



Adoración Eucarística

Grupo de Juanes y Marías



Bendición y paz interior



- >>> Ambientar el lugar con velas y luz tenue.
- >>> Alumbrar y ponerle flores al Santísimo
- >>> Poner una capillita de Nuestra Señora del Cielo con velas/flores

Exposición del Santísimo

- >>> Canción
- >>> Momento de punteo, contemplación y silencio

Espíritu de Dios quiero sumergirme de Tu mano
en lo profundo de mi corazón. Para mirarme, conocerme,
y en el verdadero silencio escuchar la voz de Dios.
Pero sé que para escucharte Padre, debo ser humilde,
Debo acallar y morir a mi YO, a mi soberbia.
Por eso hoy me arrodillo ante mi Rey,
ante el dueño de mi vida y corazón.
Me arrodillo ante mi creador, ante el Dios Todopoderoso
para el que NADA es imposible.
No soy nada sin Ti Jesús, no puedo nada sin Ti.
Me abajo para recibir Tu bendición Señor, para que Vos crezcas
y seas TODO en mí.



>>> Momento de punteo, contemplación y silencio // Canción



***“Se llenó de gozo Jesús movido por el Espíritu Santo, y dijo:
‘Yo te bendigo, Padre, Señor del cielo y de la tierra’***

Lc 10,21



Espíritu de Gozo, enseñanos a adorar y bendecir al Señor cada día de nuestra vida. Cambia nuestro corazón herido y desanimado, por uno agradecido y enamorado de su Padre Creador.

Estar en Tu presencia amado Jesús es la mayor bendición que podamos pedir, que sepamos abrir el corazón para recibirla y dejarnos transformar por ella.

***“Bendice alma mía al Señor.
que todo mi ser bendiga
Su santo nombre.”***

Salmo 103

>>> Canción de adoración

Amado Jesús Eucaristía, quiero alimentarme de Vos Pan Santo, fuente verdadera de paz, y ayunar de los alimentos que me da el mundo y me dejan vacío.
Quiero ayunar de buscar el reconocimiento de los demás, de mis malos pensamientos, de mis prejuicios, de las críticas, del egoísmo, de la falta de paciencia y caridad, de los vicios, del orgullo que no me deja perdonar. Ayuno de los placeres del mundo para que mi espíritu se fortalezca, se asemeje más a Ti y así viva en Tu paz.

**"Quien tiene paz en su conciencia,
lo tiene TODO."** Don Bosco

>>>Momento de punteo, contemplación y silencio // Canción

"No se angustien por nada, y en cualquier circunstancia, recurran a la oración y a la súplica, acompañadas de acción de gracias, para presentar sus peticiones a Dios. Entonces **la paz de Dios, que supera todo lo que podemos pensar, tomará bajo su cuidado los corazones y los pensamientos de ustedes en Cristo Jesús."** Flp 4,6

Espíritu de Paz, ayúdanos a tener siempre calma y serenidad aún en los momentos de dificultad. Aumenta nuestra confianza en Tus cuidados, en Tu poder, para que el vivir en esperanza nada nos turbe. Que logremos defender y cuidar con la oración y los sacramentos, la paz interior que nos regalas, que es un verdadero tesoro.

"Ora, ten fe, espera y no te preocupes." Padre Pío

Oración para pedir serenidad

Señor, dame la **Serenidad de aceptar las cosas que no puedo cambiar;
Valor para cambiar las cosas que puedo;
y **Sabiduría** para conocer la diferencia.
**Viviendo un día a la vez;
Disfrutando un momento a la vez;
Aceptando las dificultades como el camino a la **Paz**;
Aceptando, como hizo Él, este mundo pecador tal como es, no como yo lo tendría;
Confiando que Él hará bien todas las cosas si yo me rindo a Su Voluntad;
Que yo sea razonablemente feliz en esta vida
y supremamente feliz con Él
para siempre en la próxima.
Amén.****

>>>Momento de punteo, contemplación y silencio // Canción

"La paz les dejo; mi paz les doy. Yo no se la doy a ustedes como la da el mundo. No se angustien ni se acobarden." Jn 14,27

María, Reina de la Paz, cada vez que nos dejemos ahogar por las preocupaciones del mundo **mostranos a Jesús**. Que sepamos seguir tu mano que nos señala el cielo y abracemos la paz del que se refugia en Dios y en El confía.



**"María, te pido llenes mi alma de Gracia,
Para descansar en la Paz de Dios,
Y acurrucarme en tu corazón."**

Llenos de Tú paz Señor, queremos lanzarnos y convertirnos en auténticos discípulos y misioneros de Tu amor. ¡Hacenos instrumentos de Tu Paz y constructores de Tu Reino!

>>> Canción

(Si no hay misa rezar la oración para la comunión espiritual)



>>Consagremos nuestro corazón, nuestra vida y la de nuestras familias, a los corazones de Jesús y María. Pidámosles que nos llenes de su bendición y paz:



***Oh María te doy mi corazón,
a cambio te pido tu Inmaculado Corazón***

***Oh Jesús te doy mi corazón,
a cambio te pido Tu Sagrado Corazón***

Se retira el Santísimo >>> Canción