



# Franciszkański kącik zielarski

Herbarium św. Antoniego  
o. Erwin Urbaniak tel: 501-630-942

## Witaminy i minerały franciszkańskie



### Witamina D3-Ca-K2(MK7)

SUPLEMENT DIETY

Składniki suplementu przyczyniają się do utrzymania zdrowych kości i zębów, wspomagają wchłanianie wapnia i fosforu oraz utrzymanie prawidłowego poziomu wapnia we krwi.

Składniki: cytrynian wapnia, menachinon-7, menachinon-6, cholekalcyferol, stearynian wapnia, dwutlenek krzemu  
Masa netto: 36 g (60 kapsulek po 0,6 g)

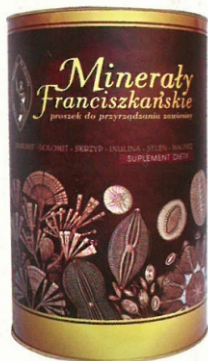


### Witamina C

SUPLEMENT DIETY

Jest skutecznym środkiem zwalczającym wolne rodniki, czyli antyoksydantem. Witamina C nie jest wytwarzana w organizmie ludzkim, dlatego też musi być dostarczana z zewnątrz i to regularnie, ponieważ nie kumuluje się w organizmie i jej nadmiar jest usuwany z moczem.

Masa netto: 150 g (proszek)



### Minerality Franciszkańskie

SUPLEMENT DIETY

Ułatwiają wydalanie zbędnych produktów przemiany materii, korzystnie wpływają na pracę przewodu pokarmowego, przyspieszają pasaż treści jelitowej, wspomagają prawidłowe funkcjonowanie układu odpornościowego, poprawiają wygląd włosów, skóry i paznokci, wspierają prawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego oraz układu kostno-szkieletowego.

Składniki: diatomit (ziemia okrzemkowa spożywcza, o zawartości 85% dwutlenku krzemu), siarczan magnezu, inulina z cykorii, ziele skrzypu polnego Equisetum arvense L. (zmikronizowane), dolomit (CaCO<sub>3</sub>, 50%, MgCO<sub>3</sub>, 40%), selenian (IV) sodu.

Masa netto: 500 g (proszek)

Strona internetowa klasztoru:  
[www.kosciolmorski.pl](http://www.kosciolmorski.pl)  
zapraszamy



# Gazetka Franciszkańska

Kościół Morski - Gdańsk - Nowy Port  
XIII Niedziela Zwykła  
28 czerwca 2020

Msza św.  
NIEDZIELA:  
8.00,10.00,12.00,16.30

NR 17 [69]  
Msza św.  
Dni powszednie:  
7.30,18.30



Ewangelia wg św. Mateusza (10,37-42)

*Jezus powiedział do swoich apostołów:  
«Kto kocha ojca lub matkę bardziej niż Mnie, nie jest Mnie godzien. I kto kocha syna lub córkę bardziej niż Mnie, nie jest Mnie godzien. Kto nie bierze swego krzyża, a idzie za Mną, nie jest Mnie godzien. Kto chce znaleźć swe życie, straci je, a kto straci swe życie z mego powodu, znajdzie je.*

*Kto was przyjmuje, Mnie przyjmuje; a kto Mnie przyjmuje, przyjmuje Tego, który Mnie posłał.*

*Kto przyjmuje proroka jako proroka, nagrodę proroka otrzyma. Kto przyjmuje sprawiedliwego jako sprawiedliwego, nagrodę sprawiedliwego otrzyma.*

*Kto poda kubek świeżej wody do picia jednemu z tych najmniejszych, dlatego że jest uczniem, zaprawdę, powiadam wam, nie utraci swojej nagrody».*

Ewangelia dzisiejsza jest ściśle związana z wydarzeniem z pierwszego czytania. Małżeństwo goszczące proroka nie czyniło tego z powodu jakichś jego osobistych walorów. Ich motywacją było uwielbienie Boga poprzez przyjęcie pod swój dach Jego człowieka. To tak jak ktoś przyjmuje posła w imieniu króla – przyjmuje w nim samego króla, choć nie osobiście. Dlatego Jezus mówi o przyjmowaniu Apostołów, które w istocie jest przyjmowaniem Tego, w którego imieniu są posłani.

Jest to nie lada motywacja dla każdego z nas. Oczywiście nie dotyczy tylko przyjmowania księży do swojego domu. Jeśli przypomnimy sobie, że każdy z nas jest dzieckiem Bożym, to przyjmując siebie nawzajem (z naszymi ludzkimi zaletami i wadami) w imię Chrystusa, otrzymamy samego Chrystusa w nagrodę. Spojrzenie na drugiego człowieka, w którym mieszka Bóg jest bardzo płodne w Boże błogosławieństwo. Czasem jest to trudne, bo bliźni może skutecznie zamazywać w sobie to Bożą obecność. Niemniej jednak ciągle należy widzieć w bliźnim Jezusa, być może ukrzyżowanego z powodu jego złej postawy.

Takie patrzenie, zwłaszcza na ubogich, jest typowe dla chrześcijaństwa – wyrasta z Ewangelii, w której Chrystus utożsamia się z drugim człowiekiem, zwłaszcza ubogim i cierpiącym (por. Mt 25,31nn). Zatem jest to pewna droga do zbawienia dla każdego człowieka, choć niewątpliwie stanowi wyzwanie.

## Wychowanie - Phil Bosmans

To,co dzieje się w rozmaitych szkołach,  
jest według mnie ważniejsze i bardziej istotne  
dla przyszłości niż praca w fabrykach,zakładach  
i biurach.Tam kształtuje się lub zniekształca,  
formuje lub deformuje ludzi.  
Jeśli chodzi o rozum, o wyładowany po brzegi mózg,  
to wypuszcza się stamtąd doskonale roboty,  
ale nie ludzi.  
Szkoły i uniwersytety,w których profesorowie  
i nauczyciele przekazują za pieniądze jakieś  
specjalistyczne wiadomości,pracują na duchowe  
bankructwo społeczeństwa.

Wychowywać to nie znaczy rozwijać umysł,  
ale kształtować całego człowieka,  
jego serce,charakter.

Wychowanie to przekazywanie  
z pokolenia na pokolenie  
duchowych wartości,które nadają życiu sens.

Takie przekazywanie odbywa się  
nie tylko poprzez słowa,  
ale przede wszystkim poprzez czyny,  
które je potwierdzają.  
Wychowanie to wspólne zadanie rodziców, szkół,  
uczelni, prasy, radia, telewizji, opinii publicznej.  
Wychowanie to wielka odpowiedzialność.

## Jest tylko jedno wyjście - Phil Bosmans

Nic nie ciąży ci bardziej  
niż niezdolność do wybaczenia.  
Nic bardziej cię nie dręczy  
niż życie dniem i nocą  
z ostrym cierniem w sercu.

Potrafię to zrozumieć.  
Ktoś, może nawet wiele osób, zrobił ci krzywdę, coś złego.  
Stopniowe twoje wnętrze oziębiło się, zastygło.  
Już nie jesteś taki jak kiedyś.  
Już nie jesteś taki serdeczny, taki dobry ani opanowany.  
Twoją serdeczność przygniotła nieczułość.  
Sympatia stała się antypatią.  
Związek skończył się.  
Przyjaciele stali się wrogami.  
Miłość przerodziła się w nienawiść.  
A ty przez to cierpisz.  
Czujesz się jak w niewoli.  
Żaluzje zasłonięte. Słońce nie dociera.  
Życie zaczyna ciężać niczym ołów.  
W głębi serca tęsknisz za wolnością.  
Ale wierz mi - jest tylko jedno wyjście: przebaczenie.  
Przebacz! To dużo kosztuje,wiem,  
ale jest warte swojej ceny.  
Przebaczenie to rodzaj twórczego życia.

Przebaczenie znaczy: odkrywanie nowego życia i nowej radości.  
Przebaczenie stwarza nowe możliwości tobie i innym.  
Wybaczać powinienes często:  
"siedziemdziesiąt siedem razy ", w nieskończoność,  
bo i tobie potrzebne jest wybaczenie.