



## **Adoración Eucarística:**

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

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

### **Adoración: Sesión 2**

#### **Objetivo de la Sesión:**

Introducirnos en la experiencia de adorar a Jesús, vivo y presente en la Eucaristía.

#### **Adicionalmente la sesión nos servirá para:**

1. Conocer las primeras etapas de la adoración: reconocer lo que somos, sentirnos pequeños delante de Dios y agradecer (dejar de quejarnos y reclamar)
2. Experimentar cómo Dios nos llena con su amor, el estar en la mano de Dios, que nos lleva a su corazón y nos da su Espíritu Santo.
3. Experimentar el consuelo de Dios, en todo momento, sobre todo en la tristeza.
4. Saber que es necesaria la fe para entrar en el Reino de Dios.

#### **Material:**

Banquito del amor de Dios – corazones de foami.  
Librito de mi cuerpo (versión niño y niña)  
Cd del Amor de Dios, canción: “Gracias por mi cuerpo”

Buenos días. ¿Trajeron su llave de la fe?

Vamos a sacarla.

Comenzamos con nuestro canto:

(Con la tonada de Hokey Pokey)

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.

Y vamos a ponernos de rodillas para reconocer que Jesús es grande y nosotros pequeñitos.

### **Exposición del Santísimo:**

Canto eucarístico: Eucaristía (éste o uno similar).

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.

En los cielos y en la tierra sea para siempre alabado. -

El corazón amoroso de Jesús sacramentado.

Padre Nuestro

Ave María

Gloria

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.

Hoy queremos dejarnos llenar por su amor, porque para poder adorar a Dios, necesitamos reconocer que Él es mucho más grande que nosotros y sobretodo que su amor es mucho más grande que el nuestro.

Vamos a dejar que su amor entre a cada parte de nosotros. A todos los rincones de nuestro corazón.

Conforme vayamos mencionando en la canción cada parte de nuestro cuerpo, vamos a imaginar que una gota de agua, que es el amor de Dios, va llenando esa parte. Por ejemplo, nuestra mano, entonces cae el amor de Dios y llena nuestra mano con su amor.

Me dio los ojos para poder ver,

Me dio la nariz y puedo oler.

Me dio los oídos y puedo oír.

Me dio la boca y puedo reír. Y con la boca yo puedo hablar y también puedo comer y cantar.

Me dio las manos y puedo tocar, meter y sacar, jugar y ayudar.

También tengo pies para caminar, correr, brincar y para bailar.

Gracias Dios por darme el corazón, porque con él te puedo amar.

Cerramos nuestros ojos y vamos a sentir como si hubiera una lluvia de amor de Dios, encima de nosotros. Te pido que abras tu boca para que pueda entrar el agua del amor de Dios a ti. Y puedas sentir cómo el amor de Dios te va llenando. No hay nada que pueda impedirle llegar a todo tu ser.

A menos que tú digas: no, gracias, el amor de Dios puede llegar a todo tu ser.

Puede llegar a tus recuerdos, a tus preocupaciones, a tus angustias, a tus problemas, a tus enfermedades, a tus miedos, a tus pesadillas, a los problemas en tu escuela, en tu casa, en tu oficina,...

Y el amor de Dios es incondicional. No te pide nada para que lo puedas sentir, lo único que te pide es que lo dejes entrar. Es increíble el amor de Dios, porque Él no te ama porque seas bueno, sino porque te ama, te va haciendo bueno. Entonces hoy deja que su amor entre a todas partes. Que ahí en donde tal vez tengas a alguien que te cae mal, le des la oportunidad a Dios de entrar. Hoy perdona a esa persona que te ha ofendido. Hoy estás dispuesto a dar lo que te piden las personas que están contigo, sobre todo tu familia.

Si tú eres papá o mamá, hoy dale de tu tiempo a tus hijos, con alegría. Y si eres niño, hoy dales mucha alegría a tus papás.

El amor de Dios es tan alto que no lo podemos alcanzar. Por eso es tan grandote, porque es enorme y nos llena a todos.

Dale gracias a Dios porque te ama muchísimo.

Vamos a hacer una primera prueba para ver cuánto nos hemos dejado amar por Dios?

Te pido que te hagas una bolita. Imagínate que Dios te toma con su mano. Estás en la mano de Dios y te va acercando a su corazón. Desde ahí puedes voltear a ver todo el mundo. El mundo se ve chiquito. Ahí ves a tus papás, tu casa, a tus vecinos, pero tú estás muy feliz porque estás con Dios. Y si estás con Dios, todo está bien. Por más problemas que haya allá abajo, en la escuela o en tu casa, no te pueden alcanzar porque tú estás en el corazón de Dios.

Vamos a quedarnos con nuestros ojos cerrados y en silencio, experimentando cómo estamos en la mano de Dios, cerquita de su corazón.

Nos quedamos en silencio, todo lo que sea posible.

Imagina que Dios te va subiendo hasta su boca y va a soplar sobre ti.

Es el soplo de su Espíritu. De manera que Él te ha transmitido su Espíritu Santo para que ya no actúes según tus criterios. Para que ya no seas berrinchudo, para que no seas egoísta, sino para que seas generoso, comprensivo, de manera que puedas amar como Dios ama.

Entonces empiezas a sentir como todo tú estás diferente. Estás como ligerito. Como que ya no pesas. Y las cosas hoy las puedes ver desde otra perspectiva, desde otro punto de vista, porque estás ligerito.

Entonces así, con el soplo de Dios adentro de ti, con su Espíritu Santo, así Dios va bajando su mano para ponerte aquí en la capilla. Pero tú ya no eres el mismo, ahora tienes el soplo de Dios.

Pero, ¿sabes qué? Ya lo tenías desde hace mucho, desde el día de tu bautismo. Y antes desde el día en que Dios te creó. Cuando Dios te creó sopló y te dio el aliento de vida, te dio la vida y te dio su Espíritu Santo. Hoy queremos hacernos más conscientes del Espíritu Santo que Dios nos ha dado, para poder vivir como verdaderos hijos de Dios, sintiendo que somos de Él, pues eso es lo que recibimos en nuestro bautismo. Saber que podemos comportarnos como Él, vivir como Él y sobre todo amar como Él. Y en este momento lo que más nos interesa es dejarnos amar por Él.

Recuerda algún momento en que has estado muy triste. ¿Qué hubiera pasado si en ese momento de tanta tristeza te hubieras podido hacer bolita? ¿Te hubieras podido sentir en la mano de Dios? ¿Y hubieras sentido como Él te sube a su corazón y sopla su Espíritu en ti? ¿Seguirías estando igual de triste?

Vamos a practicar. Entonces ponte a llorar. Y luego te haces una bolita. Entonces imagina que Dios te sube en su mano y te lleva a su corazón. Entonces en lugar de estar llorando, empiezas a sentir el consuelo de Dios. Allí en lo más profundo de tu corazón. Y si Dios te consuela, empiezas a experimentar paz. Y cuando sientes paz, entonces te imaginas que Dios te sube hasta su boca y sopla y te llena de su Espíritu Santo y entonces te pones ligerito. Y así aquello que te preocupaba tanto y te hacía sufrir, está más pequeño, porque tú tienes el amor grande de Dios.

Dios te toma y te vuelve a bajar a donde estés. Y ahora queremos postrarnos ante Él. Reconocer que sólo Él es el más grande.

Aunque tú creas que tu papá es el más grande, no. Dios es todavía más grande. Vamos a poner nuestra cabeza en el piso.

Y con nuestro corazón le decimos a Dios: Tú eres el más grande.

Nos quedamos en silencio el mayor tiempo posible.

Vamos a levantarnos.

Cuando tú sientas que alguien no te quiere, porque no eres perfecto, porque no haces las cosas que él te pide, porque no te ama como tú necesitas, entonces vuelve a hacer este ejercicio de hacerte una bolita y dejarte tomar por Dios. Él te ama como tú eres. ¡Te ama muchísimo!

Coloca tus manos una enfrente de la otra. Recuerda que tus manos ya están llenas del amor de Dios. Ahora acércalas, pero sin que se toquen y tal vez puedas sentir como un calorcito. Ahí está el amor de Dios. Y ahora lo puedes llevar a tu corazón, o a tu cabeza, o a tus ojos.

Entonces el amor de Dios va contigo siempre. A donde tú vayas, su amor va contigo.

¿Qué pasa si pongo en mi boca el amor de Dios? ¿Qué cosas voy a decir?

¿Qué pasa si pongo el amor de Dios en mis orejas? ¿Cómo voy a escuchar las cosas que me dicen?  
¿Si alguien me ofende lo voy a poder perdonar rápido?

De ti depende en dónde quieres tener el amor de Dios. Lo puedes tener en todo tú. Y si sentimos el amor de Dios, vamos a ser mucho más felices.

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.

### **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.

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.

Vamos a darle las gracias a Jesús, por venir hoy aquí, a estar con nosotros.

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.