

¿Qué es la Adoración?

La Adoración del Santísimo Sacramento, también conocida como Adoración Eucarística, es la adoración de Jesucristo presente en la Sagrada Eucaristía. La Eucaristía es el cuerpo, la sangre, el alma y la divinidad de Jesús bajo la apariencia de pan y vino. La adoración de la Santísima Eucaristía es el proceso de venir ante Cristo en Su totalidad; Su Cuerpo, Sangre, Alma y Divinidad (simplemente no podemos verlo) para contemplar Su grandeza y adorarlo con amor. Cuando hacemos esto, estamos en Su Presencia Real, capaces de hablar con Él en nuestra mente y nuestro corazón.

Adoración perpetua significa que Cristo, en la Santísima Eucaristía, está disponible para exposición y adoración continua, día y noche.

¿Cómo se hace esto? El sacerdote o diácono toma una hostia consagrada y la coloca en una custodia (custodia viene del latín “monstrare” para mostrar, exponer, ver). Luego, la custodia se coloca en el altar de la iglesia o capilla para su exposición.

¿Qué puedes hacer durante la Adoración?

La adoración es más que mirar fijamente; es un tiempo de oración tranquila y reflexión. Mientras visitamos a nuestro Señor en la Adoración Eucarística, podemos orar de diferentes maneras. Aquí hay algunas ideas para usted durante este tiempo:

1. Rezar los Salmos o la Liturgia de las Horas
2. Meditar usando la Sagrada Escritura
3. Pedir perdón e interceder por los demás
4. Rezar el Rosario u otra oración devocional
5. Escribe en un diario de oración
6. Lee un libro que te inspire a convertirte en una mejor persona
7. Pide la ayuda de Dios en tu vida

Consejos para la Adoración

Ten paciencia Dios obra a Su tiempo: somos Su obra maestra, y el mejor arte lleva mucho tiempo.

Sé paciente contigo mismo; nadie es un “experto” en Adoración.

Ten paz Dios nos habla en la quietud de nuestro corazón. Esto significa que debemos estar de acuerdo con el silencio para escucharlo.

Sea orante. Este es un tiempo de oración; aprovecha esta oportunidad.

Estar presente. El mundo está lleno de distracciones constantes; haz tu mejor esfuerzo para dejar a los que están fuera de estas paredes. ¡Mientras esté aquí físicamente, esté aquí mental y espiritualmente también!

Tiempo

Todos los intervalos de tiempo comienzan en la parte superior de la hora (9:00 a. m., 2:00 p. m., etc.). Llegue con tiempo suficiente para instalarse antes de la hora. **Los adoradores de la hora anterior deben esperar a que llegues antes de poder irse, así que llega de cinco a diez minutos antes.** Tome una pancarta de color burdeos que diga "Reservado" y colóquela en su banco para que los demás sepan que está allí durante toda la hora. Por favor, devuélvelo antes de salir. Si no puede cumplir con su horario comprometido, notifique a su Capitán y solicite un sustituto a través de AdorationPro. (ver la sección Sustituto para más detalles)

Ubicación

El edificio Christian Living Center (CLC) donde se encuentra la Capilla se encuentra en 20th Avenue entre 20th y 21st Street. Usa la puerta de vidrio para entrar al patio. La Capilla se encuentra al otro lado del patio.

Acceso

La puerta de vidrio para ingresar al patio está abierta de 6:00 a. m. a 6:00 p. m. Por seguridad, la puerta está cerrada entre las 6 p. m. y las 6 a. m.

Aquellas Adoratrices que se hayan comprometido a un horario semanal recibirán un llavero electrónico. El llavero se activa colocándolo frente al receptor ubicado en el marco izquierdo de la puerta de vidrio.

También puede ingresar al CLC fuera del horario de atención tocando el timbre ubicado a la izquierda de la puerta de vidrio. La Adoratriz que está dentro debe venir y permitirnos la entrada.

Registrarse

St. Helen utiliza el software Adoration Pro para ayudar a las personas a asistir a Adoración. Simplemente vaya a <https://www.AdorationPro.org/sthelenvero>. El programa está disponible en inglés o español. Para la versión en español, simplemente haga clic en el botón Español.

También puede acceder al programa en <https://www.sthelenvero.org/adoration/>.

Para comenzar, haga clic en el botón "compromiso semanal". Esto lo llevará a St. Helen - Vero Beach, FL - Página de registro de adoración. Seleccione el día y la hora en que le gustaría hacer un compromiso semanal. Haga clic en "registrarse" e ingrese su información. Tendrás la opción de suscribirte desde compromiso semanal hasta mensual o bimensual según tu disponibilidad y preferencia.

Una vez que hayas hecho tu compromiso semanal recibirás un correo electrónico recordándote tu día y hora. Si no recibe un correo electrónico, notifique a su Capitán o comuníquese con Adorationsthelen@gmail.com.

Escribirse hacer un Sustituto

Si desea registrarse como sustituto, vaya a <https://www.sthelenvero.org/adoration/>.

Converte a la versión Español. Haga clic en "Convertirse en un Suscriptor", complete su información. Haga clic en Registrarse. Recibirá solicitudes de sustitución cuando una Adoratriz no pueda cumplir con su compromiso programado. Tendrá la oportunidad de aceptar o rechazar la solicitud.

Partiendo al final de su hora

¡Nunca dejes solo al Santísimo Sacramento! Asegúrese de que haya al menos un Adorador presente durante la próxima hora (por lo tanto, la necesidad de usar los carteles burdeos de "Adorador").

- Si no hay Adorador presente durante la próxima hora, **¡NO deje a Jesús desatendido!**
- Esperar a que llegue otra Adoratriz.
- Pregunte a los visitantes que estén allí si pueden quedarse.
- Realice llamadas telefónicas o envíe mensajes de texto a Find a Sub (consulte las instrucciones a continuación).
- Tenga disponible la información de contacto del Capitán de su día.

Devuelva su estandarte burdeos "Adorer" antes de irse.

Si está solo con Nuestro Señor y necesita irse temprano o si hay una emergencia, llame a un sustituto y siga el procedimiento Buscar un sustituto.

Información General

- **Nunca se debe dejar solo al Santísimo Sacramento.**
- Cada hora debe ser cubierta por al menos un Adorador pero más si se prefiere en caso de enfermedad o vacaciones.
- Las Adoratrices deben comunicarse por mensaje de texto, correo electrónico o llamada telefónica para asegurarse de que al menos una Adoradora esté presente durante su hora asignada cada semana.
- **NO ASUMA que alguien más estará allí. Asegúrate por favor.**
- Hay un baño a la izquierda al entrar al patio desde la Capilla.
- Si hay problemas importantes en el edificio, por ejemplo, la calefacción o el aire acondicionado no funcionan, el baño se está inundando, llame o envíe un mensaje de texto a William Heady al 772-321-2812. Asegúrese de dar detalles del problema del edificio y su información de contacto para que puedan hacer un seguimiento con preguntas si es necesario. Dado que este mensaje de texto o llamada va directamente a un equipo de personas, llame solo si hay una emergencia grave en el edificio.

Capitanes de Día

El Equipo de Adoración tiene una lista de voluntarios que sirven como Capitanes para cada día de Adoración. Están disponibles para ayudarlo con los problemas de inscripción, responder preguntas, cualquier cambio de horario o ayudarlo a encontrar un sustituto en

caso de que no pueda cumplir con su compromiso. **Sin embargo, no son su sustituto predeterminado si no puede cumplir con su compromiso.** Son un recurso para ayudarle. Los capitanes de día son los siguientes:

Capitan	Dia	Email	Telefono
Sara Cardenas	Domingo	Sara1caa@gmail.com	772-480-1463
Jorge Sarmiento	Domingo	jorgesarmiento1118@icloud.com	772-267-7676
Kathy Flynn	Lunes	Kathyflynn1974@gmail.com	717-682-9441
Diane Hankle	Lunes	ddtowski@gmail.com	772-321-3911
Pamela Morin	Martes	ptgmorin@bellsouth.net	772-538-8496
Deacon Dave Hankle	Martes	dhankle@sthelenvero.org	772-584-0124
Laura McGarry	Miercoles	mcgarryl@bellsouth.net	772-539-2250
Edwin Rojas	Miercoles	gluke241335@gmail.com	772-321-7447
Kathy Modesitt	Jueves	Kathyk67@icloud.com	772-494-9151
Victoria Cook	Jueves	Coov58@gmail.com	413-896-0755
William Heady	Viernes	wheady@sthelenvero.org	772-269-4309
Gloria Timblin	Viernes	Gjat1126@gmail.com	772-559-2833
Virginia Gallo	Sabado	virginiagallos@comcast.net	772-559-6936
Isabel & Vinnie Perez	Sabado	ftperez@bellsouth.net	772-713-3561

Encuentra un sustituto

Entendemos que puede haber momentos en los que no pueda cumplir con su compromiso semanal. Sin embargo, es su responsabilidad hacer un esfuerzo para encontrar un sustituto. Tenga en cuenta que cuanto antes haga una solicitud de ayuda, mayores serán las posibilidades de encontrar un sustituto. Tan pronto como te des cuenta no podrás hacer tu compromiso, es tu responsabilidad actuar. Si tienes vacaciones planeadas, un conflicto familiar o un cambio en tu horario de trabajo, inicia el proceso para encontrar un suplente. St. Helen tiene varios mecanismos para ayudar en el proceso.

Si necesita solicitar un sustituto 24 horas o más antes de la hora programada, siga el procedimiento a continuación.

1. Use AdorationPro.org/sthelenvero para encontrar un sustituto. Vaya al sitio web y haga clic en buscar sub.
2. Se le pedirá que ingrese la contraseña: subpass .
3. Lo llevarán a **St. Helen - Vero Beach, FL - Find a Sub**
4. Seleccione la solicitud Subsolicitud automática.
5. Complete su información, fecha y hora en que necesita una suscripción. Luego haga clic en enviar subsolicitud.

Esta solicitud se enviará a una lista de personas que se han inscrito para ser sustitutos. Recibirá, al igual que el Equipo de Adoración, una confirmación cuando alguien acepte servir como su suplente.

Si está solicitando un sustituto de menos de 24 horas, comuníquese de inmediato con su Capitán asignado a su día. Por favor comprenda que su Capitán está allí para ayudarlo a encontrar un sustituto y para asegurarse de que nuestro Señor no se quede solo. Luego envíe una solicitud de suscripción a través de Adoration Pro.

Etiqueta de la capilla

Haga una genuflexión sobre ambas rodillas (preferentemente) o sobre una rodilla, si es físicamente capaz, o haga alguna otra señal de reverencia, como una reverencia profunda al entrar en la presencia real del Señor y antes de entrar en su banco.

Estás parado en Tierra Santa, así que por favor da un gran ejemplo para los demás. Repita cuando abandone su banco y la sala.

Porque Dios está presente en el altar, **nunca se debe dar la espalda a la Eucaristía.**

Respetar la presencia de nuestro Señor, así como a los que están en la capilla orando.

Los padres son bienvenidos y alentados a traer a sus hijos a la adoración. Los invitamos a quedarse mientras puedan manejarlo. Si su hijo se pone quisquilloso, sáquelo para no molestar a otros adoradores.

La capilla mantiene un “gran silencio monástico”.

Apague el timbre de su teléfono celular. Puede usar su teléfono celular o tableta para oraciones, lecturas u otros recursos espirituales, siempre y cuando lo haga discretamente y todos los sonidos estén APAGADOS.

Abstenerse de visitar o hablar. Si necesita hablar con alguien, salga de la capilla y mantenga su conversación afuera, lejos de las puertas. Tenga en cuenta que las conversaciones en el vestíbulo se pueden escuchar en la capilla.

No se permiten sermones ni eventos no programados.

Los instrumentos musicales, el canto y la oración vocal (orar en voz alta o en voz baja) no deben interferir con el tiempo de otras Adoratrices. Le pedimos que se abstenga de esta actividad si alguien que no sea usted o un grupo está en la Capilla.

La vestimenta y el decoro deben ser modestos. Vístase apropiadamente y quítese el sombrero.

No traiga comida, bebida o goma de mascar a la capilla.

No cambie la configuración del aire acondicionado ni de las luces.

No entres al santuario, no coloques nada sobre el altar, ni toques la custodia que sostiene a nuestro Señor con tus manos.