

ADWENTOWE REKOLEKCJE RYCERSTWA NIEPOKALANEJ

Wyzwanie Adwentowe 2022 – tydzień 2 – św. Jan Chrzciciel

Niedziela: Medytacja wprowadzająca w tydzień (całość powinna trwać od 15 do 30 min.):

Mt 3, 1-12

W owym czasie wystąpił Jan Chrzciciel i głosił na Pustyni Judzkiej te słowa: «Nawróćcie się, bo bliskie jest królestwo niebieskie». Do niego to odnosi się słowo proroka Izajasza, gdy mówi:

Głos wołającego na pustyni:

Przygotujcie drogę Panu,

Dla Niego prostujcie ścieżki!

Sam zaś Jan nosił odzienie z sierści wielbłądziej i pas skórzany około bioder, a jego pokarmem była szarańcza i miód leśny. Wówczas ciągnęły do niego Jerozolima oraz cała Judea i cała okolica nad Jordanem. Przyjmowano od niego chrzest w rzece Jordan, wyznając przy tym swe grzechy. A gdy widział, że przychodzi do chrztu wielu spośród faryzeuszów i saduceuszów, mówił im: «Plemię żmijowe, kto wam pokazał, jak uciec przed nadchodzącym gniewem? Wydajcie więc godny owoc nawrócenia, a nie myślcie, że możecie sobie mówić: "Abrahama mamy za ojca", bo powiadam wam, że z tych kamieni może Bóg wzbudzić dzieci Abrahamowi. Już siekiera do korzenia drzew jest przyłożona. Każde więc drzewo, które nie wydaje dobrego owocu, będzie wycięte i w ogień wrzucone. Ja was chrzczę wodą dla nawrócenia; lecz Ten, który idzie za mną, mocniejszy jest ode mnie; ja nie jestem godzien nosić Mu sandałów. On was chrzcić będzie Duchem Świętym i ogniem. Ma On wiejadło w rękę i oczyści swój omlot: pszenicę zbierze do spichlerza, a plewy spali w ogniu nieugaszonym».

J 1, 6-8. 19-28

Pojawił się człowiek posłany przez Boga - Jan mu było na imię. Przyszedł on na świadectwo, aby zaświadczyć o światłości, by wszyscy uwierzyli przez niego. Nie był on światłością, lecz [posłanym], aby zaświadczyć o światłości.

Takie jest świadectwo Jana. Gdy Żydzi wysłali do niego z Jerozolimy kapłanów i lewitów z zapytaniem: «Kto ty jesteś?», on wyznał, a nie zaprzeczył, oświadczając: «Ja nie jestem Mesjaszem». Zapytali go: «Cóż zatem? Czy jesteś Eliaszem?» Odrzekł: «Nie jestem». «Czy ty jesteś prorokiem?» Odparł: «Nie!» Powiedzieli mu więc: «Kim jesteś, abyśmy mogli dać odpowiedź tym, którzy nas wysłali? Co mówisz sam o sobie?» Odpowiedział: «Jam głos

Magnificat anima mea Dominum!



ADWENTOWE REKOLEKCJE RYCERSTWA NIEPOKALANEJ

wołającego na pustyni: Prostujcie drogę Pańską, jak powiedział prorok Izajasz». A wysłannicy byli spośród faryzeuszów. I zadawali mu pytania, mówiąc do niego: «Czemu zatem chrzczisz, skoro nie jesteś ani Mesjaszem, ani Eliaszem, ani prorokiem?» Jan im tak odpowiedział: «Ja chrzczę wodą. Pośród was stoi Ten, którego wy nie znacie, który po mnie idzie, a któremu ja nie jestem godzien odwiązać rzemienia u Jego sandała». Działo się to w Betanii, po drugiej stronie Jordanu, gdzie Jan udzielał chrztu.

Przed medytacją wykonaj znak krzyża i poproś własnymi słowami o obecność i prowadzenie przez Ducha Świętego.

Lectio: Przeczytaj uważnie i powoli obydwa fragmenty. Nie spiesz się, daj sobie czas i przeczytaj tekst kilka razy, aby go dobrze zrozumieć. Zaznacz te słowa, które szczególnie mocno Cię dotknęły, które poruszyły Twoje serce.

- Pustynia jest rozumiana w duchowości jako miejsce odosobnienia, wyciszenia, zatrzymania, a nade wszystko spotkania z Bogiem. Naszą pustynią może być również czas rekolekcji, czas Adwentu.
- Święty Jan Chrzciciel daje się nam poznać jako osoba bardzo pokorna – prowadzi iście ascetyczny i pustelniczy tryb życia. A mimo to, niektórzy uważają go za ważnego człowieka – proroka, a nawet i samego Mesjasza.
- W obydwu fragmentach widzimy wyraźnie, że Jan zapowiada Chrystusa, przygotowuje ludzi na Jego nadejście – poprzez udzielanie chrztu w wodach Jordanu i bezpośrednie wezwanie do nawrócenia.

Meditatio: Pomyśl, rozważaj i medytuj nad słowami, które najbardziej Cię dotknęły. Pomocą mogą być poniższe pytania:

- a) Jan wzywał do nawrócenia na pustyni. Czy mnie zdarza się wychodzić na „duchową pustynię”? Czy szukam bliskości Boga, czasu i przestrzeni, w której On będzie mógł do mnie mówić? Zastanów się, co pomaga Ci znaleźć się na „duchowej pustyni” i zapisz te obserwacje.

.....

.....

.....

.....

.....



ADWENTOWE REKOLEKCJE RYCERSTWA NIEPOKALANEJ

- b) Bóg powierzył Janowi bardzo ważne zadanie – miał kroczyć przed Jezusem i Go zapowiadać! Pismo Święte nie ukazuje jednak Jana jako człowieka pysznego, chlubiącego się swoją misją. Czy jest to również moja postawa? A może szukam uznania, pochwały dla swoich czynów w rodzinie, czy we wspólnocie? Może zależy mi na opinii innych osób?

.....

.....

.....

.....

- c) Zwróć uwagę, w jaki sposób Jan upomina faryzeuszów i saduceuszów. Stanowczo zarzuca im fałsz i obłudę, a jednak nie potępia ich. Głosi im prawdę i zwiastuje nadejście Mesjasza. Czy braterskie upomnienie przychodzi mi z trudem? Czy nie potępiam swojego bliźniego, gdy zwracam mu uwagę?

.....

.....

.....

.....

- d) Jan Chrzciciel zapowiada nie tylko chrzest i osobę Chrystusa, ale także Ducha Świętego, którego obecność jest niezbędna podczas sakramentu chrztu świętego. Czy zdaję sobie sprawę z daru, jakim jest chrzest? Jaka jest moja relacja z Duchem Świętym?

.....

.....

.....

.....

Oratio: **Opowiedz teraz Bogu o swoich odkryciach podczas medytacji. Podziękuj za otrzymane łaski i doświadczenia Jego miłości. Być może chcesz też Jezusa za coś przeprosić lub o coś Go poprosić.**

Contemplatio: **Trwaj w obecności Chrystusa.**



ADWENTOWE REKOLEKCJE RYCERSTWA NIEPOKALANEJ

Na koniec podziękuj Duchowi Świętemu za prowadzenie Cię przez medytację i za jej owoce. Uwielbij Tróję Świętą.

Poniedziałek: Filmik o św. Janie Chrzcicielu

Dzisiaj zachęcamy Cię do obejrzenia krótkiego filmu na naszym kanale YouTube dotyczącym świętego Jana Chrzciciela i jego spotkania z Mesjaszem.

Link: <https://youtu.be/La2PqrWysxk>

Miejsce na Twoje notatki:

.....

.....

.....

.....

.....

Wtorek: Roraty/adoracja/różaniec

Dzisiaj zachęcamy Cię do podjęcia wybranej aktywności, przewidzianej na ten dzień. Postaraj się wygospodarować chwilę czasu na modlitwę i przebywanie z Bogiem.

Kilka uwag praktycznych, by ułatwić Ci wykonanie tego zadania:

- wybierz jedną aktywność, którą będzie Ci najłatwiej wpleść w swój rozkład dnia, ale też taką, która będzie dla Ciebie jakimś trudem
- zacznij od mniejszych postanowień, np. „spędzę 15 minut na adoracji” albo „odmówię jedną dziesiątkę różańca”, aby się szybko nie zniechęcić
- bądź konsekwentny/-a w swoich postanowieniach
- nie zniechęcaj się trudnościami i niepowodzeniami
- jeśli bierzesz udział w naszych rekolekcjach z kimś bliskim, motywujcie i zachęcajcie się nawzajem
- uciekaj się do wstawiennictwa świętych – to sprawdzona i skuteczna pomoc
- jeśli z przyczyn niezależnych od Ciebie nie możesz wykonać zadania we wtorek, bo np. pracujesz zamień ten dzień z czwartkiem lub piątkiem

Środa: Roraty/adoracja/różaniec

Dzisiaj zachęcamy Cię do podjęcia wybranej aktywności, przewidzianej na ten dzień. Postaraj się wygospodarować chwilę czasu na modlitwę i przebywanie z Bogiem.

Magnificat anima mea Dominum!



ADWENTOWE REKOLEKCJE RYCERSTWA NIEPOKALANEJ

Wskazówki, jak dobrze wykorzystać ten dzień, umieściliśmy we wtorkowych materiałach.

Czwartek: Wyrzeczenie/dzieło miłosierdzia

W dniu dzisiejszym zachęcamy Cię do podjęcia konkretnego, najlepiej jednego na cały Adwent, wyrzeczenia lub podjęcia się konkretnego dzieła miłosierdzia.

- zacznij od mniejszych postanowień, np. „nie będę korzystał z mediów społecznościowych przez godzinę dziennie, tylko przez 20 minut” albo „wspomogę dzisiaj organizację charytatywną, taką jak Caritas” czy „kupię kilka produktów do świątecznej paczki dla ubogich”
- bądź konsekwentny/-a w swoich postanowieniach
- nie zniechęcaj się trudnościami i niepowodzeniami
- jeśli bierzesz udział w naszych rekolekcjach z kimś bliskim, motywujcie i zachęcajcie się nawzajem
- uciekaj się do wstawiennictwa świętych – to sprawdzona i skuteczna pomoc
- jeśli z przyczyn niezależnych od Ciebie nie możesz wykonać zadania w czwartek, bo np. pracujesz zamień ten dzień z wtorkiem lub środą

Piątek: Wyrzeczenie/dzieło miłosierdzia

W dniu dzisiejszym zachęcamy Cię do podjęcia konkretnego, najlepiej jednego na cały Adwent, wyrzeczenia lub podjęcia się konkretnego dzieła miłosierdzia.

Wskazówki, jak dobrze wykorzystać ten dzień, umieściliśmy w czwartkowych materiałach.

Sobota: Ćwiczenie wdzięczności za cały tydzień dla kobiet,
Ćwiczenie uważności (w zauważaniu dobra, jakiego doświadczam) + podsumowanie całego tygodnia dla mężczyzn

Ćwiczenie wdzięczności

Znajdź w tym dniu chwilę (co najmniej 5-10 minut) na refleksję nad minionym tygodniem. Poproś krótko Ducha Świętego, aby pomógł Ci zobaczyć dobro, jakiego w tym tygodniu doświadczyłaś. Następnie przeanalizuj krótko każdy dzień i spróbuj wypisać, za co jesteś wdzięczna. Podziękuj za to Panu w krótkiej modlitwie. Dziękczynienie Panu Bogu pomaga nam widzieć jeszcze więcej doświadczanego dobra, łask od Pana.

.....

.....

.....

.....

Magnificat anima mea Dominum!



ADWENTOWE REKOLEKCJE RYCERSTWA NIEPOKALANEJ

Udało się? Chwała Panu! Jeśli miałas problemy z wdzięcznością lub z dostrzeżeniem dobra – nie zniechęcaj się, trwaj w tym ćwiczeniu przez cały Adwent, a może i dłużej

Ćwiczenie uważności

Znajdź w tym dniu chwilę (co najmniej 5-10 minut) na refleksję nad minionym tygodniem. Poproś krótko Ducha Świętego, aby pomógł Ci zobaczyć dobro, jakiego w tym tygodniu doświadczyłeś. Następnie przeanalizuj krótko każdy dzień i spróbuj wypisać to dobro.

.....

.....

.....

.....

Czas na podsumowanie tygodnia pracy nad sobą:

- Nad czym udało mi się w tym tygodniu pracować? Jakiego zadania wypełniłem?

.....

.....

.....

- Czego nie udało się spełnić? Czy wiem, dlaczego?

.....

.....

.....

