

**УКРАЇНСЬКИЙ  
ПРАВОСЛАВНИЙ СОБОР  
СВ. ДИМИТРІЯ**



**UKRAINIAN ORTHODOX  
CHURCH OF  
ST. DEMETRIUS**

Неділя Сиропусна  
Неділя Молоді  
Голос 3

Cheesefare Sunday  
Youth Sunday  
Tone 3

## **Великий Піст**

Великий піст є підготовкою християн до найголовнішого свята - Пасхи, Воскресіння Христового. Це період внутрішнього духовного очищення та вдосконалення. Сенс посту - не в тому, щоби чогось не їсти, а в нашому зосередженні на головному в житті. Тілесне постування допомагає зосередитися на внутрішньому світі: розібратися у цілях та цінностях, щиро покаятися та виправити свій шлях таким чином, щоб він вів до спасіння. Під час посту слід докласти зусиль, аби поглибити свої стосунки з Богом та людьми.

Церковний устав повністю виключає з уживання під час Великого посту м'ясо, яйця та молоко. Риба дозволяється тільки на свята Благовіщення та Входу Господнього до Єрусалиму (на Вербну неділю). У Лазареву суботу можна вживати рибну ікру. Варто зазначити, що в Українській Православній Церкві вже багато років існує тільки монастирський устав стосовно постів: він регламентує і такі речі, як повне утримання від їжі протягом першого та двох останніх днів Великого посту, вживання тільки хліба з водою і сирої їжі без олії у певні дні тощо. Це стосується передусім ченців.

Щодо особистої практики, то кожен має взяти свою міру посту, яка була б досить відчутна, але не шкодила здоров'ю. Християнство - це не "релігія шлунку". Під час посту їжа має бути простою. Треба менше приділяти уваги тому, що ми їмо. Час Великого посту краще розцінювати в термінах позитиву, а не негативу. Піст полягає не в тому, в чому себе обмежуємо (не їсти м'яса, не дивитися телевізор, не ходити на вечірки...), а в тому, на що витрачаємо час та зусилля. Усі обмеження можуть бути цінними не самі по собі, а як засоби для нашого духовного зростання. Аскетичні зусилля відкривають нам свободу. Головне ж у духовному житті - це робити всім добро та любити людей. Жити не заради себе, а для інших. Можна знайти багато корисних речей, зробити які - цілком у наших силах.

**№ 9 2-го БЕРЕЗНЯ**

**2014**

**MARCH 2 № 9**

## Great Lent



Great Lent is the 40-day season of spiritual preparation that comes before the most important Feast of the Christian year, Holy Pascha (*which means "Passover" and is commonly called "Easter",*). This annual season of repentance is a spiritual journey with our Savior. Our goal is to meet the risen Lord Jesus, Who reunites us with God the Father. The Father is always waiting to greet us with outstretched hands. We must ask ourselves the question, "Are we willing to turn to Him?"

During Great Lent, the Church teaches us how to receive Him by using the two great means of repentance - prayer and fasting. The word "fast" means not eating all or certain foods. As Orthodox Faithful, we can fast completely at certain times of great importance, and especially each time before receiving Holy Communion. Usually, fasting means limiting the number of meals and/or the type of food eaten. The purpose of fasting is to remind us of the Scriptural teaching, "Man does not live by bread alone." The needs of the body are nothing compared to the needs of the soul. Above all else, we need God, Who provides everything for both the body and the soul. Fasting teaches us to depend on God more fully.

The first sin of our parents, Adam and Eve, was eating from the forbidden tree (*Genesis 3:1-19*). We fast from food, or a food item, as a reminder that we are to fast from sinning and doing evil. There are several benefits of fasting. Fasting helps us pray more easily. Our spirit is lighter when we are not weighed down by too much food or food that is too rich. Through fasting, we also learn to feel compassion for the poor and hungry and to save our own resources so that we can help those in need. Fasting is more than not eating food.

Saint John Chrysostom teaches that it is more important to fast from sin. For example, besides controlling what goes into our mouths, we must control what comes out of our mouths as well. Are our words pleasing to God, or do we curse God or our brother? The other members of the body also need to fast: our eyes from seeing evil, our ears from hearing evil, our limbs from participating in anything that is not of God. Most important of all, we need to control our thoughts, for thoughts are the source of our actions, whether good or evil.

Fasting is not an end in itself. Our goal is an inner change of heart. The Lenten Fast is called "ascetic." This refers to a actions of self-denial and spiritual training which are central to fasting. Fasting is a spiritual exercise. It is not imposed or forced upon us. In the same way that true repentance cannot be forced upon anyone, each of us makes the choice to turn away from our sinful ways and go toward our loving, for giving Father in Heaven.

## АПОСТОЛ

3 послання до Римлян Святого Апостола Павла читання.

(р. 13, в. 11 – 14; р. 14, в. 1 - 4)

Браття;

І це тому, що знаєте час, що пора нам уже пробудитися від сну. Бо тепер спасіння ближче до нас, аніж тоді, коли ми були ввірували.

Ніч минула, а день наблизився, тож відкиньмо вчинки темряви й зодягнімось у зброю світла.

Як удень, поступаймо доброчесно, не в гульні та п'янстві, не в перелюбі та розпусті, не в сварні та заздощах, але зодягніться Господом Ісусом Христом, а догодження тілові не обертайте на пожадливість.

Слабого в вірі приймайте, але не на осудження думок.

Один бо вірує, що можна їсти все, а немічний споживає зілля.

Хто їсть, нехай не погорджує тим, хто не їсть. А хто не їсть, нехай не осуджує того, хто їсть, - Бог бо прийняв його.

Ти хто такий, що судиш чужого слугу? Він для пана свого стоїть або падає; але він устоїть, бо має Бог силу поставити його.

## ЄВАНГЕЛІЯ

Від Матвія Святого Євангелія читання.

(р. 6, в. 14 – 21)

*„Бо як людям ви простите прогріхи їхні, то простить і вам ваш небесний Отець.*

*А коли ви не будете людям прощати, то й Отець ваш не простить вам ваших провин.*

*А як постите ви, то не будьте сумні, як оті лицеміри: вони бо змінюють обличчя свої, щоб бачили люди, що постять вони. Поправді кажу вам: Вони мають уже нагороду свою!*

*А ти, коли постиш, намасти свою голову, і лице своє вмий,*

*щоб ти посту свого не виявив людям, а Отцеві своєму, що втайні; і Отець твій, що бачить таємне, віддасть тобі явно.*

*Не складайте ви скарбів собі на землі, де нищить їх міль та іржа, й де злодії підкопують й викрадають.*

*Складайте ж собі скарби на небі, де ні міль, ні іржа їх не нищить, і де злодії до них не підкопують та не крадуть.*

*Бо де скарб твій, - там буде і серце твоє.”*

## **EPISTLE**

The reading is from Saint Paul to the Romans.

(c. 13, v. 11 – 14; c. 14, v. 1 - 4)

Brethren;

And do this, knowing the time, that now it is high time to awake out of sleep; for now our salvation is nearer than when we first believed.

The night is far spent, the day is at hand. Therefore let us cast off the works of darkness, and let us put on the armour of light.

Let us walk properly, as in the day, not in revelry and drunkenness, not in lewdness and lust, not in strife and envy.

But put on the Lord Jesus Christ, and make no provision for the flesh, to fulfill its lust.

Receive one who is weak in the faith, but not to disputes over doubtful things.

For one believes he may eat all things, but he who is weak eats only vegetables.

Let not him who eats despise him who does not eat, and let not him who does not eat judge him who eats; for God has received him.

Who are you to judge another's servant? To his own master he stands and falls. Indeed, he will be made to stand, for God is able to make him stand.

## GOSPEL

The reading is from the Holy Gospel according to St. Matthew.

(c. 6, v. 14 – 21)

*“For if you forgive men their trespasses, your heavenly Father will also forgive you.*

*But if you do not forgive men their trespasses, neither will your Father forgive your trespasses.*

*Moreover, when you fast, do not be like the hypocrites, with a sad countenance. For they disfigure their faces that they may appear to men to be fasting. Assuredly, I say to you, they have their reward.*

*But you, when you fast, anoint your head and wash your face,*

*so that you do not appear to men to be fasting, but to your Father who is in the secret place; and your Father who sees in secret will reward you openly.*

*Do not lay up for yourselves treasures on earth, where moth and rust destroy and where thieves break in and steal,*

*but lay up for yourselves treasures in heaven, where neither moth nor rust destroys and where thieves do not break in and steal.*

*For where your treasure is, there your heart will be also.”*

## Церковний Календар



## Church Calendar

### БЕРЕЗЕНЬ

### MARCH

**3 Початок Святого Великого Посту**

**Holy Great Lent Begins**

5 Неділя Раніш Освячених Дарів  
*Літургія 9:30 ранку*

Liturgy of the Presanctified Gifts  
*Liturgy 9:30 am*

5 Канон Св. Андрея Критського  
*Велике Повечір'я 6:00 вечора*

Canon of St. Andrew of Crete  
*Great Compline 6:00 pm*

8 Феодорівська Субота  
*Літургія 9:30 ранку*

St. Theodore's Saturday  
*Liturgy 9:30 am*

9 1-ша Неділя Великого Посту  
*Літургія 10:00 ранку*

1st Sunday of Great Lent  
*Liturgy 10:00 am*

12 Літургія Раніш Освячених Дарів  
*Літургія 9:30 ранку*

Liturgy of the Presanctified Gifts  
*Liturgy 9:30 am*

15 Поминальна Субота  
*Літургія 9:30 ранку*

Soul Saturday  
*Liturgy 9:30 am*

16 2-га Неділя Великого Посту  
*Літургія 10:00 ранку*

2nd Sunday of Great Lent  
*Liturgy 10:00 am*

19 Літургія Раніш Освячених Дарів  
*Літургія 9:30 ранку*

Liturgy of the Presanctified Gifts  
*Liturgy 9:30 am*

22 Поминальна Субота  
*Літургія 9:30 ранку*  
*Свята Сповідь 8:00 вечора*

Soul Saturday  
*Liturgy 9:30 am*  
*Holy Confession 8:00 pm*

23 3-тя Неділя Великого Посту  
*Літургія 10:00 ранку*

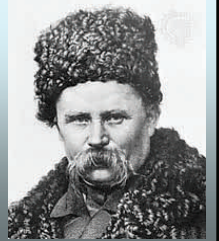
3rd Sunday of Great Lent  
*Liturgy 10:00 am*

## Інформація та події на березень - - Information & activities for March

- |    |                                   |                                      |
|----|-----------------------------------|--------------------------------------|
| 2  | Співдружжя: СУК                   | Fellowship: UWAC                     |
| 2  | Шевченківський Концерт            | Taras Shevchenko Concert             |
| 3  | Початок Святого Великого Посту    | Holy Great Lent Begins               |
| 3  | Збори С.У.К. о 1:00 год. по обіді | UWAC Meeting at 1:00 pm              |
| 4  | Навчання на бандурі; Проба хору   | Bandura Instruction; Choir rehearsal |
| 6  | Клуб сеньйорів: Обід для публіки  | Seniors Club: Public Lunch           |
| 9  | Співдружжя: Орден св. Андрія      | Fellowship: Order of St. Andrew      |
| 9  | Немає Недільної Школи             | No Sunday School                     |
| 16 | Співдружжя: буде повідомлено      | Fellowship: TBA                      |
| 18 | Навчання на бандурі; Проба хору   | Bandura Instruction; Choir rehearsal |
| 21 | Писанка Бінго о 7:00 год. веч.    | Pysanka Bingo at 7:00 pm             |
| 22 | Свята Сповідь о 8:00 год. веч.    | Holy Confession at 8:00 pm           |
| 25 | Навчання на бандурі; Проба хору   | Bandura Instruction; Choir rehearsal |
| 26 | Сеньйори: Приготування вареників  | Seniors: Varenyky Preparations       |
| 27 | Сеньйори: Приготування вареників  | Seniors: Varenyky Preparations       |
| 29 | Свята Сповідь о 8:00 год. веч.    | Holy Confession at 8:00 pm           |



**Шевченківський Концерт**  
неділя, 2-го березня по Святій Літургії  
**Taras Shevchenko Concert**  
Sunday, March 2 after the Divine Liturgy



**ПИСАНКА БІНГО**

**п'ятниця 21-го березня**

**7:00 година вечора**



**PYSANKA BINGO**

**Friday, March 21**

**7:00 pm**

**BINGO** Friday, March 14 @ 10:00 am at Delta Downsview

**Український Православний Собор Св. Димитрія - Ukrainian Orthodox Church of St. Demetrius**

3338 Lake Shore Boulevard West, Etobicoke, ON M8W 1M9 website: [www.stdemetriusuoc.ca](http://www.stdemetriusuoc.ca)

Parish Office: Tel: 416-255-7506 Fax: 416-255-1858 e-mail: [stdemetrius@rogers.com](mailto:stdemetrius@rogers.com)

Parish Priest: Right Rev. Mitred Archpriest Volodymyr (Walter) Makarenko

Office: 416-255-7506 #25 Fax: 416-259-3243 Res: 416-259-7241 e-mail: [makarenko@rogers.com](mailto:makarenko@rogers.com)