

¿Cómo adorar la Eucaristía?



Queridos peregrinos,

Esta noche, en el **bivouac de Gas**, se ofrecerá **adoración eucarística** a los peregrinos.

Sin duda, este es **uno de los momentos más importantes de nuestra peregrinación:**

El Señor viene a visitar nuestro campamento, estará realmente presente en medio de nuestros capítulos, durante toda la noche, esperando pacientemente a que sus hijos vengan a Él.

Así que, **aunque estemos cansados esta noche, aunque tengamos el deseo legítimo de pasar tiempo con nuestros amigos, no nos acostemos antes de visitar al Señor presente en la custodia, para adorarlo.**

¿Pero qué es la adoración?

El propósito de esta meditación es **redescubrir este acto central de la fe**, que a menudo se confunde con muchas otras cosas.

¿Qué es la adoración?

Debemos saber que **"adorar" no es exactamente lo mismo que "rezar"**.

O mejor dicho, **adorar es una oración muy especial:**

Es el **primero y el más grande de los cuatro actos de la oración**, que son:

1. **Adorar**
2. **Dar gracias**
3. **Pedir perdón**
4. **Pedir gracias**

El error que a veces cometemos en la adoración

A veces, cuando venimos a la adoración, **empezamos nuestra oración hablando de nosotros mismos:**

Nuestras **dificultades, peticiones, arrepentimientos...**

¡No digo que esto sea **malo!**

Pero **adorar no es eso en primer lugar.**

Para ser **"adoradores en espíritu y en verdad"**, lo primero que debemos hacer **no es mirarnos a nosotros mismos, sino mirar a Dios.**

Así, la **adoración no es, en sí misma, una oración de petición.**

La **adoración es un acto gratuito, completamente "para Dios"**, y esto es lo que la hace tan rica:

Cuando **adoramos**, el ser humano **realiza su más alta vocación**, que es **rendir homenaje al Señor y glorificar Su Nombre.**

"Sólo se adora a Dios"

Esto es lo que repetimos a los niños que aman demasiado el chocolate.

Y es cierto: **adorar es un acto íntimo reservado sólo para Dios.**

Sólo **Él merece la adoración**, porque **Él solo es el Señor:**

"Tu solus Dominus", decimos en el **Gloria.**

Adorar es simplemente **reconocer con nuestra inteligencia que Dios es el Señor, que es nuestro Creador y nuestro Dueño.**

Es **reconocer que dependemos totalmente de Él en todas las cosas y, además, regocijarnos en ello en nuestro corazón.**

¿Cómo adorar correctamente?

Os propongo recordar **los dos grandes pasos de la adoración** que nos enseñan los **"maestros" de la adoración**, es decir, **los grandes santos.**

El primer paso de la adoración: Contemplar la grandeza de Dios

El primer paso es mirar solamente a Dios.

De hecho, esto es lo mínimo en cuanto a cortesía:

Cuando nos encontramos con un amigo, primero le preguntamos cómo está, antes de hablarle de nuestras propias experiencias y dificultades...

De la misma manera, para adorar bien, primero debemos ponernos en la presencia de Dios y mirarlo a Él, sin mirarnos a nosotros mismos.

Si lo hiciéramos correctamente, si por un instante pudiéramos comprender quién está frente a nosotros en esta humilde Hostia—el Dios Eterno, el Creador, tan Grande y Misterioso—nos quedaríamos maravillados.

¡Dios es Dios, y está aquí, presente!

Esto es lo que experimentaron los Reyes Magos cuando llegaron al pesebre:

"Entraron en la casa, vieron al niño con María, su madre, y postrándose, lo adoraron."

Esto es lo que entendió Santo Tomás cuando creyó en la resurrección de Cristo y exclamó:

"¡Señor mío y Dios mío!"

Esto es lo que hacen permanentemente los ángeles del Cielo:

"Adoran a Dios diciendo: ¡Amén! La alabanza, la gloria, la sabiduría, la acción de gracias, el honor, el poder y la fuerza sean para nuestro Dios por los siglos de los siglos. ¡Amén!"

En estas tres escenas, no se formula ninguna petición a Dios.

No se pide ningún beneficio para los hombres.

Solo surge el grito de adoración.

Un dominico decía:

"La adoración es la reacción espontánea del alma que percibe la grandeza de Dios."

Hay una palabra que describe esta grandeza de Dios: **Su trascendencia.**

Lamentablemente, esta idea se ha descuidado mucho en la actualidad.

Es cierto que Dios también es un amigo, alguien cercano a nosotros—como veremos a continuación—pero ante todo, ¡Él es Dios!

Y esta toma de conciencia profunda de que Dios está aquí provocará en nosotros una alegría, una alegría muy pura.

¿Alguna vez has experimentado esta alegría, esta felicidad de decirte a ti mismo:

"¡Es realmente maravilloso que Dios exista!"

Y sin embargo, esto es exactamente lo que la **Santa Misa intenta despertar en nosotros**, en la **exaltación de la oración del Gloria, del Sanctus o en la Plegaria Eucarística**.

Comencemos nuestras adoraciones con esta simple mirada a Dios

Olvidémonos de nosotros mismos por un momento.

Podemos ayudarnos leyendo el Gloria, un salmo o la primera parte del Padre Nuestro (las tres primeras peticiones, que están todas dirigidas a Dios).

El segundo paso de la adoración: reconocerse como una humilde criatura

Después de esta **mirada sencilla a Dios**, la adoración nos lleva a **mirarnos a nosotros mismos**.

"¿Quién soy yo en relación con Dios?"

La respuesta es simple: **soy una criatura**.

Debemos recordarlo **con frecuencia**, porque de lo contrario, **corremos el riesgo de caer en el orgullo**.

Si **existo en este momento**, si **puedo respirar, hablar, rezar**, si **puedo realizar esta peregrinación a Chartres**, es porque **Dios, este Gran Dios tan elevado y tan misterioso, piensa en mí, me ama y, en este mismo momento, me da la vida**.

Se dice a menudo a los niños del catecismo:

"Si Dios dejara de pensar en ti por un solo instante, dejarías de existir."

¡Qué verdad tan profunda!

La idea que debemos despertar en este **segundo paso** es la de **nuestra total dependencia de Dios**.

Existimos **únicamente porque Dios nos ama y nos da la existencia**.

Y no solo **la existencia inicial**, como un **primer impulso**, sino que en **cada instante, Dios nos sostiene, nos lleva, nos comunica Su vida**, y más aún, **Sus dones, Su gracia, Sus bendiciones**.

Estamos **conectados permanentemente a Dios**.

La raíz de la palabra "religión"

Esta conexión es **precisamente el origen de la palabra "religión"**, que viene del latín **"religare"**, que significa **"unir, enlazar"**.

Adorar es **reconocer y amar esta conexión**:

Es **tratar de percibir este vínculo invisible que nos une permanentemente a Dios**.

Y de esta **mirada surge una nueva alegría**:

"Señor, soy feliz de ser Tu hijo. Me regocijo en esta dependencia que tengo hacia Ti."

Esta es la **alegría del Magnificat**, la **alegría de la Virgen María**, quien **se reconoce como la humilde sierva del Señor y ama esta posición de humildad**.

Esta **alegría pura** es lo opuesto a la actitud del pecador, quien, por el contrario, **rechaza depender, rechaza recibir y pretende gobernar su propia vida.**

Es el grito de Satanás: "*¡No serviré!*"

Recibir todo de Dios: una fuente de alegría y paz

Es cierto que, a veces, **esta alegría de recibir todo de Dios** puede ser difícil de alcanzar cuando enfrentamos **las pruebas y penas de la vida.**

Pero una vez más, **la adoración nos ayuda a ver que, si Dios permite ciertas dificultades, Su mano nunca deja de acompañarnos y sostenernos.**

Y Él puede sacar **grandes bienes de esas pruebas.**

Nuestro **futuro está en las manos de Dios, y como Dios es bueno,** podemos estar seguros de que **cuidará bien de nosotros.**

La **adoración ayuda a nuestra alma a encontrar paz y consuelo, como un niño que, cuando sufre, se refugia en los brazos de sus padres.**

El siguiente paso en nuestra oración

Por supuesto, una vez que hemos pasado **estos dos pasos de la adoración,** nuestra conversación con Dios puede continuar con los **otros tres actos de la oración:**

1. **Dar gracias** por las gracias recibidas.
2. **Pedir perdón** por nuestros pecados.
3. **Pedir las gracias** (la oración de petición propiamente dicha).

Y de hecho, nuestra **oración será tanto más ferviente y verdadera cuanto más hayamos tomado el tiempo, antes, de adorar a Dios como se debe.**

El esfuerzo de la adoración: ¡coraje y perseverancia!

Adorar es una de las acciones más grandes que podemos hacer en esta Tierra, así como en el Cielo.

Es, ante todo, **un acto de justicia:**

Porque **somos criaturas,** y en última instancia, hemos sido **creados para glorificar a Dios, para reconocer Su grandeza y nuestra dependencia de Él.**

Y lo más hermoso es que, **al cumplir esta misión de ser "adoradores",** encontramos **nuestra felicidad y nuestra salvación.**

Porque este **Dios hacia el cual nos volvemos en la adoración es el mismo Dios que llena nuestro corazón.**

Adorar no es fácil

Si la vida fuera **como un río**, adorar sería como **tratar de nadar contra la corriente para regresar a nuestra fuente, que es Dios**.

Esto es lo que **San Agustín** expresó en su célebre frase:

"Nos hiciste, Señor, para Ti, y nuestro corazón está inquieto hasta que descanse en Ti."

Este **retorno a Dios**, que es el **objetivo de toda nuestra vida**, nos **llenará de felicidad**.

Pero **requiere un verdadero esfuerzo** de recogimiento, de regularidad y de perseverancia.

Cada día, debemos **volver a la fuente a través de la adoración**.

¡Así que ánimo, queridos peregrinos!

Para ayudaros, en el **libro del peregrino** encontraréis **muchos textos espirituales** para **nutrir vuestra oración de adoración**.

Los gestos de la adoración

La **adoración es una oración interior**;

Pero como somos **cuerpo y alma**, ciertos gestos del cuerpo pueden ayudarnos a **adorar mejor**.

Aquí hay algunos de estos gestos:

- **La genuflexión** – Al entrar en una iglesia, ante la **Presencia Real**, la liturgia nos pide **hacer una genuflexión**.

Con este gesto, **todo nuestro cuerpo se inclina ante la Presencia de Dios**.

Reconocemos que **Él es más grande que nosotros** y que **le debemos homenaje y respeto**.

Tradicionalmente, cuando el **Santísimo Sacramento está expuesto en la custodia**, hacemos una **doble genuflexión**, acompañada de una **profunda inclinación**.

- **Orar de rodillas** expresa la misma idea que la genuflexión, pero **durante más tiempo**.

Esto **manifiesta nuestro deseo de permanecer humildes y pequeños ante el Señor**.

- **Las manos juntas** provienen de **una antigua tradición medieval**:

Cuando **un vasallo prestaba juramento de fidelidad a su señor**, se **arrodillaba delante de él con las manos juntas**.

Entonces, el señor **ponía sus manos alrededor de las del vasallo**.

Este gesto simboliza que **entregamos toda nuestra persona en las manos de Dios**.

Y a cambio, **Dios nos asegura toda Su protección**.

Algunas obras de referencia...

- **Catecismo de la Iglesia Católica**, n.º 2083 a 2141, capítulo sobre el **primer mandamiento**.
- **San Juan Pablo II**, *Carta encíclica Ecclesia de Eucharistia*, Éd. Pierre Téqui.

- **Benedicto XVI**, *Sacramentum Caritatis*, Éd. Pierre Téqui.
- *Oraciones de Santo Tomás de Aquino*, Presses de Sainte Radegonde.
- *Imitación de Cristo*, Libros III y IV, Éd. Foi Vivante.
- **Padre Philipon OP**, *La Doctrina espiritual de Sor Isabel de la Trinidad*, Éd. Desclée de Brouwer.
- **Edith Stein**, *Camino hacia el silencio interior*, Éd. Parole et Silence.
- **Padre Bernadot OP**, *De la Eucaristía a la Trinidad*, Éd. Foi Vivante.
- **Cardenal Journet**, *Las Siete Palabras de Cristo en la Cruz*, Éd. Foi Vivante.
- **Padre Caffarel**, *Cien cartas sobre la oración*, Éd. du Feu Nouveau.

Citas H - ¿Cómo adorar la Eucaristía?

"Si pasas frente a una iglesia, entra a saludar a Nuestro Señor. ¿Acaso pasarías frente a la puerta de un amigo sin decirle hola?"

— *San Cura de Ars*

"Cada gesto de reverencia, cada genuflexión que hagas ante el Santísimo Sacramento es importante, porque constituye un acto de fe en Cristo, un acto de amor hacia Cristo."

— *San Juan Pablo II*

****"Extrañas pequeñas inclinaciones han sustituido a la postración bíblica de nuestros hermanos de Oriente o a la genuflexión medieval, como si, entre nosotros, el amor a Cristo hubiera sido afectado por el reumatismo.**

¡Qué suerte tenemos! Existe Alguien ante quien podemos arrodillarnos."**

— *Padre Bernard Bro, OP*