía a todas las cosas”. Aconsejaba que la confianza, la sen-

cillez y el amor nos lleven a la adoración. La confianza se traduce en abandono de inquietudes, de pensamientos, de temores y hasta de las propias seguridades. Sólo el Señor. Debemos acercarnos sencillamente, entablar el diálogo con palabras simples y con amor. También decía: “Comenzad vuestras adoraciones con un acto de amor y abriréis deliciosamente vuestras almas a la acción divina. Cuando empezáis por vosotros mismos os detenéis en el camino, no avanzáis. Si comenzáis no por el amor sino por otra virtud vais por el camino falso”. “El amor es la única puerta del corazón”.

Otro consejo que nos da san Pedro Julián Eymard es cómo prepararse para el encuentro con el Señor, para esa cita de amor. Decía: “Ved la hora de adoración que habéis escogido como una hora del paraíso: id como se fuerais al cielo, al banquete divino, y esta hora será deseada, saludada con felicidad. Retened dulcemente el deseo en vuestro corazón. Decid: “Dentro de cuatro horas, dentro de dos horas, dentro de una hora iré a la audiencia de gracia y de amor de Nuestro Señor. Él me ha invitado, me espera, me desea”.

Es cosa muy buena que anhelemos ver al Amado, estar con Él. Y también de ir tal cual somos, de no inquietarnos porque nuestras palabras y nuestros pensamientos son pobres o porque no sabemos qué decir. Por eso, aconsejaba: “Id a Nuestro Señor como sois, id a Él con una meditación natural. Usad vuestra propia piedad y vuestro amor antes de servir de libros. Buscad la humildad del amor. Que un libro pío os acompañe para encauzaros en el buen camino cuando el espíritu se vuelve pesado o cuando vuestros sentidos se embotan, eso está bien; pero, recordaos, nuestro buen Maestro prefiere la pobreza de nuestros corazones a los más sublimes pensamientos y afecciones que pertenecen a otros”.

Y agregaba: “No querer llegarse a Nuestro Señor con la propia miseria o con la pobreza humillada es, muy a menudo, el fruto sutil del orgullo o de la impaciencia; y sin embargo, es esto que el Señor más prefiere, lo que Él ama, lo que Él bendice”.

Aconsejaba asimismo cómo elevar nuestra adoración, diciendo: “Como vuestras adoraciones son bastante imperfectas, unidlas a las adoraciones de la Santísima Virgen”.

Aridez

Este es un tema recurrente. No te angusties ni preocupes porque sientes aridez, sequedad, o no sientes nada cuando piensas que deberías sentir. “Si estáis con aridez, glorificad la gracia de Dios, sin la cual no podéis hacer nada; abrid vuestras almas hacia el cielo como la flor abre su cáliz cuando se alza el sol para recibir el rocío benefactor. Y si ocurre que estáis en estado de tentación y de tristeza y todo os lleva a dejar la adoración bajo el pretexto que ofendéis a Dios, que lo deshonráis más que lo servís, no escuchéis a esas tentaciones. En estos casos se trata de adorar con la adoración de combate, de fidelidad a Jesús contra vosotros mismos. No, de ninguna manera le disgustáis. Vosotros alegráis a Vuestro Maestro que os contempla. Él espera nuestro homenaje de la perseverancia hasta el último minuto del tiempo que debemos consagrarle”. Por cierto palabras muy consoladoras y reaseguradoras éstas de san Pedro Julián.

Dificultad para orar

Sigamos un poco más con este tema porque algunos se desalientan ante las dificultades. Para ello nos viene en ayuda el Padre José María Iraburu quien advierte lo siguiente:

“– *Dificultades aparentes.*

Algunos cristianos atribuyen su falta de oración a *las obligaciones y trabajos* de su vida. Si esa situación viene de haber organizado la vida centrándola en el dinero, las diversiones y otros valores creados, pero no en Dios, ciertamente que esas dificultades son reales: hay que cambiar entonces horarios y modos de vida. Pero si esas obligaciones y trabajos vienen de la Providencia divina, entonces no pueden ser dificultades reales para la oración, sino estímulos para ella. Quizá dificulten tiempos largos de oración, pero no la misma vida de oración.

- Las *distracciones* pueden tener también origen culpable: la vana curiosidad, el uso excesivo de la TV, etc. Pero otras veces no. Se equivocan quienes estiman que la oración está sobre todo en el pensamiento, en tenerlo fijo en Dios. Santa Teresa les dirá:

Ignoran que «no todas las imaginaciones son hábiles de su natural para esto, mas todas las almas lo son para amar. Y el aprovechamiento del alma no está en *pensar* mucho, sino en *amar* mucho» (*Fundaciones* 5,2). Ignoran que en la oración, en medio de «esta baraúnda del pensamiento», la voluntad puede estarse recogida amando, haciendo verdadera y preciosa oración (4 *Moradas* 1,8-14). No se olvide –añade san Juan de la Cruz– que «puede muy bien amar la voluntad sin entender el entendimiento» (2 *Noche* 12,7).

Por eso, aunque es evidente que las distracciones *voluntarias* suspenden la oración y ofenden a Dios, es preciso recordar que las *involuntarias* no ofenden a Dios ni cortan la oración, si la voluntad permanece amando. En fin, «no penséis que está la cosa en no pensar otra cosa, y que si os distraéis un poco, va todo perdido» (4 *Moradas* 1,7).

Como se ve, no pocas veces los cristianos que sinceramente quieren llevar, con la ayuda de la gracia, una vida de oración fiel y asidua, ven dificultades que no siempre son reales. Pero eso conviene conocer bien la doctrina espiritual verdadera sobre esta cuestión”.

“- Las *obligaciones* personales son entendidas también a veces como impedimentos para la oración difícilmente superables. Pero también esto requiere una clarificación. Las obligaciones *honestas*, las únicas reales, no tienen por qué ser impedimento para la vida de oración, sino que son ocasión y estímulo.

En cuanto a las *deshonestas*, son obligaciones falsas, yugos más o menos culpablemente formados, que deben ser echados fuera. No es posible que una obligación *verdadera*, procedente de Dios, sea un impedimento para orar. Es la obligación *falsa*, la procedente del hombre, de uno mismo o de los otros, lo que puede impedir.

Las *obligaciones verdaderas* solamente pueden impedir a veces las *oraciones largas*, pero éstas, con ser tan deseables, no son esenciales para el crecimiento en la oración, cuando la caridad o la obediencia no las permiten, al menos de modo habitual.

«No haya, pues, desconsuelo; cuando la obediencia [o la caridad] os trajera empleadas en cosas exteriores, entended que, si es en la cocina, entre los pucheros anda el Señor, ayudándoos en lo interior y en lo exterior» (*Fundaciones* 5,6-8). «El verdadero

amante en todas partes ama y siempre se acuerda del amado. ¡Recia cosa sería que sólo en los rincones se pudiese tener oración! Ya sé yo que a veces no puede haber muchas horas de oración; pero, oh Señor mío, qué fuerza tiene ante Vos un suspiro salido de las entrañas, de pena por ver que podríamos estar a solas gozando de Vos» (5,16).

En resumen: Procure el cristiano, en principio, *tener habitualmente largos ratos de oración*, y no crea demasiado fácilmente que el Señor, que tanto le ama como amigo, no quiere dárselos; o no se engañe pensando que «todo es oración», así, sin más. Al leer los anteriores textos de Santa Teresa, adviértase que están escritos a religiosas, quizá más inclinadas a la oración que a las obras; pero hoy la mayoría de los cristianos tiende más a la acción que a la oración.

Procúrese, pues, *oración larga*, «pero, entiéndase bien, siempre que no haya de por medio cosas que toquen a la *obediencia* y al *aprovechamiento de los prójimos*. Cualquiera de estas dos cosas que se ofrezcan, exigen tiempo para dejar el que nosotros tanto deseáramos dar a Dios» (*Fundaciones* 5,3).

Y, eso sí, busque siempre el cristiano *la oración continua*, pues «aun en las mismas ocupaciones debemos retirarnos a nosotros mismos; aunque sólo sea por un momento, aquel recuerdo de que tengo compañía dentro de mí es de gran provecho» (*Camino de Perfección* 29,5).

Es el mismo consejo que da San Juan de la Cruz: «Procure ser continuo en la oración, y en medio de los ejercicios corporales no la deje. Ahora coma, ahora beba, o hable o trate con seglares, o haga cualquiera otra cosa, siempre ande deseando a Dios y aficionando a él su corazón» (*Cuatro avisos para alcanzar la perfección* 9).

– *Dificultades reales.*

Las dificultades verdaderas para la oración no están tanto en el mundo y el ambiente, ni en las obligaciones particulares, sino en la propia persona: en su mente y en su corazón.

Si piensa el principiante que sus dificultades en la oración van a ser superadas cuando cambien las circunstancias exteriores, cuando mejore su salud o disminuyan las ocupaciones, o gracias al aprendizaje de ciertas técnicas oracionales –antiguas o modernas,

occidentales u orientales, individuales o comunitarias—, está muy equivocado. Para ir adelante en la oración lo que se necesita ante todo es *perseverancia* en ella, *conciencia limpia* y buen ejercitarse en las *virtudes*, todo lo cual es siempre posible, con la ayuda del Señor. Y sobre todo, mucho amor al Señor. Dice Santa Teresa:

«Toda la pretensión de quien comienza oración —y no se os olvide esto, que importa mucho— ha de ser trabajar y determinarse y disponerse en cuantas diligencias pueda a *hacer que su voluntad se conforme con la de Dios*; en esto consiste toda la mayor perfección que se puede alcanzar en el camino espiritual» (2 *Moradas* 8).

Pero no espere el principiante, por supuesto, a tener virtudes para ir a la oración, pues la oración, precisamente, es «principio para alcanzar todas las virtudes», y hay que ir a ella «aunque no se tengan» (*Camino de perfección* 24,3).

- *Oración dolorosa*

Nos sigue diciendo el P. Iraburu:

“*La oración es la causa primera de la alegría cristiana*, pues, acercando a Dios, da luz y fuerza, confianza

y paz. *Sin embargo, puede ser dolorosa*, incluso muy dolorosa, muy penosa. ¿Qué hacer entonces?

No nos extrañe que la oración duela. Recordemos, cuando esto suceda, lo que dice santa Teresa, explicando la comparación que pone sobre los diversos modos de «regar» en la oración el campo del alma (1-pozales, 2-noria, 3-canales y 4-lluvia):

«De los que comienzan a tener oración, podemos decir que son los que sacan agua del pozo, que es muy a su trabajo, que han de cansarse en recoger los sentidos, que, como están acostumbrados a andar dispersos, es harto trabajo. Han menester irse acostumbrando a que no se les dé nada de ver ni de oír. Han de procurar tratar de la vida de Cristo, y se cansa el entendimiento en esto. Su precio tienen estos trabajos, ya sé que son grandísimos, y me parece que es menester más ánimo que para otros muchos trabajos del mundo. Son de tan gran dignidad las gracias de después, que quiere [Dios que] por experiencia veamos antes nuestra miseria» (*Vida* 11,9.11-12). Y

Busquemos solamente a Dios en la oración, y todo lo demás, ideas, soluciones, gustos sensibles, tengámoslo como *añadiduras*, que sólo interesan si Dios

nos las da; y si no nos las concede en la oración, no deseemos encontrarlas en ella. No es cosa en la oración de «contentarse a sí, sino a El» (*Vida* 11,11). Y añade la Santa:

Estamos aún llenos de mil trampas y pecados, «¿y no tenemos vergüenza de querer gustos en la oración y quejarnos de sequedades?» (*2Moradas* 7). Suframos al Señor en la oración, pues él nos sufre (*Vida* 8,6). «No hacer mucho caso, ni consolarse ni desconsolarse mucho, porque falten estos gustos y ternura... Importa mucho que de sequedades, ni de inquietudes y distraimiento en los pensamientos, nadie se apriete ni aflija. Ya se ve que si el pozo no mana, nosotros no podemos poner el agua» (11,14.18).

Entreguemos a Dios nuestro tiempo de oración con fidelidad perseverante, por muchas trampas e impedimentos que ponga el Demonio, sin que nada nos quite llegar a beber de esa fuente de agua viva. La verdad es ésta: para llegar a esta fuente sagrada y vivificante es necesaria «una *grande y muy determinada determinación* de no parar hasta llegar a ella, venga lo que viniere, suceda lo que sucediere, trabaje lo que se trabajare, murmure quien murmurare, si-

quiera llegue yo allá, siquiera me muera en el camino o no tenga corazón para los trabajos que hay en él, siquiera se hunda el mundo» (*Camino perfecc.* 35,2).

«*Este poco de tiempo* que nos determinamos a darle a El, ya que aquel rato le queremos dar libre el pensamiento y desocuparle de otras cosas, que *sea dado con toda determinación de nunca jamás tornárselo a tomar*, por trabajos que por ellos nos vengan, ni por contradicciones y sequedades; sin que ya, como cosa no mía, tenga aquel tiempo y piense me lo pueden pedir por justicia cuando del todo no se lo quisiere dar» (39,2)”.

Aquí, querido amigo, querida amiga, termina nuestro recorrido. Ahora si quieres vivir la espiritualidad te aliento a que vayas a visitar al Señor que está expuesto en el altar o encerrado en el sagrario. Te propongo una oración (recuerda que la tuya será la mejor para Él), una meditación sobre un salmo que compuse hace ya algún tiempo. Algunas reflexiones para la adoración creo que también podrán servirte como modelo para las tuyas.

Oración frente al Santísimo Sacramento

Ego sum Via, Veritas, Vita

Tú eres el Camino.

Tú eres mi Camino.

Sin Ti no tengo dónde ir,
sin Ti no tengo dónde llegar.

Sólo Tú me conduces y me guías al destino de Vida.

Sólo en Ti habita la Verdad.

Tú eres la Verdad. Tú eres la Vida.

Tú eres mi destino y mi Camino.

Todos los demás caminos son engañosos
y no llevan a la Vida.

Porque no parten de Ti ni concluyen en Ti.

Tú eres el Camino
que yo he de seguir.

No hay dos caminos, hay sólo uno
y eres Tú.

Tú nos muestras al Padre en Ti
mucho antes de llevarnos a Él,
porque Tú, el Camino, fuiste antes al Padre
de donde viniste.

“Quien ha visto al Hijo ha visto al Padre”.

Y Tú no te ocultas,

o sí, te ocultas para dejarte encontrar.

Tú estás en el pobre y abandonado

y en el más pequeño.

Allí te ocultas

como te ocultaste, Dios Todopoderoso,

en el Niño de Belén.

Tú estás en ese niño pequeño en el hospital

y en el adulto que muere su soledad.

Tú estás en el último porque eres el Primero.

Tú estás en el corazón del justo.

Allí has ido con el Padre a hacer tu morada.

Estás, Señor, también en la asamblea

reunida en tu nombre

y en la Palabra.

Tú eres la Palabra,

Palabra encarnada en María.

Palabra de vida eterna.

Tú te ocultas

para que te encuentre quien te busca

humildemente, con corazón sincero.

No te vemos,

pero oímos tu voz
que nos llama
que nos salva.
Y si no te oímos
Tú nos escuchas.
Siempre.
El Padre se oculta en Ti
y en Ti se muestra.
Quien te ve, ve a Dios.
Pero Tú, Señor, te ocultas.
Te escondes en el pan
y en el vino consagrados
para que te sepa ver el que tenga fe.
¡Oh, sí! Tú estás en el Pan y en el Vino
de la Eucaristía,
porque eres el Camino,
y por Ti llegamos a ser atraídos
por el Espíritu
hacia el Amor divino
en cada comunión.
Y Tú, en cada comunión, nos llevas a tu Cielo.
Tú jamás nos mientes.
Tú has dicho: “Esto es mi Cuerpo. Esta es mi Sangre”.

Tú lo has dicho y Tú eres la Verdad.
Y el que come de tu carne
y bebe de tu sangre,
tiene vida, te tiene a Ti, Dios verdadero
que eres la Vida misma, la Vida eterna.
Tú eres, Jesús,
la Vida y el Camino y la Verdad en cada Eucaristía.
Amén



Orar con los salmos

“Un abismo llama a otro abismo” (Sal 42,8)

El salmista se lamenta porque no puede ver a Dios. Él experimenta la lejanía del santuario, donde habita Dios. Tiene sed del Dios viviente. Su anhelo es abismal, es anhelo infinito y sólo podrá colmarlo el abismo de la presencia divina, del Ser absoluto que se ha manifestado en Sión. Aunque se trata de un lamento no hay desesperación en él sino ansia insaciable que sólo Yahvé puede colmar. Hay una manifiesta esperanza en el encuentro. Dios es fiel y ha de enviar su amor. El amante llama confiado al amado sabiendo que finalmente le ha de responder.

Pero esa sed del hombre devoto de Dios no puede compararse con la otra: la sed del mismo Dios hacia su creatura.

Jesús en la cruz dice: “Tengo sed” (Jn 19:28). En la cruz se manifiesta el verdadero rostro de Dios que buscaba el salmista. En el cuerpo exangüe y torturado del crucificado, en la sed infinita de su Pasión, se revela el abismo de la misericordia divina atraída por

el abismo de la miseria humana. Miseria que desfigura el santo rostro de Dios.

Eres tú, Señor, que viniste en busca de mis miserias, que en tu absoluta plenitud llamas a mi absoluta nada a ser, que es amar. Es el abismo de tu infinita presencia la que le habla a mi silencio, y le habla clamando. Y mi silencio se vuelve adorante.

Es el abismo de tu santidad, de la santidad del nombre tuyo que me has revelado, que atrae al abismo de mi insignificancia.

¡Y tú tienes sed!

Es que (¡quién puede comprenderlo!) soy precioso a tus ojos. Me lo dice tu cruz.

A tu imagen y semejanza fuimos creados.

Ante misterio de amor tan profundo, callo. Cuando me pierdo en el vértigo del pensamiento, te contemplo, mi Señor, y oigo que me dices: “El que me ha visto a mí, ha visto al Padre” (Jn 14:9b). Sin embargo, aún así choco ante el misterio inaferrable porque abrazo tu humanidad, Cristo, y me encuentro con Dios.

Pero si encontrándote, mi Dios, te contemplo, vuelvo entonces a estar ante la presencia de Jesús de Nazaret,

hombre real y concreto, que sediento en la cruz no deja de descubrirme, misteriosamente, al Padre.

“Un abismo llama a otro abismo”.

Sólo tu gracia podrá hacer que responda a este llamado de despojamiento que pronuncias desde tu cruz y que viene de la totalidad y plenitud de tu ser divino.



ALGUNAS REFLEXIONES PARA LA ADORACIÓN

Purificación

No se puede contemplar a Dios con los ojos contaminados por el mundo.

No es posible alabarlo y hablar con Dios con los mismos labios que profieren palabrotas, que mienten, que murmuran, que difaman y que hasta calumnian.

No se puede escuchar a Dios con el oído que se complace en escuchar chismes, sucias historietas, palabras que ofenden al Señor.

Ya que los ojos deben ser claro, reflejos de un alma limpia y de un corazón puro.

Los labios deben bendecir aún a aquellos que nos maldicen.

El oído debe estar atento a la Palabra y al llamado del Rey y Señor nuestro.

Por ello, Señor, purifica mis ojos para que puedan contemplarte. Para que mi mirada no esté distraída

por las vanas cosas del mundo y, menos aún, para que mis ojos se enturbien en la impureza.

Purifica mis labios, mi boca, como purificaste la boca de tu profeta, para que hable de ti y contigo.

Purifica mi oído para que pueda escucharte cuando mi llamas aunque el ruido del mundo quiera cancelar tu voz.

Purifica mi corazón para que con prontitud responda a tu llamado. Purifícalo para que sea humilde y manso como el tuyo, y haga siempre tu voluntad. Para que ame como Tú quieres que se ame.

Purifica todo mi ser en la llama de tu Divino Amor para que pueda yo arder de amor y llevar este fuego a los demás. Amén.

Perdón

Perdóname Señor por las veces que no puse mi confianza en ti y fui por caminos que te son abominables².

Perdóname por todas las veces que atente contra la vida o no supe defenderla³

Te pido perdón porque me he avergonzado de ti o no supe dar testimonio y me callé. Ruego tu perdón por haber blasfemado, profanado tu nombre y reído de todo lo que es santo.

Perdóname por las veces que fui indiferente o insensible al dolor de los otros.

Por las veces que endurecí mi corazón y porque no supe dar consolación a quien la necesitaba o serle de compañía a quien sufría y se sentía solo y abandonado.

2 Toda forma de adivinación (cartomancia, astrología, etc.), consultar espíritus, ocultismo, esoterismos.

3 Cometer abortos, participar de ellos, no impedirlos cuando estaba al alcance hacerlo, promover aborto, eutanasia, eugenesia, intento de suicidio o de asesinato.

Perdona Señor porque emití juicios temerarios y, peor aún, condenatorios. Por mis murmuraciones, mis dobleces, mi hipocresía te pido perdón.

Perdona mis faltas al amor y a la verdad.

Perdóname por no buscar tu gloria sino la mía.

Por no ser humilde.

Por no haber sido instrumento de paz sino de discordia.

Por haber respondido a la violencia y al mal con el mal.

Confieso y te pido perdón por mis deseos de mal, de venganza.

Perdón por no llevar la luz a los otros.

Perdóname porque me confieso egoísta, mezquino, soberbio.

Porque tengo la mano abierta para pedir pero el puño cerrado para dar.

Perdóname por todas las veces que he sido motivo de escándalo.

Por los pecados cometidos contra la pureza.

Confieso sentimientos de envidia y de celos.

Ruego tu perdón por no haber sido misericordioso y por mis faltas de perdón.

Perdóname, Señor, porque no sé decir que no al mal que quiere entrar en mi vida.

Porque Tú me lo pides y Tú me amas y yo te amo quiero purificar mi memoria y perdonar a todos aquellos que me hicieron daño en mi vida.

Por eso, Dios mío, perdono a mis padres, hermanos y amigos cuando no recibí de ellos el amor o la comprensión que esperaba o la ayuda que necesitaba.

Perdono a mis compañeros y colegas y también a quienes son o han sido mis jefes y maestros por las veces que se han reído de mí, me han humillado, herido, ofendido. A todos los perdono y los abrazo en tu nombre, Jesucristo.

Perdono a todas y cada una de las personas que usaron alguna forma de violencia contra mí. Bendigo a los que me han maldecido y a mis enemigos y ruego para todos ellos tu perdón y tu bendición.

Renuncio, en tu nombre, Jesucristo, al rencor, a la venganza, al odio, a toda obra del mal y sentimiento negativo. Renuncio al ocultismo y esoterismo, y también a la vanagloria de este mundo. Renuncio a Satanás y a todas sus obras. A todo lo que te ofende, mi Dios.



Confesión de fe e invocación al Espíritu Santo

Señor Jesús, creemos que estás presente, verdaderamente presente, en modo real y único en este Santísimo Sacramento. Creemos que Tú eres el Señor del Cielo y de la tierra. Creemos que por amor te entregaste para morir en cruz y rescatarnos de nuestros pecados y que resucitaste vencedor de la muerte y de Satanás. Creemos que Tú eres el Salvador, el único Salvador y que no ha sido dado a los hombres ningún otro nombre por el que puedan ser salvados. Creemos que Tú eres Dios, Unigénito Hijo de Dios, y que tuyo es el poder en el Cielo y en la tierra, que Tú tienes todo poder.

Creemos en tu palabra y ahora pedimos en tu Nombre, Jesucristo que el Espíritu Santo descienda sobre nosotros.

Oh, sí Señor Dios nuestro. Pedimos el Espíritu Santo. Padre, en el nombre de Jesús, tu único y amadísimo Hijo, nuestro Señor y Salvador. Envía, por Jesucristo, el Espíritu Santo. Él nos lo ha prometido. Danos, Padre, el Santo Espíritu. Pedimos una nueva efusión

del Espíritu para renovar nuestra fe, nuestro amor, nuestra esperanza, nuestro ser para tu gloria y para nuestro bien.

Jesucristo, Señor y Salvador nuestro, Dios verdadero y hombre verdadero, sopla el Espíritu sobre nosotros. Manda Señor al otro Paráclito. Llena nuestros corazones de tu Espíritu para que seamos transformados, santificados.

Viene Espíritu Santo a cada uno de nosotros. Llénanos, modélanos, purifícanos, santifícanos, úngenos, conviértenos. Haz de nosotros dignos templos tuyos. Viene Santo Espíritu.



Instrumentos de salvación

Señor, Tú lloraste sobre Jerusalén porque no conoció el día de tu visita. Ahora, Tú lloras sobre este mundo, sobre nosotros porque te hemos rechazado, porque Tú eres el único Salvador y acogiéndote tenemos la salvación, pero el mundo se ha vuelto indiferente, más aún, hostil a tu nombre. El mundo rechaza la cruz, tu cruz y toda cruz. Y nosotros los más próximos perdemos el fuego y no somos luz, no somos sal de la tierra y los otros te desprecian.

Tú nos llamas a la Viña. Tú nos llamas a participar de tu obra de salvación. Nos invitas a dejar las comodidades y a mirar la destrucción que nos rodea, quizás que está hasta en nosotros, en nuestras casas.

Queremos seguirte. Queremos tener la fuerza de la fe arrolladora, de la fe firme. Como los discípulos te clamamos: ¡Señor, aumenta nuestra fe! Fe en el poder de la oración y de la adoración que toca tu Corazón de Dios Omnipotente y misericordioso. Basta solamente que te invoquemos, que creamos en Ti y el llanto del mundo se transformará en canto de alabanzas y de esperanza.

Reparación e intercesión

Que este tiempo de adoración sea también de reparación y de intercesión.

Por eso, te presento Señor, reparo y ruego por los que son indiferentes a tu amor, a tu perdón, a tu llamado y a tu cruz.

Por los que sin saber lo que hacen matan la vida en ellos y por todos los que sabiéndolo cometen abortos y participan de ellos.

Por los que han legislado y legislan en contra de tu Ley, en contra de la vida, del amor, de la verdad, de la bondad, de la belleza.

Reparo e intercedo ante Ti por aquellos que cometen todo tipo de violencia y ruego por sus víctimas.

Por los que roban a los otros su dignidad.

Por todos los que blasfeman, profanan, cometen sacrilegios y te ofenden gravemente.

Por aquellos que consciente o inconscientemente están bajo el poder de satanás, sumidos en la oscuridad de la droga, de la pornografía y lo que llaman erotismo, de la avidez del poder y del dinero y de vicios de todo género.

Por los que son dentro y fuera de la Iglesia causa de escándalo.

Por los que abusan sexualmente de niños y adolescentes y también de mujeres indefensas o explotadas.

Ruego por todos los enfermos, sus familias y las personas que los asisten.

Ruego también por todos los sufrientes, las personas en soledad, en abandono, deprimidas, angustiadas, grandemente confundidas, obsesionadas al borde del suicidio, por los que padecen de fobias y de miedos, por los enfermos desahuciados, por los que han perdido toda esperanza, por los que no tienen fe y están devastados, por quienes han perdido a las personas que más querían, por todo dolor y miseria.

Por las almas de los muertos que deben aún purificarse.

Dales a todos los vivos la luz de un nuevo día y sánalos. Y a los que han muerto que puedan contemplar tu rostro y gozar de la vida eterna.

Alabanzas, bendiciones, acción de gracias

Como el salmista, mi alma tiene sed de Ti, del Dios viviente. Sed de tu presencia, de tu amor presente en esta adoración.

Tú me abrazas y yo quiero alabarte. Alabarte y darte gracias por todos tus beneficios.

Seas, Señor , alabado y agradecido porque Tú estás aquí con nosotros y por nosotros.

Te alabo porque eres el Señor, el Autor de la vida.

Te doy gracias por mi vida, por la vida de las personas que más he querido y quiero, por todas las personas.

Te alabo porque Tú nos das la paz y la vida, la vida en abundancia.

Seas, Señor, bendito y alabado y se dé gracias a tu Nombre, porque por ti tenemos la vida eterna. Porque tu llanto, tu dolor, tu Pasión, tu muerte se han vuelto gozo sin fin para mí.

Te alabo y te bendigo porque nos das la paz, tu paz, la única y verdadera paz.

Porque Tú nos sanas de toda herida del pecado. Nos sanas de las heridas de la muerte, de las ofensas y humillaciones. ¡Tú eres nuestro Salvador!

Te alabo porque siendo Tú, Dios, nos llamas a tu intimidad, a tu amistad.

Y nos rescatas de las tinieblas . Oh, Señor cómo no agradecerte a cada momento por la Iglesia, tu Iglesia, nuestra Iglesia, y por tu Madre y Madre nuestra.

Gracias, oh Dios, por este momento.

Que mi vida sea ahora y siempre un canto de alabanzas.

NB: Oraciones y otras informaciones las encontrarás en el sitio <http://adoracionperpetua.info>

3. ALGO MÁS

Orar en cuatro tiempos

Completando y ampliando lo dicho en el punto 2, “Cómo se adora”, recurro nuevamente a san Pedro Julián Eymard, quien nos dice:

“Orad en cuatro tiempos: Adoración, acción de gracias, reparación, súplicas”.

“El santo Sacrificio de la Misa es la más sublime de las oraciones. Jesucristo se ofrece a su Padre, lo adora, le da gracias, lo honra y le suplica a favor de su Iglesia, de los hombres, sus hermanos y de los pobres pecadores. Esta augusta oración Jesús la continúa por su estado de víctima en la Eucaristía. Unámonos entonces a la oración de Nuestro Señor; oremos como Él por los cuatro fines del sacrificio de la Misa: esta oración reasume toda la religión y encierra los actos de todas las virtudes...”

“1. Adoración: Se comenzáis por el amor termináis por el amor. Ofreced vuestra persona a Cristo, vuestras acciones, vuestra vida. Adorad al Padre por

medio del Corazón eucarístico de Jesús. Él es Dios y hombre, vuestro Salvador, vuestro hermano, todo junto. Adorad al Padre Celestial por su Hijo, objeto de todas sus complacencias, y vuestra adoración tendrá el valor de la de Jesús: será la suya.

2. Acción de gracias: Es el acto de amor más dulce del alma, el más agradable a Dios; y el perfecto homenaje a su bondad infinita. La Eucaristía es, ella misma, el perfecto reconocimiento. Eucaristía quiere decir acción de gracias: Jesús da gracias al Padre por nosotros. Él es nuestro propio agradecimiento. Dad gracias al Padre, al Hijo, al Espíritu Santo...

3. Reparación: por todos los pecados cometidos contra su presencia eucarística. Cuánta tristeza es para Jesús la de permanecer ignorado, abandonado, menospreciado en los sagrarios. Son pocos los cristianos que creen en su presencia real, muchos son los que lo olvidan, y todo porque Él se hizo demasiado pequeño, demasiado humilde, para ofrecernos el testimonio de su amor. Pedid perdón, haced descender la misericordia de Dios sobre el mundo por todos los crímenes...

4. Intercesión, súplicas: Orad para que venga su Reino, para que todos los hombres crean en su presencia eucarística. Orad por las intenciones del mundo, por vuestras propias intenciones. Y concluid vuestra adoración con actos de amor y de adoración. El Señor en su presencia eucarística oculta su gloria, divina y corporal, para no encandilarnos y encegernos. Él vela su majestad para que oséis ir a Él y hablarle como lo hace un amigo con su amigo; mitiga también el ardor de su Corazón y su amor por vosotros, porque sino no podríais soportar la fuerza y la ternura. No os deja ver más que su bondad, que filtra y sustrae por medio de las santas especies, como los rayos del sol a través de una ligera nube.

El amor del Corazón se concentra; se lo encierra para hacerlo más fuerte, como el óptico que trabaja su cristal para reunir en un solo punto todo el calor y toda la luz de los rayos solare. Nuestro Señor, entonces, se comprime en el más pequeño espacio de la hostia, y como se enciende un gran incendio aplicando el fuego brillante de una lente sobre el material inflamable, así la Eucaristía hace brotar sus llamas sobre aquellos que participan en ella y los inflama

de un fuego divino... Jesús dijo: « he venido a traer fuego sobre la tierra y cómo querría que este fuego inflamase el universo. » « Y bien, este fuego divino es la Eucaristía », dice san Juan Crisóstomo. Los incendiarios de este fuego eucarístico son todos aquellos que aman a Jesús, porque el amor verdadero quiere el reino y la gloria de su Bienamado”.

Modalidades de adoración

Varias son las modalidades de adoración, por ejemplo la adoración guiada en la que alguien lee textos para meditar. En ese sentido conviene siempre –agrego- que entre lectura y lectura haya espacios de silencio. Otras forma de adoración que contrasta con la anterior es la silenciosa. Luego, están la adoración continua y la discontinua; la adoración comunitaria y la personal, y la adoración eucarística perpetua.

Adoración eucarística perpetua

La adoración perpetua, que es adorar al Santísimo Sacramento expuesto en una custodia, día y noche y

todos los días sin interrupción, es la devoción por anonomasia. El culto terrenal que nunca se interrumpe se une al del Cielo, donde “día y noche”, sin cesar, se adora, se bendice, se rinde honor y gloria al Cordero y al que está en el Trono (Cf. Ap 4:8-11).

Sólo Jesucristo pudo adorar al Padre infinitamente, sólo él –que era uno con el Padre- pudo estar permanentemente en actitud adorante, por eso Él –la Cabeza del Cuerpo Místico que somos nosotros su Iglesia- es nuestro modelo de adoración perpetua.

La adoración eucarística perpetua va dirigida a Dios y al mismo tiempo en beneficio propio y de los hermanos por quienes se intercede o quienes se acercan por el mero hecho que nosotros estamos ahí, como fieles custodios, permitiendo que las puertas estén abiertas.

La adoración perpetua es la manera que tenemos de dar una respuesta constante en el tiempo hacia Quien no deja de ser Dios y de amarnos de amor eterno. Es la fuente de agua viva que sacia la sed de vida de todo hombre.

En tiempos en los que nuestras iglesias, por motivos de seguridad, están a menudo cerradas, una capilla siempre abierta, para quienquiera allegarse a cualquier hora del día o de la noche, es el signo de los brazos siempre abiertos de Jesús, dispuesto a acoger y a sanar a todo aquel que lo busca.

Los adoradores que se suceden día y noche ofrecen un testimonio de fe y de amor hacia la presencia real del Señor en la Eucaristía. Es testimonio que interpela al mundo, atrae a aquellos que están en la búsqueda de Dios y llama la atención a quien está lejos del Señor para que se acerque a Él.

La adoración eucarística perpetua es silenciosa; sin interrupción y en un sentido es personal que trasciende lo personal para volverse comunitaria, porque crea una fraternidad eucarística, de la que todos se saben miembros y viven la fe cada uno en su intimidad pero todos formando parte de una sola comunidad de adoradores.

Los adoradores reunidos y unidos en torno al Santísimo, que se suceden y coinciden en el tiempo, es la figura de la vid y los sarmientos de las que nos habla

el Señor, todos unidos en y a Él, permaneciendo en su amor para dar mucho fruto (cf Jn 15). La Adoración Perpetua nos muestra cómo ser Iglesia, cómo vivir la comunión de amor en el Señor.

Lo que hace única a la Adoración Perpetua es que el Señor es adorado día y noche, se elevan plegarias, alabanzas, se rinde honor a su majestad, se da testimonio de amor y de fe en su presencia única, y se repara día y noche ante el Santísimo por todas las blasfemias, los sacrilegios, las profanaciones, las indiferencias que se cometen contra la divinidad y todo lo que es santo.

Noche y día se eleva a Dios, como diría san Gregorio Nacianceno, un himno de silencio.

Por otra parte, la Adoración Eucarística Perpetua es una acción de la Iglesia y por eso toman parte todos los movimientos. Todas las realidades espirituales y eclesiales están representadas. Todos nos reunimos en torno al sacramento de amor y de unidad.

En definitiva, Adoración Eucarística Perpetua es sinónimo de iglesia siempre abierta, y del Señor siempre adorado. Esto es lo especial y único.

La capilla de la adoración perpetua es la puerta abierta al Cielo que permanece abierta, es el faro de luz que orienta el camino en las tinieblas y la noche de la humanidad, es un oasis de paz y de silencio en medio del aturdimiento y de la intranquilidad del mundo.

Oración del adorador a la Virgen

Santísima Virgen, Madre de la Eucaristía,
Madre de Jesús y Madre nuestra.

Tú nos invitas a acercarnos a Jesús,
a su Morada Eucarística
y a adorarlo sin cesar,
como tú lo adoras.

Que entendamos, Madre,
que en cada hora de adoración
Jesucristo nos sana, nos bendice,
disipa las nubes de dolor y soledad
y quita nuestra tristeza regalándonos paz y amor.
Acompáñanos y haz de nosotros esos adoradores
que busca el Padre: en espíritu y verdad.

Ruega por nosotros Santa Madre de Dios. Amén

ADORACIÓN EUCARÍSTICA PERPETUA PRINCIPIOS

1. La Adoración Eucarística Perpetua (AEP) es mantenida principalmente por fieles seculares que adoran el Santísimo Sacramento, expuesto en una custodia, día y noche, todos los días del año, sin interrupción.⁴
2. La AEP es un don de Dios para su Iglesia y para este tiempo. Don que cuando es acogido porta ingentes beneficios a la comunidad y se vuelve una continua fuente de frutos y de gracias. Siendo que los adoradores se comprometen a adorar en continuidad, la adoración no debe ser percibida como una devoción privada sino como « una oración que abarca a todo el mundo, un servicio eminente a la humanidad ». ⁵

4 Excepto durante el Viernes y el Sábado Santos y cuando se celebra la Misa en el capilla.

5 Carta de Mons. Albert Houssiau, Obispo de Liege, por el 750 aniversario de la fiesta de Corpus Domini.

3. La AEP no es un movimiento sino que constituye una acción de la Iglesia, pedida y recomendada por el Magisterio.⁶
4. Por tanto, pertenece a toda la Iglesia y de ella forman parte todos los movimientos y realidades eclesiales.
5. La AEP puede ser establecida o en una diócesis, cuando es pedida por el Obispo, o en una parroquia cuando quien lo hace es un párroco.
6. La AEP no viene a suplantar otras formas de adoración ni a quitar de otros lugares adoración. Por lo contrario, lo demuestra la experiencia, donde hay adoración perpetua se potencia la adoración al Santísimo en otros lugares de culto.
7. La capilla de AEP es un oasis de paz donde las personas acuden para recibir nuevas fuerzas res-

6 Cf. Carta de la Congregación para el Clero alentando la maternidad espiritual para los sacerdotes por la adoración continua. AEP había sido ya recomendada en *Redemptionis Sacramentum* (#134, 136, 140, 141) y *Sacramentum Caritatis* (# 66, 67).

pondiendo al llamado: *“Venid a Mí, todos los que estáis fatigados y agobiados, y yo os daré descanso” (Mt 11:28)*, y para abrir una brecha en el ajetreo cotidiano para encontrar el sosiego y la paz que viene de la Presencia divina. *« Detente y reconoce que yo soy Dios » (Sal 46:11)*.

8. Los adoradores son invitados a comprometerse con una hora semanal de adoración. Gracias al compromiso continuo la capilla de adoración permanece abierta a toda persona en cualquier momento. Los adoradores, como celosos custodios de la Eucaristía, aseguran que el Santísimo Sacramento no esté nunca solo.
9. Por medio de la Adoración Perpetua, desde su Morada Eucarística el Señor llama a todas las personas, sin exclusión alguna.
10. Las personas son llamadas a formar parte de la AEP, respondiendo libremente al primer mandamiento: *“Al Señor tu Dios adorarás y a él solo rendirás culto” (Mt 4:10)*. Para cada adorador además se verifica que “La adoración fuera de la

santa Misa prolonga e intensifica lo acontecido en la misma celebración litúrgica”⁷.

11. La cadena ininterrumpida de adoradores tiene por solo motivo y último propósito que el Santísimo Sacramento sea adorado día y noche. Por medio de la AEP la comunidad tributa al Señor gran honor y gloria porque “digno es el Cordero que fue inmolado de recibir el poder, la riqueza, la sabiduría, la fuerza, el honor, la gloria y la alabanza” (Ap 5:12) y de ser incesantemente adorado por todo lo que él hizo para nuestra salvación (Cf Ap 5:9).
12. Aún cuando las personas son invitadas individualmente, al participar de la misma adoración, el destino es volverse una fraternidad eucarística, y así son llamados a conformar una comunidad de fe y de amor en torno a Jesús en la Eucaristía, sacramento y vínculo de unidad.
13. La adoración es en el silencio que resalta la majestad de la divina presencia (*shekina*) y que posibilita el clima de meditación y de respeto hacia

⁷ Benedicto XVI, *Sacramentum Caritatis*, # 66.

los adoradores. El silencio también favorece la intimidad y la escucha del Señor así como un auténtico encuentro con Él.

14. Las personas que asumen la función de coordinación están siempre al servicio de la Iglesia. Ellas cuidan de la buena marcha de la AEP asegurando que la adoración nunca se interrumpa y, al mismo tiempo, participan, secundando al sacerdote, de la formación de los otros hermanos adoradores.





Misioneros del Santísimo Sacramento

Missionarii Sanctissimi Sacramenti

Apostolado para la adoración perpetua en parroquias y diócesis

<http://adoracionperpetua.info>

+34 671 233 589 (España)

