

# Stella Maris

[apostleshipofthesea.org.uk](http://apostleshipofthesea.org.uk)

Березень 2019

**Неділя в морі**

**Добре життя**  
робота зі стресом  
на борту

**Порт фокус**  
Кейптаун

**Історії віри**  
абердинський морський  
капелан Дуглас Дункан



**Apostleship  
of the Sea**  
Supporting Seafarers Worldwide



## Про Морський Апостолят, Стелла Маріс

**Морський Апостолят – це католицька благодійна організація, що підтримує моряків у всьому світі.**

Ми надаємо практичну та пасторальну допомогу всім морякам, незалежно від національності, віри або раси. Наші портові капелани та добровольці вітають моряків, пропонують соціальні послуги та консультації, практичну допомогу, турботу та дружбу. Морський Апостолят у Великобританії є частиною міжнародної мережі, відомої морському світу, як Стелла Маріс, що працює в 318 портах з 217 портовими капеланами по всьому світу. 90% світової торгівлі транспортується кораблями.

Морський Апостолят повністю покладається на добровільні внески. Ми можемо продовжувати нашу роботу лише завдяки щедрим пожертвам наших прихильників та волонтерів.

### Морський Апостолят

39 Eccleston Square, London SW1V 1BX

Тел .: +44 020 7901 1931

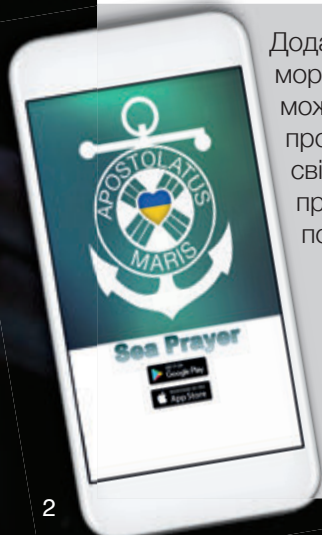
Електронна пошта: [info@apostleshipofthesea.org.uk](mailto:info@apostleshipofthesea.org.uk)

[f facebook.com/AoS.GB](https://www.facebook.com/AoS.GB)

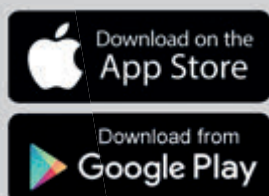
[www.apostleshipofthesea.org.uk](http://www.apostleshipofthesea.org.uk)

Зареєстрована благодійна організація в Англії та Уельсі № 1069833  
Зареєстрована благодійна організація в Шотландії номер SC043085  
Зареєстрований номер компанії 3320318

Зображення: pg 4-5 © Л. Лью О.П.  
Читання Писань з Єрусалимської Біблії © 1966  
Дартон Лонгман, Тодд і Дубледай & Компані Інк.



Додаток створено для християн мореплавців і людей моря для можливості відправити прохання про молитву або запалити свічку і подальшої молитві за прохачів в українських церквах по всьому світу.



# 90% світової торгівлі транспортується кораблями



## Неділя в морі

3 березня 2019 – 8-а неділя звичайного часу

3 коментарями о. Колума Келлі

### Євангеліє Читання святого Євангелія від Луки 6: 39-45

Ісус розповів притчі своїм учням. «Чи ж може водити сліпого сліпий? Хіба не обидва в яму впадуть? Учень не більший за вчителя; але, удосконалившись, кожен буде, як учитель його. Чого ж в оці брата свого ти заскалку бачиш, колоди ж у власному оці не чуєш? Як ти можеш сказати до брата свого: Давай, брате, я заскалку вийму із ока твого, сам колоди, що в оці твоїм, не вбачаючи? Лицеміре, вийми перше колоду із власного ока, а потім побачиш, як вийняти заскалку з ока брата твого.»

«Нема доброго дерева, що родило б злий плід, ані дерева злого, що родило б плід добрий. Кожне ж дерево з плоду свого пізнається. Не збирають бо фіг із тернини, винограду ж на глоду не рвуть. Добра людина із доброї скарбниці серця добре виносить, а лиха із лихої виносить лихе. Бо чим серце наповнене, те говорять уста його!». Євангеліє від Господа.

### Євангеліє і Ти

У цих кількох рядках Ісус попереджає "тих, хто слухає" про тих, хто може їх звести з правильної дороги. Давайте глянемо на один з таких рядків.

Часто ми в Писанні зустрічаємо слова, сповнені такої мудрості, що вони знаходять своє застосування у нашому повсякденному житті. Скільки разів ви чули "сліпий, який веде сліпого".

У цій історії з Євангелія, це означає що потрібно остерігатися фальшивих пророків. Багато хто намагатиметься вести вас за своїми цілями, для власної вигоди. Люди, які можуть здаватися жертвними, але насправді бути керованими егоїстичними мотивами. Тож кому можна довіряти? Хто може залежати від мудрого керівництва? Ті хто нас любить, ті, хто навчав нас з раннього віку. Господь, який дуже сильно любить нас любов'ю, яка є безумовною – всі є хорошими гідами.

У часи турбот, сумнівів, або зіткнувшись із проблемою, яка виходить за рамки наших можливостей, ми чекаємо керівництва. Ми чекаємо когось, кому ми довіряємо, щоб керувати нами у правильному напрямку. І, звичайно, той правильний шлях може не завжди подобатися нам, але якщо ми довіряємо комусь, і якщо цей хтось є голос Божий, направляючи нас до молитви, то ми більш схильні звернути увагу.

У морському світі нам потрібно дуже швидко знайти відповідь на це питання. Вся команда залежить один від одного для збереження безпеки їхнього судна. Ми повинні довіряти тим, хто веде нас, хто навчає нас. Ми повинні працювати разом, довіряючи, що кожен з нас, за нашими навичками та командою, може захистити екіпаж та судно та вести нас у нашу безпечну гавань.

Тож мудро прямуймо з відкритими очима та гострим поглядом. Керуйте тими, хто довіряє Вам, лагідно та з мудрістю.

# 10 березня 2019

## Перша неділя Великого Посту

### Євангеліє

Читання від святого Луки 4:1-13

Ісус же, повен Святого Духа, повернувся з-над Йордану, і Дух повів його в пустиню, де сорок день його спокушав диявол; і протягом тих днів Ісус не їв нічого. Коли ж вони скінчились, він зголоднів. А диявол йому й каже: "Якщо ти Син Божий, скажи оцьому каменеві, щоб став хлібом." Ісус озвався до нього: "Писано, що не самим лише хлібом житиме людина."

Тоді диявол вивів його високо, показав йому в одну мить усі царства світу, і сказав до нього диявол: "Я дам тобі всю цю владу й славу їнню, бо вона мені була передана, і я даю її, кому захочу. Тож коли ти поклонишся передо мною, вся твоя буде." Ісус у відповідь сказав до нього: "Писано: Ти будеш поклонятись Господові, Богові твоему, і йому єдиному служити."

Потім він повів його в Єрусалим, поставив на наріжнику храму й сказав до нього: "Коли ти Син Божий, кинься звідсіль додолу; писано бо: Він ангелам своїм велітиме про тебе, щоб тебе зберігали; і: Вони знімуть тебе на руки, щоб ти, ногою своєю не спіткнувся о камінь." Але Ісус озвався до нього: "Сказано: Не спокушуватимеш Господа, Бога твого."

І скінчивши всі спокуси, диявол відійшов від нього до якогось часу.

### Євангеліє і ти

Перший тиждень Великого посту запрошує нас відправитися з Ісусом в пустелю.

Нам кажуть, що він, ведений Духом, пробув там впродовж сорока днів.

Ми читаємо у Святому Євангелії про страждання Ісуса в пустелі і всі труднощі випробування, які були на його шляху в тому, похмурому місці. Так що сьогодні Євангеліє – це запрошення для нас, щоб подорожувати «пкстелею». Прямо, лицем до лица зіткнутися із тим темним місцем, але без страху бо ми впевнені, що Бог, який подолав демонів пустелі, з нами завжди, щоб дати нам сили.

Майже кожне духовне начало має особливе місце для пустель, диких місць та інших таких місць, де нам страшно і де ми є в небезпеці через бурхливе море, диких звірів та загрозливих духів.

Але може бути й так, що те, що лякає нас ще більше, неприборканою та необробленою пусткою в наших серцях, незвідані й темні місця всередині нас від яких ми не йдемо. Можливо, ми боїмося того, що може бути захованим там, наскільки вразливі ми могли б бути, якщо б наважилися ближче поглянути. Що за дикі звірі і демони можуть полювати на нас? Ми чуємо себе занадто незатишно в тих місцях, за винятком нашого страху за фізичну безпеку, але часто не за наш здоровий глузд і наша святість (безгрішність?).

Може бути саме в цей піст ми дозволимо собі наважитися не боятися у наших серцях і умах.

Більшість людей думають про пустелю як про місце на мапі, але для моряків широке й відкрите море є такою ж пустелею. День за днем вони подорожують і, часто, не зустрічають жодного судна під час цих мандрів. І ця дика природа може бути непередбачуваною. За одну хвилину штилю у морі може здійснитися буря, яка кидає виклик їхній майстерності та витривалості.

У ті часи вони безумовно повинні бути впевнені, що Бог любить їх і особливо турбується про кожного з них. Можливо проста молитва з нашої «пустелі» сьогодні, на початку Великого посту, наприкінці цього святого періоду може бути: "з безодні, я благаю до Тебе, О Боже. Господе, почуй молитву мою".



# 17 березня 2019

## Друга неділя Великого Посту

### Євангеліє

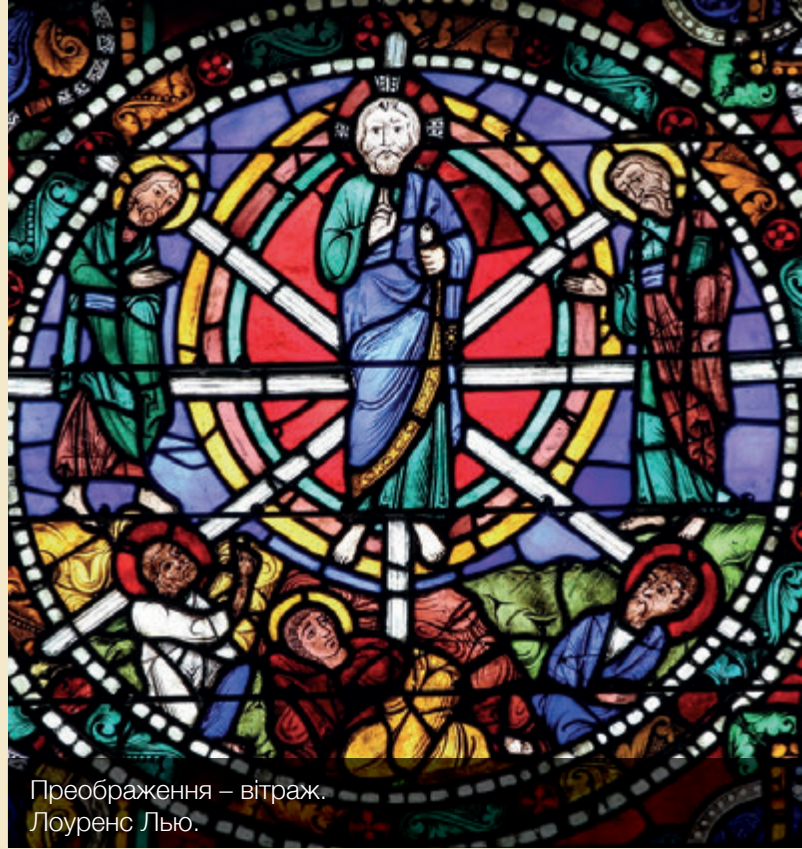
Читання від святого Луки 9:28-36

Ісус узяв з собою Петра, Івана та Якова й пішов аж на гору помолитись. І коли він молився, вигляд його обличчя став інший, а одежа – біла та блискуча. І ось два мужі з ним розмовляли: були то Мойсей та Ілля, що, з'явившись у славі, говорили про його смерть, якої він мав зазнати в Єрусалимі.

Петро й його товариші були зморені сном. Та як пробудилися, побачили його славу і двох мужів, що з ним стояли. А коли ці відходили від нього, Петро промовив до Ісуса: “Вчителю, добре нам тут бути! Зробимо три намети: один тобі, один Мойсееві й один Іллі.” Він не знав, що каже.

Коли він говорив це, насунулася хмара й огорнула їх, а учні налякалися, як ті ввійшли у хмару. І залунав голос з хмари. “Це Син мій, Обраний, слухайте його!”. І коли пролунав цей голос, Ісус один залишився. Учні мовчали, і нічого з того, що бачили, нікому тоді не оповідали.

Євангеліє від Господа.



Преображення – вітраж.  
Лоуренс Лью.

### Євангеліє і ти

У історії преображення ми знаходимо прекрасний зворушливий момент. Чисте небо, і Петро хотів, щоб це тривало. “Дозвольте залишитися тут вічно”.

Як і багато хто з нас, Петро, Яків та Іван виявили, що іноді важко зрозуміти, що відбувається перед нашими очима. Ісус залишався для них таємницею, і тепер він змінився, як він буде в Його прославленому тілі після Воскресіння. Як вони могли прийняти все це?

Петро пропонує побудувати три намети для Ісуса, Мойсея та Іллі.

Легко зрозуміти, що мав на увазі Петро, бо він не хотів, щоб цей момент закінчувався, але Ісус сказав учням, що вони повинні були спускатися з гори. Повернутися додолу, щоб зіткнутися із буденними і страшними речами нашого світу

важко, коли все так добре, що хочеться, щоб тривало вічно, чи не так?

Петро, Яків та Іван, які спустилися з гори, безумовно, повинні були закарбувати спогади про те, що вони бачили і відчували, тому що їм незабаром довелось зіткнутися з брутальністю того, що чекало незабаром – страждання та смерть людини, чию славу, вони щойно засвідчили.

Тож зберігання в пам'яті важливе для нас, в складні часи. Ми знаємо про можливості і знаємо, що це може бути знову. Тому давайте насолоджуватися спокійним морем та сонцем, тому що ці спогади будуть підтримувати нас, коли ми в оточенні бурі та темряви. Ми знаємо, наскільки добрі миті можуть бути, і вони знову можуть бути таким.

Нехай ми будемо сповнені Божої волі у всьому, що він нам надав, у служінні іншим, із сміливістю зіткнутися з невизначеністю та бентежністю.

## 24 березня 2019 Третя неділя Великого Посту

### Євангеліє

#### Читання від святого Луки 13:1-9

Того ж часу прибули деякі й розповіли йому про галилеїв, що їхню кров Пилат змішав з їхніми жертвами. Озвавшись, він сказав їм: "Гадаєте, що ті галилеї, тому що таке постраждали, були більші грішники, ніж усі галилеї? Ні, кажу вам, але як не покаєтесь, усі загинете так само. Або ті вісімнадцять, що на них упала башта Силоамська й їх забила, гадаєте, що були більш винні від усіх мешканців Єрусалиму? Ні, кажу вам, але як не покаєтесь, усі загинете так само."

І він розповів їм оцю притчу: "Один чоловік мав смоковницю, посаджену в його винограднику. Прийшов він і почав плода на ній шукати, та не знайшов."

Тоді він сказав до виноградаря: "Оце три роки, як я приходжу, шукаючи плода на цій смоковниці, і не знаходжу. Зрубай її: нащо й землю займає ще? А той озвався до нього: "Пане, лиши її ще на цей рік: я обкопаю навкруг неї і обкладу гноєм. Може, щось вродить на другий рік, а коли ні, то ти її зрубаєш."

Євангеліє від Господа.

Наше Євангеліє сьогодні розділено на два розділи. У першому ми підібрали певний конфлікт, який існував між галілеянами та правлячими римськими властями. Ісус засмучений новинами, які він чує про нехтування місцевими релігійними традиціями. Сумно теж про трагедію, яка забрала життя невинних людей. Чи може щось добре походити з того, що здається подібним до безнадійної трагедії?

### Євангеліє і ти

Він веде нас до притчі про фігове дерево, яке більше не схоже на мету.

Це не дало плоду протягом деякого часу, але це не означає, що воно ніколи не може бути врятованим і знову плідним.

Не в очах Ісуса. Він нагадує своїм слухачам, що завжди є другий шанс для всього, і, можливо, третій або четвертий шанс. Здається, що Бог ніколи не відмовляється від нас.

Саме ми можемо легко втратити своє серце.

Якщо фігове дерево потрібно додатково доглядати, то, можливо, воно може принести плоди в кінці кінців.

Я завжди думаю про Бога, який ніколи не відмовляється від нас. Незалежно від того, скільки разів ми зазнали невдачі в минулому, є бажаний будинок для людини, яка хоче спробувати ще раз – людину, яка готова спробувати поставити все правильно.

І якщо Бог ніколи не відмовляється від нас, чому ми повинні бути повільними, щоб дати другий шанс тим, хто хтось образив нас.

Є особливий тиск у житті з групою людей день за днем, наприклад, екіпаж на кораблі. Може виникнути напруженість і звинувачення, зроблені без реальної причини. Урок в Євангелії полягає в тому, що ми повинні навчитися прощати, щоб дати ще один шанс людям, які начебто нас ображають. Тільки таким чином ми можемо по-справжньому зрозуміти Бога «другого шансу», який завжди готовий пробачити нас і запропонувати підтримку, яку ми також потребуємо.



# 31 березня 2019 року четверта неділя Великого посту

## Євангеліє Читання з Святого Євангелія від Луки 15: 1-3, 11-32

Усі митарі й грішники приходили до нього, щоб його почути.

А фарисеї з книжниками нарікали: “Цей грішників приймає і їсть разом з ними.”

Тоді Ісус сказав до них цю притчу: “В одного чоловіка було два сини.

Молодший з них сказав батькові: Тату, дай мені ту частину маєтку, що мені припадає. І батько розділив між ними свій маєток.

Кілька днів потім, молодший, зібравши все, подався у край далекий і там розтратив свій маєток, живши розпусно.

І от як він усе прогайнував, настав великий голод у тім краю, і він почав бідувати.

Пішов він і найнявся до одного з мешканців того краю, і той послав його на своє поле пасти свині.

І він бажав би був наповнити живіт світ стручками, що їх їли свині, та й тих ніхто не давав йому.

Опам'ятавшись, він сказав до себе: Скільки то наймитів у мого батька мають подостатком хліба, а я тут з голоду конаю.

Встану та й піду до батька мого і скажу йому: Отче, я прогрішився проти неба й проти тебе!

Я недостойний більше зватися твоїм сином. Прийми мене як одного з твоїх наймитів.

І встав він і пішов до батька свого. І як він був ще далеко, побачив його батько його й, змилосердившись, побіг, на шию йому кинувся і поцілував його.

Тут син сказав до нього: Отче, я прогрішився проти неба й проти тебе. Я недостойний більше зватися твоїм сином.

А батько кликнув до слуг своїх: Притьмом принесіть найкращу одіж, одягніть його, дайте йому на руку перстень і сандалі на ноги.

Та приведіть годоване теля і заріжте, і їжмо, веселімся,

бо цей мій син був мертвий, і ожив, пропав був, і знайшовся. І вони заходились веселитися.

А старший його син був у полі; коли ж він, повертаючись, наблизився до дому, почув музику й танці.

Покликав він одного із слуг і спитав, що воно таке було б.

Той же сказав йому: Брат твій повернувся, і твій батько зарівав годоване теля, бо знайшов його живим-здоровим.

Розгнівався той і не хотів увійти. І вийшов тоді батько й почав його просити.

А той озвався до батька: Ось стільки років служу тобі й ніколи не переступив ні однієї заповіді твоєї, і ти не дав мені ніколи козеняти, щоб з друзями моїми повеселитись.

Коли повернувся цей син твій, що проїв твій маєток з блудницями, ти зарівав для нього годоване теля.

Батько ж сказав до нього: Ти завжди при мені, дитино, і все моє – твоє.

А веселитись і радіти треба було, бо оцей брат твій був мертвий і ожив, пропав був і знайшовся.”

Євангеліє від Господа

## Євангеліє і ти

Я часто думаю, що притча неправильно зрозуміла за назвою – Блудний Син. Насправді син не є ключовою фігурою в історії чи старший брат, але це Отець, який має бути в центрі історії. Це любов Батька до обох синів, яка є стрижнем до оповідання, а не марнотратність сина або гнів старшого брата.

Блудний син повертається, і нам сказано, що, коли він підходить до будинку, він репетирує свою промову. Ми ніколи не чуємо мови, тільки початок, тому що люблячому батькові не треба чути слова. Любов далеко перевершує все, що може сказати син. Батько дуже любить його, незважаючи на його дії, і нам сказали, що він виглядає за ним і бачить, як він іде “далеко”.

Настільки ж знайома реакція сина, який залишився «вдома» і виконував свій обов'язок. Але ми не розуміємо, як він відчував себе у цьому гніві? А може розуміємо?

На жаль, часто, почуття, під час випробувань, – це не радість і подяка за те, що їм дано можливість, а скоріше невдоволення, через тягар. Моряки часто кажуть мені, що іноді ці почуття стосуються їхнього життя. Вони виконують свої обов'язки, витрачаючи багато місяців в морі на користь близьких, але, можливо, переживають, що їхня жертвовність не завжди цінується.

Тому, можливо, історія, яку ми чуємо в сучасному Євангелії, закликає нас проявляти любов до батька, який відображає образ Божої любові до всіх нас у будь-якому місці, де б ми не були. Чи не бачимо ми себе в Євангелії, батьком?

## Добре життя Робота зі стресом на борту

Ми всі стикаємося зі стресовими подіями в нашому особистому, професійному або соціальному житті. Важливо пам'ятати, що не всі стреси є негативними, деякі стреси є позитивними, мотивуючи нас максималізувати нашу продуктивність і творчість.

На відміну від цього, "дистрес" – це негативний стрес, який "очевидний, коли людина сприймає себе як нездатну на здатність або ресурси для боротьби зі стресовою ситуацією" (Selye, 1976).

Стрес визначається як "негативний емоційний досвід, що супроводжується фізіологічними, когнітивними та поведінковими змінами та реакціями, спрямованими на зменшення або зміну стресової події або її наслідків" (Baum, 1990). Наскільки добре ми впораємось зі стресом, визначається нашою оцінкою стрес-фактора та ресурсами, доступними для ефективного вирішення стрес-факторів. Однозначно, мореплавство є важким заняттям, і моряки піддаються збільшенню кількості стресових факторів, пов'язаних з роботою: втома, тривалий час, одноманітність, шум, вібрація, зміна температури, багатонаціональне середовище, обмежений відпочинок, ізоляція, тривалий час віддаленість від дому. Іншими словами: "Фактори, які можуть спричинити дисбаланс між вимогами до праці та особистими ресурсами, що призводять до зниження фізичного та психологічного здоров'я та збільшення ризику нещасних випадків та травм". (Carotenuto et al., 2012). Більшість мореплавців можуть страждати від помірних чи високих стресів, які можуть призвести до порочного циклу нездорової поведінки, якої складно уникнути: порушення сну, нездорове харчування та збільшення ваги, що спричиняє психічні та фізичні недуги. Фізичні симптоми стресу включають: гнів, дратівливість, втому, нервозність, відсутність інтересу або мотивації, тривога, смуток, м'язова напруга, слабкість, запаморочення, головні болі, проблеми з травленням, болі у животі, зміни апетиту, порушення ерекції, зміни статевого потягу та стоматологічні проблеми...

### Поради щодо боротьби зі стресом

- 1** Визначте сильні сторони та навички, що підвищують вашу довіру. Подумайте про ресурс виживання, який допоміг вам впоратися зі стресовим досвідом у минулому.
- 2** Оцініть, визнайте та розвивайте свої творчі ресурси: таланти, риси, навички та компетенції. Які ваші ресурси? Оптимізм, гумор або гнучкість?
- 3** Оцініть свої ресурси. Чи вони внутрішні чи зовнішні? Внутрішні ресурси відносяться до рис особистості, такі як гумор, оптимізм, мужність,

гнучкість, духовні зв'язки або відповідальність. Зовнішні ресурси можуть бути хоббі, діяльність, командні або релігійні об'єднання або соціальна підтримка.

- 4** Використовуйте пізнавальну переоцінку при оцінці негативної події. Зверніть увагу на негативне мислення, що спричиняє у вас емоційне напруження. В основному, ми інтерпретуємо події, які викликають негативні емоції.
- 5** Залучіть та взаємодійте з іншими людьми на борту. Не ізолюйте себе – цікавтесь навчанням та взаємодією з партнерами по команді.
- 6** Створіть відкритий канал комунікації з тими, кому ви довіряєте, щоб обговорити свої труднощі чи проблеми.
- 7** Не дозволяйте емоціям володіти Вами. Коли щось вас турбує, негайно поговоріть – не перетворюйте їх на лютість, смуток або обурення.
- 8** Будьте реалістичними щодо ваших очікувань.
- 9** Бути відповідальним за ваші дії.
- 10** Розвивайте здоровий спосіб життя, вживаючи збалансовану їжу, підтримуючи графік сну та відпочинку, регулярно тренуйтеся та беручи участь у відпочинкових заходах.
- 11** Ведіть щоденник, щоб відслідковувати свої думки та почуття.
- 12** Практикуйте уважність та техніки релаксації.

### Увага

Дослідження показують, що щоденні вправи знижують стрес і симптоми, пов'язані зі стресом.

Несприятливий досвід може перешкоджати нашій здатності залишатися "присутнім", тому ми можемо зосередитися на негативних подіях, болісних спогадах або турботах про майбутнє. Коли ми опиняємося в минулому або болісних спогадах, ми позбавляємо себе необхідних ресурсів для вирішення проблеми сучасності. Розуміння може допомогти нам виявити ресурси, необхідні для подолання стресових явищ у сьогоднішні. На основі позитивного досвіду можна полегшити або полегшити тягар стресових і важких моментів.

Ця порада була складена Програмою охорони здоров'я Клубу P & I Club UK за допомогою наших психологічних та психометричних партнерів зі скринінгу I.M.E.Q. Ви можете переглянути їх відео за адресою: <https://youtu.be/4NAjL8cGN4g>



# Порт Фокус: Кейптаун, Південна Африка



Район навколо Південної частини Африканського континенту вперше названий португальськими дослідниками, як мис Бурь, завдяки своїй репутації бурхливої погоди, і пізніше був перейменований в мис Доброї Надії, оскільки воно стало зупинкою між Європою та Індією.

Кейптаун заснували трейдери з Східно-Індійської компанії в 1650-х роках і згодом він перетворився на законодавчу столицю Південної Африки, де знаходиться її парламент. Острів Роббен, знаменита в'язниця, де Нельсона Манделлу утримували більше 18 років, знаходиться біля берегів Кейптауна.

Порт Кейптауна стратегічно розташований у південній частині Африки. Наш порт обслуговує різні судна, це: контейнеровози, різного типу навалювальні судна, велика кількість риболовецьких та пасажирських суден.

Різноманітність суден, що надходять до нашого порту, пов'язана з тим, що глибина входу до нашої гавані становить 15,9 метра, і вона досить широка на вході для розміщення більшості суден.

## Порт Кейптауна працює 24 години на добу 365 днів на рік.



Іншою причиною зайнятості порту є кількість сухих доків та судоремонт у гавані, що підходить для ремонту суден за найбільш прийнятною ціною. Кейптаун переважно християнський, і у нас є велика кількість римо-католицьких церков в Кейптауні та навколо нього, із Собором Святої Марії (влучно названий на честь Матері Марії, покровительки моряків), що знаходиться в центрі міста.

Центр, який обслуговує моряків, знаходиться в безпосередній близькості від гавані та пропонує безкоштовний автобус для моряків до центру та звідси. Морський Апостолят (Stella maris) є однією з організацій опіки в Кейптауні, де опікуються усіма моряками, і ми надаємо пастирську допомогу командою священиків, відвідуванням кораблів та Божественної літургії на борту суден, на запрошення, відвідування лікарні і т. д.



### Контакти в Кейптауні

М.Р. НИКОЛАС БАРЕНД НАЦІОНАЛЬНИЙ ДИРЕКТОР – АОС, ПІВДЕННА АФРИКА  
м.т. +27 (0) 83 259 5745  
Електронна пошта [nicholas.barends@stellamarismail.org](mailto:nicholas.barends@stellamarismail.org)  
[www.apostleshipofthesea.org.za](http://www.apostleshipofthesea.org.za)

РИМО-КАТОЛИЦЬКЕ ЦЕРКОВНЕ СЛУЖІННЯ  
КЕЙПТАУН

Щоденно 19:30 Свята Месса  
Сповідь перед месою або за домовленістю.  
FR GERARDO GARCIA CS  
Католицький порт капелан Кейптауна  
Тел. +27 (0) 21 461 4324  
м.т.+27 (0) 83 583 7490

*ПРИМІТКА: Святу Месу можна організувати домовленістю в портах Дурбан, Порт-Елізабет, Річардс-Бей і Моссел-Бей.*



## Історії віри

**Коли Дуглас Дункан одягає свою оранжеву каску і сигнальний жилет, і крокує по набережній під кранами, які хитаються в порту Абердін, він виглядає як будь-який інший працівник доку. Але він має зовсім іншу роботу: привести Христа до моряків, які опиняються на чужому краї, за сотні або й тисячі миль від їхніх сімей.**

Кілька років тому Дуглас взяв на себе роль капелана Морського Апостоляту порту, який охоплював Абердін і північно-східне узбережжя Шотландії. Це дуже далеко від його попередньої роботи – менеджера однією з великих будівельних компаній Великобританії, він вирішив вийти на пенсію, щоб присвятити більше часу своїй сім'ї та Церкві.

“За короткий час після виходу на пенсію я дізнався, що Морський Апостолят потребує портового капелана в Абердіні та районі Північного Сходу. Після тижневої молитви я відчув, що Бог хоче, щоб я зробив це. Я подав заявку, мав співбесіду та мені запропонували роботу в травні минулого року”, – сказав він.

Його служіння включає надання морякам доступу до Інтернету або транспортування до місцевих магазинів, також організація Служби або молитви на борту чи відвідання хворого мореплавця в лікарні.

“Коли я відвідую кораблі, я намагаюся піклуватися про духовне та соціальне благополуччя моряків, яких я зустрічаю. Морський Апостолят надав цінні знання, і я відчував себе повністю готовим за допомогою Святого Духа для задоволення потреб моряків. “Як тільки екіпаж зрозуміє, що ми дбаємо за їхні інтереси, нас приймають як друзів.

“Перед заходом на корабель я впевнений, що у мене є Божа опіка і покриваю себе молитвою. Наскільки можливо, я намагаюся подарувати молитовник моряку, і, якщо це прийнятно, я пропоную молитовне служіння. Здається, що я приношу Христа на борт”.

Багато мореплавців Дуглас зустрічає з Філіппін і вони мають сильну католицьку віру. “У Пітерхеді я відвідав корабель, де було декілька філіппінців, і після нашої зустрічі з капітаном він попросив усіх своїх людей зустрітись на камбузі, і я як капелан був на борту. Я зустрівся з командою, і ми читали Євангеліє разом і обговорювали, що означає для них читання. Чудово було відчувати і знати, що Святий Дух був з нами. Пара моряків привітала молитовне служіння, і я знав, що я в потрібний час в потрібному місці.

“Мені довелося також мати справу з філіппінським моряком, який, втративши свою дочку через серцеву недостатність три роки тому, ще й дізнався, що його будинок був сильно пошкоджений тайфуном.

“Я допоміг йому практично, включаючи безкоштовні телефонні картки, щоб зателефонувати своїй родині додому, оскільки він був у морі впродовж чотирьох місяців. Я також дав йому Біблію та галог. Ми молилися разом, запросивши Святого Духа в його життя “.

Коли Дуглас виходить на борт корабля, він не завжди отримує теплий прийом. “Ми повинні пам’ятати, що корабель – це дім моряка, на якому він може перебувати на борту від місяця до року в будь-який час. Іноді ви отримуєте відчуття, що вам не подобається, коли ви піднімаєтесь трапом, оскільки різні люди – безпека, митниця, суднове агентство – відвідують корабель, коли він прибуває в порт, щоб переконатися, що все в порядку.

“Одного разу, відвідавши корабель з України, і я відчував себе не дуже небажаним. Але ми продовжували говорити на палубі. Тоді я запитав, чи потребують в екіпажі телефонні картки.

“Нас тоді запросили у всередину і ми дізналися, що екіпаж не говорив зі своїми близькими з дому протягом кількох тижнів. Вони були задоволені тим, що ми могли б допомогти, поповнити їхні телефони. При подальшому спілкуванні ми зрозуміли, що їм бракує елементарних речей, таких як зубна паста, дезодорант та мило. Тоді, ми організували поїздку, коли вони закінчили зміну, у місцевий магазин.

“Ми повернулися за півтори години, на їхнє здивування, оскільки я думаю, вони припускали, що ми не повернемося. Їм було дуже приємно, що їх довели до магазину, добре завантаживши мій автомобіль. Те, що було дуже важкою справою, спілкувавшись один з одним, коли ми вперше познайомилися, стало набагато простіше завдяки Божій любові. Ми залишили по собі більш щасливий корабель “.

Хоча Дуглас був причетним до своєї парафії св. Колумба в містечку Дон, що в передмісті Абердіна, протягом 30 років його віра насправді не була живою, поки він не відвідував альфа-курс, визнав він.

“Десять років тому моя дружина Деніза переконала мене відвідувати альфа-курс у парафії. Це стимулювало нас обох, і ми продовжували Жити в Дусі у соборі Св. Марії. Це повністю змінило наше життя, і ми розвинули бажання Святого Духа.

“Ми стали частиною харизматичної групи в соборі, і коли наша парафіяльна церква отримала нового священика, сповненого Святого Духа, він запропонував, щоб Деніз і я почали курс Альфи. Ми були здивовані тим, що перший рік відвідували 30 людей, і ми продовжили життя в духовних семінарах. Слідом за цим наш священик закликав нас розпочати молитовну групу, яку ми назвали “Будинок хліба”, пояснив він.

Нічна молитва на вівторок скоро зросла, і зараз від тридцяти п’яти до сорока п’яти людей зазвичай її відвідують. “Святий Дух, створив міцну громаду. На жаль, Деніз було поставлено діагноз пухлини мозку чотири роки тому і її не стало. Я дійсно вірю, що Святий Дух зміцнив мою віру, щоб допомогти мені в цей період “.

Роздумуючи про своє служіння в Морському Апостоляті, Даг сказав: “Католицька церква, нас заохочує служити людям. Ісус сказав, коли ви приймаєте чужинців, ви приймаєте Мене. І я, як капелан порту, будучи вдома, зустрічаючи чужинців на наших берегах тут, на північному сході Шотландії. І Святий Дух є зі мною на кожному кроці шляху “.

*Ця стаття була вперше опублікована в журналі Good News Magazine Greg Watts.*



Єпископ Х'ю Гілберт Абердинський і Дуглас Дункан під час відвідин судна Малавія Севен в порту міста Абердин



### Небесний Отче,

ми молимося Тобі за тих, хто в небезпечному океані, щоб Ти огорнув їх своїм могутнім захистом і дав їм успіх у всіх їхніх праведних діяннях. Дай їм у всі години потреби побачити, що у них є Бог, який пам'ятає їх, і даруй благодать у годину небезпеки тим, хто довіряє Тобі свої душі .

Господи, Ісусе Христе, Хто може стихити бурю і навести штиль, і втихомирити ревучі хвилі до спокою, покажи їм, хто взиває до Тебе з глибини, що Ти почув їхню молитву і врятував їх. І, наприкінці, привів нас до єдиного безпечного порту.

Амінь.



**Apostleship  
of the Sea**

Supporting Seafarers Worldwide