



Adoración Eucarística:

Jesús “se nos da y nosotros le respondemos, dándonos a Él”.

S.S. Benedicto XVI (2 marzo, 2006)

BLOQUE DE ORACIÓN CONTEMPLATIVA (4 sesiones)

Sesión 4: Gotitas de bendiciones

Objetivo:

Experimentar que cuando estamos en la presencia de Jesús, Él nos llena de sus bendiciones, de su amor, su paz y su alegría.

Adicionalmente la sesión nos servirá para:

1. Saber que el amor, la paz y la alegría de Jesús la debemos llevar a los demás, ayudándolos en sus necesidades.

Material:

Banquito del amor de Dios – corazones de foami.

Bienvenida:

Buenos días.

Necesitamos la fe para poder ver a Jesús que se va a hacer presente aquí.

¿Trajeron su llave de la fe?

Vamos a sacarla. Con esta llave podemos entrar en el Reino de Dios.

Ahora vamos a cantar:

La mano hay que meter.

La mano hay que sacar.

La mano hay que meter

y agradecerle sin cesar.

Alabemos todos juntos

la grandeza del Señor

Y volvamos a empezar.

El pie hay que meter.
El pie hay que sacar.
El pie hay que meter
y agradecerle sin cesar.
Alabemos todos juntos
la grandeza del Señor
Y volvamos a empezar.

La fe hay que meter.
La fe no hay que sacar.
La fe hay que meter
Y agradecerle sin cesar.
Alabemos todos juntos
La grandeza del Señor
Y vamos a terminar.

Les pido que cada uno tome un corazón.

Nos ponemos de rodillas para demostrarle a Jesús que reconocemos que Él es grande y nosotros somos pequeñitos delante de Él.

Exposición del Santísimo:

Canto eucarístico: Eucaristía (éste o uno similar).

Hace inclinación de cabeza y se retira.

Mientras se entona el canto el ministro hace la genuflexión sencilla, doblando una rodilla, al sacar el Santísimo del sagrario, y lleva al Santísimo al altar.

No te distraigas. Recuerda que estás en la presencia de Dios que se ha hecho hombre y te muestra su corazón, para darte la vida eterna.

Les pido que se pongan por parejas y se pongan frente a frente. Estiren su mano y toquen la palma de la mano del otro. Ahora sepárenla un poco, para que sin tocarse, quede lo más cerca posible.

Cierra tus ojos. ¿Qué sientes en la palma de tu mano?

Ahora ponte de rodillas y voltea a ver a Jesús. Extiende tu mano derecha hacia Él. Date cuenta que estás ante Jesús.

Ahora abre tus manos, ponlas en forma de una canasta. Cierra tus ojos e imagina que todas las gracias de Jesús, todas sus bendiciones, su amor, su paz, su alegría, su perdón, su misericordia, son gotitas.

Tú estás debajo de esa nube de amor, de misericordia, de paz. Siente como todo tu cuerpo, pero en particular tus manos se van llenando de esas gotitas.

Dejamos a los niños 2 minutos en silencio.

Si traes preocupaciones, tristezas o cualquier cosa, hoy te invito a hacerlas a un lado, para poder experimentar la presencia de Jesús.

Y estos dos minutos los puedes ir alargando más y más, de modo que puedes estar hasta media hora o una hora en la presencia de Jesús. Y ¿qué pasa cuando estás en la presencia de Jesús? ¿De qué te llena Jesús? De su paz, su amor, su misericordia.

Entonces la vida cambia, porque puedes estar con Él y vivirla desde su punto de vista. Hoy Jesús nos invita a tener fe. Fe es también ver las cosas desde otro punto de vista. Es verlas como Él las ve. Fe es creerle a Él, más que a ti mismo. Y fe es creerle más a Él que a las apariencias. Si tú confías en Dios y le crees más a Él que a cualquier otra persona, más que a la tele, o a los videojuegos, etc. entonces extiende tu mano y dile: Jesús yo tengo fe en Ti. Yo creo en Ti. Yo confío en Ti. Y te pido que aumentes mi fe, para que pueda hacer tu voluntad y servir a los demás como Tú los sirves.

Te pido que pongas tu mano encima de tu cabeza y trata de percibir el calor de tu mano en tu cabeza. Ahora imagínate que el calor va recorriendo todo tu cuerpo. Entonces pasa por tu cabeza, luego recorre todo tu cuello, va bajando por tus hombros, tus brazos y llega hasta tu otra mano. Luego sigue bajando y llega a tu estómago y a tus caderas. Sigue bajando y llega hasta tus piernas, luego a tus rodillas y sigue por tus pantorrillas, llega a tus pies, a tus talones y las plantas de tus pies.

Y si Jesús nos convida de su amor y de su presencia, es para que también nosotros podamos llevar su amor y su presencia a los demás. Para que ahora que regreses a tu casa, en medio de tu familia, seas un representante de Jesús. Para que a través de tus palabras y de lo que haces, a través de cosas concretas se manifieste, se note que tú eres de Jesús. Esta semana dedícate a ayudar a los demás en todo lo que puedas.

Si ves que alguien necesita ayuda, rápido, ayúdale.

Hoy estamos saliendo de nosotros mismos para encontrarnos con Jesús y encontrarnos con los demás.

Hoy estamos dejando nuestra comodidad y nuestro egoísmo para ir al encuentro del otro.

Por eso a veces nos cuesta estar ante Jesús, porque no sabemos ¿dónde está el Otro?

Por eso vamos a repetir el ejercicio de ponernos de frente con alguien más y tocar su mano. Luego separarla, apenas. Para que puedas percibir el encuentro del otro. Y después de eso, te pones de rodillas para encontrarte con Jesús y sentir esa lluvia de amor, de paz, de confianza, de paz que Él nos convida.

Nuevamente nos quedamos en silencio por unos minutos.

Canto:

Jesús está aquí.

Su amor nos viene a dar.

Jesús está aquí.

Él nos viene a visitar.

Su corazón Él ha expuesto para poderlo amar.

Su presencia queremos llevar.

Jesús está aquí.

Su amor nos viene a dar.

Jesús está aquí.

Él nos viene a visitar.

El pan de vida eterna podemos contemplar.

Su presencia queremos llevar.

Si Jesús está aquí se nos tiene que notar. Para que cuando lleguemos a donde vayamos, llevemos a Jesús.

Fija tus ojos en Él. Y vamos a ver si puedes percibir como Jesús te mira.

Cuando Jesús nos mira, también Jesús nos llama. Y nos elige para una misión. Por eso hoy queremos decirle: aquí estoy para hacer tu voluntad.

Si eres mamá o papá, ya sabes cuál es tu misión: amar mucho a tu cónyuge y amar mucho a tus hijos. Con el mismo amor con el que Jesús te ama.

Si eres hijo, también tienes una misión: amar a tus papás y a tus hermanos, como Jesús te ama. Eso también incluye perdonarlos, comprenderlos, y mostrarles amor a través de abrazos, besos.

Pero no sólo tienes esa misión. Por eso pídele a Jesús que te ayude a descubrir ¿qué es lo que quiere de ti?

Generalmente quiere cosas muy grandes. Cuando tengas un sueño muy grande en tu corazón, pídele a Jesús que te ayude a cumplirlo.

Le vamos a dar gracias a Jesús por todo lo que nos ha dado en este tiempo.

Muchas veces nos la pasamos reclamando, porque estamos en función de nosotros mismos. Hoy vamos a agradecerle todo lo que nos ha permitido experimentar, desde la presencia del otro, hasta su paz, su amor, su alegría.

Cierra tus ojos y dale las gracias por todo lo que te ha dado.

Vamos a decirle: Bendito eres. Eso es todo lo que haces es bueno, todo lo que dices es bueno. Sólo Tú haces todo bien. Bendito eres Señor.

La Reserva

Canto eucarístico.

Vamos a decirle a Dios que Él es lo máximo y que su plan para nosotros es excelente. Entonces vamos a repetir bien fuerte.

El ministro reza las alabanzas al Santísimo:

Bendito sea Dios.

Bendito sea su santo nombre.

Bendito sea Jesucristo, Verdadero Dios y Verdadero Hombre.

Bendito sea el nombre de Jesús.

Bendito sea su sacratísimo corazón.

Bendito sea Jesús en el Santísimo Sacramento del Altar.

Bendito sea el Espíritu Santo Paráclito.

Bendita sea la excelsa Madre de Dios, María Santísima.

Bendita sea su santa e inmaculada Concepción.

Bendita sea su gloriosa Asunción.

Bendito sea el nombre de María, Virgen y Madre.

Bendito sea san José, su castísimo Esposo.

Bendito sea Dios en sus ángeles y en sus santos. Amén.

Luego guarda el Santísimo en el sagrario. Y hecha genuflexión sencilla, el ministro se retira.

Esto lo vamos a practicar durante la semana.

Entonces vamos a terminar: En nombre del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo.

¿Estamos cerrando la puerta de la presencia de Dios? No. Lo hacemos porque queremos estar en ella de aquí hasta la próxima semana. Que Dios los bendiga mucho.

Erika M. Padilla Rubio

Palabra y Obra © ®

Todos los derechos reservados.