

## Parte 5 – Acción de Gracias

Piensa en todas las personas que de alguna manera te han ayudado. Por cada persona di: “Te agradezco Señor”. (familiares, amigos, profesores, pastores, catequistas, compañeros de trabajo, etc.) Piensa en todas las maneras que Dios te ha bendecido. Por cada bendición di: “Te agradezco Señor”. No olvides agradecerle por el hermoso mundo, por los lugares que has visitado, por ser bautizado y por tu fe, porque te mantiene seguro, por el regalo de la Sagrada Comunión, e incluso por tus cruces, momentos difíciles y las duras situaciones de tu vida que te ayudan a confiar, a creer, a ser humilde y a crecer.

## Parte 6 – Adoración

Dile al Señor que lo amas y por qué lo amas. Señor, yo te alabo porque. . .

Yo te adoro porque. . .

Quiero cantar alabanzas con tus ángeles porque. . .

Tú eres grande e incomparable. Tú nombre es santo.

Toda tu creación es hermosa. Cielos y tierra están llenos de tu gloria. Tú sabes todas las cosas, tú puedes crear todo, tú has creado todo, diste vida a todas las criaturas vivientes. Sin ti, yo soy nada. Contigo, yo soy todo. Con todo mi corazón, con todo mi corazón, te amo Señor con todo mi corazón.

## Tiempo en silencio con el Señor

Tranquiliza tu mente. Silencio. Sin palabras. Quédate quieto. Únase a Dios, esté con Él, acérquese a Su Corazón, en Su abrazo, llenos de Su Espíritu, rodeados de Su Amor. Este es tiempo celestial. Él está contigo, tu estas con él en su amor, ahora y siempre, sin separarte nunca.

## ORACION FINAL

*Unidos con los cristianos de todo el mundo, nos acercamos a ti Señor en este tiempo de necesidad. En todo el mundo muchos se han enfermado, muchos han muerto y muchos viven con miedo.*

*Por favor envía el Espíritu Santo para traer sanación a tu pueblo, fuerza y habilidad para los que cuidan a los enfermos y sabiduría y guía para aquellos en posiciones de liderazgo.*

*Te pedimos, Señor, como tus discípulos, espíritu de caridad, valentía y entusiasmo en nuestra Fe para que tu Iglesia sea vista como luz en tiempos de oscuridad, consuelo en tiempos de angustia y esperanza en tiempos de miedo.*

*Oremos para que las restricciones y limitaciones impuestas a las reuniones de adoración en todo el mundo sean eliminadas pronto para que podamos cantar alabanzas y glorificar tu nombre en todo lugar, “que nos libraría de nuestros enemigos para que le sirvamos sin temor, justos y santos; todos los días de nuestra vida.” (Lc 1, 74-75). **Santa María, Madre de la Iglesia, ruega por nosotros. Amén.***

# Adoración Eucarística del Señor Durante la Pandemia de Covid-19



“Jesús volvió donde sus discípulos, los halló dormidos, y dijo a Pedro: “¿De modo que no pudieron permanecer despiertos ni una hora conmigo?”

Hombres y mujeres de fe en todas las parroquias de la Diócesis de Fresno se están uniendo para ofrecer un tiempo de ayuno y Adoración Eucarística mientras pedimos a Dios por sanación, misericordia y fuerza durante este difícil momento de enfermedad, sufrimiento y el resultado de cierre de nuestras iglesias, escuelas y tantos negocios. Pedimos humildemente por la sanación, la protección y la gracia del Señor en este momento de necesidad. Que este tiempo de oración eleve nuestro corazón para glorificar al Señor al depositar nuestra confianza en Su amor misericordioso. Jesús es Emmanuel - "Dios con nosotros". Él es nuestro Buen Pastor –nunca abandonará a Sus ovejas. Damos gracias por nuestra fe católica. Estamos unidos en oración con nuestro pastor, Obispo, el Papa y con todos los hombres y mujeres de fe, los de este mundo, los que han muerto y con todos los ángeles y santos del cielo.

Gracias por participar en este tiempo de ayuno y oración. Puedes ayunar de diversas formas y dedicar tiempo a la adoración y la oración como lo desees. Las siguientes sugerencias están basadas en cuatro formas básicas para orar - “CASA:” Contrición, Adoración, Súplica, Acción de gracias. Cada sección tiene una selección de versículos de las Sagradas Escrituras para elegir.

## Parte 1: Citas de los Santos para la Reflexión

"Cada Misa Sagrada, escuchada con devoción, produce en nuestras almas efectos maravillosos y abundantes gracias que nosotros mismos no lo sabemos."

"Entra a la Iglesia en silencio y con gran respeto. Toma agua bendita y haz la señal de la cruz lentamente. Ante Dios en el Santísimo Sacramento haz devotamente una genuflexión, y se puedes, arrodíllate hasta el suelo y concede a Jesús sacramentado el tributo de tu oración y también las de los demás. Mantente muy sereno al pararse, arrodillarse y sentarse. Realiza cada acto religioso con mucha devoción. Se modesto en tu mirada. No muevas la cabeza para ver quién entra y sale. No te ría. No hables con nadie, excepto cuando se te solicite por caridad u otra necesidad estricta. Di las palabras con claridad, observa las pausas y nunca te apresures. No te retires sin pedirle a Jesús su bendición y perdón por tus defectos. Deje la Iglesia en calma."

**St. Padre Pio**

"¿Te das cuenta de que Jesús está ahí en el tabernáculo expresamente para ti, sólo para ti? Él arde con el deseo de entrar en tu corazón. Ve sin miedo a recibir al Jesús de la paz y el amor. Recibe la comunión a menudo, muy a menudo. Ahí tienes el único remedio, si quieres curarte. Jesús no ha puesto esta atracción en tu corazón por nada"

"Con nuestros pequeños actos de caridad practicados en secreto convertimos a las almas lejanas, ayudamos a los misioneros, ganamos para ellos abundantes caridades; y por ese medio, construimos moradas reales espirituales y materiales para nuestro Señor Eucarístico".

"No es para permanecer en un recipiente de oro en el Sagrario que Él baja cada día del Cielo, sino para encontrar otro Cielo, el Cielo de nuestra alma en el que Él se deleita."

**St. Thérèse of Lisieux**

"El Santísimo Sacramento es en verdad el estímulo para todos nosotros, para mí como debería ser para ustedes; abandonar todas las ambiciones mundanas. Sin la presencia constante de nuestro Divino Maestro sobre el altar de mis pobres capillas, nunca hubiera perseverado en exponer mi suerte con los leprosos de Molokai, cuya consecuencia prevista comienza ahora a aparecer en mi piel, y se siente en todo el cuerpo. Siendo la Santa Comunión el pan cotidiano de un sacerdote, me siento feliz, bien satisfecho y resignado en las circunstancias bastante excepcionales en las que la Divina Providencia ha querido ponerme"

**St. Damián, Apóstol de los Leprosos**

"Si los ángeles pudieran estar celosos de los hombres, sería por una razón: la Sagrada Comunión".

**St. Maximiliano Kolbe**

"Si realmente amamos al buen Dios, deberíamos hacer nuestra la alegría y la felicidad de venir y pasar un poco de tiempo para adorarlo y pedir la gracia del perdón. Deberíamos considerar esos momentos como los más felices de nuestras vidas." "Cuando vayamos ante el Santísimo Sacramento, abramos nuestro corazón; nuestro buen Dios abrirá el suyo. Iremos a Él; Él vendrá a nosotros; el uno para pedir, el otro para recibir. Será como un aliento de uno a otro."

**St. Juan Vianney, Cure d'Ars**

2.

Por todos los que cuidan de ancianos, enfermos y discapacitados

Por todos aquellos en el mundo que no pueden reunirse para adorar

Por los adultos mayores, los discapacitados, los presos y los enfermos a quienes se les niega la oportunidad de recibir visitas

Por los niños y estudiantes de todas las edades cuya educación ha sido interrumpida

Por todos los que han perdido un negocio o un empleo, y por todos los que buscan trabajo.

Por quienes viven con miedo, ansiedad y/o depresión.

Por el fin al racismo y la violencia. Que toda vida humana sea honrada con dignidad y respeto.

Por nuestro país, por la paz y guía divina, especialmente en el año de la elección presidencial.

Que la Santa Iglesia Católica brille como un signo vivo de sanación, misericordia y esperanza.

Por todos los que han recibido o se están preparando para recibir el Bautismo, la Primera Comunión y la Confirmación este año, y por todos los que han sido recibidos en la comunidad católica de fe.

Que las parroquias de nuestra diócesis sean centros de entusiasmo y alegría en el Evangelio

Por la conversión de todos los que no conocen a Dios y de todos los que tienen ira y odio en sus corazones.

Por el triunfo de la paz en nuestras vidas, en nuestra Diócesis, en nuestro País y en nuestro Mundo, a través del Inmaculado Corazón de la Santísima Virgen María.

Que el Sagrado Corazón de Jesús sea conocido, amado y adorado en todo lugar.

7.

Líbrame de la muerte, Dios, salvador mío, y mi lengua anunciará tu fidelidad.

Abre, Señor, mis labios y mi boca proclamará tu alabanza.

Pues no es el sacrificio lo que te complace, y si ofrezco un holocausto no lo aceptarías.

El sacrificio que Dios quiere es un espíritu arrepentido: un corazón arrepentido y humillado tú, oh Dios, no lo desprecias.

### **Acto de Contrición**

*Dios mío, me arrepiento de todo corazón de todos mis pecados y los aborrezco, porque al pecar, no sólo merezco las penas establecidas por ti justamente, sino principalmente porque te ofendí, a ti sumo Bien y digno de amor por encima de todas las cosas. Por eso propongo firmemente, con ayuda de tu gracia, no pecar más en adelante y huir de toda ocasión de pecado. Amén.*

## **Parte 4: Peticiones (Súplica)**

Ore por las necesidades especiales de su familia, sus amigos y por sus sacerdotes, nuestro Obispo y Papa.

Luego, incluya estas peticiones:

Respuesta: **Señor, ten piedad de nosotros y del mundo entero.**

Por el fin de la propagación del Coronavirus y por la protección contra todas las enfermedades, roguemos al Señor. . .

Por todos los enfermos, Señor, comparte con ellos tu misericordia sanadora

Por todos los que han muerto, Señor, llévalos a la gloriosa Luz de tu rostro

Por todos los que han perdido a un ser querido, que sean consolados

Por fuerza, sabiduría y habilidad para todos los que cuidan a los enfermos

Por todos los que investigan vacunas, tratamientos y curas, que obtengan conocimiento y éxito.

## **Parte 2: Reflexión de la Santa Palabra de Dios**

### **2 Chronicles 7: 12-15; 20:9**

Se le apareció el Señor de noche y le dijo: “He escuchado tu oración y he elegido este lugar como templo para los sacrificios. Cuando yo cierre el cielo y no llueva, cuando ordene a la langosta que devore la tierra, cuando envié la peste a mi pueblo, si mi pueblo, sobre el cual se invoca mi nombre, se humilla, ora, busca mi rostro y se arrepiente de su mala conducta, yo lo escucharé desde el cielo, perdonaré sus pecados y devolveré la prosperidad al país. En adelante dirigiré siempre mis ojos a este lugar...”

“Si viene sobre nosotros algún mal, espada, castigo, peste o hambre, nosotros acudiremos a ti en este templo, porque en él habita tu nombre, y en medio de la tribulación clamaremos a ti y tú nos escucharás y nos salvarás.”

### **Salmo 145: 14-19**

El Señor sostiene a todos los que caen y levanta a los que desfallecen.

Los ojos de todos se fijan en ti y esperan que tú les des la comida a su tiempo.

Abres tu mano y sacias de favores a todo ser viviente.

El Señor es fiel en todo lo que hace, leal en todas sus acciones.

El Señor está cerca de los que lo invocan, de todos los que lo invocan sinceramente.

El Señor cumple los deseos de quienes lo respetan, escucha su súplica y los libera.

### **Mateo 8:5-8, 10, 13**

Al entrar en Cafarnaúm, se le acercó un oficial romano suplicándole: “Señor, tengo en casa un criado paralítico que sufre terriblemente. Jesús le respondió, “Yo iré a curarlo.” El oficial romano contestó, “Señor, yo no soy digno de que entres en mi casa, pero basta que digas una sola palabra y mi criado quedará sano.”

Al oírlo, Jesús se quedó admirado y dijo a los que le seguían, “Les aseguro que jamás he encontrado en Israel una fe tan grande.” Luego dijo al oficial romano, “Vete y que suceda según tu fe.” Y en aquel momento el criado quedó sano.

### **Mateo 8:14-17**

Al llegar a Jesús a la casa de Pedro, encontró a la suegra de éste acostada con fiebre. Jesús tomó su mano y se le quitó la fiebre. Ella se levantó y se puso a servirle. Al atardecer le trajeron muchos endemoniados; expulsó a los espíritus con su palabra, y sanó a todos los enfermos. Así se cumplió lo anunciado por el profeta Isaías: El tomó nuestras flaquezas y cargó con nuestras enfermedades.

### **Mateo 11:28-30**

Vengan a mí todos los que están fatigados y agobiados, y yo los aliviaré. Carguen con mi yugo y aprendan de mí, que soy sencillo y humilde de corazón, y encontrarán descanso para sus vidas. Porque mi yugo es suave y mi carga ligera.

## **Juan 6:35, 52-59, 66-69**

Jesús les contesto: “Yo soy el pan de vida. El que viene a mí no volverá a tener hambre; el que cree en mí nunca tendrá sed...Esto provocó una fuerte discusión entre los judíos, los cuales se preguntaban: ¿Cómo puede éste darnos a comer su carne? Jesús les dijo: “Yo les aseguro que, si no comen la carne del Hijo del hombre y no beben su sangre, no tendrán vida en ustedes.

El que come mi carne y bebe mi sangre tiene vida eterna, y yo les resucitaré el último día. Mi carne es verdadera comida y mi sangre es verdadera bebida. El que come mi carne y bebe mi sangre vive en mí y yo en él. Como el Padre que me envió posee la vida y yo vivo por él, así también, el que me coma vivirá por mí. Este es el pan que ha bajado del cielo; no como el pan que comieron sus antepasados. Ellos jurieron; pero el que coma de este pan, vivirá para siempre. Todo esto lo expuso Jesús enseñando en la sinagoga de Cafarnaún.

Desde aquel momento, muchos de sus discípulos se retiraron y ya no andaban con él. Entonces, Jesús preguntó, “¿Acaso también ustedes quieren irse?” Simón Pedro le respondió, “Señor, ¿a quién iríamos? Tus palabras dan vida eterna. Nosotros creemos y sabemos que tú eres el Santo de Dios.”

## **1 Corintios 11:23-32**

“Por lo que a mí toca, del Señor recibí la tradición que les he transmitido, a saber, que Jesús el Señor, la noche en que iba a ser entregado, tomó pan y, después de dar gracias, lo partió y dijo: ‘Esto es mi cuerpo entregado por ustedes; hagan esto en memoria mía.’ Igualmente, después de cenar, tomó el cáliz y dijo: ‘Este cáliz es la nueva alianza sellada con mi sangre; cuantas veces beban de él, háganlo en memoria mía.’ Así pues, siempre que coman de este pan y vean de este cáliz, anuncian la muerte del Señor hasta que él venga.

Por eso, quien coma el pan o beba el cáliz del Señor indignamente, peca contra el cuerpo y la sangre del Señor. Examínese, pues, cada uno a sí mismo antes de comer el pan y beber el cáliz, porque quien come y bebe sin discernir el cuerpo, come y bebe su propio castigo. Por eso hay entre ustedes muchos enfermos y débiles, y son bastantes los que mueren por esta razón. Si nos hiciéramos la debida autocrítica, no seríamos condenados. De cualquier manera, el Señor nos corrige al castigarnos, para que no seamos condenados junto con el mundo.

## **Filipenses, Chapter 4:4-7**

“Estén siempre alegres en el Señor; les repito, estén alegres. Que todo el mundo los conozca por su bondad. El Señor está cerca. Que nada los angustie; al contrario, en cualquier situación presenten sus deseos a Dios orando, suplicando y dando gracias. Y la paz de Dios, que supera cualquier razonamiento, protegerá sus corazones y sus pensamientos por medio de Cristo Jesús”.

4.

## **Juan 14:26-27**

“El Consolador, el Espíritu Santo, a quien el Padre enviará en mi nombre, hará que recuerden lo que yo les he enseñado y les explicará todo. Les dejo la paz, mi paz les doy. Una paz que el mundo no les puede dar. No se inquieten ni tengan miedo”.

## **Revelación 21:3-5**

“Esta es la tienda de campaña que Dios ha instalado entre los hombres. Acampará con ellos; ellos serán su pueblo y Dios mismo estará con ellos. Enjugará las lágrimas de sus ojos y no habrá ya muerte, ni luto, ni llanto, ni dolor, porque todo lo antiguo ha desaparecido. Y dijo el que estaba sentado en el trono: Yo haga nuevas todas las cosas”.

## **Parte 3: Contrición por los Pecados**

Haga un examen de conciencia. Piense en tu relación con Dios, tu familia, tus responsabilidades escolares o laborales, tus responsabilidades de oración, misa y caridad. Piense en tus fallas con la paciencia, el autocontrol, la pureza, la bondad y la generosidad. Piense en cuánto bien podríamos haber hecho con todo nuestro tiempo y dinero desperdiciados y todos los esfuerzos que ponemos en cosas que no son importantes para nuestra alma, el Evangelio y el Reino de Dios.

¿Qué has hecho mal? ¿Qué has fallado en hacer? ¿Qué puedes hacer, con la gracia y la fuerza de Dios, para vivir una vida mejor?

Dile que te arrepientes de tus pecados y de todos los pecados del mundo porque Él es bueno, santo y nos ama tanto.

## **Salmo 51:3-19**

Ten piedad en mí, oh Dios, por tu amor, por tu inmensa compasión, borra mi culpa; lava del todo mi maldad, limpia mi pecado.

Pues yo reconozco mi culpa, tengo siempre presente mi pecado; contra ti, contra ti solo pequé; hice lo que tú detestas.

Por eso eres justo cuando dictas sentencia e irreprochable cuando juzgas.

Yo soy culpable desde que nací, pecador desde que mi concibió mi madre.

Pero tú amas al de corazón sincero, en mi interior me enseñas la sabiduría.

Rociame con agua purificadora, y quedará limpio, lávame, y quedará más blanco que la nieve.

Hazme sentir el gozo y la alegría, y se alegrarán los huesos quebrantados.

Aparta tu vista de mis pecados, borra todas mis culpas.

Crea en mí, oh Dios, un corazón limpio, renueva dentro de mí un espíritu firme.

No me arrojes de tu presencia, no retires de mí tu santo espíritu.

Devuélveme la alegría de tu salvación, fortaléceme con tu espíritu generoso;

Enseñaré a los malvados tus caminos, los pecadores se convertirán a ti.

5.