

The Sunday Shepherd

Descent of the Holy Spirit
Ukrainian Orthodox Church (Sobor)
in Regina

1305 – 12th Ave,
Regina, SK S4P 4L6

Український Православний Собор
Зіслання Св. Духа в Реджайні

And serving the congregations of St.
Michael's in Candiack, Selo Gardens Chapel,
St. Volodymyr's in Moose Jaw

Parish Bulletin for the week of February 18, 2018

Office and Mailing Address: 1920 Toronto Street, Regina, SK S4P 1M8

e-mail: dhsuosregina@sasktel.net Website: <http://www.uocregina.ca/>

**СИРОПУСНА НЕДІЛЯ, ПРОЩЕННЯ. ГОЛОС - 4-ий. ВІДДАННЯ СВЯТА
СТРИТЕННЯ ГОСПОДЬОГО.**

**CHEESE- FARE SUNDAY. FORGIVENESS. TONE – 4. APODOSIS OF THE MEETING
OF THE LORD.**

**Glory to Jesus Christ! Glory Forever!
Слава Ісусу Христу! Слава На Віки!
TODAY LET US FORGIVE EVERYONE!
СЬОГОДНІ ПРОСТІМ ВСІМ !**



Please let Parish Council President Orest Warnyca know of anyone who is in the hospital or is convalescing at home or if you may, for any other reason, wish to have a visit from a priest call 306-584-1844 or 306-584-0501.

Orthodox faith teaches us the importance of interceding on behalf of others through Prayer. In our prayers today please remember the following faithful who are hospitalized, convalescing or ill: Individuals will be kept on the prayer list for one month.

Madeline (0204)	Doug (0204)	Gladys (0204)	Amy (0204)
Katherine L(0204)	Ksenia(0204)	Bill (0204)	Donna (0204)
Bernie B (0204)	Violet (0204)	Sophie (0204)	Mary R (0204)
Katherine L(0204)	Nick (0204)	Orest (0204)	Steve (0204)
Nelly (0204)		Andrea (0204)	

And those in care homes or similar situations:

Carolina Miller	Bill Warnyca	Larry Trafananko
Christina Spak	Doreen Kuyek	John H

(Please let Bulletin Editor Yaroslav Lozowchuk (306-501-9200) know if there are others who we should pray for.)

And those in special or extraordinary situations: We pray for peace in Ukraine. Вічна Пам'ять! Memory Eternal to all (11,000 plus) who died in the conflict in Ukraine these past weeks and months.

Let us also remember in prayer the needs of those suffering from:

- **persecution and forced migration of the Muslim Rohingya minority by the State of Myanmar.**
- **starvation facing the people Sudan and Yemen.**
- **The loss of family members in the killing of Coptic Christians in the past weeks in Egypt. Memory Eternal to all our brethren in Christ killed in Egypt.**
- **The continuing horrible destruction in Syria and the Middle East.**

Let us also pray that the Lord bless us with a loving and caring pastor.

Молитва Дня

Господи, Ти дав мені заповідь Твою – любити, і я приймаю її усім моїм єством; але в собі самому не знаходжу сили цієї любові. Ти єси Любов; тож прийди і сам оселися в мені, і звершуй все те, що Ти заповідав нам, бо заповідь Твоя безмірно перевищує мене. Знемагає ум мій пізнавати Тебе; не може дух мій проникнути в тайни життя Твого. Хочу у всьому творити волю Твою, але дні мої спливають у безвихідних протиріччях. Боюся втратити Тебе через ті злі помисли, що в серці моему; і страх цей розпинає мене. Тож прийди і спаси мене потопаючого, як спас Ти Петра, який насмілився піти Тобі назустріч по морських водах. *Молитва Софронія Сахарова*

Prayer of the Optina Elders

Grant unto me, O Lord, that with peace of mind I may face all that this new day is to bring. Grant unto me to dedicate myself completely to Thy Holy Will. For every hour of this day, instruct and support me in all things. Whatsoever tidings I may receive during the day, do Thou teach me to accept tranquilly, in the firm conviction that all eventualities fulfill Thy Holy Will. Govern Thou my thoughts and feelings in all I do and say. When things unforeseen occur, let me not forget that all cometh down from Thee. Teach me to behave sincerely and rationally toward every member of my family, that I may bring confusion and sorrow to none. Bestow upon me, my Lord, strength to endure the fatigue of the day, and to bear my part in all its passing events. Guide Thou my will and teach me to pray, to believe, to hope, to suffer, to forgive, and to love. Amen.

SUNDAY TROPAR IN TONE 4

When the women disciples of the Lord learned from the angel the joyous message of Your Resurrection, they cast away the ancestral curse and with gladness told the Apostles; Death is overthrown. Christ God is risen, granting the world great mercy.

TROPAR OF THE FEAST IN TONE 1

Rejoice, Virgin Theotokos, Full of Grace; for from You the Sun of Righteousness, Christ our God has shown forth, enlightening those in darkness. Rejoice also, O righteous elder, for you received in your arms the Redeemer of our souls, Who bestows upon us Resurrection.

GLORY to the Father and to the Son and to the Holy Spirit.**KONDAK OF THE TRIODON IN TONE 6**

O Master, Guide to wisdom, Giver of prudent counsel, Instructor of the foolish and Champion of the poor: Make my heart steadfast by granting it understanding. O Word of the Father, grant me words, for behold, I shall not stop my lips from crying out to You: O merciful One, I am fallen, have mercy on me in Your compassion.

NOW AND FOREVER and to the ages of ages. Amen.**KONDAK OF THE FEAST IN TONE 1**

By Your birth You have sanctified the Virgin's womb and blessed the hands of Simeon as was meet, O Christ our God. You have come on this day and saved us. Give peace to your Commonwealth in time of war and strengthen the Orthodox people whom you have loved, O only Lover of Mankind.

PROKIMEN TONE 8

Pray and give glory to the Lord our God.

In Judah God is known; His Name is great in Israel.

ANOTHER PROKIMEN IN TONE 3

My soul magnifies the Lord and my spirit has rejoiced in God my Saviour.

ТРОПАР НЕДІЛЬНИЙ НА ГОЛОС 4

Світлу ю воскресіння проповідь, від ангела почувши Господні учениці, і прадідне осудження відкинувши, апостолам хвалячися, промовляли. Знищена смерть, воскрес Христос Бог, даруючи світові велику милість.

ТРОПАР СВЯТА НА ГОЛОС 1

Радуйся, благодатна Богородице Діво, бо з Тебе засяяло Сонце Правди, Христос Бог наш, що просвічує суцїх у темряві. Веселися і ти, старче праведний, прийнявши в обійми Визволителя душ наших, Який подає нам воскресіння.

СЛАВА Отцю і Сину і Святому Духові.**КОНДАК ТРІОДІ НА ГОЛОС 6**

Премудрости Наставнику, розуму Подателю, немудрих Учителю, вбогих Захиснику, утверди, врозуми серце моє, Владико. Ти дай мені слово, Отчеє Слово, бо не втримаю уст моїх, щоб не взивали до Тебе, Милостивий, помилуй мене, грішного.

І НИНІ і повсякчас і на віки вічні, Амінь.**КОНДАК СВЯТА НА ГОЛОС 1**

Утробу дівочу освятив еси Різдрвом Твоїм і руки Симеонові благословив як годилось, Ти випередив, і нині спас еси нас, Христе Боже. Але мир даруй народові Твоєму у боротьбі і укріпи православних християн, що їх возлюбив еси, Єдиний Чоловіколюбче.

ПРОКІМЕН НА ГОЛОС 8

Великий Помоліться і хвалу віддайте.

Відомий Бог в Юдеї, в Ізраїлі велике Ім'я Його.

ДРУГИЙ ПРОКІМЕН НА ГОЛОС 3

Величає душа моя Господа і зрадів дух мій у Бозі, Спасі Моїм.

Epistle – Апостол

Неділя Сиропусна, прощення

До Римлян 13.11-14.4

3 Послання До Римлян Святого Апостола Павла читання

Браття! Тепер спасіння ближче до нас, аніж тоді, коли ми були увірували. Ніч минула, а день наблизився, тож відкиньмо вчинки темряви й зодягнімось у зброю світла. Як удень, поступаймо добродібно, не в гульні та п'янстві, не в перелюбі та розпусті, не в сварні та заздрощах, 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 ярину. 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 раба? Він для пана свого стоїть або падає; але він устоїть, бо має Бог силу поставити його.

Cheesefare Sunday

Lesson from the Epistle of Saint Paul to the Romans 13:11–14:1–4

Brethren, our salvation is nearer to us now than when we first believed in the Gospel. The night is nearly over, and the day is approaching. Therefore, let us abandon all the practices of benighted paganism and let us take up the weapons of enlightened Christianity.

Let us live decently as in the full light of the day. Turn away from revelry, drunkenness, lewdness, licentiousness, dissension, and rivalry. Put on the armor of our Lord Jesus Christ, and forget all about gratifying the passions of the flesh.

Welcome the man, who is weak in faith without arguing about his scruples. Some men believe in eating everything. Others, who are scrupulous, eat only vegetarian food.

The man, who eats meat, must not look down on the man, who abstains from it. Likewise, the man, who abstains from meat, must not criticize the man, who eats it. For God has welcomed him. Who are you to pass judgment on the servant of another? Whether he stands or falls, concerns only his master. To be sure, he will stand on his feet. For God is able to make him stand.

ALLELUIA IN TONE 6

It is good to give thanks to the Lord, to sing praises to Your Name, O Most High. Alleluia.

To declare Your mercy in the morning and Your truth by night Alleluia.

ANOTHER ALLELUIA IN TONE 8

Now let Your servant depart in peace, O Master, according to Your word. Alleluia.

АЛИЛУЯ НА ГОЛОС 6

Благо є прославляти Господа, і співати Імені Твоєму, Всевишній. Алилуя.

Сповідати вранці про милість Твою, і вночі про правду Твою. Алилуя.

АЛИЛУЯ НА ГОЛОС 8

Нині відпускаєш раба Твого, Владико, по слову Твоєму, з миром. Алилуя.

Євангелія – Gospel

НЕДІЛЯ СИРОПУСНА, ПРОЩЕННЯ

Євангеліє від Матфея – 6:14-21

Сказав Господь: Коли ви прощатимете людям їхні провини, то й Отець ваш небесний простить вам. А коли ви не будете прощати людям, то й Отець ваш небесний не простить вам провин ваших. Коли ж ви постите, не будьте сумні, як лицеміри: бо вони виснажують своє обличчя, щоб було видно людям, мовляв, вони постять. Істинно кажу вам: Вони вже мають свою нагороду. Ти ж, коли постиш, намасти свою голову й умий своє обличчя, щоб не показати людям, що ти постиш, але Отцеві твоему, що

перебуває в тайні; і Отець твій, що бачить таємне, віддасть тобі. Не збирайте собі скарбів на землі, де міль і хробацтво нівечить, і де підкопують злодії і викрадають. Збирайте собі скарби на небі, де ні міль, ані хробацтво не нівечить і де злодії не пробивають стін і не викрадають. Бо де твій скарб, там буде і твоє серце.

CHEESEFARE SUNDAY

Saint Matthew – 6:14-21

The Lord said: “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 look gloomy like the hypocrites. For they distort their faces that their fasting may be seen by men. Verily I say to you, they have already 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 in secret. Then your Father who sees you in secret will reward you openly.”

“Do not lay up for yourselves treasures on earth, where moth and rust consume, and where thieves break in and steal. But lay up for yourselves treasures in heaven, where neither moth nor rust consumes, and where thieves do not break in nor steal. For wherever your treasure is, there will your heart be also.”

INSTEAD OF “ IT IS TRULY WORTHY....

O Virgin Theotokos, hope of all Christians: Protect, preserve and save all who put their hope in You.

IRMOS, IN TONE 3

In the shadow and the letter of the Law, let us, the faithful, discern a prototype: Every male child who opens the womb shall be sanctified to God. Therefore, the First-Born Word and Son of the Father without beginning and the First-Born Child of a mother who knew not man, do we magnify.

Communion Hymn

Praise the Lord from the heavens, praise Him in the highest. Alleluia.

I will take the cup of salvation and call upon the Name of the Lord. Alleluia.

ЗАДОСТОЙНИК

Богородице Діво, уповання християн, покрий, захисти і спаси тих, що на Тебе уповають.

ІРМОС ГОЛ. 3

В законі тіні і писання образ бачимо, вірні; кожний младенець мужеського полу, що розкриває утробу, Святий Богові. Тому первороджене Слово безначального Отця, Сина, первородженого від матері яка мужа не знала, величаємо.

Причасний

Хваліть Господа з небес, хваліть Його в вишніх. Аलिлуя.

Чашу спасіння прийму й Ім'я Господнє призову. Аलिлуя.

Сиропусна Неділя – Спомин про вигання Адама і Єви з Раю - о. Ігор Куташ

«Немудрих порадику і вбогих захиснику, укріпи, врозуми серце моє.» (Уривок з Кондака)

Сьогодні – останній день підготовки на Великий Піст. Сьогодні вечером до нас прибуває цей довгожданий гість. Завтра вже буде Чистий Понеділок.

Церква приготувляла нас на цей духовний подвиг, який охоплює все наше ество – духа, душу й тіло, намагаючись пробудити в нас наставлення потрібні для його успіху. Поміж ними: прагнення бачити і пізнавати Бога; смирення замість самовистарчальности; усвідомлення нашого відчуження від Бога, Який любить нас і постійно пропонує нам можливість жити в свідомості про Його опіку та щедрість сьогодні та завжди; пригадка про нашу відповідальність за все, що ми думаємо, чинимо та кажемо, - що нас повинно приводити до покаяння. Сьогодні Церква пригадає нам про те, що ми також, як Адам і Єва, знаходимось на засланні з Раю, тому що багато з-поміж наших думок, слів та вчинків спотворили б його і перетворили б його на пекло замість Раю. Але Бог держить

його безпечно і воно жде на нас: чисте, солодке, добре й прекрасне. І ми можемо туди повернутися, тому що Христос відкрив для нас дорогу. Отож у Великому Пості ми розпочинаємо наново дорогу назад до Раю, до нашого справжнього дому, який був для нас створений.

Ось чому сьогодні ми вже більше не співаємо на Утрені пісню вигнанців: «На Вавилонських ріках, там ми сиділи, ридали...» Як окремі особи, та разом як народ Божий, ми повертаємось додому. А дорога додому – шлях покаяння.

Починаємо з того, що облегшуємо себе на цю подорож. Ми скидаємо важкий тягар почувань обіди та провини підчас Вечірні Прощення. Ми просимо прощення одне від одного і смиренно кланяємось і пропонуємо наше щире вибачення й іншим. Який прецінний дар даємо цим же самі собі! Виліковувати спомин про шкоду, обіди та образи словами: «Я прощаю, бо ж і мені прощено!» Відкрити дорогу для нового способу життя та відношення з другими та самих зі собою. Перестати витрачати коштовну енергію на те, щоб мудрувати та оправдувати себе, чи на те щоб виказувати другим, чи самим собі, а натомість прийняти місце смиренного митаря і розпочати нове життя.

А також облегшуємо себе для цієї мандрівки додому постом, якого розділяємо і з іншими. Адам і Єва згрішили тим, що відмовилися постити. Бог сказав був їм стримуватися від плоду тільки одного з безчисельних чудових дерев у Раю, а вони не дотримали цього. Усвідомлюючи власну уразливість, ми просимо Бога допомогти нам затримати піст: «Немудрих порадинику і вбогих захиснику, укріпи, врозуми серце моє.»

Намагаючись заховувати дисципліну посту, ми знаходимо знову та знову, що ми слабосильні, що ми постійно падаємо. І ми молимося щодня Молитвою Преподобного Єфрема Сирина з 4-го століття: «Господи і Владико життя мого, духа лінивства, безнадійности, владолюбства та пустомовства не дай мені. Духа ж чистоти, покори, терпеливості та любови даруй мені, рабу Твоєму. Так, Господи Царю, дай мені бачити провини мої, і не осуджувати брата мого (чи сестру мою), бо Ти благословен еси на віки віків. Амінь.» І ми вклоняємось до землі після кожної з 3-ох частин цієї Молитви.

Ми підкріплюємось роздумуванням над Св. Писанням і бачимо, як воно дає особисту науку для кожного з нас, закликаючи нас наслідувати добрий приклад праведних а уникати неправедний приклад тих, що згрішили. Це прекрасно подане у Великому покаянному каноні Преподобного Андрея Критського, якого читаємо в 4-ох частинах у перші чотири вечорі Св. Посту і повністю підчас Утрені 5-го четверга Посту («Поклони»), яку переважно служимо у середу вечором. Тут можна знайти текст цього канону (по-англійському): monachos.net Пригадуючи собі науку М'ясопусної неділі про Страшний суд, а також прислухаючись до Господнього заклик у сьогоднішній Євангелії складати собі «скарби на Небі», ми також рішаємо додати діла милосердя та щедрості до нашого зусилля в Молитві та в пості. Ми будемо намагатись бути чуйними до потреб людей, що довкола нас і робити все, що можемо, щоб покращувати та збагачувати їхнє життя. Ми цим аж ніяк не збідніємо а будемо на багато багатшими.

Отож вперед до нашого справжнього дому, до Раю – з радістю та смиренністю та упованням на Бога, Який нас підкріплює, провадить та у всьому допомагає нам дійти до нашої цілі.

Cheesefare Sunday – the Expulsion of Adam and Eve from Paradise - Fr. Ihor Kutash

“You teach the thoughtless and protect the poor: strengthen and enlighten my heart.” (From the Kontakion).

Today is the last day of the preparation for Great Lent. Tonight this long-awaited guest arrives. Tomorrow shall be Pure Monday.

The Church has been preparing us for this spiritual endeavour which involves our whole being, body, soul and spirit, by seeking to awaken in us the attitudes needed for its success. Among them are: the desire to see and know God; humility instead of self-sufficiency; the awareness of our estrangement from a God Who loves us and continually holds out to us the possibility of living in His care and abundance here, now and forever; the recollection of our responsibility for all we think, do and say - which must lead us to repentance.

Today the Church reminds us that, like Adam and Eve, we are in exile from Paradise - because many of our thoughts, words and deeds would have corrupted it and turned it into hell instead of Paradise. But God has kept it safe and waiting for us, pure, sweet, good and delightful. And we can go back there because Christ has opened the way for us. Thus, in Great Lent we begin again the journey back to Paradise, to our true home which was created for us.

That is why today we no longer sing, at Matins, the song of the exiles: “By the rivers of Babylon, we hung up our lyres and wept...” Both, as distinct persons, and as the people of God, we are coming home. The way home is the way of repentance.

We begin by freeing ourselves for the journey. We cast off the heavy burden of resentments and guilt we bear during the Vespers of Forgiveness. We ask each other for forgiveness, humbly prostrating ourselves, and we sincerely offer forgiveness as well. What a precious gift we are giving ourselves! To heal the recollection of injuries, wrongs and insults by saying: "I forgive, because I, too, am forgiven". To open the way to a new way of living and relating to others and to ourselves. To no longer squander our precious energy in rationalizing and justifying ourselves or berating others – or ourselves – and, instead, accept to stand in the place of the humbly penitent tax-collector, and start afresh.

We are also made lighter for the journey by fasting together with others. The transgression of Adam and Eve was a refusal to fast. God had told them to abstain from the fruit of only one of the myriad delightful trees in Paradise and they did not. Always bearing in mind our own vulnerability, we ask God to help us in our fasting: "You teach the thoughtless and protect the poor: strengthen and enlighten my heart."

As we strive to follow the discipline of fasting, we discover over and over again that we are weak, that we fall continually. We pray each day the prayer of St. Ephraim the Syrian of the 4th century: "O Lord and Master of my life, take from me the spirit of sloth, despondency, lust of power, and idle talk; But grant rather the spirit of chastity, humility, patience, and love to thy servant. Yea, O Lord and King, grant me to see my own transgressions, and not to judge my brother (or sister); for blessed art Thou unto the ages of ages." And we prostrate ourselves after each of the three parts of this prayer.

We are fortified by reflecting on Holy Scripture and seeing how it bears a personal message for each one of us as it calls upon us to imitate the example of the righteous and avoid following the example of those who sinned. This is wonderfully done in the Great Canon of Repentance of St. Andrew of Crete which is read in four parts on the first four nights of Lent and in its entirety during the Matins of the fifth Thursday of Lent (usually celebrated in anticipation on Wednesday evening). The full text can be found at monachos.net.

As we recall the message of Meatfare Sunday regarding the Last Judgement, as well as the Lord's urging in today's Gospel reading to "lay up treasures in heaven", we also determine to add mercy and the giving of alms to our praying and fasting. We shall seek to be aware of the needs of people around us and do what we can to improve and enrich their lives. We shall not be the poorer but ever so much the richer for this.

And so, on we go towards our true home, Paradise, joyfully and humbly relying upon God to strengthen us, guide us and help us get to our destination.

ANNOUNCEMENTS

We ask our members to send in information about special – significant date - anniversary or birthday announcements that can be shared with the rest of our membership.

- 1. SPECIAL MEMBERSHIP MEETING TODAY – SUNDAY** February 18 after Divine Liturgy to discuss and make decisions regarding the proposed parish foundation – as per decision of the AGM.
- 2. Congratulations to all the newly elected members of the Parish Council, corporate boards and committees. We pray that the Lord blesses you richly with wisdom and an abiding love for all that you serve.**

The new Parish Council members are:

President	Orest Warnyca
Vice President	Natalie Ostryzniuk
Secretary	Mark Dumanski
Treasurer	Russ Pankiw
Past President	Ernie Cherepuschak
Hospodar	Wayne Hydeman
Members at large	Jim Chorney
	Yaroslav Lozowchuk
	Olyne Patryluk
	Michael Zaleschuk

(Other positions will be reported on in the next issue of the Bulletin.)

FEBRUARY – MARCH SERVICES

Sunday February 11 - Reader's Service 10:00 am at Sobor.

Sunday February 18 - 10:00 am - Divine Liturgy - Sobor - Father Lakusta presiding.

Saturday February 24 - 7:00 pm - Vespers - Selo Chapel - Father Lakusta presiding.

Sunday February 25 - 10:00 am - Divine Liturgy - Sober - Father Lakusta presiding.

Sunday March 4 - 10:00 am - Divine Liturgy – Sober – Father Maximiuk presiding

Sayings from the Desert Fathers

“A Christian should love all people. The Christian who loves all people has a great reward, especially if he forgives those who do him evil. For if we don't love our neighbor, all the good works we do will be worthless. They amount to nothing, we will be worthless. Love, my brethren, God requires love from us.

(Blessed Elder George, +1959)