

# Українська Православна Катедро Святої Софії

Saint Sophie Ukrainian  
Orthodox Cathedral



Cathédrale orthodoxe  
ukrainienne Sainte-Sophie

Церковна адреса/Church Address: 6250 12<sup>th</sup> avenue, Montreal (Quebec) H1X 3A5  
Вебсайт/Website: [www.stSophieMontreal.com](http://www.stSophieMontreal.com)

Настоятель парафії: 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](mailto:kouchnir.volodymyr@gmail.com)

Голова парафіяльної ради: Євгенія Кіндрат  
Parish Council President: Eugenia Kindrat  
тел/tel: 514-708-0527 email: [e\\_kindrat@hotmail.com](mailto:e_kindrat@hotmail.com)

## ВОСКРЕСНИЙ БЮЛЕТЕНЬ RESURRECTION NEWSLETTER

Неділя

М'ясопусна

19-го лютого, 2017



Sunday of the  
Last Judgement

February 19, 2017

35-та неділя після трійці --- 35<sup>th</sup> Sunday after Pentecost

**ВІТАЄМО ГОСТЕЙ ДО НАШОГО ХРАМУ  
РОЗКЛАД ВОСКРЕСНИХ БОГОСЛУЖЕНЬ**

**Неділя, 19-го лютого**

Неділя М'ясопусна

Сповідь від 9:00-9:30 год. ранку

Літургія 10:00 год. ранку

**Субота 25-го лютого**

Вечірня о 5:00 год. веч.

**Неділя, 26-го лютого**

Неділя Сиропусна

Сповідь від 9:00-9:30 год. ранку

Літургія 9:30 год. ранку

***Веірня з чином прощення після Літургії***

**Початок Великого Посту**

**Понеділок, 27-го лютого**

Читання Канону Андрія Критського 5-й год. вечора

**Вівторок, 28-го лютого**

Читання Канону Андрія Критського 5-й год. вечора

**A WARM WELCOME TO ALL GUESTS AND VISITORS TO OUR COMMUNITY  
SCHEDULE OF SERVICES AND CHURCH FEASTS**

**Sunday, February 19**

**Sunday of the Last Judgement**

**Meatfare Sunday**

9:00 – 9:30 am Confession

10:00 am Divine Liturgy

**Saturday, February 25**

5:00 pm Vespers

**Sunday, February 26 Sunday of Forgiveness**

**Cheesefare Sunday**

9:00 – 9:30 am Confession

9:30 am Divine Liturgy

***Forgiveness Vespers following the Liturgy***

**Monday, February 27 -**

**Beginning of Great Lent**

5:00 pm Reading of the Great Canon of St. Andrew of Crete

**Tuesday, February 28**

5:00 pm Reading of the Great Canon of St. Andrew of Crete

**МОЛИМОСЯ ЗА ХВОРИХ ТА НЕМІЧНИХ ПАРАФІЯН:** Оксану Русин, Марусю Зимовець, Анну Ленько, Надю Калюжнуну, Івана Ілієнко, Володимиру Маланчук, Володимира Хоменко, Галину Мельник-Марко, Ліду Номировську, Тетяну Жеребецьку, Віру Бучак-Сеґин, Олю Піно, Юлію Варварич, Зіну Мовчан, Роман Богачик, Михайло і Валентина Гринишин, Стефанія Шевчук, Ольга Лавої, Марян Онищук, Олекса Пачковський, Юлія Пушкар, Олександр Дольницьку, Оксану Хан, Антоніна Стечишин, Залевська Марія, Тарас Гукало, Оксана Майданів, і Галина Шух.

## **ЦЕРКОВНО - ГРОМАДСЬКІ ОГолоШЕННЯ**

**РІЧНІ ЗБОРИ ГРОМАДИ** - відбудуться 19-го лютого, 2017 року, після Літургії. Хто не заплатив свою членську вкладку за минулий 2016 рік, може бути присутній на зборах, але не має згідно статуту нашої церкви право голосу. Буде перекуса перед зборами.

**СОРОКУСТИ** - свічки можна придбати від Зенка Грицьков'яна - одна свічка \$10.00.

**"Гірке стерно" КРИК** - Це перший раз, що Голодомор зображений на картині руху функція англійською мовою, історія кохання, на тлі 1932-33 Голодомору в Україні. Союз українських студентів Канади, (SUSK), разом з dFilms у співрапці з українськими студентами McGill і студентами Конкордії», представить фільм, в середу, 1-го березня 2017 року, о 7:00 вечора, який буде проходити в Адамс Auditorium в Frank Dawson Adams Building (3450 Університет в центрі університетського містечка McGill. Це безкоштовний захід, відкрите для громадськості.

Фільм вперше знятий в Канаді, канадцем українського походження Ігорем Ігнатовичем. Премера фільму буде проводитися по всій Канаді, починаючи з 3-го березень 2017 року. **ЗАПРОШУЄМО ДО ЧИСЕЛЬНОЇ УЧАСТІ УКРАЇНСЬКУ ГРОМАДУ.**

**ФОНД ЛЯ СТУДЕНТІВ:** При Соборі Св. Володимира в Торонто існує ``Студенський Фонд``. Цей фонд призначений для надання допомоги студентам для досягнення своїх академічних, професійних і громадських цілей. Ця програма відкрита для студентів після закінчення середньої школи, які є членами Української Православної Церкви в межах Східної Єпархії в Канаді. Термін подачі заявок до 15 березня +2017. Для отримання додаткової інформації про програму з додатками, будь ласка, відвідайте <http://www.stvolodymyr.ca/Scholarship.html>

**ДИТЯЧИЙ СИРОТИНЕЦЬ В УКРАЇНІ:** до всіх членів парафії а також до української громаді м. Монреаль, звертаємося, якщо хтось знає інформацію про продаж недорого дитячого одягу, зверніться до Юрія Панчука за адресою [gpanciuk@outlook.com](mailto:gpanciuk@outlook.com) або 514-892-1413. Фінансова пожертва також допоможе. Прошу вказати на чекові ``сиротинський фонд`` щоб ви могли отримати посвідчення на звільнення податку.

**ВІДВІДИНИ ХВОРИХ** - повідомляю наших парафіян, що СЕРЕДА є призначена для відвідування хворих в Старечих Будинках чи на дому. Якщо комусь відомо про перебування наших парафіян в лікарні прошу повідомте про це священика 514 947 2235

**РЕПИТИЦІЯ ЦЕРКОВНОГО ХОРУ** - по суботах, починаючи 10 год. ранку, в церковній залі. Запрошуємо нових хористів. Навіть якщо ви ніколи не співали в церковному, хорі і немає досвіду, але маєте бажання навчитися- ПРИХОДЬТЕ, прославляти нашого Господа в церковних піснопівах. За додатковою інформацією, звертайтеся до Галини Ваверчак 514 620-9494.

**ПОЖЕРТВА НА ЦЕРКВУ АБО ЗАПЛАТИТИ СВОЮ ЧЛЕНСЬКУ ВКЛАДКУ – НАТИСНІТЬ:** [www.canadahelps.org](http://www.canadahelps.org).

Вдячні за Вашу щедрість.

**РІДНА ШКОЛА МИТРОПОЛИТА ІЛАРІОНА** - запрошує дітей на навчання. За інформацією звертайтеся до Доб. Людмили Попович 438 881 8054.

**НЕДІЛЬНА ШКОЛА** - розпочинає навчання релігії, кожної неділі від 10:00 до 10:45 год. ранку для дітей віком від 4 років. Звертайтеся до Доб. Людмили 438 881 8054.

**ЗМІНА АДРЕСИ** - Якщо Ви являєтеся членом парафії і поміняли або плануєте поміняти, свою домашню чи електронну адресу, просимо звернутися до Адріани Жеребецької 514-603-4303 або через e-mail ([Adrianna.zerebecky@gmail.com](mailto:Adrianna.zerebecky@gmail.com)) щоб мати у нашому церковному реєстрі ваші точні інформації.

**ВОСКРЕСНИЙ БЛАГОВІСНИК** - Якщо ви або хтось із ваших близьких чи знайомих, бажали би отримувати Воскресний Благовісник через електронну пошту, перешліть Вашу електронну адресу до Адріани Жеребецької ([adrianna.zerebecky@gmail.com](mailto:adrianna.zerebecky@gmail.com)) і вам будуть висилати Благовісник кожного тижня.

## PARISH AND COMMUNITY ANNOUNCEMENTS

**PRAYERS FOR HEALTH - for members who are ill and unable to come to church:** Roman Bohaczuk, Vera Buchak-Seguin, Oksana Chan, Wolodymyr Chomenko, Alexandra Dolnycky, Michel and Valentyna Hrynyshyn, Taras Hukalo, Iwan Iliencko, Nadia Kaluzny, Ola Lavoie, Anna Lencko, Oxana Majdaniw, Volodymyra Malanchuk, Halyna Melnyk-Marko, Zina Mowchan, Lida Nomirowski, Mario Onyszchuk, Alex Pachkowsky, Olga Pineau, Julie Puszkas, Oksana Rusyn, Stella Shewchuk, Helena Shuck, Antonina Stechysin, Julia Varvarich, Maria Zalewski, Tanya Zerebecky and Marusia Zymowec.

**ANNUAL GENERAL MEETING** of the parish will be held today following the Divine Liturgy. According to the Church By-Laws, those who have not paid their Annual Membership dues for 2016 may attend the meeting, however may not vote. A light lunch will be served prior to the meeting.

**SOROKOUSTY CANDLES** - are now available at \$10.00 each. Please see Zenon Hryckowian if you would like to purchase one.

**"BITTER HARVEST" SCREENING** – This is the first time that the Holodomor is depicted in a feature motion picture in the English language, a love story, set against the backdrop of the 1932-33 Holodomor in Ukraine. Produced by prominent Ukrainian-Canadian Ihor Ihnatowycz, the film will be released across Canada on Friday, March 3rd, 2017.

The Ukrainian Canadian Students' Union (SUSK), together with dFilms and the McGill Ukrainian Students' Association and Concordia Ukrainian Students' Union, will present a FREE pre-screening on Wednesday, March 1, 2017 beginning at 7:00 pm. The screening will be held in Adams Auditorium in the Frank Dawson Adams Building (3450 University St.) on the McGill downtown campus. This is a free event, open to the public.

**ST. VOLODYMYR CATHEDRAL OF TORONTO SCHOLARSHIP** program is designed to assist students to achieve their academic, professional and community leadership goals. It also intends to help build a commitment to the growth and preservation of the Canadian Ukrainian heritage.

The scholarship program is open to exceptional post-secondary school students who are members in good standing of a Ukrainian Orthodox Church within the Ukrainian Orthodox Eastern Eparchy of Canada. Deadline to apply is March 15, 2017.

For more information on the program and application, please visit <http://www.stvolodymyr.ca/Scholarship.html>.

**CHILDREN ORPHANAGE PROGRAM IN UKRAINE** - To all church members & to the Ukrainian community at large, if anyone has knowledge of manufacturers and/or wholesalers of children's clothing, please contact George Panciuk at [gpanciuk@outlook.com](mailto:gpanciuk@outlook.com) or 514-892-1413. Financial donations are also helpful. Please indicate Orphanage Fund in order to receive an income tax receipt.

**VISITING SICK** – Please note that Fr. Volodymyr will be visiting parishioners in hospitals and nursing homes on Wednesdays. If you know of any parishioner or would like Fr. Volodymyr to visit you, please call him at 514-947-2235 to arrange a time.

**CHOIR REHEARSALS** - take place Saturday mornings at 10:00 am in the Church Hall. New members are encouraged to attend. No experience or knowledge to read Ukrainian is necessary. For more information, please contact Helena Waverchuck at 514-620-9494.

**ONLINE DONATIONS** – can be made by visiting [www.canadahelps.org](http://www.canadahelps.org). Thank you for your generosity.

**METR. ILARION UKRAINIAN SCHOOL** - Students are invited to enrol and study the Ukrainian language and its literature. Classes are held every Saturday morning at 9:00 am on church premises. For more information, call Dobr. Ludmila Popovich at 438 881 8054.

**SUNDAY SCHOOL** – Held every Sunday from 10:00 am to 10:45 am for children ages 4 and older. For more information, please contact Dobr. Ludmila Popovich at 438 881 8054.

**CONTACT INFORMATION UPDATE** - Please contact Adrianna Zerebecky at 514-603-4303 or [adrianna.zerebecky@gmail.com](mailto:adrianna.zerebecky@gmail.com) if your status, address, telephone numbers or e-mail address have changed, or if you or someone you know would like to be added to the e-mail distribution list.

\* \* \* \* \*

## СПІВ - ЦЕ ЛІКИ

В цій статті, ви знайдете цікаві інформації, про спів, та як він впливає на внутрішній стан людини. Ми оточені звуками, ми чуємо всюди музику, ми слухаємо пісні, телебачення, яке має на нас різноманітний вплив. Музика має і позитивний вплив і може мати і негативний, все залежить яку музику ми слухаємо. Чому часто можна почути музику в кабінеті у стоматолога чи іншого лікаря? Все просто, музика - це своєрідне ліки, а точніше заспокійливе. Церковна музика- це молитва у співі. Коли хор співає, це вокалька молитва, і слухаючи таку музику, ми також молимося, вона допомагає нам підносити наші думки до неба.

Отже музика, має лікувальні властивості. Під час програвання музики утворюються невидимі для ока людини частотні коливання. Виникаючі вібрації своєрідно впливають на внутрішні органи людини і можуть примушувати працювати практично всі механізми вищої нервової діяльності. Реакції, викликані звуком, позитивно впливають на здоров'я людини, в результаті він одужує набагато швидше.

Зараз вже фахівці впевнені в тому, що конкретна нота позитивно впливає на певний орган або допомагає в лікуванні конкретної хвороби. Ось, наприклад, верхня частота ноти ``фа`` сприяє швидкому виведенню токсичних речовин. Існує чимало навчань про унікальні властивості музики. Вченими було визначено три головних напрями впливу музики на здоров'я людини: **вплив звуку на інтелект; на стан душі; на тіло.**

У Європі величезне позитивне значення для здоров'я музики й співу усвідомили після виходу у світ у 1729 році праці Ричарда Брауна *Medicina Musica*. Впливов співу на стан людини не залишився поза увагою й сучасних науковців, психологів і лікарів. У своїх висновках вони однотайні й радять усім і кожному співати із задоволенням! Адже спів піде лише на користь і душі, і тілу. Вчені з'ясували, що звук, який зароджується під час співу, лише на 15–20% йде назовні. Більша частина звукової хвилі передається всередину, створюючи внутрішню вібрацію. Таким чином відбувається звуковий масаж внутрішніх органів, який стимулює й поліпшує їхню роботу.

Спів оздоровлює легені, стимулює імунну систему, позитивно впливає на роботу органів черевної порожнини, зокрема покращує травлення. Крім того, коли людина співає, активно працює діафрагма, її коливання масажують печінку, запобігаючи застою жовчі.

Американські вчені вивчали загальний стан здоров'я професійних співаків і вплив співу на їхній організм. З'ясувалося, що в людини, яка регулярно співає, розвинені не лише легені, але й, наприклад, м'язи серця. І взагалі, завдяки частому академічному співу весь організм людини підтримується в гарному фізичному стані, тому тривалість життя оперних співаків істотно більша за середню. Чимало різних дослідів підтвердили позитивний вплив співу на кровообіг.

Співаючи, ми стимулюємо мозкову діяльність, покращуємо пам'ять і здатність концентруватися. Спів стабілізує психіку, зменшує вплив стресу, допомагає подолати депресію.

Вчені давно довели, що під час співу в організмі людини активно виробляється гормон ендорфін, завдяки якому знижується напруження і людина відчуває радість та спокій. Досліді підтвердили, що людина, яка віддається співу, «відключається» від усіх проблем і тривожних станів.

Професор Віденського університету психотерапевт Гертруд Берка-Шмідт радить своїм пацієнтам співати. «Спів приводить у рівновагу вегетативну нервову систему, заспокоює й розслаблює», — пояснює професор. Корисність співу для малюка люди з'ясували емпіричним способом багато століть назад. Сучасні науковці підтвердили: коли вагітна жінка співає колискові, мелодійні звуки її голосу впливають на головний мозок ненародженої дитини, активізуючи її розвиток. Отже, співаючи, ми стаємо здоровішими, розумнішими й більш гармонійними. **ЗАПРОШУЄМО БАЖАЮЧИХ ВСТУПАТИ ДО НАШОГО ЦЕРКОВНОГО ХОРУ !!!**

\* \* \* \* \*

### **MEATFARE SUNDAY, OF THE LAST JUDGEMENT**

The Sunday of the Last Judgment is the third Sunday of a three-week period prior to the commencement of Great Lent. During this time, the services of the Church have begun to include hymns from the Triodion, a liturgical book that contains the services from the Sunday of the Publican and the Pharisee, the tenth before Pascha (Easter), through Great and Holy Saturday. On this day, focus is placed on the future judgment of all persons who will stand before the throne of God when Christ returns in His glory. The commemoration for this Sunday is taken from the parable of our Lord Jesus Christ concerning his Second Coming and the Last Judgment of all, both the living and the dead. In Matthew 25:31-46, Christ speaks about what will happen at this specific point in time when He will “come in His glory, and all the holy angels with Him” (v. 31).

Jesus concludes His words on the Last Judgment by stating that those on the left “will go away into everlasting punishment, but the righteous into eternal life” (v. 46).

On the past two Sundays of this pre-Lenten period, the focus was placed on God's patience and limitless compassion, of His readiness to accept every sinner who returns to Him. On this third Sunday, we are powerfully reminded of a complementary truth: no one is so patient and so merciful as God, but even He does not forgive those who do not repent. The God of love is also a God of righteousness, and when Christ comes again in glory,

He will come as our Judge. Such is the message of Lent to each of us: turn back while there is still time, repent before the End comes.

This Sunday sets before us the eschatological dimension of Lent: the Great Fast is a preparation for the Second Coming of the Savior, for the eternal Passover in the Age to Come, a theme that is also the focus of the first three days of Holy Week. But the judgment is not only in the future. Here and now, each day and each hour, in hardening our hearts toward others and in failing to respond to the opportunities we are given of helping them, we are already passing judgment on ourselves.

Another theme of this Sunday is that of love. When Christ comes to judge us, what will be the criterion of His judgment? The parable of the Last Judgment answers: love—not a mere humanitarian concern for abstract justice and the anonymous "poor," but concrete and personal love for the human person—the specific persons that we encounter each day in our lives.

Christian love is the "possible impossibility" to see Christ in another person, whoever he or she is, and whom God, in His eternal and mysterious plan, has decided to introduce into my life, be it only for a few moments, not as an occasion for a "good deed" or an exercise in philanthropy, but as the beginning of an eternal companionship in God Himself.

The parable of the Last Judgment is about Christian love. Not all of us are called to work for "humanity," yet each one of us has received the gift and the grace of Christ's love. We know that all persons ultimately need this personal love—the recognition in them of their unique soul in which the beauty of the whole creation is reflected in a unique way. We also know that people are in prison and are sick and thirsty and hungry because that personal love has been denied them. And, finally, we know that however narrow and limited the framework of our personal existence, each one of us has been made responsible for a tiny part of the Kingdom of God, made responsible by that very gift of Christ's love. Thus, on whether or not we have accepted this responsibility, on whether we have loved or refused to love, shall we be judged.

\* \* \* \* \*