

**УКРАЇНСЬКА ПРАВОСЛАВНА
КАТЕДРА СВЯТОЇ СОФІЇ**

23 лютого 2025 р.

ПАРАФІЯЛЬНИЙ БЮЛЕТЕНЬ



**ST. SOPHIE UKRAINIAN
ORTHODOX CATHEDRAL**

February 23, 2025

PARISH BULLETIN

Настоятель: Прот. о. Володимир Кушнір * **Parish Priest:** Very Rev. Archpriest Volodymyr Kouchnir
тел/home tel: 514-727-2236 **моб/cell:** 514-947-2235 **email:** kouchnir.volodymyr@gmail.com
Голова парафіяльної ради: Олег Камізерко **Parish Council President:** Oleg Kamizerko, kamizerko@gmail.com
Церковна адреса/Church Address: 6250 12th avenue, Montreal (Quebec) H1X 3A5
Вебсайт/Website: www.stsophiemontreal.com **email:** stsophiemtl@gmail.com
Facebook: OFFICIAL Saint Sophie Ukrainian Orthodox Cathedral
КАНАЛ YOUTUBE: Saint Sophie Montreal

РОЗКЛАД БОГОСЛУЖІНЬ

Свята Тайна Сповідь щонеділі від 9:30 - 9:50

ЛЮТИЙ

- 22** - М'ясопусна задушна субота. Літургія 10:00
23 - Неділя м'ясопусна, про Страшний суд. Літургія 10:00

БЕРЕЗЕНЬ

- 2** - Неділя сиропусна. Літургія 9:30 у двох мовах. Після Літургії Вечірня з чином прощення.
3 - Понеділок - Читання Канону Андрія Критського 19:00. 1-ий день Великого Посту.
4 - Вівторок - Читання Канону Андрія Критського 19:00
5 - Середа -Літургія Раніш Освячений Дарів 19:00
8 - Субота Св. Феодора. Літургія 10:00. Вечірня і Сорокоусти - 17:00
9 - 1-ша неділя Великого Посту, Неділя Православ'я. Літургія 10:00.
12 - Середа -Літургія Раніш Освячений Дарів 19:00
15 - 1-ша Задушна субота. Літургія 10:00. Вечірня і Сорокоусти - 17:00
16 - 2-га неділя Великого Посту, Св. Григорія Палами, арх. Фессалонікійського. Літургія 10:00.
19 - Середа. Літургія Ранішосвячених Дарів. Сповідь 17:30. Літургія - 19:00
22 - 2-га Задушна субота. Літургія 10:00. Вечірня і Сорокоусти - 17:00

SCHEDULE OF SERVICES

Confession every Sunday 9:30 – 9:50 am

FEBRUARY

- 22** - Meatfare Soul Saturday. Liturgy at 10:00 am.
23 - Meatfare Sunday, commemoration of the Awesome Judgement. Liturgy at 10:00 am.

MARCH

- 2** - Cheesefare Sunday. Bilingual Liturgy at 9:30 am. Forgiveness Vespers following the Liturgy.
3 - Monday, Reading of The Great Canon of St. Andrew of Crete - 7:00 pm. 1st day of Lent.
4 - Tuesday, Reading of The Great Canon of St. Andrew of Crete - 7:00 pm.
5 - Wednesday - Liturgy of the Presanctified Gifts 7:00 pm.
8 – Saturday of St. Theodore. Liturgy at 10:00 am. Vespers & Sorokousty at 5:00 pm.
9 - 1st Sunday of the Great Fast. Sunday of Orthodoxy. Divine Liturgy at 10:00 am.
12 - Wednesday - Liturgy of the Presanctified Gifts 7:00 pm
15 – 1st Soul Saturday. Liturgy at 10:00 am. Vespers & Sorokousty at 5:00 pm.
16 - 2nd Sunday of Lent. St. Gregory Palamas, Archbp. of Thessalonica. Liturgy at 10:00 am
19 - Wednesday. Liturgy of Presanctified Gifts. Confession at 5:30 pm. Liturgy at 7:00 pm
22 – 2nd Soul Saturday. Liturgy at 10:00 am. Vespers & Sorokousty at 5:00 pm

| | |
|---|--|
| <p>23 - 3-тя неділя Великого Посту. Поклоніння Чесного Хреста. Літургія 10:00.</p> <p>25 - Вівторок. Благовіщення Пресв. Богородиці. Літургія 10:00</p> <p>26 - Середа. Літургія Ранішосвячених Дарів. Сповідь 17:30. Літургія - 19:00</p> <p>29 - 3-тя Задушна субота. Літургія 10:00. Вечірня і Сорокоусти - 17:00</p> <p>30 - 4-та неділя Великого Посту. Прп. Івана Ліствичника. Літургія 10:00. Після Літургії панахида (громадські поминки) за спочилих парафіян і членів БХМ.</p> | <p>23 - 3rd Sunday of Lent. Veneration of the Cross. Liturgy at 10:00 am.</p> <p>25 – Tuesday. Annunciation of the Most Holy Theotokos. Liturgy at 10:00 am.</p> <p>26 - Wednesday. Liturgy of Presanctified Gifts. Confession at 5:30 pm. Liturgy at 7:00 pm.</p> <p>29 – 3rd Soul Saturday. Liturgy at 10:00 am. Vespers & Sorokousty at 5:00 pm.</p> <p>30 – 4th Sunday of Lent. Ven. John Climacus. Liturgy at 10:00 am. After Liturgy there will be a Panakhida for the deceased members of our parish and BXM.</p> |
|---|--|

Потребують наших молитов: Теодосія Бавер, Євгенія Підвисоцька, Юлія Пушкар, Стефанія Шевчук, Данило Стечишин, Олеся Волощук, Маруся Зимовець, Юрій Панчук, Галина Вакулін, Марія Двигайло Житинська, Софія Олянська, Анна Лах, Оксана Хан, Анна Клим Дудас, Діана Головнич, Маріанна Підвисоцька.

Prayers for health: Theodosia Bawer, Jennie Pidwysocky, Julie Puszkas, Stella Shewchuk, Dan Stechysin, Lesia Voloshchuk, Marusia Zymowec, George Panciuk, Halyna Wakulin, Mary Dwyhajlo Zytynsky, Sophie Oliansky, Anna Lach, Oksana Chan, Anna Klym Dudas, Diana Holovnych, Maryann Pidwysocky.

ПАРАФІЯЛЬНІ ПОДІЇ ТА ОГолоШЕННЯ

ЧЛЕНСЬКА ВКЛАДКА: Згідно з голосуванням на річних загальних зборах, які відбулися 9-го лютого, 2025 року, членські внески на 2025 рік залишаться незмінною: **одинокі — \$225, родина (жінка/чоловік) — \$450.**

Присяга новообраної Церковної Ради на 2025-26 рік, відбудеться в неділю, 23-го лютого, після Літургії.

Пригадуємо, що 24-го лютого весь український народ відзначатиме третю річницю повномасштабного російського вторгнення в Україну.

Нашим святим обов'язком є невпинно підтримувати наш український народ, наших хоробрих воїнів, наших захисників і захисниць, і всіх відданих у Христі, братів і сестер і молитися за перемогу, доки наша Батьківщина бореться в цій безбожній і жорстокій війні за свою свободу і незалежність.

З благословення Єпископа Андрія, у неділю 23-го лютого, 2025 р.Б, на Божественній Літургії будемо молитися за загиблих воїнів, за всіх невинно вбитих дітей, братів і сестер в цій війні, а після Святої

Літургії, відслужиться Молебень за здоров'я поранених, за всіх біженців і вимушено переселених осіб і за добробут і процвітання нашої Батьківщини-України.

ВИПІКАННЯ ПАСОК: як кожного року, ми звертаємося до всіх бажаючих, що будемо пекти великодні паски в нашій церковній залі Собору Святої Софії, починаючи з першого тижня місяця березня. Будь ласка, нам потрібна поміч протягом цілого місяця березня, та перших 2 тижні у квітні. Приєднайтеся до нас, щоб підтримувати наші українські традиції! Бажаючі допомогти нам, дуже просимо звернутися до Анни Малиновської, Тел: 514-232-2818 до 1-го березня, 2025 р. Б. Щиро вам дякуємо заздалегідь.

ЧЕРГОВІ ЗБОРИ ЦЕРКОВНОЇ РАДИ: відбудуться у вівторок, 4 березня, 2025, о 18:30 в онлайн режимі. Члени парафії, які зацікавлені взяти участь у зборах, будь ласка зверніться до Олега Камізерко, голова церковної ради (kamizerko@gmail.com).

ЦЕРКОВНИЙ ХОР: Репетиції хору по неділях о 9:00 та 13:00. За інформаціями звертайтеся до Галини Ваверчак (514) 620-9494. Запрошуємо нових хористів!

ЗУСТРІЧ ЗА КАВОЮ: Щонеділі після Літургії в церковній залі запрошуємо всіх бажаючих на каву, чай і солодке та до родинного спілкування.

ВІДВІДИНИ ХВОРИХ: пригадую, що якщо хтось із наших парафіян потрапив до лікарні, звертаюся до родини повідомити о. Володимира. Також повідомте настоятеля коли особа була виписана з лікарні чи до старечого будинку.

НЕДІЛЬНА ШКОЛА ПРИ ПАРАФІЇ: Навчання релігії з 10:00 - 10:45 в церковній залі. Запрошуємо. За додатковою інформацією звертайтеся до о. Володимира 514-947-2235.

Наші вареники тепер є в продажі. Можна замовляти у Олени Гели, 514-626-1625

ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ

МАНІФЕСТАЦІЯ: 24 лютого 2025 року минає три роки від початку повномасштабного збройного вторгнення російської федерації на територію України. У ці дні українці об'єднуються, щоб знову привернути увагу світової громадськості до війни. 3-тій рік боротьби України проти рашистської навали остаточно відкрив світові сутність терористичного путінського режиму.

Отже, в неділю, 23-лютого, 2025, в центрі Монреалю, на площі Square Phillips, centre city, 14:00 відбудеться маніфестація. Розпочинається хода о 13:00 кут (Dorchester Square and Peel).

Всіх запрошую взяти участь в цій маніфістації. Ми дякуємо нашим захисникам і захисницям, Збройним Силам України, Національній Гвардії України, волонтерам.

Ми запрошуємо нашу чисельну українську громаду до участі, проявити нашу солідарність.

ПЕРЕКАЗАТИ ПОЖЕРТВУ ДЛЯ ЦЕРКВИ АБО ЗАПЛАТИТИ СВОЮ ЧЛЕНСЬКУ ВКЛАДКУ: НАТИСНІТЬ: www.canadahelps.org або можна вислати через "Interac e-Transfer" на адресу stsophiemtl@gmail.com. Для e-Transfers будь ласка використовуйте пароль **church**. Дякуємо за ваші щирі пожертви.

ЩОБ ДОПОМОГТИ ВАШІЙ ЦЕРКВІ, ВИ МОЖЕТЕ З ЗА ДОПОМОГОЮ ЦІЄЇ ПРОГРАМИ (PAD), БЕЗПОСЕРЕДНЬО З ВАШОГО БАНКІВСЬКОГО РАХУНКУ:

Для вашої зручності та підтримки вашої церкви, БУДЬ ЛАСКА, розгляньте можливість приєднатися до нашої програми PAD. (ФОРМИ НА Вебсайт www.stsophiemontreal.com).

Не забувайте, існують поточні витрати, необхідні для підтримки вашої парафії. І лише через регулярність ми можемо забезпечити стабільність та фінансовий ріст нашої церкви не тільки для тепер, але для у майбутньому.

ВЕЛИКИЙ ПІСТ

Наближається Великий Піст, період особливий для нашого духовного зростання. Коли люди думають про Великий піст, то потрібно підкреслити, що наріжним каменем Великого посту є не обмеження у їжі, а покаяння та зростання у вірі.

Коли ми говоримо про піст, то найперше нам спадає на думку стримування від м'ясних чи молочних продуктів.

Про піст, як про один із засобів порятунку душі, свідчить нам Священне Писання.

Коли за гріхи жителів міста Ніневії Господь засудив до знищення, подібно до Содому і Гоморри, і послав сповістити їм про це пророка Йону, то цар Ніневії: "...установив із престолу свого, і зняв із себе царський убір, одягся у веретище, і сів на попелі, і повелів проголосити та сказати у Ніневії від імені царя і вельмож його: "Щоб ні люди, ні худоба, ні воли, ні вівці нічого не їли, не ходили на пасовище і води не пили ...і сильно волали до Бога, і щоб кожен навернувся від злого шляху свого і від насильства рук своїх".

І побачив Бог діла їхні, що вони навернулися від злого путі свого, і пожалів Бог щодо біди, про яку сказав, що наведе на них, і не навів" (Іони 3:6-10)

На цьому прикладі можна бачити, що піст, як вираження покаяння і туги про гріхи, відводить гнів Божий від того, хто кається. Але не лише вираженням покаяння і жертвою примирення за гріхи є піст. **Піст — це засіб, який використовується для духовного зростання. Ми часто розуміємо піст, як форму позбавлення, а не як духовну дисципліну, зростання у вірі,**

викорінення своїх поганих звичок.

Нижче наведено рекомендації щодо деяких рівнів посту, в залежності до стану фізичного здоров'я.

Рівень перший: піст від м'яса щосередини, щоп'ятниці та протягом Страсного тижня.

Рівень другий: піст від м'яса та риби щосередини, щоп'ятниці та протягом Страсного тижня.

Третій рівень: постити від м'яса весь Великий піст і Страсний тиждень.

Четвертий рівень: постити від м'яса та риби протягом усього Великого посту та Страсного тижня.

П'ятий рівень: так само як і четвертий, але ще й виключає молочні продукти протягом Страсного тижня.

Шостий рівень: так само як і четвертий рівень, але ще й виключає молочні продукти в середу та п'ятницю та протягом Страсного тижня.

Рівень сьомий: так само як і четвертий рівень, але ще й виключає молочні продукти протягом усього посту та Страсного тижня.

Рівень восьмий: так само як і рівень сьомий, але виключає олію та вино під час Страсного тижня.

Дев'ятий рівень: суворий піст протягом усього Великого посту. Заборонено м'ясо, рибу, молочні продукти, вино та олію.

****Риба дозволена 25 березня (Благовіщення) та у Вербну неділю; олія та вино дозволени в суботу та неділю, крім Великої суботи. Але це для тих, хто строго дотримується Великого Посту.**

Виберіть для себе, який рівень вам підходить. Однак важливішим постом від їжі — це утримуватися від руйнівної практики злослів'я.

Насправді якщо ви постите, і вас запросили до когось додому на вечерю, де подають м'ясо, не робіть великої проблеми з вашого посту. Крім того, не засуджуйте тих, хто не постить так, як ви. Святий Павло нагадує нам у Посланні до Римлян 14:3-4: «Той, хто їсть, нехай не зневажає того, хто стримується, і той, хто стримується, нехай не судить того, хто їсть, бо Бог прийняв його. Хто ти такий, щоб судити чужого слугу? Перед своїм Господом він стоїть чи падає». Як говорить нам Христос, наш піст бачить наш Отець, "що в тайні, віддасть вам явно".

Цей рід лікується молитвою і постом. Великий піст – це нагода для покаяння, усвідомлення своїх гріхів. Бо тільки чисті серцем можуть побачити Бога. Це мета великопісної подорожі.

PARISH EVENTS AND ANNOUNCEMENTS

MEMBERSHIP FEES: As voted at the Annual General Meeting on February 9, 2025, the membership fees for 2025 will remain the same: Single \$225 and Family \$450.

Members of the newly elected council will take the oath following the Divine Liturgy on February 23, 2025.

On February 24, the entire Ukrainian nation will mark the third anniversary of Russia's full-scale invasion of Ukraine. It is our sacred duty to unceasingly support our Ukrainian people, our brave soldiers, our defenders, and all our brothers and sisters in Christ, and to pray for victory as our homeland fights this ungodly and brutal war for its freedom and independence. With the blessing of Bishop Andriy, on Sunday, February 23, 2025, at the Divine Liturgy we will pray for the fallen soldiers, for all the innocent children, brothers and sisters killed in this war, and after the Divine Liturgy, a Prayer Service will be held for the health of the wounded, for all refugees and internally displaced persons and for the welfare and prosperity of our Motherland Ukraine.

VOLUNTEERS: As every year, we are asking for volunteers to bake paskas for Easter, starting the first week in March. Please consider volunteering during March and the first 2 weeks of April. Join us in keeping up our Ukrainian traditions! Please call Anna Malinowsky, 514-232-2818, before March 1st.

PARISH COUNCIL MONTHLY MEETING: Tuesday, March 4, 2025 at 6:30 pm online. If parishioners are interested in participating in a meeting, please contact Oleg Kamizerko, kamizerko@gmail.com.

CHURCH CHOIR: Rehearsals are on Sundays at 9:00 am and at 1:00 pm. For more information, please contact Helena Waverchuck at (514) 620-9494. New members are always welcome!

FELLOWSHIP HOUR: Every Sunday, after Divine Liturgy, join us for coffee and refreshments. This is an opportunity for our parishioners to meet and welcome guests to our family parish. We very much appreciate donations that help cover the costs.

VISITING THE SICK: Please inform Fr Volodymyr when a parishioner is admitted or discharged from a hospital or nursing home.

SUNDAY SCHOOL: Religious education will be held in the church hall from 10:00 – 10:45 pm. For more information please contact Fr. Volodymyr at 514-947-2235.

YOUTUBE CHANNEL: Saint Sophie Montreal. We are streaming our services from YouTube. Please subscribe!
<https://www.youtube.com/@saintsophiemontreal>

Our varenyky are for sale. They can be ordered from Elena Gella, 514-626-1625

GENERAL INFORMATION

DEMONSTRATION: February 24, 2025 marks three years since the beginning of the full-scale armed invasion of Ukraine by the Russian Federation. Ukrainians are uniting to draw the world's attention to the war once again. The 3rd year of Ukraine's struggle against the racist invasion has finally revealed to the world the essence of the terrorist Putin regime. So, on Sunday, February 23, 2025, a demonstration will take place in downtown Montreal, at Phillips Square at 2:00 pm. The march starts at 1:00 pm at the corner of Dorchester Square and Peel. We invite everyone to take part in this demonstration to show our solidarity. We thank our defenders, the Armed Forces of Ukraine, the National Guard of Ukraine, and volunteers.

ONLINE DONATIONS & MEMBERSHIP PAYMENTS can be made by visiting www.canadahelps.org or via Interac e-Transfer to stsophiemtl@gmail.com. For e-Transfers please use password **church**. Thank you for your generosity.

YOU CAN NOW PAY WITH PRE-AUTHORIZED DEBITS:

Help your church by joining pre-authorized (PAD) payments. (Forms available on our website www.stsophiemontreal.com). For your convenience and to support your church with ongoing and consistent support, PLEASE consider joining our PAD program. Even when you're not in church, there are still regular operating costs required to maintain our parish. And it is only through regular donations that we can ensure the church will be here for all of us in the future.

Father Stavros N. Akrotirianakis

Jesus said, 'and when you fast, do not look dismal, like the hypocrites, for they disfigure their faces that their fasting may be seen by men. Truly, I say to you, they have received their reward. But when you fast, anoint your head and wash your face, that your fasting may not be seen by men but by your Father who is in secret; and your father who sees in secret will reward you:' Matthew 6: 16-18
(Gospel of Cheesefare Sunday)

When people think of the word "Lent," the word "fasting" is one of the first things that comes to mind. The cornerstone of Lent is not fasting, but repentance and growing in our faith. Fasting is a tool that is used to assist in spiritual growth. Fasting is also mischaracterized as a form of deprivation, rather than a spiritual discipline. Because fasting is so misunderstood, it is many times done incorrectly.

In the Orthodox world, we use the word "passions" to describe tendencies that each person has that lead us to sin. Each of us has a "passion" for anger, lust, power, greed, ego, etc. We do not get through life without wrestling with each of these, sometimes on a daily basis. The most basic "passion" is hunger. While we can go a day without a lustful thought or an angry thought, we can't go more than a few hours without a hungry thought. So, if we can or tame our passion for eating, we can hopefully tame our other

passions. If we can discipline ourselves to go without certain kinds of food, we can hopefully discipline ourselves so that we can go without certain kinds of behavior that are spiritually destructive. Thus, fasting is not about giving up something only to get it back. Fasting is about getting control of our passions, maintaining control over them, and ultimately giving control of ourselves to God.

It is the Orthodox Tradition to fast from food products that contain blood. So, we fast from meat, fish, dairy products, oil, and wine. (Oil and wine, up until the last couple of centuries, were stored in skins of animals. This is why we can eat grapes and olives, we cannot have wine or olive oil. If the fasting "rules" were ever to be reviewed and updated, the prohibition on oil and wine would have to be examined.) We can eat shellfish because they do not contain blood. Christ shed His blood for us, so we do not consume any "blood" or "animal" products. It is the Tradition of the church to fast for the entirety of Great Lent and Holy Week. The week after the Publican and the Pharisee is fast, as is the week after Pascha and Pentecost (and Christmas). The week before Great Lent, we are only required to fast from meat, not dairy products. Outside of Lent, it is Tradition to fast every Wednesday (in honor of the betrayal of Christ) and Friday (in honor of His Crucifixion).

Below is a guide of some levels of fasting:

Level one -- Fast from meat on Wednesdays and Fridays and during Holy Week

Level two -- Fast from meat and fish on Wednesdays and Fridays and during Holy Week

Level three -- Fast from meat the entirety of Lent and Holy Week

Level four -- Fast from meat and fish the entirety of Lent and Holy Week

Level five -- Level four and eliminate dairy products during Holy Week

Level six -- Level four and eliminate dairy products on Wednesday and Fridays and during Holy Week.

Level seven -- Level four plus eliminate dairy products during all of Lent and Holy Week

Level eight -- Level seven plus eliminate oil and wine during Holy Week

Level nine -- The strict fast - no meat, fish, dairy products, wine or oil during the entirety of Great Lent

**Fish is allowed on March 25 (Annunciation) and Palm Sunday; oil and wine are allowed on Saturdays and Sundays, except for Holy Saturday.

After a few years at one level, challenge yourself to go up a level.

More important, however, than fasting from food, is fasting from the behaviors that are spiritually destructive. We need to fast from things that get us in trouble - perhaps the television, alcohol, inappropriate materials on the computer and in movies, foul language, etc. Fasting also does not mean "looking" deprived, complaining about what you can't eat, or making a show of your fasting. In fact, if you are fasting and you are invited to someone's home for dinner and they serve meat, eat the meat, don't make a big deal out of your fasting. Also, do not pass judgment on others who are not fasting to the degree you are. Saint Paul reminds us in Romans 14:3-4: "Let not him who eats despise him who abstains, and let not him who abstains pass judgment on him who eats; for God has welcomed him. Who are you to pass judgment on the servant of another? It is before his own Master that he stands or falls." As Christ tells us, our fasting is seen by our "Father who is in secret," and He will reward us for our efforts.

Again, Lent is not a season of deprivation, nor should we "give up" something only to get it back once Lent is over. Lent is about repentance, and making small and permanent changes to bring us closer to the Lord, changes that will last long after Lent is over. This is the purpose of the Lenten journey. Fasting is an aid to help us in this.