

MÉTODO PRÁCTICO DE HACER LA HORA DE LA ADORACIÓN REAL, PERPETUA y UNIVERSAL

I. TRISAGIO A LA SANTÍSIMA TRINIDAD

El dogma fundamental de nuestra fe es el de la Santísima Trinidad de quien todo procede y al que todos los bautizados en su nombre deben volver.

El amante de la Eucaristía convierte su visita a Jesús Sacramentado en una *fiesta de adoración*, rendida y silenciosa, del misterio fundamental de nuestra fe; de *acción de gracias* a la misericordia del Dios Trino; de *esperanza* en la prolongación de las misericordias del Señor, porque sabe que fruto de las misericordias de la Trinidad Beatísima y de la convivencia del Hijo de Dios con los hombres es la Santísima Eucaristía.

A la adoración y alabanza de la Santísima Trinidad por medio de la Sagrada Humanidad de nuestro adorable Redentor en el Santísimo Sacramento, nos exhorta el Sr. Obispo de Oviedo desde la primera meditación del libro *Meditaciones Eucarísticas*. ¡Qué fuente inagotable de luz, de bien obrar, de impetración, de fuerza personal encontramos en los textos y prácticas de esta devoción fundamental.

Comience el cristiano fervoroso su adoración, colocado en su reclinatorio, con la medalla-insignia sobre el pecho, elevando a la Santísima Trinidad, en unión de los Coros de los ángeles, las alabanzas siguientes:

1. *Director*: Santo, Santo, Santo.

2. *Adorador*: Santo, Santo, Santo.

Juntos: Santo, Santo, Santo, Señor Dios de los ejércitos, llenos están el Cielo y la tierra de Tu Gloria. Gloria al Padre, gloria al Hijo, gloria al Espíritu Santo.

Se dice tres veces en honor del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo y al terminar se continúa con la antífona:

ANTIFONA.-¡Oh Dios *Padre* Ingénito, oh *Hijo* Unigenito, oh *Espíritu Santo* Consolador, oh Santa e indivisible *Trinidad!*: con todo nuestro corazón y boca, te confesamos, te alabamos y bendecimos; a Ti se dé la gloria por los siglos de los siglos.

V. Bendigamos al Padre y al Hijo y al Espíritu Santo.

R. Alabémosle y ensalcémosle en todos los siglos.

ORACION.--¡Oh Dios todopoderoso y eterno, que con la luz de la verdadera fe diste a conocer a tus siervos la gloria de la *Trinidad* Eterna, y a adorar la *Unidad* en el poder de tu Majestad; haz, te lo suplicamos, que por la firmeza de esa misma creencia seamos defendidos siempre de toda adversidad. Por nuestro Señor Jesucristo que contigo vive y reina en unidad del Espíritu Santo, por los siglos de los siglos. Amén.

II. EL ALMA DE LA ADORACIÓN

¿Qué es la Adoración? - La Adoración Eucarística- dice el B. Eymard- tiene por objeto la Persona divina de Cristo nuestro Señor presente en el Santísimo Sacramento. Está allí vivo y quiere que le hablemos para hablarnos a nosotros. Todo el mundo puede hablar a nuestro Señor. ¿No está en la Eucaristía para eso?. ¿No dice desde allí: Venid a mi todos? Este coloquio que se establece entre Jesús y el alma, es la verdadera Adoración Eucarística.

Anhelo de acudir a la Adoración. - Con qué gozo debemos acudir a la Adoración! Jesús me *invita*, me *espera*, me *desea*, *quiere nesar de mi amor*. Dame, hijo mio, tu corazón. Mis delicias son estar con los hijos de los hombres. ¡Cómo hemos de estimular en nosotros el **deseo** de acudir a la divina cita!. Dentro de cuatro horas, me diré, acudir a la cita de la gracia y del amor de mi Jesús.

Preparación remota. - Prepara lo que le vas a decir: los puntos de lectura o de meditación. La materia de la Adoración será sobre el Santísimo Sacramento, su servicio y su gloria. Dispón tu corazón para que en él surja espontaneo el afecto encendido, fruto de la contemplación y de la bondad de Dios. Piensa en el homenaje que has de rendir al final a tu Jesús; lo que Le vas de ofrecer y pedir antes de separarte de Él. Reviste de decencia a tu persona para dar a la Adoración el carácter de fiesta piadosa que tiene.

Preparación próxima. -Acude con exactitud a la hora prometida y llénala con fidelidad. Recógete unos instantes antes de presentarte al Rey de reyes, a quién has de ver con los ojos de la fe más viva sentado en el Sagrario, trono de su amor misericordioso, rodeado de su corte celestial y esperándote con su Divino Corazónlleno de bondad.

Introducción a la Adoración. Sus actos. - Como introducción a la presencia de Jesús:

- 1) Postrate en tierra ante Él movido por un sentimiento de fe viva. Así lo hicieron la Santísima Virgen, San José, los Pastores, los Reyes Magos ...
- 2) Dale gracias por dignarse a recibirte como a hijo de predilecto e invitarte a formar parte de la corte que rodea su Persona. Has de alabar su bondad bendecir este día, este tiempo de cielo y agradecerle la vocación a la Adoración.
- 3) Purifica tu alma con un acto de humildad y de contricción, como el publicano del evangelio (Lc. 28, 9-14) ¿Quién soy yo -dile- para que me señales y me ames tanto? ¿Te olvidas que soy la misma nada, aún menos, un pecado?.
- 4) Ofrenda tu ser con todo tu haber al servicio de tu Dios Sacramentado y de su Gloria Eucarística. Vasa la Adoración para adorarle, amarle y servirle humildemente. Estarás a los pies del Sagrario para Él antes que para ti.
- 5) Ante tu indiscutible pequeñez únete con las adoraciones de la Iglesia y de cada uno de sus miembros; con las adoraciones de la

Santísima Virgen, sobre todo al pie de la Hostia Santa; con las del Patrón de la Iglesia Universal San José en Belén, en Egipto, en Nazaret; con las del Serafín de la ARPU y con aquellos millares de ángeles que cumplen el divino beneplácito adorando y llevando almas a los Sagrarios.

Oración para antes de la Meditación. -Preparada así tu alma haz la oración, que ponemos más adelante y comienza a reflexionar sobre la materia preparada de antemano para este rato de Adoración, sacando de la consideración, ayudado de la divina gracia, piadosos afectos y actos prácticos de virtud.

Consejos prácticos. -Una vez comenzada la meditación no conviene cambiar la materia preparada. Si en un pensamiento o en un afecto encuentra alimento espiritual tu alma, es necesario detenerse en él, como la abeja sobre una flor rica en miel. El recoger la atención interior del alma sobre un pensamiento o afecto es señal de riqueza, así como cierta agitación, inquietud y ligereza son señales de tentación.

Oración preparatoria

Jesús mío Sacramentado, que por mi amor te quedaste noche y día en el Sagrario, sin más compañía que la luz de una lamparilla, a veces apagada; nosotros, asociados dichosos de la Obra Eucarística: Adoración Real, Perpetua y Universal de tu Sacramento de Amor, te honramos, adoramos, alabamos, glorificamos y bendecimos en Él, deseando honrarte, adorarte, glorificarte y bendecirte como los Serafines del cielo, y, si fuera posible, como te aman, adoran, glorifican y bendicen tu Madre Santísima, inspiradora de todos los fervores eucarísticos de la Obra y el gran Patriarca San José, Guardián excelso de la Adoración; y de no haberte amado, mil y mil veces me pesa. No será así en adelante. Quiero conocerte mejor para más amarte. Que tu divino Espíritu ilumine y enfervorice totalmente mi alma en este dichoso rato de adoración; así sólo por tu Gracia, desde ahora tu Sagrario será mi feliz morada; por la divina Eucaristía Tú serás mi Rey; tu verdad, la luz de mi espíritu; tu Santa Ley, la regla invariable e inflexible de mi voluntad; tu Cruz, la virtud de mi cuerpo; tu Gloria eucarística, el fin total de mi vida, de forma que pueda decir con San Pablo: “Vivo yo, mas ya no soy yo, sino que Cristo vive en mí”. Así sea.

Oh María Inmaculada, Virgen de la Eucaristía, enséñame en este rato de Cielo a ser perfecto adorador de Jesús Sacramentado, a vivir de su vida de amor, de unión y de oblación

III COMUNION ESPIRITUAL

La siguiente fórmula compuesta por S. Alfonso María de Ligorio reúne las tres condiciones precisas:

a) un acto de fe, con el cual, el que quiere comulgar espiritualmente actúa en la real presencia Jesucristo en la Eucaristía;

b) un acto mental, imaginándose que se acerca uno a la Sagrada Mesa y que recibe de manos del Sacerdote la Hostia Santa;

c) acto de deseo, de recibir sacramentalmente a Cristo Jesús y de unirse íntimamente a Él.

Jesús mío, creo que estás en el Santísimo Sacramento. Te amo sobre todas las cosas y te deseo en el alma. Ya que ahora no puedo recibirte sacramentalmente, ven al menos espiritualmente a mi corazón. (un tiempo de adoración) Como si ya hubieses venido, te abrazo y me uno todo a Ti; no permitas que yo me separe de Ti.

IV ESTACION A JESUS SACRAMENTADO

El Papa S. Pío XI, el 3 de Junio de 1932, concedió 10 años de indulgencia por cada Visita al Santísimo Sacramento y Plenaria cada semana, comulgando, si, durante ella, se hace la Visita diariamente rezando seis Padrenuestros, Avemaría, con el Gloria.

V. CORONILLA DE DESAGRAVIOS

D. Manuel Domingo y Sol, benemérito Sacerdote fundador de los Operarios Diocesanos, encontraba en estas oraciones la fórmula más adecuada y sintética para exteriorizar las infinitas y fervorosas expansiones de su espíritu eucarístico y esencialmente reparador.

El Papa S. Benedicto XV, el 10 de febrero de 1920, concedió 300 días de indulgencia cuantas veces se rece esta “coronilla de desagravios”.

Coronilla de desagravio al Sagrado Corazón de Jesús Sacramentado.

V. Señor ábreme los labios.

V. R. Y mi boca proclamará tu alabanza.

V. Dios mío ven en mi auxilio.

R. Señor date prisa en socorrerme

V. Gloria Patri, et Filio, et Spiritui Sancto.

R. Sicut erat in principio, et nunc, et semper, et in secula seculorum. Amen.

OFRECIMIENTO

¡Oh dulcísimo Corazón de Jesús Sacramentado! Traspasados de pena y dolor, al verte tan injuriado por nuestros pecados y por los que se cometen en todo el mundo, representados en esas señales de llaga,

cruz y espinas; consagramos a Tu amor y en desagravio esta corona de alabanzas. Acéptala, Jesús mío, en unión de todas las alabanzas con que te han glorificado y actualmente te glorifican los Santos y justos del cielo y de la tierra. Amén.

¡Oh amabilísimo Corazón de Jesús Sacramentado! Nos pesa en el alma verte tan injuriado por nuestros pecados y por los demás con que te han ofendido y actualmente te ofenden en toda Europa, especialmente aquellas naciones que un día fueron el estandarte de la fe católica. En reparación de ellos, uniendo nuestros tibios afectos con los ardentísimos de tu Madre María Santísima, te consagramos la primera parte de tu corona, con un desagravio y diez alabanzas:

Una vez como el Padrenuestro

V. Viva Jesús.

R. Muera el pecado.

Diez veces como el Avemaría

V. Sea por siempre alabado.

R. El Corazón de Jesús Sacramentado.

Una vez como el Gloria

V. ¡Oh Corazón puro!. Haz, te rogamos.

R. Que ninguno viva ni muera en pecado.

¡Oh amabilísimo Corazón de Jesús Sacramentado! Nos pesa en el alma verte tan injuriado por nuestros pecados y por los demás con los que te ofenden actualmente en los países de Asia. En reparación por ellos, uniendo nuestros tibios afectos con los ardientísimos de los nueve coros de los ángeles, te consagramos la segunda parte de tu corona con un desagravio y diez alabanzas:

Una vez como el Padrenuestro

V. Viva Jesús.

R. Muera el pecado.

Diez veces como el Avemaría

V. Sea por siempre alabado.

R. El Corazón de Jesús Sacramentado.

Una vez como el Gloria

V. ¡Oh Corazón puro!. Haz, te rogamos.

R. Que ninguno viva ni muera en pecado.

¡Oh amabilísimo Corazón de Jesús Sacramentado! Nos pesa en el alma verte tan injuriado por nuestros pecados y por los demás con los que te ofenden actualmente en los países de África con la persecución cruenta de cristianos. En reparación por ellos, uniendo nuestros tibios afectos con los ardientísimos de todos los Santos Apóstoles y Mártires del Cielo, te consagramos la tercera parte de tu corona con un desagravio y diez

alabanzas:

Una vez como el Padrenuestro

V. Viva Jesús.

R. Muera el pecado.

Diez veces como el Avemaría

V. Sea por siempre alabado.

R. El Corazón de Jesús Sacramentado.

Una vez como el Gloria

V. ¡Oh Corazón puro!. Haz, te rogamos.

R. Que ninguno viva ni muera en pecado.

¡Oh amabilísimo Corazón de Jesús Sacramentado! Nos pesa en el alma verte tan injuriado por nuestros pecados y por los demás con los que te ofenden actualmente en los países de América que han acogido la masonería y la religión protestante, apartándose de la auténtica católica. En reparación por ellos, uniendo nuestros tibios afectos con los ardientísimos de todos los Santos Confesores y Santas Vírgenes del Cielo, te consagramos la cuarta parte de tu corona con un desagravio y diez alabanzas:

Una vez como el Padrenuestro

V. Viva Jesús.

R. Muera el pecado.

Diez veces como el Avemaría

V. Sea por siempre alabado.

R. El Corazón de Jesús Sacramentado.

Una vez como el Gloria

V. ¡Oh Corazón puro!. Haz, te rogamos.

R. Que ninguno viva ni muera en pecado.

¡Oh amabilísimo Corazón de Jesús Sacramentado! Nos pesa en el alma verte tan injuriado por nuestros pecados y por los demás con los que te ofenden actualmente en los países de Oceanía que se han dejado llevar por la soberbia mediante la autosuficiencia, acogiendo el relativismo moral e individualismo extremo. En reparación por ellos, uniendo nuestros tibios afectos con los ardientísimos de todos los Santos del Cielo y de tus devotos en la tierra, te consagramos la quinta parte de tu corona con un desagravio y diez alabanzas:

Una vez como el Padrenuestro

V. Viva Jesús.

R. Muera el pecado.

Diez veces como el Avemaría

V. Sea por siempre alabado.

R. El Corazón de Jesús Sacramentado.

Una vez como el Gloria

V. ¡Oh Corazón puro!. Haz, te rogamos.

R. Que ninguno viva ni muera en pecado.

Te adoramos, Divino Corazón de Jesús Sacramentado, coronado con la corona de estos desagravios y alabanzas, unidas con los Santos del Cielo y justos de la tierra; con esta corona te proclamamos Rey de todas la criaturas y vencedor soberano de todos los agravios con que te injurian. Reina Corazón Glorioso y triunfa, así coronado, en todos los corazones , voluntades y afectos de tus criaturas, en las cuales y por las cuales queremos y anhelamos , con todo el corazón, que seas pos siempre glorificado. Amén.