



VISITAS A JESÚS SACRAMENTADO



Adoración al Santísimo Sacramento.

(Santo Tomás de Aquino)

Toma, Señor, y recibe
toda mi libertad, mi memoria,
mi entendimiento
y toda mi voluntad,
todo mi haber y mi poseer.

Tú me lo diste,
a ti, Señor, lo torno.
Todo es tuyo.
Dispón de todo según tu voluntad.
Dame tu amor y tu gracia,
y esto me basta.
Amén.



Adoro te Devote (Santo Tomás de Aquino)

Te adoro con devoción, Dios escondido, oculto verdaderamente bajo estas apariencias. A ti se somete mi corazón por completo, y se rinde totalmente al contemplarte.

Al juzgar de ti se equivocan la vista, el tacto, el gusto, pero basta con el oído para creer con firmeza; creo todo lo que ha dicho el Hijo de Dios; nada es más verdadero que esta palabra de verdad.

En la cruz se escondía sólo la divinidad, pero aquí también se esconde la humanidad; creo y confieso ambas cosas, y pido lo que pidió el ladrón arrepentido.

No veo las llagas como las vio Tomás, pero confieso que eres mi Dios; haz que yo crea más y más en ti, que en ti espere, que te ame.

¡Oh memorial de la muerte del Señor! Pan vivo que da la vida al hombre; concédele a mi alma que de ti viva, y que siempre saboree tu dulzura.

Señor Jesús, bondadoso pelícano, límpiame, a mí, inmundo, con tu sangre, de la que una sola gota puede liberar de todos los crímenes al mundo entero.

Jesús, a quien ahora veo escondido, te ruego que se cumpla lo que tanto ansío: que al mirar tu rostro ya no oculto, sea yo feliz viendo tu gloria. Amén.



COMUNIÓN ESPIRITUAL

Creo, Jesús mío, que estás real y verdaderamente presente en el Santísimo Sacramento del Altar.

Te amo sobre todas las cosas y me pesa de todo corazón haberte ofendido. Deseo, en este momento, recibirte en mi alma, más ya que no puedo hacerlo sacramentalmente, ven, por lo menos, espiritualmente a mi corazón.

“Señor, no soy digno, ni merezco que entres en mi pobre morada, pero di una sola palabra y mi alma será sana, salva y perdonada. El Cuerpo, la Sangre, el Alma y la Divinidad de Nuestro Señor Jesucristo, guarden mi alma para la vida eterna. Amén”

Como si ya te hubiese recibido, te abrazo y me uno enteramente a Ti. Señor, no permitas que por el pecado me separe de Ti. Amén.

Te suplico, oh Señor mío Jesucristo, que la ardiente y dulce fuerza de tu amor, embargue toda mi alma, a fin de que muera de amor por Ti, así como Tú, te dignaste morir de amor por mí. Amén.

COMUNIÓN ESPIRITUAL BREVE

Yo quisiera, Señor, recibirte con aquella pureza, humildad y devoción con que te recibió tu santísima Madre; y con el espíritu y fervor de los santos. Amén.

“El lugar por excelencia de la comunión espiritual es la iglesia y su momento privilegiado es aquél en el que la persona está arrodillada ante el Santísimo sacramento”.

(Rahner)

La comunión espiritual se puede hacer en cualquier momento del día y en cualquier lugar del mundo, pero, ciertamente, el momento más apropiado es el de la visita y adoración a Jesús sacramentado. Incluso, viajando o trabajando, podemos estar en adoración ante Jesús sacramentado.

Sta. Catalina de Siena tuvo una visión. Vio a Jesús con dos cálices y le dijo: “En este cáliz de oro pongo tus comuniones sacramentales y, en éste de plata, tus comuniones espirituales. Los dos cálices me son agradables”.

“Una Comunión espiritual actúa en el alma como un soplo de viento en una brasa que está a punto de extinguirse. Cada vez que sientas que tu amor por Dios se está enfriando, rápidamente haz una Comunión espiritual”.

(San Juan María Vianney, el Cura de Ars)

“Tendré una capilla fabricada en medio de mi corazón y en ella, día y noche, adoraré a Dios con un culto espiritual”.

(S. Antonio María Claret)

“Cuando no podáis comulgar ni oír misa, podéis comulgar espiritualmente, que es de grandísimo provecho”

(Santa Teresa de Jesús)



Oración al Santísimo Sacramento.

(Santo Tomás de Aquino)

Oh, santísimo Jesús, que aquí eres verdaderamente Dios escondido: concédeme desear ardientemente, buscar prudentemente, conocer verdaderamente y cumplir perfectamente, en alabanza y gloria de tu nombre, todo lo que te agrada. Ordena, oh Dios mío, el estado de mi vida: concédeme que conozca lo que de mí quieres y que lo cumpla como es menester y conviene a mi alma. Dame, oh Señor Dios mío, que no desfallezca entre las prosperidades y adversidades, para que ni en aquellas me ensalce, ni en éstas me abata. De ninguna tengo gozo ni pena, sino de

lo que lleva a ti o apartas de ti. Séanme viles, Señor, todas las cosas transitorias, y preciosas todas las eternas. Disgústeme, Señor, todo gozo sin ti. Séame deleitoso, oh Señor, cualquier trabajo por ti, y enojoso el descanso sin ti. Dame, oh Dios mío, que levante a ti mi corazón, frecuente y fervorosamente, hacerlo todo con amor, tener por muerto lo que no pertenece a tu servicio, hacer mis obras no por rutina, sino refiriéndolas a ti con devoción. Hazme, oh Jesús, amor mío y mi vida, obediente sin contradicción, pobre sin rebajamiento, casto sin corrupción, paciente sin murmuración, humilde sin ficción, alegre sin disipación, maduro sin pesadumbre, diligente sin inconsistencia, temeroso de ti sin desesperación, veraz sin doblez; haz que practique el bien sin presunción, que corrija al prójimo sin soberbia, que le edifique con palabras y obras sin fingimientos. Dame, oh Señor Dios mío, un corazón vigilante que ningún pensamiento curioso le aparte de ti: dame un corazón noble que ninguna intención siniestra le desvíe; dame un corazón firme que ninguna tribulación le quebrante; dame un corazón libre que ninguna pasión violenta le domine. Otórgame, oh Señor Dios mío, entendimiento que te conozca, diligencia que te busque, sabiduría que te halle, comportamiento que te agrade, perseverancia que confiadamente te espere y esperanza que finalmente te abrace. Dame que me aflija aquí con tus penas por la penitencia, que en el camino de mi vida use de tus beneficios por gracia, y en la patria goce de tus alegrías por gloria. Señor que vives y reinas, Dios por todos los siglos de los siglos. Amén.

Oración a Jesús Sacramentado. (Santo Tomás de Aquino)



Concédeme, Dios misericordioso, que desee yo con ardor lo que Tú apruebas, que lo busque con prudencia, lo reconozca con verdad, lo cumpla con perfección, en alabanza y gloria de tu nombre. Pon orden en mi vida, y concédeme conocer lo que quieres que haga; concédeme cumplir debidamente lo que sea útil para la salvación de mi alma. Que me dirija a ti, Señor, por un camino seguro, recto, agradable, y apto para llevarme al

término; un camino que no se extravíe entre las prosperidades y las adversidades, de modo que te dé gracias en las cosas prósperas, y en las adversas conserve la paciencia, no dejándome exaltar por las primeras ni abatir por las segundas. Que nada me regocije ni me atribule, fuera de aquello que a ti me lleve o me aparte de ti. Que no desee gustar o tema desagradar a nadie sino a ti. Que todo lo perecedero se vuelva vil ante mis ojos por tu causa, Señor, y que todo lo que contigo se relacione sea amado por mí; y Tú más que todas las cosas. Que toda alegría que existe sin ti me fatigue y, fuera de ti, nada desee. Que todo trabajo, Señor, me sea agradable si es para ti, y todo reposo ajeno a ti me sea insoportable. Concédeme elevar frecuentemente mi corazón a ti, y cuando desfallezca, que me apene de mi falta con propósito firme de corregirme. Hazme, Señor, obediente sin contradicción, pobre sin defecto, casto sin corrupción, paciente sin protesta, humilde sin ficción, alegre sin disipación, triste sin abatimiento, maduro sin pesadumbre, diligente sin inconstancia, animado por tu temor sin desesperación, sincero sin doblez, hacedor del bien sin presunción, capaz de reprender al prójimo sin soberbia, edificándolo con palabras y ejemplos sin fingimientos. Dame, Señor Dios, un corazón vigilante, que ningún pensamiento curioso arrastre lejos de ti; un corazón noble, que ninguna indigna afección lo desvíe; un corazón firme, que ninguna adversidad destroce; un corazón libre, que ninguna pasión violenta subyugue. Concédeme, Señor, Dios mío, una inteligencia que te conozca, una diligencia que te busque, una sabiduría que te encuentre, una vida que te plazca, una perseverancia que te espere con confianza y una confianza que al fin te posea. Concédeme ser afligido por tus penas en la penitencia y que en el camino de mi vida use de tus alegrías para la gloria. Señor, que vives y reinas, Dios por todos los siglos de los siglos. Amén.



Oración a Jesús Sacramentado (San Alfonso María de Liguorio)

Señor mío Jesucristo, que por amor a los hombre estás noche y día en este sacramento, lleno de piedad y de amor, esperando, llamando y recibiendo a cuantos vienen a visitarte: creo que estás presente en el sacramento del altar. Te adoro desde el abismo de mi nada y te doy gracias por todas las

mercedes que me has hecho, y especialmente por haberte dado Tú mismo en este sacramento, por haberme concedido por mi abogada a tu amantísima Madre y haberme llamado a visitarte en esta iglesia.

Adoro ahora a tu Santísimo corazón y deseo adorarlo por tres fines: el primero, en acción de gracias por este insigne beneficio; en segundo lugar, para resarcirte de todas las injurias que recibes de tus enemigos en este sacramento; y finalmente, deseando adorarte con esta visita en todos los lugares de la tierra donde estás sacramentado con menos culto y abandono.

QUINCE MINUTOS A JESÚS SACRAMENTADO.



(Ante la imposibilidad de estar realmente frente a Jesús Eucaristía, pide a tu Ángel de la Guarda que te transporte en espíritu al Sagrario más cercano)

"No es preciso hijo mío, saber mucho para agradarme mucho; basta que me ames mucho. Háblame pues aquí, sencillamente, como hablarías al más íntimo de tus amigos, como hablarías a tu madre o a tu hermano.

¿Necesitas hacerme a favor de alguien alguna súplica cualquiera? Dime su nombre, bien sea de tus padres, el de tus hermanos y amigos. Dime enseguida qué quisieras hiciese yo actualmente por ellos. Pide mucho, mucho. No vaciles en pedir. Me gustan los corazones generosos, que llegan a olvidarse en cierto modo de sí mismos para atender las necesidades de los demás. Háblame con sencillez de las personas a quienes quisieras ayudar; de los enfermos a quienes ves sufrir; de los descarriados que tú anhelas regresen al buen camino; de los amigos ausentes que quisieras ver otra vez a tu lado. Dime por todos una palabra siquiera; pero palabra de amigo, palabra ardiente y fervorosa. Recuérdame que he prometido escuchar toda súplica que salga del corazón y ¿no ha de salir del corazón el ruego que me diriges por aquellos que tu corazón especialmente ama?

¿Y para ti, no necesitas ninguna gracia? Hazme, si quieres, como una lista de tus necesidades y ven, léela en mi presencia. . Dime francamente que sientes orgullo, amor a la sensualidad y al placer, que eres tal vez egoísta, inconstante, negligente... y pídemme luego que venga en ayuda de los esfuerzos, pocos o muchos que haces para liberarte de tus faltas. ¡No te avergüences, hijo mío! ¡hay en el cielo tantos y tantos justos, tantos y tantos

santos que tuvieron esos mismos defectos! Pero rezaron con humildad..., y poco a poco se vieron libres de ellos. No vaciles en pedirme bienes espirituales y materiales, salud, memoria, éxito en tus trabajos, proyectos o estudios... Todo eso puedo darte, y deseo me lo pidas, siempre que no obstaculicen, sino más bien ayuden a tu santificación. Precisamente hoy, ¿qué necesitas? ¿Qué puedo hacer por ti? ¡Si supieras cuánto deseo poder ayudarte!

¿Tienes ahora algún proyecto? Cuéntamelo todo. ¿Qué te preocupa?, ¿qué piensas?, ¿qué deseas?, ¿qué puedo hacer por tus padres, tus hermanos, tus hijos, tus compañeros, tus amigos? ¿Qué desearías hacer por ellos? Y por mí, ¿No sientes deseo de mi gloria? ¿Quieres que haga algo por quienes amas mucho pero que quizá viven lejos de mí? Dime qué cosa en particular llama tu atención hoy, qué deseas más ardientemente y con qué medios cuentas para obtenerlo. Dime si no se te logran tus planes y te diré las causas de tus dificultades. ¿Deseas apoyarte en mí? Hijo mío, yo soy el Señor de los corazones, y los muevo adonde deseo sin violentar su libertad.

¿Sientes acaso tristeza o mal humor? Cuéntame tus tristezas detalladamente. ¿Quién te ha herido? ¿Quién lastimó tu orgullo? ¿Quién te ha maltratado? Acércate a mi corazón y encontrarás el bálsamo para esas heridas del tuyo. Cuéntamelo todo y acabaras por decirme que, a semejanza de mí, todo lo perdonas, todo lo olvidas y en pago,... recibirás mi bendición consoladora.

¿Tienes miedo tal vez? ¿Sientes en tu alma conmociones vagas de tristeza, que por injustificadas no dejan de ser desgarradoras? Apóyate en mi providencia. Yo estoy contigo, a tu lado. Veo todo, escucho todo. No te abandonaré en ningún momento.

¿Sientes el olvido por parte de personas que antes te quisieron bien y ahora se alejan de ti sin razón? Reza por ellos, y yo te los devolveré, si no han de ser obstáculo para tu salvación.

¿Y no tienes alguna alegría que comunicarme? ¿Quieres hacerme partícipe de ella como buen amigo tuyo? Cuéntame lo que desde ayer, desde la última

visita que me hiciste, ha consolado y hecho como sonreír tu corazón. Quizás has tenido agradables sorpresas; quizás has tenido agradables sorpresas; quizás has visto disipadas graves dudas, has recibido buenas noticias, una carta, un detalle de cariño, has vencido una dificultad, o salido de una situación angustiosa. Todo esto es obra mía. Yo te lo he concedido. ¿Por qué no has de manifestarme tu gratitud y decirme sencillamente como un hijo a su padre: "Gracias, Padre Mío"? El agradecimiento trae consigo nuevos beneficios, porque al bienhechor le agrada verse correspondido.

¿Tienes alguna promesa que hacerme? Leo, ya lo sabes, el fondo de tu corazón: a los hombres se engaña fácilmente; a Dios, no. Háblame pues, con toda sinceridad.

¿Tienes firme resolución de no exponerte más a aquella ocasión de pecado? ¿De privarte de aquel objeto que te dañó? ¿De no leer más aquel libro que excitó tu imaginación? ¿De evitar aquella persona que quitó paz a tu alma? ¿Vas a ser generoso con esa persona a quien consideras tu enemiga porque te ofendió?

Ahora hijo mío regresa a tus ocupaciones habituales, a tu familia, a tu trabajo, a tus estudios... pero no olvides estos quince minutos de conversación íntima que hemos tenido en el silencio del sagrario. Guarda en lo posible, silencio, modestia, resignación, amor a tu prójimo. Ama a mi Madre, que lo es también tuya, la Virgen Santísima, y vuelve otra vez a mí con el corazón más amoroso, más entregado; en el mío encontrarás cada día nuevo amor, nuevos beneficios, nuevos consuelos.

Sagrado Corazón de Jesús, en Ti confío.

Oh, Dulce Corazón de María, sé la salvación del alma mía.

Amen