

Українська Православна Катедро Святої Софії

Saint Sophie Ukrainian
Orthodox Cathedral



Cathédrale orthodoxe
ukrainienne Sainte-Sophie

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

Настоятель парафії: Протоіерей 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: Євгенія Кіндрат
Parish Council President: Eugenia Kindrat
тел/tel: 514.708-0527 email: e_kindrat@hotmail.com

ВОСКРЕСНИЙ БЮЛЕТЕНЬ RESURRECTION NEWSLETTER

НЕДІЛЯ
СИРОПУСНА



SUNDAY OF
FOREGIVENESS

13-го Березня

March 13, 2016

41-га неділя після трійці --- 41st Sunday after Pentecost

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

Неділя, 13-го Березня	Неділя Сиропусна. Голос 8. <i>Читання: Римлян 13:11- 14:4; Матвія 6:14-21</i> Вейрня з чином прощення після Літургії	Сповідь 9:30 – 10:00 год. ранку Літургія о 10:00 год. ранку
Понеділок, 14-го Березня	Початок Великого Посту Читання Канону Андрія Критського	5-й год. вечора
Вівторок, 15-го Березня	Читання Канону Андрія Критського	5-й год. вечора
Субота, 19-го Березня	Сповідь Літургія Вечірня піся якої Духовна Розмова	9:00 – 9:30 год. ранку 9:30 год. ранку 5-й год. вечора
Неділя, 20-го березня	Перша неділя Великого посту. Торжество Православ'я. Голос 1. <i>Читання: Євр. 11:24-26, 11:32-12:2; Ів. 1:43-51</i> Вечірня Православ'я і процесія St. George Antiochian Orthodox Church (575 Jean Talon East)	Сповідь 9:30 – 10:00 год. ранку Літургія о 10:00 год. ранку 7-й год. вечора

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

Sunday, March 13	Sunday of Forgiveness, Tone 8. Cheese-fare Sunday. <i>Readings: Romans 13:11-14:4; Matthew 6:14-21</i> Forgiveness Vespers following the Liturgy	9:30-10:00 am Confession 10:00 am Divine Liturgy
Monday, March 14	Beginning of Great Lent Reading of The Great Canon of St. Andrew of Crete	5:00 p.m.
Tuesday, March 15	Reading of The Great Canon of St. Andrew of Crete	5:00 p.m.
Saturday, March 19	Confession Divine Liturgy Vespers & Sorokousty, followed by a Spiritual Talk	9:00-9:30 a.m. 9:30 a.m. 5:00 p.m.
Sunday, March 20	1 st Sunday of Great Lent. Sunday of Orthodoxy. Tone 1. <i>Readings: Heb. 11:24-26, 11:32-12:2; John 1:43-51</i> Sunday of Orthodoxy Vespers St. George Antiochian Orthodox Church (575 Jean Talon East)	9:30-10:00 a.m. Confession 10:00 a.m. Divine Liturgy 7:00 p.m.

ЦЕРКОВНО - ГРОМАДСЬКІ ОГОЛОШЕННЯ

МОЛИМОСЯ ЗА ХВОРИХ ТА НЕМІЧНИХ ПАРАФІЯН ПО ДОМАХ, ЛІКАРНЯХ І ДОМАХ ОПІКИ - Оксану Русин, Марусю Зимовець, Анну Вакулін, Мирославу Драган, Анну Ленько, Надю Калюжну, Івана Ілієнко, Володимиру Маланчук, Володимира Хоменко, Галину Мельник-Марко, Лїду Номировську, Тетяну Жеребецьку, Віру Бучак-Сеґин, Олю Піно, Юлію Варварич, Зїну Мовчан, Роман Богачик, Павло Кошман, Михайла і Валентина Гринишин, Отто і Стефанія Шевчук, Ольга Лавої, Марян Онищук, Раїсу і Олександра Пачковських, Юлія Пушкар, Олександру Дольницьку і Оксану Хан і Вікторія Коваленко.

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

ПРОПАМ'ЯТНА КНИГА - Повідомляємо наших парафіян, що 2 жовтня 2016 року ми святкуватимемо 90-ліття заснування нашої парафії. Спішимо Вас повідомити, що з нагоди цієї події ми готуємо пам'ятну (сувенірну) книжку, де ми маємо намір включити фотографії усіх діючих членів громади. Тому у березні місяці у церковній залі Св.Софії ми матимемо **професійну фотосесію**. Також протягом цього місяця ми будемо обдзвонювати усіх парафіян для запису на фотосесію, яка відбуватиметься у наступний період:

Неділя: 13 березня, 20 березня та 3 квітня з 12:00 до 18:00

Субота: 2 квітня з 10:00 до 18:00

Бажано бути одягненим у вишиванку. Фотосесія для кожного члена чи родити 20-30 хв. Якщо у Вас буде бажання Ви зможете придбати свої фотографії у фотографа попередньо з нею домовившись на фотосесії. Фотосесія для книжки безкоштовна, тобто якщо Ваша фотографія буде розміщена тільки у книжці Вам нічого не потрібно платити.

За записом та більш детальною інформацією звертайтеся за нищеподаними номерами: Галина Пилипчик 438-931-8702, Марійка Буцьора 514-254-6335, Євгенія Кіндрат 514-708-0537, Григорій Коврига 514-240-6797 Оля Ковч 514-722-1579.

ЮВІЛЕЙНИЙ КОМІТЕТ 90- ЛІТТЯ - Середа, 16-го Березня, 2016 о 7:00 год. веч. в церковній залі.

ДУХОВНИЙ СЕМІНАР БЛАГОЧИННЯ МОНРЕАЛЬ-ОТТАВА - Субота 9-го квітня 2016. Тема: *Слово Боже*. Передмова: Прот. о. Володимир Кушнір

9:30 ран. Божественна Літургія

9:00 ран. Сповідь (сповідатиме Прот. Ігор Куташ)

11:00 ран. Кава

I-ша частина (для молоді)

11:30 ран. «Слово Боже: Вступ» - о. Степан Біггам
(французькою мовою- переклад на українську в необхідності)

12:30 ОБІД

II-ша частина (для всіх)

1:30 по пол. «Слово Боже в Старому Заповіті» - Митр. Прот. др. Ігор Куташ

2:30 по пол. Кава

3:00 по пол. «Слово Боже в Новому Заповіті» - Прот. о. Володимир Кушнір

4:00 по пол. Кінцеве слово - Прот. о. Володимир Кушнір- Декан

5:00 по пол. Вечірня і Сорокоусти

Благочиння, Монреаль - Оттава, 11-квітня, 2016 року, о 7: 00 год. веч. влаштовує зустріч в нашій церковній залі з професором Олександром Саганом. Тема: ``**Шлях до Незалежної Православної Церкви**``. Олександр Назарович Саган - український релігієзнавець, філософ, публіцист, журналіст. Доктор філософських наук (2005 р.), професор (2007 р.), державний службовець другого рангу (2008 р.) **Експертна сфера:** свобода совісті (законодавче забезпечення, практична реалізація), державно-церковні відносини, політологія релігії, міжнаціональні відносини. Член науково-експертної ради Департаменту у справах релігій Міністерства культури України (з 2015 р.) Член Громадської ради з питань співпраці з релігійними організаціями при Міністерстві закордонних справ України (з 2015 р.). **ЗАПРОШУЄМО НАШИХ ПАРАФІЯН ТА ВСІХ БАЖАЮЧИХ.**

ЧЛЕНСЬКА ВКЛАДКА - На річних зборах, які відбулися 21-го лютого, 2016 року членська вкладка підвищилися. Родина (чоловік/жінка) \$280.00 одинокі \$175.

ПОЖЕРТВА НА ЦЕРКВУ АБО ЗАПЛАТИТИ СВОЮ ЧЛЕНСЬКУ ВКЛАДКУ – НАТИСНІТЬ: www.candahelps.org.

ВІДВІДИНИ ХВОРИХ - пригадую, що якщо хтось із наших парафіян потрапив до лікарні, прошу негайно про це повідомити о. Володимира. Обов'язок родини повідомити о. Володимира. Не надійтеся на друзів або сусудів, щоб вони це робили за вас. Також повідомте настоятеля коли особа була виписана із лікарні, чи то до дому чи із старечого будинку.

ЗМІНА АДРЕСИ - Якщо ви являєтеся членом парафії і поміняли або плануєте поміняти свою домашню адресу, номер телефона чи свою електронну адресу, просимо повідомте про це Адріану Жеребецьку за номером 514-603-4303 або adrianna.zerebecky@gmail.com, щоб ми могли зробити відповідні зміни на нашому церковному реєстрі.

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 Жеребецькій (adrianna.zerebecky@gmail.com) і вам будуть висилати Благовісник кожного тижня.

ДОМАШНІ ВАРЕНИКИ - можна придбати після Літургії в церковній залі. Дозина \$7. Звертайтеся до Галі Гуменюк за номером 514-727-5603.

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, Myroslava Dragan, Michael & Valentyna Hrynyshyn, Iwan Iliencko, Nadia Kaluzny, Paul Koshman, Ola Lavoie, Anna Lencko, Volodymyra Malanchuk, Halyna Melnyk-Marko, Zina Mowchan, Lida Nomirowski, Mario Onyszchuk, Alex & Raisa Pachkowsky, Olga Pineau, Julie Puszkas, Oksana Rusyn, Otto & Stella Shewchuk, Julia Varvarich, Anna Wakulin, Tanya Zerebecky and Marusia Zymowec.

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

90th ANNIVERSARY BOOKLET - The Parish will be celebrating its 90th Anniversary this year. Please mark your calendars for October 2, 2016. The members of the Executive will be publishing a historical book celebrating 90 years of our Parish. Included in the book will be pictures of all our paid up members. We have hired a professional photographer and in the coming weeks, you will be contacted to make an appointment with the photographer. Photos will be taken in our Church hall on **March 13, 20, April 3 from 12:00 pm to 6:00 pm and Saturday, April 2 from 10:00 am to 6:00 pm.**

If possible, wear a Ukrainian shirt or blouse. Time with the photographer will be 20 to 30 minutes. If you wish, you may purchase the pictures upon arrangement with the photographer. Pictures will be published in the souvenir book free of cost to you.

If you require additional information, please contact Maria Katchmar-Buciora at 514-254-6335, Eugenia Kindrat at 514-708-0527, Olga Kowcz at 514-722-1579, Gregory Kowryha at 514-240-6797 or Halyna Pylypchyk at 438-931-8702.

90th ANNIVERSARY COMMITTEE MEETING – Wednesday, March 16, 2016 at 7:00 pm in the Parish Hall.

SPIRITUAL SEMINAR – Saturday, April 9, 2016. Subject: *The Word of God*. Animator: Very Rev. Archpriest Volodymyr Kouchnir, Dean

9:00 a.m. Holy Confession

9:30 a.m. Divine Liturgy

11:00 a.m. Coffee

I - SECTION (FOR YOUTH)

11:30 a.m. Talk: “La Parole de Dieu: introduction” – Père Stéphane Bigham

12:30 p.m. LUNCH

II- SECTION (FOR EVERYBODY)

1:30 p.m. Talk: “The Word of God in the Old Testament” – Mitred Archpriest Dr. Ihor Kutash

2:30 p.m. Coffee

3:00 p.m. “The Word of God in the New Testament” - Archpriest Volodymyr Kouchnir

4:00 p.m. Closing Remarks – Archpriest Volodymyr Kouchnir, Dean

5:00 p.m. Vespers & Sorokousty

LECTURE SERIES: “The Path to an Independent Ukrainian Orthodox Church” — Professor Oleksandr Sagan, Member of the Advisory Council of the Department of Religious Affairs in the Ministry of Culture of Ukraine. Member of the Civic Advisory Council for Cooperation with Religious Organizations of the Ministry of Foreign Affairs of Ukraine.

The lecture will be delivered in Ukrainian on Monday, April 11, 2016 at 7:00 pm in the Parish Hall.

2016 MEMBERSHIP DUES - As was voted at the Annual General Meeting held on February 21, 2016, the family membership for this year has increased to \$280.00 for a family and \$175 for a single membership.

ONLINE DONATIONS – can now be made by visiting www.candahelps.org.

ILL PARISHIONERS - Please notify Fr. Volodymyr of all sick and hospitalized parishioners. This is the duty of the family. Do not count on your friends and neighbours to pass the word on. Also, please let him know when family members have been discharged from hospital or moved to a nursing home.

CONTACT INFORMATION - Please notify Adrianna Zerebecky at 514-603-4303 or by e-mail at adrianna.zerebecky@gmail.com if your address, telephone numbers or e-mail address have changed. Any changes will be updated on our computer so all mailings to you will be sent correctly.

ELECTRONIC COPY OF OUR SUNDAY BULLETIN - If you, a family member, or someone you know would like to receive our parish bulletin electronically, please e-mail Adrianna Zerebecky at: adrianna.zerebecky@gmail.com and ask her to add you to the e-mail distribution list.

DELICIOUS, HOMEMADE FROZEN VARENYKY – available for sale, \$7.00/dozen. Contact Halia Humeniuk at 514-727-5603.



* * * * *

ПРО СОРОКОУСТИ

Сорокоустами називаємо моління за померлих в часі Великого посту. Слово “сорокоуст” дослівно означає: сорок уст, себто моління 40 устами чи священиками. В давнину вірні, щоб гідно пом’янути своїх померлих членів родин у 3-ій, 9-ий, чи 40-ий день смерті, давали на відправу до великих церков-соборів, де було багато священиків, щоб у відправах в один день брало участь 40 священиків. Багатші замовляли сорокоусти не тільки в 40 церквах рівночасно, але й протягом 40-а днів, тобто сорок разів по сорок. При відправі Парастасу чи Панахиди у часі сорокоустів читають диптихи, тобто списки померлих.

Сьогодні згідно традиції на час посту записуємо імена близьких нам людей, які померли, у спеціальну книжечку “пом’яник” і даємо на сорокоусти. Впродовж цілого посту священик сорок разів згадає ім’я усопшого у молитвах Церкви за людей, які відійшли у вічність.

Служби за померлих нагадують думки молитов з чування при плащаниці перед Великоднем. Парастас, зокрема священичий, дещо подібний до Єрусалимської Утрени у Велику суботу. Наша традиція старається в такий спосіб ототожнювати наш перехід від смерті в життя із переходом (“пасхою”) Христа. Наш чин похорону включає різні форми духовної потіхи, наприклад, Псалом 90, різні вірші Псалма 118, уривки з листів св. Павла. Він рівночасно має за ціль збудити свідомість “у тих, що не мають надії” про справжню мету людського життя.

В часі посту ми якраз роздумуємо над сенсом життя, приносимо свої жертви й за тих, хто уже відійшов до вічності. Це “свята і благочестива думка”: приносити “жертву пре благання за мертвих, щоб вони звільнилися від гріха”, як читаємо у Старому Завіті (2 Мак. 12, 45-46).

Св. Амвросій Медіолянський сказав про померлого друга: “Я його люблю і тому супроводжую його сльозами та молитвами в землю живих (див. Пс. 114, 9). І не покину його аж поки не запроваджу його туди, куди його заслуги взивають його – до святої гори Божої (див. Пс. 2, 6), де є вічне життя”.

НЕДІЛЯ ПРОЩЕННЯ

Сьогодні, після вечірні, ми будемо просити прощення в один в одного прощення за всі образи, щоб почати Великий піст з чистою совістю. Ця традиція пішла з Палестини. Так поступали ченці перед тим, як на сорок днів віддалитися постити в пустелю. Ця неділя іменується Сиропусною: в цей день відбуваються «заговини» - тобто припинення куштування сиру та інших молочних продуктів, а також яєць і риби. Цієї

неділі в молитвах і співах Церква згадує гріхопадіння прабатьків, що сталося з причини недовіри до слів Творця і нестриманості.

Інша назва цієї неділі - Прощена. За богослужінням читається євангельське повчання про безглуздість починати справу особистого духовного вдосконалення, не примирившись перед цим із ближніми.

Крім того, в давнину в ченців з палестинської лаври Святого Сави існував звичай розходитися в цей день по Іудейській пустелі (і навіть йти за Йордан), і проводити піст наодинці. Вони знову збиралися в монастирі лише до свята Входу Господнього в Єрусалим. Перед розставанням ченці просили один у одного вибачення, тому що ніхто не знав, чи повернеться він живим. У той час в пустелі ще водилися леви, підстерігали їх також інші небезпеки.

В пам'ять цієї традиції в наших храмах ввечері (іноді, заради зручності, відразу після Літургії) здійснюється Чин прощення, коли священик просить прихожан пробачити йому завдані їм вільні або мимовільні образи, стаючи при цьому на коліна і роблячи доземний уклін. Люди спочатку просять у нього взаємного прощення, а потім - один у одного і цілюються в знак примирення.

* * * * *

DO YOU WANT TO FEEL FREE?

Today, before the Great Lent we ask forgiveness from each other. The Sunday of Forgiveness is also known as Cheese fare Sunday. If you truly want to transform your life from the inside out, learn the healing habit of self-forgiveness. It is truly the most powerful, revolutionary and life changing habit that you can choose to practice on a daily basis. Orthodox Christians are encouraged to enter Great Lent in repentance and confession by attending these services, coming for the Sacrament of Confession, and dedicating themselves to worship, prayer, and fasting throughout the Lenten period. The first day of Lent, Clean Monday, signifies the beginning of a period of cleansing and purification of sins through repentance.

There is nothing more effective and transformational that you can do with your time here on Earth. The energy of forgiveness will heal your life, bring kindness back into your relationships, cure you of any illness you are facing, and free you from repeating the traumatic pattern you've been in. Sure, it may take you weeks or months to train your heart to let go, trust that this is the highest path, and choose to be happy instead of right about things. Yet, as you repetitively fall into the forgiveness vibration, the feeling it will bring you is so liberating that you will naturally create a habit out of it. The key is choosing to be consistently kind and gentle with yourself and everyone every day in every way. With practice you'll attain mastery over the commanding demanding ego, and this soon equates to finding long term happiness in your relationships, financial success, and your body's physical, emotional and mental health.

If you believe there is nothing inside you that is seeking forgiveness, look a little deeper, use a magnifying glass and broaden your definition of forgiveness. What if forgiveness simply meant loving you? Our childhoods are often filled with very subtle dramatic moments containing judgments about the world, ourselves and others. We all were conditioned to be like our parents, who perhaps didn't have the luxury of having years of therapy and healing from their childhood. So we are dealing with generations of heavy conditioning, self sabotaging thought patterns, narrow minded beliefs, and unconscious unforgiving habits which we have no idea are there. Don't be deceived for a moment, especially if you think your life is going "just fine".

The energy of forgiveness starts with a choice. The very moment you choose it, your energy shifts from living in the deep dungeon of self-neglect, addictions and unhappiness, to the kingdom of light and love inside your heart. It is within your heart where you'll find the truth, and this will set you free. The heart is the secret to your life, where you'll realize what real empowerment is, and how to manifest total freedom, abundance and success on all levels. It is from the heart that we can finally relax and experience where the bliss of pure being abides. By

seeing forgiveness as being deeply gentle with you, everything will change. Just know that it is a highly evolved conscious way of being that is rooted in automatically responding to others' emotional inflections with gentleness, kindness, compassion and patience. Practice this automatic response and each day will unfold in the most heavenly ways. The more quickly you can surrender to loving yourself, and choosing love over fear, the easier it becomes to slip into this healing sensation the next time drama comes flying around the corner.

If you stop to really think about it for yourself, truly what is forgiveness to you? What actually happens inside you when you choose to forgive yourself or another? How does it FEEL in your body? It's a feeling of letting go, trusting God, and surrendering to the greater good, yet how will this show up in your practical daily life? If you're having trouble knowing where and how to start this forgiveness experience, notice if you have any yearning to feel a warm deep harmony connected with everyone, instead of an old, cold, distant, isolating way of feeling separate and lonely. Anytime you feel wronged by another, it's the Universe testing you to see if you'll play the game of being small, separate and cold. No matter what they said or did to you, at some point you will need to forgive them, if you want true peace inside. Again, no matter what was said or done to you, the bigger the argument the ego has to be right about it's case, the longer the forgiveness process will take.

There is always a deeper need inside us to be at happy, in love, in peace than be right about anything. Forgiveness is the golden key to this path. As long as your ego is still running the show, there is always going to be some part of yourself who gets hurt by others, and is identifying with their judgments, anger or wounded feelings of pain. One could go to the extent of saying all forgiveness is self-forgiveness, letting go and loving yourself. This Sunday reminds us of our need for God's forgiveness and guides our hearts, minds, and spiritual efforts on returning to Him in repentance.

FORGIVENESS SUNDAY

On this last Sunday before Great Lent, the last day that traditionally Orthodox Christians eat dairy products until Easter, the Church remembers the expulsion of Adam and Eve from Paradise. God commanded them to fast from the fruit of a tree (Gen. 2:16), but they did not obey. In this way Adam and Eve and their descendants became heirs of death and corruption.

On Forgiveness Sunday many attend Forgiveness Vespers on the eve of Great Lent. They hear on the Lord's teaching about fasting and forgiveness and enter the season of the fast forgiving one another so that God will forgive them. *If you forgive men their trespasses, your heavenly Father will forgive you; but if you do not forgive men their trespasses, neither will your heavenly Father forgive you your trespasses* (Matthew 6:14).

* * * * *

Українське православне благочинія Монреал-Оттава: ДУХОВНИЙ СЕМІНАР ТА СПІЛЬНІ ПОСТОВІ ВІДПРАВИ 2016:

Субота 9-го квітня: Катедра Св. Софії, 6255 Boulevard St. Michel, Montreal, Quebec. Тел. (514) 727-2236.
Духовний Семінар: «Слово Боже». Бесіди: о. Стефан Биггам, Прот. Володимир Кушнір і Митр. Прот. Д-р Ігор Куташ.

Неділя 10-го квітня, 7:00 веч.: Церква Св. Покрови, 2246 Boulevard Rosemount, Montreal, Quebec. Тел. (514) 276-2477. Бесіда: Прот. Володимир Кушнір.

Неділя 17-го квітня, 6:00 по пол.: Собор Успіння Пресвятої Богородиці, 1000 Byron Avenue, Ottawa, Ontario. Тел. (613) 728-0856. Проповідь: Прот. Володимир Кушнір. Бесіда: Митр. Прот. Д-р Ігор Куташ.