



“Jesús levantó los ojos y vio que venía mucha gente hacia él. Tomó los panes, dio las gracias y los repartió entre los que estaban sentados. Lo mismo hizo con los pescados, y todos recibieron cuanto quisieron.” — Juan 6, 5. 11

La gente tenía hambre y Jesús estaba atento a esta hambre. Sabía exactamente lo que les llenaría. Él les dio lo que necesitaban. Es Jesús el que responde al hambre con el alimento que verdaderamente nos satisface.



“Viendo Jesús la fe de estos hombres, dijo al paralítico: «Amigo, tus pecados quedan perdonados.»” — Lucas 5, 20

Había un hombre paralítico que no podía acercarse a Jesús, así que sus amigos lo cargaron. No podían entrar a la casa donde estaba Jesús porque había mucha gente. Sin dejarse intimidad, subieron al techo e hicieron un agujero para bajar a su amigo cerca de Jesús. Cuando Jesús vio la fe de los amigos, se conmovió. Primero perdona al hombre sus pecados, luego lo sana de su parálisis. Grande es en verdad la consideración del Señor por la fe de la gente y las peticiones que hacen por el bien de los demás.



Imágenes: AdobeStock

## Consejos Prácticos para la Adoración Eucarística

- 1 Al llegar toma un momento para silenciar tu teléfono móvil. La opción de vibración en silencio te da la flexibilidad de recibir llamadas urgentes sin perturbar el ambiente de silencio.
- 2 Puedes poner una alarma silenciosa (que vibre) que te avise cuando el tiempo que tienes destinado para la Adoración Eucarística ha terminado. Esto te dará la tranquilidad de no estar al pendiente del reloj durante tu oración.
- 3 Antes de comenzar, toma uno o dos minutos para disponer tu corazón: reconoce profundamente que estás en la presencia física de nuestro Señor en el Santísimo Sacramento.
- 4 Para iniciar, puedes hacer alguna oración que propicie tu tranquilidad y silencio. Recuerda que vas a dejar que el Señor te vea y haga por ti.
- 5 Si estás en un servicio público, sigue la secuencia de la Adoración Eucarística. No olvides buscar un tiempo para estar con el Señor en silencio y calma.
- 6 Si decides orar con alguno de los pasajes bíblicos incluidos, léelo lentamente y deja que las palabras resuenen en tu corazón.



Our Sunday Visitor atrae, catequiza e inspira a millones de católicos por medio de folletos relevantes y fáciles de leer como este. Nuestra amplia gama de temas disponibles incluye:

- Enseñanzas de la Iglesia
- Los sacramentos
- Eventos de actualidad
- Temas de temporada
- Corresponsabilidad
- Enseñanzas papales

Para ver nuestro catálogo y ver algunos ejemplos en línea en formato PDF, visite [osv.com/pamphlets](http://osv.com/pamphlets).

Para ordenar cantidades adicionales de este o cualquier otro folleto, contacte a:



800.348.2440 • [www.osv.com](http://www.osv.com)

Por Leonard J. DeLorenzo, PhD, quien sirve en el McGrath Institute for Church Life y enseña teología en la Universidad de Notre Dame. Suscríbese a este boletín semanal, “Life, Sweetness, Hope” en [bit.ly/lifesweetnesshope](http://bit.ly/lifesweetnesshope).

Copyright © by Our Sunday Visitor, Inc.

Ninguna parte de este folleto puede ser reimpresso ni reproducido de ningún modo.

Núm. de inventario P2781

*Nihil Obstat:* Mons. Michael Heintz, Ph.D.

*Censor Librorum*

*Imprimátur:* ✠ Kevin C. Rhoades

Obispo de Fort Wayne-South Bend

El *Nihil Obstat* e *Imprimátur* son declaraciones oficiales de que un libro o folleto no contiene errores doctrinales ni morales. No hay allí implicación alguna de que quienes hayan aprobado el *Nihil Obstat* o el *Imprimátur* coincidan con el contenido, las opiniones o afirmaciones expresadas.

Todas las citas de la Sagrada Escritura en español están basadas en *La Biblia Latinoamérica*, Edición revisada 1995, Copyright © 1972, 1988, de Bernardo Hurault y la Sociedad Bíblica Católica Internacional (SOBICAIN), Madrid, España.



# Adoración Eucarística



For Review Only. Copyright Our Sunday Visitor, Inc.

“Tú sabes si me siento o me levanto. Aún no está en mi lengua la palabra cuando ya tú, Señor, la conoces entera”

Sal 139, 2. 4



**P**areciera que no sucede nada en la Adoración Eucarística. Puede haber servicios de oración en el que se use música, se suban y bajen de intensidad las luces del lugar o se utilice incienso. Sin embargo, siempre en el centro de todo está la custodia que sostiene una Hostia silenciosa. Nada más pareciera acontecer.

Acostumbrados al ajetreo de la vida cotidiana, la falta de movimiento y el silencio puede que nos hagan sentir incómodos o inseguros sobre lo que ‘tenemos que hacer’ cuando oramos. Por nuestra fe, vemos, o nos esforzamos por ver, la presencia misma de nuestro Señor en la Eucaristía, en el silencio. Él se encuentra en esa quietud... por lo que es probable que, como reacción, nosotros supongamos que debemos hacer algo. ¿Qué se supone que debemos hacer durante la Adoración Eucarística? ¿Cómo sabemos si lo estamos haciendo bien? ¿Cómo podemos saber si nuestra oración es escuchada?

De pronto, nos encontramos en presencia del Señor estando intranquilos o distraídos con estas preguntas, sumadas a las preocupaciones de nuestra vida cotidiana. Con el tiempo y un poco de paciencia, es posible que descubras que es precisamente esa preocupación la que se interpone en el camino de adorar al Señor. La constante intranquilidad por el ‘qué hacer’ es un reflejo del mundo tan ajetreado que nos acompaña hasta lo más íntimo de nuestra oración. El Santísimo Sacramento no se ajusta a esa expectativa.

La sencillez de la presencia de nuestro Señor es su regalo

para nosotros. Él podría deslumbrarnos o asombrarnos con su presencia, pero no lo hace. Él espera, descansa, mora. **Se presenta ante nosotros en la forma más común y nos invita a permanecer en calma y en silencio: a esperar, descansar y morar con él.**

Entonces, ¡algo sí está pasando! Su estabilidad, constancia, paciencia y fidelidad para estar con nosotros es lo que encontramos en el Santísimo Sacramento. La Adoración Eucarística nos llama a un cambio de perspectiva, a una nueva manera de relacionarnos con nuestro Señor. En lugar de estar preocupados por ‘ver’ al Señor o ‘hacer algo’, estamos invitados por Jesucristo mismo a dejarnos ver y dejar que él haga por nosotros.

Él está ahí, ¿estamos nosotros ahí con él? Estar con él va más allá de estar físicamente en el mismo lugar. Significa disponer nuestro corazón para estar presentes, como él está presente.

Dejar que nos vea, significa no esconder alguna parte de nosotros, mostrarnos por completo.

Y aquí vale la pena preguntarnos, ¿cómo nos ve nuestro Señor? La manera en que nos percibe es siempre la misma, **somos sus criaturas amadas.** Como criaturas, tendemos a escondernos cuando pensamos que hemos hecho algo mal, tendemos a ocultar lo que pensamos que no le va a agradar a nuestro Salvador. La llamada a la Adoración Eucarística es, en contraste, presentarnos tal cual somos ante Aquel que nos ha amado primero. La clave está en permitirnos y permitirle que nos vea con nuestra luz y con



Imágenes: AdobeStock

nuestra obscuridad, a no ocultarle nada. Es una llamada a presentarnos y dejar que su mirada compasiva y amorosa nos traspase y vaya poco a poco transformándonos.

A través de los Evangelios podemos descubrir esta mirada de amor de Jesús hacia su pueblo. Quizás al leer alguno de los pasajes bíblicos siguientes, puedas reconocer que somos aquellos a los que él anhela mirar. Su mirada siempre es real, el camino para la felicidad real comienza cuando nos dejamos ver por el Señor realmente como somos.

Durante la Adoración Eucarística intenta disponer tu corazón, alertar tu percepción y enfocar tu mente leyendo lentamente como Jesús ha mirado a su pueblo en los pasajes bíblicos que se incluyen a continuación. Puedes seleccionar uno diferente cada día o repetirlo todas las veces que te resulte fructífero.

El regalo que el Señor nos da y el desafío que tenemos, es aumentar nuestra confianza en que esa mirada única con la que Jesús ve a cada una de estas personas es la misma mirada con la que nos ve cuando estamos en el Santísimo Sacramento, aquí y ahora. **Permítele mirarte así, tal como eres, con tus alegrías y tus tristezas, con tus miedos y tus esperanzas, con tu paz y tu intranquilidad, con tus virtudes y tus defectos.**

— “Al verla, el Señor se compadeció de ella y le dijo «No llores.» — Lucas 7, 13

El Evangelio nos narra que Jesús, al llegar a la puerta del pueblo de Naín, ve a una madre viuda que va a enterrar a su único hijo. En aquellos tiempos, una mujer sin esposo o sin hijo se encontraba en la más penosa situación. Jesús se compadece de ella y tiernamente le dice “no llores” y le devuelve a su hijo. Así de bueno es nuestro Señor, así de tierno es él. Así te mira y se conmueve con lo que te sucede.

— “Jesús fijó su mirada en él y le tomó cariño.” — Marcos 10, 21

El joven rico se acercó a Jesús buscando el secreto de la vida eterna. Jesús sabía lo que este joven realmente valoraba, a lo que estaba apegado. Jesús tenía que decirle algo que lo desafiara a liberarse de esos apegos. Es con una mirada de amor que Jesús le dice al joven la dura, pero necesaria verdad.

— “Al ver Jesús el llanto de María y de todos los judíos que estaban con ella, su espíritu se conmovió profundamente y se turbó.” — Juan 11, 33

Jesús amaba profundamente a sus amigos. Es precisamente la muerte de su amigo Lázaro que lo lleva a Betania. Al llegar y ver a las hermanas de Lázaro tan afligidas, se conmueve profundamente. Sin embargo, la Escritura es clara. Nuestro Señor no solamente se conmueve con el sufrimiento de sus amigos, él se conmueve con el sufrimiento de cualquier persona. Algunos de los que lloraban junto con María, serán los que vayan a informarle a los fariseos lo que acaba de suceder. Jesús conoce los corazones de las personas, sean como sean, siempre contaremos con el amor y la compasión de nuestro Señor.

— “Apenas vio a Jesús se postró con la cara en tierra y le suplicó: «Señor, si tú quieres, puedes limpiarme.» Jesús extendió la mano y lo tocó, diciendo: «Lo quiero, queda limpio.» — Lucas 5, 12-13

En aquella época, la lepra era una enfermedad atemorizante y se consideraba un castigo de Dios. Las personas que estaban infectadas eran repudiadas por la sociedad y obligadas a alejarse de todo y todos. Jesús sana al leproso y el milagro que realiza no nada más lo sana físicamente, además le regresa su dignidad de ser hijo de Dios, de igual valor que los demás. Ya no es un repudiado. Preguntémonos, ¿qué nos margina o nos enferma en nuestros días?

— “Jesús lo vio tendido, y cuando se enteró del mucho tiempo que estaba allí, le dijo: «¿Quieres sanar?»” — Juan 5, 6

El hombre llevaba 38 años enfermo. Cada día sucedía lo mismo: nadie lo ayudaba para poder sanar. Pero ese día fue diferente, porque ese fue el día en que el Salvador ve su enfermedad y le hace la pregunta más importante. El enfermo tiene que decidir por sí mismo. Ser visto por el Señor puede ser el comienzo de algo nuevo si respondemos a su pregunta con el corazón.