

ADORACIÓN EUCARÍSTICA: ¿POR QUÉ Y CÓMO ADORAR?

“Al Señor tu Dios adorarás, sólo a él darás culto”
(Mt 4, 10).

INTRODUCCIÓN

“Dios quiere ser adorado en espíritu y verdad: es un deber de todas las religiones, de todas las naciones y de todos los hombres” (Emile Rousseau).

Hemos de empezar por decir que la adoración es algo connatural al ser humano, una necesidad de la criatura hacia su Creador; porque la **huella del Creador** está inscrita en lo más profundo del ser humano. Todas las religiones adoran a sus dioses.

El ser humano ha sido creado a la imagen de Dios, y la **impronta** de Dios en él es tan fuerte y profunda que le impulsa a la adoración, a la alabanza y a la acción de gracias a Dios que lo ha creado por puro amor y le ha asociado a su obra salvífica. Aunque cada religión de a Dios un nombre diferente: Yhavé para los judíos, Dios, encarnado en Jesucristo, para los cristianos, Allá para los musulmanes -por citar las tres religiones monoteístas-, todas las religiones se refirieron al único Creador, aunque lo hagamos con diferentes nombres y de diversas maneras; pues no hay más que Un sólo y Único Dios. De aquí que si algo nos une entre las diferentes religiones, es la adoración. Es verdad que se dan muy diversas maneras de expresarla; pero la intención es la misma: **Adorar a Aquel que es el Creador del Universo, el Otro, el incomprendible, el misterioso**, ante quien, el ser humano, criatura creada, se prosterna en adoración. La adoración tiene una dimensión de unidad entre las diversas religiones. Porque cuanto más adoramos a Dios más nos unimos a él y más cerca estamos los unos de los otros.

Para nosotros, los cristianos, está claro que adoramos al Dios uno y trino, es decir: al Padre, al Hijo y al Espíritu Santo. El Catecismo de la Iglesia católica dice con respecto a la adoración: «La adoración es la primera actitud del hombre que se reconoce criatura ante su Creador. Exalta la grandeza del Señor que nos ha creado (cf. Sal 95,1-6), y la omnipotencia del Salvador»¹.

Antes de hablar de la adoración eucarística, propia de los católicos, vamos a reflexionar sobre lo que la Palabra de Dios dice de la adoración a Dios. Para luego centrarnos en lo que realmente es la adoración eucarística.

I. SAGRADA ESCRITURA Y ADORACIÓN

a) La adoración en el Antiguo Testamento

Veamos lo que la palabra de Dios nos dice, pues es la Palabra la que nos ha de guiar en el camino de la adoración. **El Decálogo** dice claramente a quién debemos adorar: «No habrá para ti otros dioses delante de mí. No te harás escultura ni imagen alguna, ni de lo que hay arriba en el cielo, ni de lo que hay abajo en la tierra, ni de lo que hay en las aguas bajo la tierra. No te postrarás ante ellas ni les darás culto, porque yo Yahvé, tu Dios, soy un Dios celoso» (Ex 20,3-4). «Escucha, Israel: Yahvé es nuestro Dios, él es único» (Dt 6,4). Este mandato, Jesús lo tomará en el momento de las tentaciones en el desierto: «Al Señor tu Dios, adorarás y a Él sólo darás culto» (Mt 4,10). Veamos otro texto del libro de Ester: «Los servidores del rey, adscritos a la Puerta Real, doblaban la rodilla y se postraban ante Amán, porque así lo había ordenado el rey; pero Mardoqueo **ni doblaba la rodilla ni se postraba**. Vio Amán que Mardoqueo no doblaba la rodilla ni se postraba ante él, y se llenó de ira» (Est 3,2-5). Junto a estos textos, creo que todos recordamos el episodio de la estatua de oro realizada por mandato del rey

¹. Catecismo de la Iglesia Católica, Asociación de Editores del Catecismo, Madrid 1993, 2ª edición, nº 453-454.

Nabucodonosor para ser adorada; pero ante tal mandato, no todos obedecieron, y los tres jóvenes judíos, Sadrac, Mesac y Abednago, se **opusieron** a la orden del rey: *"Has de saber, oh rey, que nosotros no servimos a tus dioses ni adoraremos la estatua de oro que has erigido"* (cf. Dn 3,18ss).

En el A.T. hay otros muchos pasajes en los que podríamos profundizar, les invito a leer tranquilamente el texto del libro del profeta Daniel y los diferentes textos que les he citado; en ellos podrán encontrar la luz y la fortaleza necesaria para anteponerse a tantos dioses como esta sociedad pagana y materialista, nos propone **adorar**, y en cuyo "engaño" caemos fácilmente. Tengamos la valentía y el coraje de denunciar todos esos ídolos de "oro" y "madera" que nos esclavizan, y nos cortan las alas de la libertad; aunque para ello tengamos que correr el riesgo de ser marginalizados, incluso excluidos. **Adoremos solamente al único Dios uno y trino.**

Aquí sería es el momento de hacer un examen de conciencia, de revisión de vida, para ver cuáles son mis "dioses", mis "ídolos", ya que con frecuencia nos fabricamos dioses que nos esclavizan y nos impiden adorar. Si hay dioses en nuestra vida, de la índole que sean, no podemos ser adoradores del verdadero Dios, porque la adoración, ante todo, es una actitud interior, un estado, un estilo de vida evangélica, y no un acto de piedad. Esta toma de conciencia será una buena preparación para disponernos a adorar a Jesús sacramentado, ya que no se puede servir a dos señores. *"No podéis servir a Dios y al Dinero"* (Mt 6,24). Y San Juan dirá: *"Hijos míos, guardaos de los ídolos"* (1. Jn 5,21). Porque los ídolos, sean de la clase que sean, nos impiden adorar al verdadero y único Dios, alejándonos de Él. La idolatría es uno de los pecados más aborrecidos por Dios.

De aquí la necesidad de preguntarnos: ¿tengo algún dios que me distancia del Dios verdadero? ¿Adoro sólo y únicamente a Dios? O más bien ¿me hago dioses a mi medida? A cada uno su respuesta. Veamos lo que el Señor dice a Moisés de su pueblo: *"Desciende enseguida del monte, porque tu pueblo, el que tú sacaste de Egipto, se ha pervertido; muy pronto se ha apartado del camino que yo le había indicado y se han fabricado un ídolo de metal fundido"* (Dt 9,12). Esta realidad no solamente sucedió en el pueblo elegido, Israel; sino que también se da en entre los cristianos y en la Iglesia. A nosotros, pues, nos toca el estar atentos para no hacernos falsos ídolos y adorar únicamente a nuestro Dios y Señor. Los falsos dioses nos impiden crecer humana y espiritualmente; porque los ídolos oscurecen las potencias y debilitan la voluntad; cegando la capacidad de toma decisiones desde la verdad y la libertad, para la que el ser humano ha sido creado. Dios nos ha creado seres libres, y como seres libres quiere que vivamos.

b) La adoración a Jesús en el Nuevo Testamento

En el N.T. la adoración a Jesús empieza en su nacimiento y termina en su Ascensión al cielo. Detenernos en todos los textos que hacen referencia a la adoración de Jesús nos llevaría mucho tiempo; pero sí que quiero citar dos: la Adoración de los Magos, pues ellos fueron los primeros adoradores de Jesús encarnado, (no los pastores como podemos pensar), y la adoración en el momento de la Ascensión, por ser el último gesto de adoración de los Apóstoles a Jesús. Cito Mateo: *"Nacido Jesús en Belén de Judea, en tiempo del rey Herodes, unos magos que venían de Oriente se presentaron en Jerusalén, diciendo: ¿Dónde está el rey de los judíos que ha nacido? Pues vimos una estrella al Oriente y venimos a **adorarle**. Fueron derechos a Belén, entraron en la casa; vieron al niño con su madre María y, **postrándose, le adoraron**; luego, abriendo sus cofres, le ofrecieron regalos: oro, incienso y mirra"* (Mt 2,1-11). Y la adoración de los Apóstoles en el momento de la Ascensión de Jesús al cielo: *«Mientras los bendecía, se separó de ellos, y fue llevado al cielo. **Los apóstoles le adoraron** y se volvieron a Jerusalén con gran alegría»* (Lc 24, 50-52). Tanto los Reyes Magos como los Apóstoles tuvieron que avivar su fe para contemplar en Cristo-Hombre su divinidad; también los cristianos tenemos que avivar la fe, para contemplar la humanidad y divinidad de Cristo ocultas en las especies del pan y del vino. (Los apóstoles, en el gesto de la adoración, en la Ascensión, adoraran a Cristo resucitado).

Como ya hemos dicho, la adoración es únicamente a Dios, y aquí quiero señalar la diferencia entre **adoración** y **veneración**. Ante una imagen de la Virgen, **no doblamos la rodilla** ni hacemos ningún gesto de adoración, sino de **veneración**, de devoción; por mucho que queramos a la Virgen. La Virgen es una criatura, extraordinaria, única, porque es la madre de Jesús, y nuestra madre; pero es una criatura y no una diosa. En esto hemos de estar muy atentos y distinguir, realmente, entre lo que es la **adoración** y la **veneración**. Y este mismo principio lo tenemos que aplicar a los santos. Por falta de formación, se cometen errores que chocan a ciertos cristianos y, sobre todo, a los hermanos de otras confesiones cristianas. Algunas de las prácticas religiosas dificultan la unidad de los cristianos, porque ellas no se cimientan en la Palabra de Dios; sino que más bien, son devociones, actos culturales, basados en costumbres que se han ido arraigando en el pueblo sencillo que no llega a comprender entre el verdadero **culto** que se debe dar a Dios, y la **veneración** a la Virgen y a los santos. De aquí la necesidad de formación. Volvemos la mirada a la Escritura que dice: «Yo, el Señor, soy tu Dios, que te ha sacado del país de Egipto, de la casa de servidumbre. No habrá para ti otros dioses delante de mí. No te harás escultura ni imagen alguna ni de lo que hay arriba en los cielos, ni de lo que hay abajo en la tierra, ni de lo que hay en las aguas debajo de la tierra. No te postrarás ante ellas ni les darás culto» (Ex 20, 2-5). «Está escrito: Al Señor tu Dios adorarás, sólo a él darás culto» (Mt 4, 10).

II. LA ADORACIÓN EUCARÍSTICA

¿Cómo podríamos definir la adoración eucarística, si es que puede definirse? La adoración eucarística: **es reconocer, desde la fe, la humanidad y la divinidad de Jesucristo bajo las especies del pan**. Adorar es ser testigos de su Presencia real en ese **“pedacito de pan”** expuesto, a nuestra mirada, en la custodia. Adorar es estar en silencio ante su Presencia, acogiendo su gran Amor, al mismo tiempo que, desde nuestra pequeñez y pobreza, le ofrecemos el nuestro. Dice san Agustín: **“Adorar es estar en silencio respetuoso en presencia de Dios siempre mayor”**. La adoración es un estar en presencia de Jesús presente en la eucaristía amándole. Adorar es hacer silencio en nuestro interior para oír su Palabra, percibir sus inspiraciones y mociones interiores. Cito al papa Benedicto: **“Para comunicar verdaderamente con otra persona debo conocerla, saber estar en silencio cerca de ella, escucharla, mirarla con amor. El verdadero amor y la verdadera amistad viven siempre de esta reciprocidad de miradas, de silencios intensos, elocuentes, plenos de respeto y veneración, de manera que el encuentro se viva profundamente, de modo personal y no superficial”**².

La adoración es una invitación, un regalo que Jesús nos hace para poder estar en su compañía. **Adorar es dejarse acompañar por Jesús, tomar conciencia de su presencia amante**. Creo profundamente que la intención de Jesús al quedarse presente en la eucaristía, es para acompañarnos. Pienso no estar en el error, al decir que el deseo más profundo de Jesús es “hacernos compañía”, pues Él desea ardientemente estar con nosotros. Además sabía que el camino era largo y penoso, y quería acompañarnos quedándose presente en la eucaristía. Ciertamente que la comunión eucarística es el alimento que nos da la fuerza para seguir el camino. Sin embargo, la adoración tiene un sentido de continuidad: Jesús está presente, silencioso y discreto; ofreciéndonos su amistad, su descanso, su paz. El nos acoge tal como somos, nos consuela y nos da la fuerza que necesitamos para seguir caminando. La vida cristiana es un largo camino que cada día tenemos que comenzar de nuevo, el cual no siempre resulta fácil; y la adoración nos ayuda a avanzar y tomar un nuevo impulso; a renovarnos interiormente para poder seguir caminando con gozo y entusiasmo renovados.

Pienso que todos tenemos la experiencia de que después de una hora de adoración; algo ha pasado en nuestro interior, nos vamos mucho mejor de lo que hemos venido. Me atrevo a decir, que hasta físicamente sentimos los “beneficios” de la adoración; porque la gracia de la adoración se hace presente: la adoración nos

². Homilía que el Papa Benedicto XVI dirigió a los fieles en el curso de la celebración eucarística, el jueves 7 de junio 2012, Solemnidad del Santísimo Cuerpo y Sangre de Cristo. Fuente: (ZENIT. org, 7 de junio de 2012).

renueva por dentro, sana nuestras heridas y fortalece nuestra fe; a la vez que nos ayuda a perdonar y amar en verdad. Y de esta manera podemos caminar más ligeros del peso, llenos de esperanza, confianza y alegría. Cada uno podría contar su propia experiencia y las gracias que en la adoración ha recibido.

III. ¿POR QUÉ LA ADORACIÓN EUCARÍSTICA?

La adoración eucarística se apoya en dos dogmas fundamentales de la fe cristiana:

1. El dogma de la **Humanidad** y de la **Divinidad** que forman parte de la sola y única persona de Cristo (dogma común a todos los cristianos).
2. El dogma de la Presencia real afirma que, bajo las especies del pan y del vino, Jesús está presente en su humanidad y en su divinidad, que nació de la Virgen María, que sufrió y murió bajo Poncio Pilatos, que resucitó y está sentado a la derecha del Padre. (El dogma de la **presencia real** es propio de los católicos, ortodoxos y anglicanos, sin embargo, la adoración eucarística es propia de los católicos).

La fe es un acto personal: la libre respuesta del hombre a la iniciativa de Dios que se revela. La fe nos lleva a creer en las verdades de nuestro Credo. Y es desde la fe, en estos dos dogmas, que reconocemos y confesamos la presencia real de Jesucristo, es decir, **su Humanidad y su Divinidad**. Este es el porqué de la adoración eucarística: La presencia real de Cristo en la eucaristía. Esto es un misterio tan grande que ni la razón puede comprender ni la ciencia humana explicar; solamente desde la fe, el amor y la contemplación podemos entrever el gran misterio que es la eucaristía: **don, entrega absoluta de Jesucristo.**

Digamos que el acto más profundo de adoración es el de la comunión. Dios ha querido hacerse uno con nosotros, dándonos a comer su propia carne y a beber su propia sangre. Actualmente, que tenemos la gracia de poder comulgar en la mano, debemos preparar ese “trono” con verdadera unción, para acoger, contemplar y adorar a Jesús antes de comulgar. Es un acto muy íntimo y conmovedor que debemos vivirlo desde una profunda hospitalidad “adorante”. No es el momento de perdernos en mil pensamientos piadosos y hacer oraciones de rutina por muy bonitas que ellas sean; sino de guardar silencio y adorar estando presente, sólo y únicamente a Él. Les invito a cuidar con “desvelo” la comunión, por la importancia que ella tiene como encuentro y relación de intimidad con el Señor. También quiero recordar y decirles que al acercarnos a la comunión lo hagamos con unción y recogimiento; y si comulgamos en la mano, -gesto permitido por la Iglesia-, lo hagamos según las normas de la Iglesia y no de cualquier manera. Esto es personal, pero les confío que cuando doy la comunión me da mucha pena ver a ciertas personas como se acercan a comulgar. Falta interioridad, unción y conciencia del acto que voy a realizar. Se ha banalizado demasiado la comunión. Es evidente, que la eucaristía conlleva el comulgar, sin la comunión, podemos decir que no hemos vivido la eucaristía en su plenitud; pero tampoco comulgar por comulga, o porque se ha hecho una costumbre y todo el mundo lo hace. No, esto no es así. Igual que decíamos entre la **adoración** y la **veneración**, aquí también se necesita cierta formación que nos ayude a comprender y vivir lo que realmente es la eucaristía y la comunión.

¿CÓMO ADORAR A JESUS SACRAMENTADO?

Les propongo tres pasos que son importantes para adorar. Pero cada persona encontrará otros que pueden ayudarle.

El primer paso: **la fe**. Fe y adoración van unidas, pues sin una fe viva en el sacramento de la eucaristía, no podemos adorar. Porque es la fe la que nos da la facultad para creer que Jesús está presente bajo las especies del pan; de aquí la necesidad de **avivarla** (2Tim 1,5). **No hay otra alternativa, creo o no creo en la presencia real de Cristo en la eucaristía**. En cierto modo, su presencia eucarística es la respuesta a esta promesa: *“Yo estoy con vosotros todos los días hasta el final del mundo”* (Mt 28,20). Jesús se queda con nosotros y nos acompaña en

nuestro camino de peregrinos como acompañó a los discípulos de Emaús: *"Y sucedió que mientras ellos conversaban, el mismo Jesús se acercó y siguió con ellos"* (Lc 24,29).

La adoración es un acto de fe que se convierte en un acto de amor, porque es desde la fe y el amor como podemos acoger el misterio y exclamar: Jesús, creo firmemente que estás presente bajo las especies del pan, te contemplo, te adoro y te amo. La adoración requiere una fe viva, en continuo desarrollo y profundización. Y cuando sintamos que nos falta la fe, digámosle al Señor con confianza: *"Señor, creo, pero aumenta mi poca fe"* (Mc 9,24). Los apóstoles también dirán: *"Señor, auméntanos la fe"* (Lc 17,5). No nos dejemos llevar simplemente por la sensibilidad y el fervor sentimental, sino vivamos una fe adulta; porque es la fe, unida al amor, la que nos ayuda a adorar en espíritu y verdad. *"Los verdaderos adores, adorarán al Padre en Espíritu y verdad. Porque así quiere el Padre que sean los adoradores"* (Jn 4,23).

Segundo paso: **El silencio exterior e interior.** El silencio nos prepara a la adoración. Para adorar necesitamos hacer silencio exterior e interior; y para ello hemos de crear un ambiente de recogimiento que nos ayude a entrar en el silencio interior, el cual nos dispone a la adoración. Para adorar tenemos que aprender a **"acallar"**, a **"silenciar"** el ruido que se da en nuestro interior, para mejor acoger aquello que Jesús quiere decirme y estar atenta únicamente a él; dado que la adoración **es un estar presente a Jesucristo**, desde una postura de escucha amante. La comunicación de Dios, siempre se realiza *"desde el susurro de una brisa suave"* (1 Re 19,12). De ahí nuestra atención amorosa para percibir la comunicación de Dios. El texto del profeta Elías en el monte Horeb (1Re 19,1ss) puede ayudarnos a comprender la importancia que el silencio tiene en la adoración. San Juan de la Cruz dirá: *"Una palabra habló el Padre, que fue su Hijo, y ésta habla siempre en silencio, y en silencio ha de ser oída del alma"*³. Los místicos han sido quienes mejor han comprendido la importancia y el valor del silencio para escuchar a Aquel que su corazón ama y que está presente en la eucaristía. Acostumbrarse a silenciar los sentidos, las pasiones y la imaginación, es imprescindible para escuchar a Dios. Porque Él no grita, sino que habla a voz queda, a voz baja, como un susurro. Por esto, hemos de estar muy atentos para entender su lenguaje, que es muy distinto al nuestro. Ya que, Dios siempre se comunica con suavidad y dulzura. De aquí la necesidad del silencio interior para escuchar su voz. No nos perdamos en vanas palabras ni en oraciones vocales, sino vivamos ese momento en compañía con Jesús. Un alma adorante es un alma silenciosa que sabe escuchar las notas armoniosas y suaves del amor que Jesús quiere derramar en ella, pues, es tanto lo que Él nos ama y quiere decirnos, que todo su anhelo es poder comunicarse y estar con nosotros. *"Mi delicia es estar con los hijos de los hombres"* (Pv 8,31).

Tercer paso: **la toma de conciencia de la importancia que el cuerpo tiene en la adoración,** ya que de alguna manera todo él se implica. Además, esta toma de conciencia de nuestro cuerpo nos lleva a sentirnos un mismo cuerpo con toda la humanidad. Porque la adoración no solamente es un acto personal e individual, sino que es un acto eclesial, un acto de comunión. Tenemos que tomar conciencia de que todo lo que el cristiano realiza tiene un sentido comunitario y eclesial. Pues todos formamos un solo y único cuerpo en Cristo. Idea tan querida para San Pablo y muy repetida en sus cartas. Y para ustedes, hermanos del Santísimo, este acto de adoración es público y eclesial, pues han adquirido oficialmente un compromiso.

Hemos visto, tanto en el A. T., como en el N. T., que **doblar la rodilla, postrarse, besar, inclinarse, inclinar la cabeza, permanecer de rodillas**, son gestos de adoración. No nos dejemos llevar por la costumbre ni la rutina; sino sepamos poner vida interior a estos gestos corporales, tomando conciencia de lo que hacemos, ante quien los hacemos y por quien los hacemos; ya que el cuerpo expresa la vida que **"mana"** y **"corre"** del interior. Una genuflexión bien hecha, con devoción interior, es un acto de profunda adoración. *"Venid aclamemos al Señor, entrad postrémonos por tierra, bendiciendo al Señor creador nuestro"*, decimos en el salmo (Sal 94,6). En cuanto

³ SAN JUAN DE LA CRUZ, *"Dichos de Luz y Amor"*, nº 99, en Obras Completas, BAC, 1973, Madrid, p. 423.

a las posturas para la adoración cada uno debe de elegir aquella que le vaya mejor y más para adorar a al Señor y estar en su compañía. En estas cosas sean muy libres.

Y así como todo el cuerpo se implica y expresa la adoración, también los sentidos toman parte en ella, de manera muy especial la vista; ella tiene una gran importancia. La adoración eucarística **es un mirar a Jesús sacramentado y, sobre todo, un dejarse mirar por Él**. Fijar los ojos en la custodia, en la sagrada forma, que contienen a Aquel que el mundo entero no puede contener, ¡es tan grande y maravilloso, como misterioso! Si en toda relación humana la mirada es muy importante, ya que ella “habla” con más profundidad que las mismas palabras, también lo es en la adoración, pese a que no nos encontremos con la mirada “física” de nuestro interlocutor: Jesús. Sin embargo, sí que podemos percibir y sentir su mirada amorosa en lo más profundo de nuestro interior; pues Jesús siempre nos mira con amor, siendo su mirada fuego que quema, transforma y enamora.

Cerrar los ojos para ver, es ilógico; pero real en el campo de la adoración. En la adoración se dan estos dos movimientos: mirar al exterior, es decir, a la custodia, donde Jesús está presente, y mirar, con los ojos cerrados, al interior de sí mismo, donde Jesús mora. Es ahí, en lo más profundo de nosotros mismos donde se percibe y se siente la mirada amorosa, dulce y penetrante de Jesús. Por supuesto que se trata de una mirada percibida desde la fe y el amor, no desde el sentimiento y la sensibilidad. Para adorar, hemos de mirar con los ojos de la fe, con los ojos del corazón; porque como dice el Principito: “Sólo se ve bien con los ojos del corazón”. Y es que, los “ojos del corazón”, ven desde otra perspectiva que los ojos físicos; pues los ojos de la fe ven desde el interior, desde el amor. El cura de Ars comprendió y vivió lo que significaba la mirada. Cuando le preguntaban: ¿qué hace tantas horas delante del Santísimo? “Le miro y me mira”. ¿No es este el lenguaje de los enamorados? Y San Juan de la Cruz dice: “Cuando tú me mirabas, tu gracia en mí tus ojos imprimían; por eso me **“adamabas”**, y en eso merecían los míos adorar lo que en ti veían”⁴. (Para quienes les resulte incomprensible la palabra **“adamabas”**, viene del latín, del verbo **adamare** y significa: cortejar, requebrar, amar con vehemencia, enamorarse de alguien).

Hemos visto la importancia que tiene la mirada, ahora bien, si importante es mirar a Jesús en la eucaristía, y en nuestro interior, todavía es más importante dejarse mirar por Él. Cito de nuevo a San Juan de la Cruz: “El mirar de Dios es amar y derramar mercedes”⁵. Esta idea la repite varias veces en el Cántico Espiritual. Su experiencia mística le lleva a esta afirmación. Es importante dejarse mirar por Dios, acoger su dulce mirada y sus mercedes, es decir, las gracias que Él quiere derramar en ti a través de su mirada. Hay un canto litúrgico que dice: “déjate mirar por Cristo, porque Él te ama”. Y el evangelista Marcos: “*Jesús, fijando en él su mirada, le amó*” (Mc 10,21) (Se refiere al joven rico).

No tengamos miedo de exponernos a la mirada de Jesús Sacramentado tal como somos y estamos, dejándonos mirar en la realidad más profunda de lo que soy y vivo. La mirada amorosa de Cristo es sanadora, tanto física como espiritual, ella nos renueva y santifica. No se trata de una sanación mágica e inmediata; sino de una sanación que nos va curando las heridas de la vida, y nos va purificando de todo aquello que nos aleja de Dios y de los hermanos. De alguna manera, nos va unificando, sanando y construyendo desde el interior, porque nos cambia el corazón de piedra en corazón de carne. “*Os rociaré con agua pura y quedaréis purificados; de todas vuestras impurezas y de todos vuestros ídolos os purificaré. Y os daré un corazón nuevo, infundiré en vosotros un espíritu nuevo, os arrancaré el corazón de piedra y os daré un corazón de carne. Infundiré mi espíritu en vosotros y haré que os conduzcaís según mis preceptos* (Ez 36,25-27). Jesucristo es el mejor médico de nuestras almas y Él desea ardientemente venir en nuestra ayuda para sanarnos y purificarnos de nuestros pecados, santificarnos y unirnos con Él al Padre. Dejémonos, pues, mirar por Cristo y acojamos su mirada amorosa que nos sana y nos salva.

⁴ SAN JUAN DE LA CRUZ, *Poesías*, nº 5, estrofa 23, en *Obras Completas*, BAC, 1973, Madrid p. 404.

⁵ SAN JUAN DE LA CRUZ, *Cántico Espiritual*, canción 19, nº 6, p. 755; canción 31, nº 5, p. 787. o. c.

IV. DIFICULTADES QUE PUEDEN SURGIR EN LA ADORACIÓN

1. Nuestra propia conciencia: La primera dificultad que podemos encontrar en la adoración puede venir de nuestra propia conciencia. Es decir, que nuestra conciencia nos “acusa” de aquello que va en contra de la adoración y de las exigencias de la vida cristiana y, ante tal acusación, nos sentimos incómodos; porque algo se está “moviendo” por dentro, una luz se ha encendido, la cual nos lleva a cuestionarnos, a revisarnos. Esto hemos de verlo como un signo positivo, porque el Espíritu nos trabaja y, ante la presencia de Dios, nos vemos como realmente somos: con nuestras debilidades y pecados, en definitiva, con el desamor, la raíz de todos los pecados e imperfecciones. Hemos de aceptar, con humildad, que el bien y el mal habitan en nosotros mismos; y como san Pablo tenemos que decir: *“Quisiera hacer el bien que deseo y, sin embargo, hago el mal que detesto”* (Rm 7,19). Pero esta realidad no debe desanimarnos ni ser un obstáculo para la adoración, todo lo contrario; pues aunque nuestra conciencia nos acuse *“tenemos un defensor ante el Padre: Jesucristo, el Justo* (1 Jn 2,1). Y, *“En el caso de que nos condene nuestra conciencia, Dios es mayor que nuestra conciencia y conoce todo”* (1 Jn 3,20-21). El que Dios nos conozca tal y como somos, debe darnos paz y serenidad para ponernos ante Él y adorarle; porque Dios nos ama infinitamente, con todas nuestras debilidades y hasta pecados. Ahora bien, la alegría de Dios es que sus hijos caminen por el camino del amor y la verdad; ya que adorar es vivir en la verdad. La adoración nos lleva a una conversión constante, a un cambio de corazón. *“Os daré un corazón nuevo, os arrancaré el corazón de piedra y os daré un corazón de carne”* Ez 36,26). La adoración hace mujeres y hombres nuevos. No podemos ser adoradores y vivir en la mentira, en el pecado, en una doble vida, dando las espaldas a Dios. No, esto no va con la adoración; pues los verdaderos adoradores no lo son tan sólo en determinados tiempos, sino que toda su vida es una adoración continuada. Y aquí podemos distinguir entre **“hacer”** la adoración, y **“ser”** adoradores.

Desde este deseo de conversión la adoración nos ayuda a ordenar nuestra vida según las exigencias evangélicas. Si no es así, no podemos decir que somos *“verdaderos adoradores en espíritu y verdad”*, algo está fallando en nuestra vida. Jesús dijo a la mujer samaritana: *“Vosotros adoráis lo que no conocéis; nosotros adoramos lo que conocemos; porque la salvación viene de los judíos. Pero llega la hora, (ya estamos en ella) en que cuando los verdaderos adoradores, adorarán al Padre en espíritu y en verdad; porque así quiere el Padre que sean los verdaderos adoradores. Dios es Espíritu, y quienes le adoren, deben hacerlo en espíritu y verdad”* (Jn 4,23-24). Adoración y conversión van unidas. Porque en la adoración recibimos la luz y la gracia para dejándonos transformar por la mirada amorosa de Aquel que adoramos y contemplamos.

2. Las distracciones: Una de las dificultades más frecuentes y comunes que encontramos, son las distracciones. Tenemos que aceptar que nuestra naturaleza es frágil y la imaginación, “la loca de la casa” como la llama Santa Teresa, nos lleva con frecuencia por senderos por los que no nos gusta caminar. Frente a esta realidad, lo mejor de todo es asumir, con humildad y sencillez, nuestra propia naturaleza humana. Esto no quiere decir dejarse llevar de todo aquello que me viene a la imaginación, al contrario, hemos de hacer frente a las distracciones, pero sin crisparnos; porque si nos crispamos la batalla será mucho más difícil y además la perderemos. Tenemos que admitir las distracciones tal como vienen, pero sin darles entrada, para que ellas no nos impidan adorar. Por ejemplo: si te viene a la memoria la planificación del trabajo, las mil cosas que tienes que hacer, no te detengas en ello, no es el momento; y así poco a poco se va controlando la imaginación y haciendo silencio interior. Santa Teresa dice que a las distracciones no hay que prestarles atención. Lo mejor de todo es dejar la “puerta abierta” de los sentidos, para que se paseen y no se “aposenen”, es decir, para que no puedan “tomar posesión” ni adueñarse ni de los sentidos ni de mi interior. Esta manera de proceder es muy pedagógica y eficaz, pues, en el momento en que las distracciones no encuentran resonancia ni oídos, nos dejan tranquilos. La imaginación la iremos controlando en la medida en que mi atención la ponga en el Señor y únicamente en Él. Y también es necesaria una cierta disciplina interior que me ayuda a controlar la “loca de la casa”.

3. Las inquietudes, preocupaciones y recuerdos: Las inquietudes, recuerdos, preocupaciones, ansiedad, tristeza, todas estas realidades, por las que todos pasamos, en un momento o en otro de nuestra vida, pueden emerger durante la adoración; dado que es un momento de quietud, de silencio y de confrontación con mi yo más profundo; ante la presencia de Jesús expuesto a mi mirada. El método más adecuado para hacer frente a todas estas dificultades, es aceptar humildemente la vivencia concreta de este momento, de ese pensamiento que me hace sufrir, que me atormenta y que me distrae; de tal o tal situación inquietante, y angustiosa; de ciertas emociones y recuerdos del pasado que afloran de mi interior.

Por ejemplo: una madre está preocupada por los problemas que su hijo tiene en el colegio, seguro que en ese tiempo de adoración, esa preocupación va a venirle e invadir su interior. No intentes desecharla de malas maneras, más bien acógela con paz y preséntasela a Jesús en total abandono y confianza, ponla entre sus manos, con la certeza de que Él va ayudarte, y así evitarás el pasarte todo el tiempo de la adoración con esa lucha y preocupación. **¡Haz silencio en tu interior, adora y confía!** Como le decía Jesús a Santa Teresa: "Preocúpate tú de mis cosas, y yo me preocuparé de las tuyas", y el salmista: "*Ten tus delicias en el Señor, y Él te dará lo que pide tu corazón*" (Sal 36,4). Sin duda que las preocupaciones constituyen una gran dificultad para la adoración, pues ellas están ahí presentes en nuestra mente y, si no llegamos a controlarlas, pueden impedirnos adorar. A veces es un fuerte combate que se da ante el Santísimo; pero tenemos que dejar al Señor ocuparse de todo, para poder ocuparnos nosotros de Él. Y sobre todo, "*no darle cabida al diablo que como león rugiente ronda a quién devorar*" (Ef 4,27ss). El diablo hace todo para descentrarnos de Dios y de la adoración. Y ante tal tentación disfrazada, hemos de ser audaces y no darle entrada. Porque el tentador no puede entrar en nosotros sin nuestro consentimiento.

Para adorar, ya hemos dicho que tenemos que olvidarnos mucho de nosotros mismos, y lo más eficaz para ello es confiar a Jesús nuestras preocupaciones y sufrimientos; despojarnos de todo aquello que nos impide adorar en espíritu y verdad. Él sabe lo que necesitamos y lo que es mejor para nosotros. Para adorar, "**quítate las sandalias de los pies**", es decir, todo lo que te pesa e inquieta como signo de despojo y de libertad, para estar tranquilamente a solas con el mejor Amigo que te da una cita de amor. La adoración es un encuentro de enamorados, un regalo, una invitación que Dios te hace a estar en su compañía. Sería una pena perder esta "cita" de amor por dejarse llevar de una y mil preocupaciones que la vida nos presenta y que, dándoles vueltas, más vueltas no podemos solucionarlas. Seguro que, si tenemos fe, la adoración nos da la fuerza y la luz para solucionar las dificultades con más ánimo y eficacia; pero no en el momento de la adoración. Vive este momento con intensidad y gozo. Y seguro que luego tendrás otra luz y fortaleza para afrontar y solucionar los problemas.

En el silencio también pueden emerger experiencias vividas y recuerdos del pasado que no están olvidados ni sanadas. En el momento de la adoración lo mejor es no prestarles atención; sin embargo, si estos recuerdos, y heridas nos perturban, tendremos que tenerlos presentes para "trabajarlos" con el fin de llegar al silencio y paz interior. Ya hemos dicho que la adoración es sanadora y estos recuerdos pueden ser la gracia de ponerte en camino hacia una sanación interior. El silencio profundo nos lleva a ver, con realismo, nuestro estado interior en toda su verdad: pasiones, sentimientos, deseos, reacciones, heridas, rechazos, odios, fracasos y pecado. Pensemos que estamos en presencia de Aquel que es la Luz y la Verdad, y Él quiere que también nosotros caminemos en la luz y la verdad. Uno de los frutos de la adoración: es vivir en la luz y la verdad, consecuencia de una conversión sincera.

4. El cansancio y desánimo: Son dificultades que pueden presentarse, junto con la aridez, sequedad y el no ver los frutos inmediatos, y sentir a demás "el silencio de Dios", lo que llamamos "noche oscura", unido a diversos interrogantes. ¿Para qué adorar si sigo siempre igual, si nada cambia en mí ni tampoco en mi entorno; el mundo sigue igual, no veo ninguna mejoría ni resultados...? Ante esta situación interior lo más indicado es continuar en este camino de adoración y compartir estas dificultades con alguien experimentado en el acompañamiento

espiritual. No te guíes por ti solo/a, busca alguien que pueda ayudarte en estas circunstancias concretas de tu vida interior, para atravesar “la noche” con paz y ver cuál es la raíz de este estado interior. Ya que las causas de este estado espiritual, pueden ser muy diversas. De aquí la necesidad del discernimiento, si realmente se quiere avanzar en este camino de la adoración. Porque en estos momentos de sequedad y de dificultad, muchas son las personas que abandonan la adoración e incluso hasta la fe, por no encontrar sentido a lo que viven ni comprender que la oscuridad y la noche espiritual, forman parte de la purificación y del crecimiento en el camino de la vida teologal; la cual es el cimiento, la piedra fundamental de toda vida espiritual, de todo adorador. Esto también les puede pasar a ustedes que llevan tantos años en la Hermandad del Santísimo. Para evitar esto, déjense ayudar, esto que hacen hoy es una ayuda, una formación y un aliento para renovar su misión como Hermanos del Santísimos. La formación nos ayuda a vivir con otra profundidad la fe, en su caso la adoración.

V. ALGUNAS LLAMADAS DE ATENCIÓN

1. Adoración y oración de intercesión

La oración de intercesión, ¿tiene, realmente, su lugar en el momento de la adoración? Creo sinceramente que el momento de la adoración no es el momento más adecuado para la oración de intercesión, pues la adoración eucarística no es lo mismo que la oración de intercesión. Pienso que tenemos que saber distinguir entre las distintas maneras de orar y vivirlas en su más legítima profundidad; dando a cada una la forma y el contenido propio. Pasarse el tiempo de la adoración en oraciones de súplica, realmente tenemos que decir que no es adorar al Señor. Si aprendemos a distinguir entre oración litúrgica, meditación, adoración, oración de intercesión y oración vocal, viviremos lo específico y la profundidad de cada oración, ya que unas con otras se complementan y se enriquecen; pero no seamos dados a las “mezclas” y tengamos claridad sobre las diferentes maneras de orar. Como dice el dicho español: “a cada cosa su tiempo”. **Tenemos que aprender a tener tiempos de gratuidad, solamente para estar con el Señor**, ¡esto es adorar! Tal vez, pueda ayudarnos, al comenzar o al terminar la adoración, dedicar un tiempo de oración de intercesión, con el fin de vivir mejor lo que realmente es la adoración.

Por otro lado, sabemos por experiencia que cuando el sufrimiento y las preocupaciones nos acosan, es normal que hablemos a Jesús de ellas y que le exponamos nuestras necesidades y preocupaciones. ¿A quién mejor que a Él vamos a presentarle nuestros sufrimientos y súplicas? Pero hemos de estar atentos a no convertir la adoración **únicamente** en un momento de oración de intercesión, de “pedir, más pedir”. Si así procedemos, quiere decir que no hemos comprendido lo que realmente es la adoración. Adorar es vivir la gratuidad, el don de sí en el más puro silencio y abandono ante Jesús sacramentado.

Les cuento un testimonio que narra el Padre Nicolás Buttet en su libro sobre la Eucaristía⁶. “Una señora tenía uno de sus hijos metido en la droga y el alcohol, un caso realmente dramático. Esta señora decidió hacer tres horas de adoración diarias, por su hijo. Dicha señora, poco a poco, se iba agotando, y el Padre Nicolás -que le acompañaba- le preguntó: dime, ¿en las tres horas que estás ante del Santísimo, en quién piensas, en Jesús o en tu hijo? Ella le contestó con rapidez: en mi hijo. Entonces es fácil de comprender su turbación, su cansancio y falta de paz. Esta señora pasaba tres horas diarias concentrada plenamente en los problemas de su hijo, y totalmente ausente de la Presencia de Jesús en la eucaristía. Está claro que no adoraba, sino que estaba ante el Santísimo centrada en ella misma y en su problema, “entreteniéndose” su sufrimiento. De aquí el agotamiento y la frustración de que nada cambiasen en su hijo, su cansancio y falta de paz. Estemos vigilantes, porque esto nos puede pasar a todos.

⁶ NICOLAS BUTTET, *L'eucharistie à l'École des Saints*, éditorial El Emmanuel, 2000, Paris, p. 282.

Esta manera de proceder no es adorar, sino ponernos ante el Señor para pensar en nosotros mismos y en nuestros problemas, los cuales más que solucionarse se acentúa, pues tampoco es una postura de súplica confiada, ya que la súplica confiada exige mucha sencillez y un total abandono. Si así procedemos no podemos encontrar la paz interior, sino el agotamiento y la frustración. Cuando vayamos a la adoración abandonamos en los brazos de Jesús tu **“mochila”** con todo lo que hay dentro, con plena confianza y gozarte con Jesús, de su presencia amante. Si así obras los frutos serán seguros y lejos de agotarte, saldrás reconfortado, porque es lo que necesitas: dejarte consolar y fortificar por el Señor, para continuar el camino afrontando los problemas y dificultades desde la esperanza. Y seguramente que cuando cojas la mochila será más ligera y llevadera.

La adoración es inseparable de la confianza y el abandono. Precisamente, la adoración es estar en presencia del Señor en una postura de total ofrenda, de abandono y confianza; poniéndole todas nuestras inquietudes entre sus manos. *“Déjense el alma en las manos de Dios y no se pongan en sus propias manos”*⁷. Adorar es olvidarse de sí para estar en silencio amoroso ante Jesús, para mirarle y no mirarnos a nosotros mismos ni a nuestros problemas. Cuanto más nos olvidemos de nosotros mismos más nos acercaremos a Dios. Tengamos plena confianza, Él se cuidará de nosotros. *“Los que quieren bien a Dios, Él se tiene cuidado de sus cosas, sin que ellos se soliciten por ellas”*⁸. Y Santa María Margarita escribe en una de sus cartas: *“Mire a Dios y no a sí misma. Cuanto más se aleje de sí misma más se acerca de Dios. Él se cuidará de usted en la medida que se olvide de usted. Olvide sus intereses y el cuidado de usted misma entre los brazos de su Padre celeste”*. Hacia esta postura de abandono interior hemos de caminar, si realmente queremos ser verdaderos adoradores, en espíritu y verdad. Les invito a hacer la experiencia de la confianza y del abandono, a entregarle las preocupaciones al Señor. Soy consciente, por propia experiencia, que el abandono no es fácil; pero el Señor viene en nuestra ayuda, cuando ponemos toda la confianza en Él, y nos colma de sus gracias. La adoración no nos evita los problemas de la vida, pero sí nos ayuda a verlos y vivirlos de otra manera y, sobre todo, nos ayuda a llevarlos con Jesús. Como dice San Pablo: *“Todo lo puedo en Aquel que me conforta”* (Fp 4,13). Dejémonos, pues, reconfortar por Jesús. *“Venid a mí todos los que estáis cansados y agobiados y yo os aliviaré”* (Mt 11,28).

2. La lectura durante la adoración

Quiero decir una palabra sobre la lectura durante la adoración. Leer la Palabra de Dios en la adoración puede ayudar a interiorizar en los momentos de dispersión, sequedad o inquietud. Es aconsejable llevar la biblia cuando vayamos a la adoración, aunque esto es muy personal. Leer un pasaje bíblico, un salmo, sin duda que puede ayudarnos a salir de la dispersión y centrarnos en la adoración, y esto es positivo y bueno. Ahora bien, ir a la adoración con varias revistas y libros, por muy espirituales que estos sean, y pasarme el tiempo leyendo; esto hay que decir, con firmeza, que no es adorar al Señor. Durante este tiempo estoy centrada en lo que leo, y no en el Señor presente en la eucaristía. Puedo pasarme horas ante el Santísimo, sin tener una postura interior de adoración. Es triste, pero esto es una realidad. Falta formación y acompañamiento en esta práctica de la adoración. No, no basta con abrir capillas de adoración, se necesita formar y acompañar a las personas que se comprometen en la adoración eucarística. Vuelvo a insistir que la formación es muy necesaria. Me decía una señora que se comprometió hacer la adoración una hora diaria: *“he dejado la adoración, porque no sé qué hacer, me aburro y no le encuentro ningún sentido ni sé lo qué es la adoración”*. Y este no es un caso aislado, pues en muchos de los lugares que han abierto un espacio de adoración y no han formado ni acompañado a las personas, han sucedido hechos parecidos.

Les cuento un caso vivido hace un tiempo: Un señor, de cierta edad, se ha comprometido a hacer la adoración durante dos horas, una vez por semana. Le dije si no era mucho tiempo dos horas seguidas, y él me contesta muy feliz: *“me encanta tener este tiempo tranquilo, solo con el Señor, pues me permite leer las revistas que en casa*

⁷ SAN JUAN DE LA CRUZ, *Llama de Amor Viva*, nº 67, o. c., p. 961.

⁸ *San Juan de la Cruz*, Carta nº 11 a Doña Juana de Pedraza, o. c., p. 372.

no puedo leer". Ante estas palabras yo me callé, por respeto a su edad y porque no creí oportuno decirle mi desacuerdo. Pero con todos mis respetos, este señor no había comprendido lo que es la adoración. Y este caso, no es un caso aislado, ya que con frecuencia ves a las personas que se pasan el tiempo de la adoración leyendo, rezando novenas, tras novena, o como dicen algunas personas: "voy hacer mis rezos". Tristemente se está dando cierta "deformación" en lo que realmente es la adoración.

3. Tiempo de adoración

El tiempo, que parece algo anodino y, sin embargo, es importante. San Ignacio es muy estricto en el tema del tiempo marcado para la oración: "una hora". Y esto también podemos aplicarlo para la adoración "Ni los gustos te llevarán a prolongarla ni la aridez a recortarla". La fidelidad a lo propuesto es muy importante, porque es una disciplina muy educativa. Si así obramos, se purifica la intención y vamos a la adoración sólo y únicamente por Dios. ¡Esto es muy fundamental! San Ignacio conocía muy bien la naturaleza humana y su pedagogía va orientada a la construcción del hombre interior, desde la verdad y en la verdad. A la adoración no vamos a buscar los consuelos de Dios, sino al Dios de los consuelos en pura desnudez. Dirá San Juan de la Cruz respecto a la oración.

En el campo de la adoración, y más en nuestros días, que se está restituyendo en muchas diócesis, donde se ha dedicado una capilla únicamente para la adoración; pueden darse algunos peligros o desviaciones, que en realidad ya se están palpando. Pasarse tres y cuatro horas seguidas en adoración, de no ser personas muy privilegiadas, que las hay, se termina por cansarse, por rellenar el tiempo con lecturas, rezos vocales, etc. ¿Esto es malo? no; pero no es propiamente la meta que se ha propuesto la diócesis al establecer un espacio de adoración. Porque no voy a la adoración para "rellenar" un hueco de un horario. La adoración es algo más serio que "rellenar" el tiempo para que Jesús no "esté solo". Tenemos que saber a qué nos comprometemos, y las diócesis y las parroquias, tienen que dar formación sobre lo que es la adoración, si realmente quieren que estos espacios de adoración sean fecundos tanto para la persona que va como para la Iglesia y la sociedad. Hemos de cuidar la "calidad" del tiempo y no la prolongación.

Desde mi experiencia, pienso que es más justo y provechoso, encontrar un ritmo personal, tal vez más frecuente, y de menos duración. En lo que atañe a nuestras fraternidades de adoradores, por compromiso tienen una hora semanal. Si el tiempo les permite hacerla todos los días, maravilloso, de lo contrario, cada persona se compromete según sus posibilidades, pero se aconseja que no sea más de una hora diaria. Esto no quiere decir que en momentos fuertes y excepcionales se prolongue el tiempo; pero siempre con discernimiento y nunca, repito por, por "rellenar" un horario, ni porque Jesús no esté solo.

VI. ADORACIÓN Y EUCARISTÍA

La adoración reaviva en nosotros el deseo de la eucaristía y la eucaristía despierta el deseo de la adoración. Entre eucaristía y adoración se da una unidad y una continuidad. La adoración eucarística nos invita y aviva el deseo de la comunión, y la comunión nos lleva a prolongar la presencia e intimidad con Jesucristo: "*permaneced en mí y yo en vosotros*" (Jn 15,4). El Papa Benedicto dice: "El culto del Santísimo Sacramento es como el "ambiente" espiritual dentro del cual la comunidad puede celebrar en verdad la Eucaristía. Sólo si es precedida, acompañada y seguida de esta actitud interior de fe y de adoración, la acción litúrgica puede expresar su pleno significado y valor. El encuentro con Jesús en la Santa Misa se realiza verdadera y plenamente cuando la comunidad es capaz de reconocer que Él, en el Sacramento, habita su casa, nos espera, nos invita a su mesa y, después de que la asamblea se ha disuelto, permanece con nosotros, con su presencia discreta y silenciosa, y nos acompaña con su intercesión, recogiendo nuestros sacrificios espirituales y ofreciéndolos al Padre"⁹.

⁹ "Homilía del Papa Benedicto XVI", el jueves 7 de junio 2012, Solemnidad del Santísimo Cuerpo y Sangre de Cristo (fuente citada).

La adoración eucarística permite establecer una relación de amor con Jesucristo. La comunión con Cristo es una realidad vital, fundada en el amor recíproco donde se da una entrega total desde la libertad y el don de sí. **“Ser uno con Cristo”** y poder afirmar como San Pablo: *“vivo yo, pero no soy yo, es Cristo quien vive en mí”* (Gal 2,20). Hemos de pensar que la adoración no es un acto aislado de nuestra vida ni de nuestro compromiso cristiano, sino que ella da sentido a nuestro ser y hacer; ayudándonos a vivir con más profundidad la eucaristía, centro esencial de la vida cristiana. «La Sagrada Escritura no sólo nos invita a “hacer” oración de adoración, sino a “ser” adoradores en espíritu y en verdad; viviendo nuestra existencia como una ocasión providencial de testimoniar la gloria de Dios. He aquí una buena definición del adorador: **“ser testigo de la gloria de Dios”**»¹⁰.

VII. ADORACION Y EVANGELIZACIÓN

Otra de las dimensiones de la adoración es la evangelización. La adoración hace de nosotros apóstoles y evangelizadores. **Adorar, para ser testigos vivos de su presencia.** La autenticidad de mi adoración me lo dirá mi y anhelo evangelizador.

Quiero citar al obispo don José Ignacio Munilla Aguirre que dice: “La adoración no es otra cosa que la expresión de la espiritualidad bautismal; la consecuencia lógica de haber sido introducidos en el seno de la Trinidad. Somos hijos en el Hijo, y en Él, por el Espíritu Santo, somos adoradores del Padre”¹¹. Y también recordar el pasaje de Moisés descendiendo del monte Sinaí *“Moisés no sabía que la piel de su rostro se había vuelto radiante por haber hablado con Dios”* (cf. Ex 34,29ss). Nuestro rostro, de alguna manera, también debería irradiar la presencia de Aquel que contemplamos, para luego anunciarlo, comunicarlo, más con nuestra vida, que con la palabra. La evangelización, ante todo, es ser testigos, y la adoración nos capacita para ello.

Les cuento un hecho real que hace un tiempo viví: Una señora, de cierta edad, de nuestra fraternidad de adoradores, fiel todos los días a la adoración del Santísimo, desde hace años, con fríos y lluvias, de las dos a las tres de la tarde, a quien yo reemplazaba y admiraba. Un día le dije: “Gracias por su fidelidad y constancia a la adoración”. Su contestación llena de alegría fue: “¡Cómo no voy a venir al encuentro con mi mejor Amigo! ¡Él lo es todo para mí!”. Fue un gran testimonio, más que por sus palabras por la iluminación de su ojos y el gozo que expresaba su rostro. Y es que la contemplación de Jesús, de alguna manera, transfigura el rostro y toda la persona. La presencia adorante de esta señora, era un gran testimonio, una “parábola” evangelizadora, sin palabras. Como dice el salmista: *«Contempladlo y quedaréis radiantes»* (Sal 34, 6).

*“Viniste al mundo a traernos la vida, vida abundante que el Padre nos da,
nos encontraste sin pan y muy solos, por eso, Tú te quedaste en el pan”.
Que el Señor nos conceda la gracia de irradiar a Cristo con nuestra vida.*

Sor Carmen Ferrero Martínez

F.M.J

¹⁰ “Adoración Eucarística y Sagrada Escritura.” Ponencia pronunciada por monseñor José Ignacio Munilla Aguirre, obispo de San Sebastián (fuente citada).

¹¹ Monseñor JOSÉ IGNACIO MUNILLA AGUIRRE, obispo de San Sebastián, “Adoración Eucarística y Sagrada Escritura”. Ponencia pronunciada en la Conferencia internacional de Adoración Eucarística, celebrada en Roma, del 20-24 junio 2011 (www.adoratio2011.com). Fuente: (ZENIT.org, 25 de junio de 2011).