



RECTORÍA DE NUESTRA SEÑORA DEL SAGRADO CORAZÓN

Hora Santa Juvenil



Canto entrada y exposición del Santísimo Sacramento

1. Jesús nos llama amigos.

Al mirarte en la Eucaristía, Señor, que es el memorial de tu muerte y resurrección, recordamos tus palabras: “No hay amor más grande que dar la vida por los amigos” (Jn 15, 13), y es que además de tu sacrificio en la cruz para salvar a toda la humanidad y tu victoria sobre la muerte para enseñarnos que nos espera una vida contigo, decidiste quedarte presente entre nosotros, precisamente porque nos amas. Nos llamas amigos porque nos has enseñado todo lo que oíste del Padre, nos elegiste para estar a tu lado y nos destinaste para dar fruto duradero (cf. Jn 15, 15).

Te damos gracias por este signo de tu amistad fiel que nos santifica, sacramento de la caridad, don de ti mismo, que nos revela el amor infinito de Dios, tanto en lo personal para cada uno de nosotros, como en comunidad, para toda su Iglesia (Benedicto XVI, Exhortación Apostólica Post-sinodal *Sacramentum Caritatis*, n. 1); así, nos disponemos a compartir contigo un momento, para seguir aprendiendo acerca de tu Reino, acercarnos más a ti y renovar nuestra fe, de manera que logremos producir mejores frutos.

Te encomendamos, además, a nuestras amigas y amigos, para que también vivan más cerca de ti, con la confianza de que nos concederás todo lo que pidamos en tu Nombre (cf. Jn 15, 16): a los que ya te conocen, te pedimos que les auxilies en sus necesidades, fortalezcas su fe y les permitas crecer en virtudes; para los que no saben de ti o no han querido seguirte, haznos instrumentos que comuniquen la alegría de estar a tu lado, la riqueza de tu Palabra y la grandeza de tu amor, con el que diste la vida por tus amigos.

Ahora reflexionemos de forma personal

- ¿Qué significa para ti que Jesús te considere su amigo?
- ¿Cómo comunicas a Cristo y su Palabra entre tus amistades?





Momento de silencio orante

2. En comunión con Cristo.

De la Eucaristía, “podemos decir que no solamente cada uno de nosotros recibe a Cristo, sino que también Cristo nos recibe a cada uno de nosotros. Él estrecha su amistad con nosotros [...] Se realiza de manera sublime que Cristo y el discípulo estén el uno en el otro” (Juan Pablo II, Carta Encíclica *Ecclesia de Eucharistia*, n. 22); esta es la forma bellísima en que elegiste permanecer con nosotros después de tu Resurrección y Ascensión al Cielo, así como renovar y consolidar todos los días nuestra unión contigo, que obtuvimos en el Bautismo.

Este es el signo visible y definitivo de cuán profundo es tu amor por nosotros, que llegaste “hasta el extremo” (Jn 13, 1) de entregar tu vida en sacrificio por nuestra redención; también, es gracias a este sacramento que podemos responder al llamado que nos haces, de permanecer unidos a ti como los sarmientos a la vid, pues sólo en comunión contigo, que eres una fuente inagotable de Vida, podemos producir frutos agradables, abundantes y duraderos (cf. Jn 15, 1-5).

Por el contrario, separados de Ti, como ramas arrancadas de un árbol, nos debilitamos hasta marchitarnos, nos cuesta más seguir tu camino e, incluso, podemos desviarnos; aunque nunca nos abandonas y siempre sales a nuestro encuentro si nos perdemos, te pedimos que nos fortalezcas con tu Espíritu, para que nunca caigamos en la tentación de alejarnos de Ti o sepamos regresar con humildad, ya sea en los momentos difíciles, que parecen derrotarnos, o en los más alegres, que pueden distraernos de Ti.

Ahora reflexionemos de forma personal

- ¿Qué necesitas comprometerte a hacer para unirte más a Jesús?
- ¿Qué obstáculos te impiden acercarte más a Él o, incluso, te podrían alejar?



Momento de silencio orante

3. El pan que baja del cielo.

“Dios amó tanto al mundo, que entregó a su Hijo único para que todo el que cree en él no muera, sino que tengan Vida eterna. Porque Dios no envió a su hijo para juzgar al mundo, sino para que el mundo se salve por Él” (Jn 3, 16-17), y así como el Padre te mandó hace tiempo para estar entre nosotros, enseñarnos su voluntad, demostrarnos su amor y culminar su plan de salvación contigo, hoy y todos los días, desde entonces, estás de nuevo con nosotros, pero ahora en la forma



del pan; para siempre alimentarnos de ti en el camino.

El Papa Benedicto XVI nos enseñaba que “en la Eucaristía, Jesús no da ‘algo’, sino a sí mismo; ofrece su cuerpo y derrama su sangre. Entrega así toda su vida, manifestando la fuente originaria de este amor divino. Él es el Hijo eterno que el Padre ha entregado por nosotros [...] Jesús se manifiesta así como el Pan de vida, que el Padre eterno da a los hombres [...] En el pan y en el vino, bajo cuya apariencia Cristo se nos entrega en la cena pascual, nos llega toda la vida divina y se comparte con nosotros en la forma del Sacramento” (Exhortación Apostólica Postsinodal Sacramentum Caritatis, n. 7).

“En el humilde signo del pan y el vino, transformados en su cuerpo y en su sangre, Cristo camina con nosotros como nuestra fuerza y nuestro viático, y nos convierte en testigos de esperanza para todos” (Juan Pablo II, Carta Encíclica Ecclesia de Eucharistia, n. 62). Por eso, en este momento, sólo queremos enfocarnos en este misterio, mientras nos haces compañía desde la custodia, para contemplarte y adorarte.

Ahora, oremos de forma personal:

Es verdad que las luces del alba del día de hoy
son más puras, radiantes y bellas, por gracia de Dios.
Es verdad que yo siento en mi vida, muy dentro de mí,
que la gracia de Dios es mi gracia, que no merecí.
Es verdad que la gracia del Padre, en Cristo Jesús,
es la gloria del hombre y del mundo, bañado en luz.
Es verdad que la Pascua de Cristo es pascua por mí,
que su muerte y victoria me dieron eterno vivir.
Viviré en alabanzas al Padre, que al Hijo nos dio,
y que el Santo Paráclito inflame nuestra alma en amor.
(Himno de Laudes, Liturgia de las Horas)



Ahora reflexionemos de forma personal

4. La Eucaristía edifica la Iglesia.

También, es gracias a la Eucaristía que tu Iglesia, de la que todos nosotros formamos parte, se convierte en verdadera obra tuya, señal tangible de tu presencia en el mundo e instrumento de salvación para toda la humanidad, pues sólo así está completa: es tu cuerpo, del cual somos miembros, y aunque cada uno tiene diferentes atributos, todos formamos una sola realidad y compartimos la necesidad de permanecer unidos a ti para funcionar correctamente (cf. 1Co 12, 12).

Si queremos que el mundo se transforme verdaderamente, la comunión contigo es el punto



de partida; es la fuerza y el impulso necesarios para responder a tu llamado y poder cumplir nuestras misiones individuales, las cuales se suman y contribuyen a la construcción de tu Reino en la Tierra; “es la fuente y, al mismo tiempo, la cumbre de toda la evangelización, puesto que su objetivo es la comunión de los hombres con Cristo y, en Él, con el Padre y con el Espíritu Santo” (Juan Pablo II, Carta Encíclica *Ecclesia de Eucharistia*, n. 22).

Hoy, oramos para que nos auxilies hasta lograr la unidad de esta diversidad de dones que has repartido entre nosotros, pues “Dios ha dispuesto a cada uno de los miembros en el cuerpo, según un plan establecido” (1Co 12, 18): que logremos encontrar nuestra vocación y seguirla a imitación tuya, como cuando entregaste tu ser entero por el bien de los demás, y que sepamos colaborar con nuestro prójimo para santificar nuestros entornos. “Ya que hay un solo pan, todos nosotros, aunque somos muchos, formamos un solo Cuerpo, porque participamos de ese único pan” (1Co 10, 17).

Ahora reflexionemos de forma personal

¿Cómo contribuyes a fortalecer la unidad en tus diferentes ambientes, sobre todo en tu parroquia, grupo apostólico o movimiento?

¿Pones tus dones y talentos al servicio del prójimo?



Momento de silencio orante

5. La amistad fiel de Jesús.

A quienes seguimos a Cristo desde diversas realidades, san Juan Pablo II nos recuerda: “Todo compromiso de santidad, toda acción orientada a realizar la misión de la Iglesia, toda puesta en práctica de planes pastorales, ha de sacar del Misterio eucarístico la fuerza necesaria y se ha de ordenar a él como a su cúlmen; en la Eucaristía tenemos a Jesús, tenemos su sacrificio redentor, tenemos su resurrección, tenemos el don del Espíritu Santo, tenemos la adoración, la obediencia y el amor al Padre” (Carta Encíclica *Ecclesia de Eucharistia*, n. 60).

Hoy, Maestro, podemos comprobar la grandeza y perfección de tus planes: en medio de esta contingencia, muchos no podemos comulgar contigo físicamente y extrañamos hacelo, pero no nos abandonas; aquí estás presente, acompañándonos y dotándonos de esta fuerza que sólo tú puedes proporcionarnos, para continuar nuestro camino de santidad. Eres un verdadero amigo, pues sin importar las circunstancias, por fidelidad, te quedas a nuestro lado y nos regalas tu compañía.



“En el Sacramento del altar, el Señor viene al encuentro del hombre, creado a imagen y semejanza de Dios, acompañándole en su camino” (Benedicto XVI, Exhortación Apostólica Postsinodal Sacramentum Caritatis, n. 2), así que nuevamente te damos las gracias, Maestro, por habernos dejado este alimento de Vida, que es tu cuerpo y tu sangre, al cual podemos seguir accediendo para fortalecer nuestros lazos de amistad contigo, incluso ahora, que es más difícil.

Ahora, oremos de forma personal:

Creo, Jesús mío,
que estás realmente presente
en el Santísimo sacramento del altar.
Te amo sobre todas las cosas
y deseo recibirte en mi alma,
pero como ahora no puedo recibirte sacramentado,
ven a lo menos espiritualmente a mi corazón.
Como si ya te hubiese recibido,
te abrazo y me uno del todo a ti.
Señor, no permitas que jamás me aparte de ti. Amén
(San Alfonso María de Liguori, Comunión Espiritual)



Momento de silencio orante

Intercesión de la Santísima Virgen María por los adolescentes y jóvenes

Por último, antes de concluir con nuestra Hora Santa, como sede de la Pastoral de Adolescentes y Juvenil, pidamos la intercesión de María, Madre de Dios y de nuestra Iglesia, de manera que nos dispongamos mejor para vivir este mes dedicado a ella y nos pongamos bajo su protección.

Madre Santísima, queremos pedirte que los adolescentes y jóvenes, particularmente los de nuestra Arquidiócesis de Yucatán, desde la realidad en que se encuentren, puedan experimentar tu abrazo materno, cariño y calidez; que por tu testimonio de discípula y apóstol siempre orante, sepan encontrar su vocación y la vivan unidos a tu hijo, Jesús.

Enséñanos a mirar con los ojos de Jesús, para que él sea luz en nuestro camino.
Que esta luz de la fe crezca continuamente en nosotros, hasta que llegue el día sin ocaso, que es el mismo Cristo, tu Hijo, nuestro Señor”

(Francisco, Carta Encíclica Lumen Fidei, n. 60).



Oh, María,
tú resplandeces siempre en nuestro camino
como un signo de salvación y esperanza.
A ti nos encomendamos, salud de los enfermos,
que al pie de la cruz fuiste asociada al dolor de Jesús,
manteniendo firme tu fe.
Tú, salvación del pueblo romano,
sabemos lo que necesitamos
y estamos seguros de que lo concederás
para que, como en Caná de Galilea,
vuelvan la alegría y la fiesta
después de esta prueba.
Ayúdanos, Madre del Divino Amor,
a conformarnos a la voluntad del Padre
y hacer lo que Jesús nos dirá;
Él, que tomó nuestro sufrimiento sobre sí mismo
y se cargó de nuestros dolores
para guiarnos a través de la cruz
a la alegría de la Resurrección. Amén.

(Francisco, Carta a todos los fieles para el mes de mayo de 2020).

Bendición y Reserva.



Referencias Bibliográficas

JUAN PABLO II, Carta Encíclica Ecclesia de Eucharistia (Ciudad del Vaticano, Roma, 17 de abril de 2003).

BENEDICTO XVI, Exhortación Apostólica Postsinodal Sacramentum Caritatis (Ciudad del Vaticano, Roma, 22 de febrero de 2007).

FRANCISCO, Carta a todos los fieles para el mes de mayo de 2020.

SAN ALFONSO MARÍA DE LIGORIO, Comunión Espiritual.

LITURGIA DE LAS HORAS, Himno de Laudes "Es verdad que las luces del alba".