

**УКРАЇНСЬКА ПРАВОСЛАВНА  
КАТЕДРА СВЯТОЇ СОФІЇ**

*16 березня 2025 р.*

**ПАРАФІЯЛЬНИЙ БЮЛЕТЕНЬ**



**ST. SOPHIE UKRAINIAN  
ORTHODOX CATHEDRAL**

*March 16, 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*

**БЕРЕЗЕНЬ**

- 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
- 23** - 3-тя неділя Великого Посту. Поклоніння Чесного Хреста. Літургія 10:00.
- 25** - Вівторок. Благовіщення Пресв. Богородиці. Літургія 10:00
- 26** - Середа. Літургія Ранішосвячених Дарів. Сповідь 17:30. Літургія - 19:00
- 29** - 3-тя Задушна субота. Літургія 10:00. Вечірня і Сорокоусти - 17:00
- 30** - 4-та неділя Великого Посту. Прп. Івана Листвичника. Літургія 10:00. Після Літургії панахида (громадські поминки) за спочилих парафіян і членів БХМ.

**SCHEDULE OF SERVICES**

*Confession every Sunday 9:30 – 9:50 am*

**MARCH**

- 15** – 1<sup>st</sup> Soul Saturday. Liturgy at 10:00 am. Vespers & Sorokousty at 5:00 pm.
- 16** - 2<sup>nd</sup> 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** – 2<sup>nd</sup> Soul Saturday. Liturgy at 10:00 am. Vespers & Sorokousty at 5:00 pm
- 23** - 3<sup>rd</sup> Sunday of Lent. Veneration of the Cross. Liturgy at 10:00 am.
- 25** – Tuesday. Annunciation of the Most Holy Theotokos. Liturgy at 10:00 am.
- 26** - Wednesday. Liturgy of Presanctified Gifts. Confession at 5:30 pm. Liturgy at 7:00 pm.
- 29** – 3<sup>rd</sup> Soul Saturday. Liturgy at 10:00 am. Vespers & Sorokousty at 5:00 pm.
- 30** – 4<sup>th</sup> Sunday of Lent. Ven. John Climacus. Liturgy at 10:00 am. After Liturgy there will be a Panakhyda for the deceased members of our parish and BXM.

**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 Puszkars, Stella Shewchuk, Dan Stechysin, Lesia Voloshchuk, Marusia Zymowes, George Panciuk, Halyna Wakulin, Mary Dwyhajlo Zytynsky, Sophie Oliansky, Anna Lach, Oksana Chan, Anna Klym Dudas, Diana Holovnych, Maryann Pidwysocky.

---

## ПАРАФІЯЛЬНІ ПОДІЇ ТА ОГЛОШЕННЯ

**СПОВІДЬ І СВЯТЕ ПРИЧАСТЯ:** Бажаючі приступити до Святої Сповіді та Святого Причастя під час Великого Посту, щонеділі від 9:00 до 9:50 відбувається Сповідь. Якщо з будь-яких причин ви не встигли на вказані години прийти на Сповідь, то при кінці Літургії, перед Святим Причастям буде загальна сповідь. Отже щоб не протягувати Літургію, дуже вас прошу старайтеся приходити завчасно. Щиро Дякую за ваше розуміння.  
В Христі, Прот.о.Володимир

**СОРОКОУСТИ:** Свічки можна придбати в церкві у старших братів. Одна свічка \$15. Зверніться до Олега Камізерко, який приймає замовлення електронною поштою [kamizerko@gmail.com](mailto:kamizerko@gmail.com). Поминальні свічки традиційно запалюють на Вечірній відправі та Божественній Літургії під час Великого посту.

**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, 514-242-9518**

---

## ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ

**ПЕРЕКАЗАТИ ПОЖЕРТВУ ДЛЯ ЦЕРКВИ АБО ЗАПЛАТИТИ СВОЮ ЧЛЕНСЬКУ ВКЛАДКУ:** НАТИСНІТЬ: [www.canadahelps.org](http://www.canadahelps.org) або можна вислати через "Interac e-Transfer" на адресу [stsophiemtl@gmail.com](mailto: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](http://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.

---

**Святитель Григорій Палама** жив у XIV столітті. Народився він у Малій Азії, виховувався при імператорському дворі Константинополя, а згодом пішов у чернече життя на горі Афон. Він піддавався настільки жорстокому аскетизму, що змушений був виїхати на лікування у Фессалоніки.

Чого навчав святий Григорій?

Святитель Григорій, будучи афонським ченцем, став на захист чернечої молитовної практики та пояснив, у чому саме полягає вчення про бачення Несотвореного Фаворського світла (чи божественних енергій). На захист ченців-ісихастів Палама написав твір під назвою – «Тріади на захист тих, що священно мовчать». Він ділиться на три частини, по три розділи в кожній (звідси й назва – Тріади).

Перша Тріада присвячена питанню про пізнання Бога. Святитель Григорій наполягає на тому, що Бог, тією мірою в якій це можливо, пізнається не зовнішнім філософським міркуванням, а шляхом духовного одкровення в Христі. Христос врятував і відновив усю людину, тому вся людина з душею і тілом через молитовний досвід отримує і досвід пізнання Бога, досвід осяяння Божою благодаттю.

Друга Тріада спростовує ідеї Варлаама про те, що зовнішня мудрість – філософія – може дати людині спасіння. Палама пише про те, що людина рятується не силами свого розуму і не залученням до якихось вищих форм філософського знання. Спасіння – це дар Божий, до якого вірні можуть залучатися тільки через життя в Христі.

Третя, завершальна частина Тріад розглядає питання про обоження і Несотворенне Фаворське світло, про залучення до якого і вчили ченці-ісихасти. Святитель Григорій учив, що Бог залишається незбагненим по Своїй суті, проте це не означає, що Він цілком і повністю недоступний людині. Пізнання Бога відбувається через залучення до Його Нестворених Божественних енергій, благодаті. Божественні енергії – це слава Божа, неодноразово описана у Священному Писанні: як у Старому, так і в Новому Завіті. Це світло Преображення, це світло Воскресіння Христового. Саме цим енергіям, до цього світла і залучається людина, просвічується ним.

Кінцевою метою християнського життя є єдність з Богом (theosis). Це і є причиною, чому Бог створив людей. Єднання з Богом можливе лише через уподібнення Йому, через нашу співпрацю з Ним. Ця співпраця можлива лише через Божу благодать через підпорядкування Божим діям у власному житті.

Бог трансцендентний і непізнаваний (у своїй сутності), але Божі Енергії дозволяють нам пізнати Бога і є засобом, за допомогою якого Він відкриває нам Себе. Божа любов, Його благодать, Його милосердя і все, що Він робить у світі, дозволяє нам пізнати Його. Через Свою Енергію Бог стає доступним нам і робить нас учасниками Його власного Божественного життя. Бог виявив себе через свого Сина.

У Євангелії від Матвія Господь навчає нас «увійти до своєї кімнати та зачинити двері, і помолитись Отцеві своєму, що в таїні» (6, 6). Це вказує шлях до тихої, безперервної, споглядальної молитви, яка веде до пильності та, зрештою, внутрішньої тиші та пізнання Бога.

---

## **ПАСКИ на замовлення / Order your PASKA**

**Прошу замовляйте до 1-го квітня / Please order before April 1<sup>st</sup>.**

*Олена Гела / Elena Gella: 514-242-9518 / helen.gella@gmail.com*



**CHURCH FUNDRAISER – ALL PROCEEDS GOING TO ST. SOPHIE CATHEDRAL  
ПРИХІД ПРИЗНАЧЕНИЙ НА КАТЕДРУ СВЯТОЇ СОФІЇ**

---

## PARISH EVENTS AND ANNOUNCEMENTS

**CONFESSION AND HOLY COMMUNION:** For those who wish to go to Holy Confession and Holy Communion during Lent, Confession is held every Sunday from **9:00 to 9:50**. If for any reason you are unable to come to Confession during these hours, then towards the end of Liturgy, before Communion, there will be a general confession. So, in order not to prolong the Liturgy, I ask you to try to come on time. Thank you for your understanding and cooperation.

Fr. Volodymyr

**SOROKOUSTY CANDLES** are now available from our elders - \$15 each. Oleg Kamizerko is accepting orders by email [kamizerko@gmail.com](mailto:kamizerko@gmail.com). *Traditionally they are lit at Vespers and Divine Liturgy during the Great Lenten season.*

**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, 514-242-9518**

---

## GENERAL INFORMATION

**ONLINE DONATIONS & MEMBERSHIP PAYMENTS** can be made by visiting [www.canadahelps.org](http://www.canadahelps.org) or via Interac e-Transfer to [stsophiemtl@gmail.com](mailto: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](http://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.

---

## Why We Celebrate Saint Gregory Palamas

Saint Gregory Palamas lived in the 14th century. Born in Asia Minor, he was raised in the imperial court of Constantinople and later left to enter monastic life on Mount Athos. He subjected himself to extreme asceticism so severe that he was forced to travel to Thessalonica for medical treatment.

In 1341, Saint Gregory was present at a council that was convened against Barlaam of Calabria. Saint Gregory had previously held discussions with Barlaam about the Orthodox theology of Hesychasm — the practice of gaining stillness through contemplative prayer, especially the Jesus Prayer.

The Council upheld the Orthodox teachings, and a second council in 1351 reiterated them against the attacks of Acindynus, who taught that God's grace is created, rather than being God himself. But indeed, if God's actions in the world are creations rather than God himself, we cannot truly know God himself, nor can we have genuine communion with him.

Saint Gregory, who had become Metropolitan of Thessalonica in 1347, reposed in 1359, and he was glorified as a Saint of the Church nine years later. His feast was established on the Second Sunday of Lent to remind us that right works without right faith are meaningless. So we celebrate the Triumph of Orthodoxy the week before, and the defender of Orthodox teachings this week.

What did Saint Gregory teach?

It is important to note that no Council of the Church ever establishes new doctrines. Rather, the Councils defend the ancient Orthodox teachings and clarify them in order to reject errors and false teachings. Saint Gregory did not invent the things he taught, but he most eloquently defended them in his writings. The most important points are these:

- In God there are two things which cannot be separated: his Essence (God's inner self, which cannot be known by any created being) and his Energies (God's actions, which can be known by created beings). Both of these are uncreated and exist from eternity.
- The difference between Essence and Energies does not destroy God's simplicity, as the Saints and the Church teach.
- The light of Tabor (the "Uncreated Light") that shone at the Lord's Transfiguration was neither a created effect of God, nor was it his divine Essence. Rather, it was the uncreated and natural grace and illumination poured out eternally and inseparably from the divine Essence of God. This light is the eternal glory of Christ, the kingdom of heaven promised to the saints, and the splendor in which he shall appear on the last day to judge the living and the dead.

While this may seem like esoteric theology that has no practical relevance to our lives, in truth this speaks to the very heart of the Christian life.

The ultimate purpose of the Christian life is union with God (*theosis*). This is the reason why God created human beings in the first place. Union with God is only possible through becoming like him, by human cooperation with him. This cooperation is only possible through God's grace, which is one of God's Energies, and is therefore cooperation with God himself. Not just agreeing to God's goals for the world, or aligning with God's outlook on life, but true personal cooperation with and submission to God's actions in one's own life.

God is transcendent and unknowable (in his Essence), but God's Energies allow God to be known by us, and are the means by which he reveals himself to us. God's love, his grace, his mercy, and everything he does in the world allows us to know him. Through his Energies, God becomes known to us and makes us partakers in his own divine life. This is what salvation is.

The Truth is not a set of facts, he is a Person: Jesus Christ. So the Christian must *experience* the Truth *as a Person*. We come to know human persons through spending time with them and experiencing their words and actions in the world (Energies), though we can never know for ourselves what is going on inside a person's head. So it is with God.

The practice of *Hesychasm* was part of Saint Gregory's personal formation and his defense of Orthodox theology. This is an ancient traditional practice of prayer, meant to engender stillness.

In Matthew's Gospel, the Lord teaches us to "go into your closet and shut the door and pray to your Father who is in secret" (6:6). This shows the way to quiet, unceasing, contemplative prayer that leads to watchfulness and ultimately inner stillness and the knowledge of God.

As we travel through Lent, let us use this time not just to attend more church services and do good deeds—both of which are good and necessary. Let us also retreat to the inner rooms of our homes and of our hearts, and practice the prayer of stillness and contemplation that leads to communion with and knowledge of our God, and ultimately salvation.



---

КОНГРЕС УКРАЇНЦІВ КАНАДИ  
Провінційна Рада Квебеку відділ у Монреалі  
запрошує на



## СВЯТО ТАРАСА ШЕВЧЕНКА

В неділю, 16-го березня, 2025 року, о год 3-ій по полудні  
В Домі Української Молоді 3270 rue Beauhien Est, Montreal, H1X 3C9

МИСТЕЦЬКА ПРОГРАМА

Вступ: \$15/вільноий для новоприбулих

Просимо ширші кола української громади до численної участі!