



**UKRAINIAN ORTHODOX
METROPOLITAN CATHEDRAL
OF THE HOLY TRINITY**

S
U
N
D
A
Y

B
U
L
L
E
T
I
N



Сиропушна неділя



Cheesefare Sunday

2-го березня ❖ March 2nd

Гості, ласкаво просимо до нашої Катебри Пресвятої Тройці! Будь ласка, приєднуйтеся до нас після богослуження для спілкування в аудиторії. Якщо бажаєте стати частиною нашої громади, просимо поговорити про це з деканом о. Григорієм Мельником.

Пояснення: лише православні християни, котрі належно підготовлені постом (не приймати їжі ані пиття від опівночі), молитвою і сповіддю та були присутні під час читання Апостола і Євангелії, - можуть приступати до прийняття Євхаристії (Св. Причастя).

Пам'ятайте . . .

**Наша Духовна Родина сходиться кожної неділі!
Початок Божественної Літургії: 10:00 ранку.**



Remember . . .

**Every Sunday the gathering of our Spiritual Family!
Divine Liturgy: 10:00 a.m.**

WELCOME TO OUR VISITORS TO HOLY TRINITY CATHEDRAL!!! Please join us for fellowship in the Cathedral auditorium following the service. If you are interested in becoming a part of our community please ask to speak to Fr. Gregory.

Please note: Only those faithful who are Orthodox Christians and have properly prepared themselves by fasting (from all food and drink from midnight), prayer, and recent confession; and who were present for the reading of the Epistle and Gospel, should approach to receive the Eucharist.

ПІДГОТОВЧІ НЕДІЛІ ДО ВЕЛИКОГО ПОСТУ

СИРОПУСНА НЕДІЛЯ



"Засіяла Твоя благодать, Господи, засіяло просвічення душі наших. Ось час сприятливий, ось час покаяння! Відложім діла тьми та одягнімся у зброю світла, щоб, перепливши велике море посту, ми осягнули тридневне воскресення, Господа і Спася нашого Ісуса Христа, який спасає наші душі".

(Стихира Вечірні Сиропусної Неділі)

ЩО ТАКЕ "СИРОПУСТ"?

Свята Церква, помалу готуючи нас до посту, у М'ясопусну неділю наказала не їсти м'ясні страви. У часі сиропусної або сироїдної седмиці Церква дозволяє споживати тільки молочні страви. Та в Сиропусну неділю треба й від цих страв відмовлятися. Звідси й назва "сиро-пуст", тобто відпущення сира. Цей тиждень називався в народі сирний або масляний, а Сиропусна неділя мала назву пущення, тобто утримання від усіх молочних продуктів. У цю неділю в нас справляли "запусти", тобто останні передпісні заборони.

У Західній Європі наші "запусти" називалися "карнавалом", що означало те саме, що й м'ясопуст, від італійського "карне-але"

— дослівно: прощай м'ясо! У латинській Церкві Великий піст починається щойно в середу нашого першого тижня посту, у т. зв. Попільну середу, коли посипають голови попелом на знак покути. До того дня в латинській Церкві ще можна їсти м'ясо й робити забави, що подекуди бувають дуже гучні.

Практика сиропусного тижня і неділі дуже давня. Про неї згадує вже олександрійський патріарх Теофіл († 412), а перед тим установлена М'ясопусна седмиця й неділя. Синаксар на сирну суботу каже, що, на думку декого, сиропусний тиждень став законом за грецького цисаря Гераклія (610-641). Той шість літ воював з перським царем Хозроєм і дав обітницю, що коли виграє війну, то не буде їсти м'яса цілий тиждень перед Великим постом. У суботу перед Сиропусною неділею свята Церква, щоб дати нам приклад і заохотити до посту й покути, відзначає пам'ять усіх святих мужів і жінок, що від найдавніших часів провели своє життя в молитві, пості й покуті. Тут передовсім ідеться про тих, хто протягом віків жив життям посту й покути чи то по монастирях, чи на пустині одинцем.

Богослужба Сиропусної седмиці прибирає щораз більше пісний вид, особливо в середу, п'ятницю і в неділю при кінці вечірні. У вівторок на вечірні вже починаються поклони, що тривають цілий піст.

ОБРЯД ПРОЩЕННЯ В СИРОПУСНУ НЕДІЛЮ

У давнину в монастирях Сходу був гарний звичай: відбувати обряд взаємного прощення в Сиропусну неділю. Цей обряд виконувався ввечері після скромної вечері. Усі монахи у присутності вірних просили один в одного прощення за свої провини, обіймалися і давали поцілунок миру. Миряни також просили один в одного взаємне прощення. Подекуди при обряді прощення співали стихири Пасхи: "Пасха священна нам днесь з'явилася... ". Остання стихира закінчується закликком до взаємного прощення: "... і друг друга обіймім! Промовмо: "Братя", — і тим, що ненавидять нас; простім усе... ". Цей спів стихир Пасхи мав означати, що як у дні Христового Воскресення, так і тепер, на вступі до Великого посту, треба один одному все пробачити задля Христа, що задля нас постив, терпів і воскрес.

Цей дуже зворушливий обряд прощення зберігався ще в Києво-Печерській Лаврі до часу приходу влади комуністів. І тут усі

монахи мали спочатку скромну передпісню вечерю. Потім усі, настоятелі й звичайні монахи, одягалися в монаші мантії і йшли до церкви. Усі настоятелі Лаври, від найвищого до найнижчого, ставали поряд посередині церкви, а вся братія Лаври, яких кількасот осіб, підходили до настоятелів, падали на коліна один перед одним і зі словами: "Прости мені, Отче", — чи — "Прости мені, Брате", трикратно цілували один одного. А митрополичий хор співав при тому стихиру з великої вечірні Сиропусної неділі: "Сіде Адам прямо рая, і свою наготу ридая плакаше...". Після обряду прощення всі мовчки розходилися.

Справді, яке велике значення для нашого духовного життя мають ті чотири передпісні неділі. Хто разом з митарем бився в груди й учився від нього покори; хто з притчі про блудного сина навчився довір'я до Божого милосердя; хто в М'ясопусну неділю з розважання про Страшний Суд набрав боязни перед Божою справедливістю, яка так сильно діткнула наших прародичів, про що говорить Сиропусна неділя, — для того тепер піст не буде страшний. Він радше буде для нього потребою його серця й душі. Він тепер сам багатиме постити й бити поклони, знаючи, що молитва, піст і жаль за гріхи найкраще приготує його душу до зустрічі світлого празника Христового Воскресення.



СКАРБНИЧКА МУДРОСТІ



1. Бог не запитає тебе, яким автомобілем їздив, але скількох людей ти підвіз...
2. Бог не запитає тебе, яку площу мав твій дім, а скількох подорожніх ти в ньому прийняв...
3. Бог не запитає тебе, як ти одягався, а запитає, скількох людей ти зодягнув...
4. Бог не запитає тебе скільки грошей ти заробляв, але яким способом...
5. Бог не запитає тебе яку посаду ти займав, але чи ти працював чесно і сумлінно...
6. Бог не запитає тебе, скільки ти мав приятелів, але для кого з них був приятелем ти...
7. Бог не запитає тебе, в якому оточенні ти жив, але як ти ставився до своїх сусідів...
8. Бог не запитає тебе, скільки разів ти говорив правду, але запитає скільки разів ти збрехав...
9. Бог не запитає тебе, чому ти так довго зволікав з покаанням і виправленням. Він з любов'ю запровадить тебе до твого небесного житла.



ПАРАФІЯЛЬНІ ОГОЛОШЕННЯ

ТОВАРИСЬКА ЗУСТРІЧ ПРИ КАВІ

Запрошуємо усіх учасників по сьогоднішнім Богослуженні, перейти до катедральної аудиторії на каву і перекуску та поспілкуватися між собою.



СВЯТО -ТРОЇЦЬКІ СЕНЬЙОРИ

В середу 5-го березня, 2014 зараз після

Літургії ранішосвячених Дарів

Stepping Up with Confidence with Arlen

Jones from ACTIVE LIVING COALITION OF OLDER ADULTS
(ALCOA)



Усіх запрошується до участі

ПРОЕКТ: ГУМАНІТАРНА МЕДИЧНА ДОПОМОГА ДІТЯМ УКРАЇНИ

Цей проект продовжується **весь** наступний місяць аж до 31 березня 2014 року.

Свою пожертву можете дати заповнивши форму в памфлеті (відірвіть листочок), що є в лютому числі Вісника або візьміть цей памфлет, що знаходиться у притворі катедри, зазначіть суму і запишіть своє ім'я та прізвище (англійською мовою) і віддайте скарбникові вашої парафії або парафіяльної округи для отримання посвідки для інкомтексу.

Чек, будь ласка, виписуйте на Українську Православну Катедру Пресв. Тройці, а внизу зазначіть: «гуманітарний проект».

Наше завдання - 31 пожертва, щоб ми зібрали, принаймні, 100!

ЩЕ НЕ ПІЗНО ПОЖЕРТВУВАТИ!!!

Увага:

Якщо ви знаєте, що хтось із вірних нашої церковної родини занедужав і перебуває на лікуванні в лікарні чи вдома, або потребує необхідної пастирської опіки, ласкаво просимо Вас, повідомити про це отця Григорія, настоятеля.

Можна перед Літургією подати священику список осіб, які просять молитися за їх здоров'я або за видужання хворих.

РОЗКЛАД БОГОСЛУЖЕНЬ В КАТЕДРИ

2-го березня — Неділя.

Неділя сиропусна (Прощенна)

- ❖ Вечірня прощення: о 6:00 год. вечора.
- ❖ Проповідує: Високопреосвященніший—Митрополит Юрій

3-го березня - Чистий понеділок

- ❖ Канон св. Андрія Критського: о 6:00 год. Вечора

8-го березня— субота.

Феодорівська субота

- ❖ Велика Вечірня: о 5:00 год. Вечора.
- ❖ Сповідь після Вечірні.

9-го березня — неділя 1-ша Великого посту

Торжество Православ'я.

- ❖ Сповідь: о 9:30 год. ранку.
- ❖ Часи: о 9:30 год. ранку
- ❖ Божественна Літургія: о 10:00 год. ранку.
- ❖ Вечірня неділі Православ'я: о 6:00 год. вечора.
- ❖ Проповідує: о. Теодор Параскевопулос

СЛУЖБА В СУБОТУ ВЕЧЕРІ

Це є перша служба Воскресіння Христового. Божественна Літургія наступного дня вранці є другою службою. Неділя починається напередодні ввечері, як і в Біблії, “І був вечір, і ранок: день перший”. Таким чином, Вечірня в суботу ввечері не тільки для тих, хто готується прийняти Святе Причасття, але і для всіх віруючих також. Як православні християни ми знаємо, що радість святкування Воскресіння не повинна зводитися просто до лише Божественної Літургії. Радше буде дуже корисно для нас, якщо братимемо участь в обох цих службах, як праведники Старого і Нового Завіту це робили - увечері і вранці.

ВІННІПЕГСЬКЕ БЛАГОЧИННА

РОЗКЛАД БОГОСЛУЖЕНЬ ПІД ЧАС ВЕЛИКОГО ПОСТУ

2-го березня - Неділя прощення (Сиропусна)

МИТРОПОЛИЧА КАТЕДРА ПРЕСВЯТОЇ ТРОЙЦІ

- Вечірня прощення: о 6:00 год. вечора.
- Проповідує: Високопреосвященніший Митрополит Юрій

3-го березня - Чистий понеділок

МИТРОПОЛИЧА КАТЕДРА ПРЕСВЯТОЇ ТРОЙЦІ

- Канон св. Андрія Критського: о 6:00 год. вечора

4-го березня - Чистий вівторок

СОБОР СВЯТОЇ ПОКРОВИ

- Канон св. Андрія Критського: о 6:00 год. вечора

5-го березня - Чиста середа

СОБОР СВ. ІВАНА СУЧАВСЬКОГО

- Канон св. Андрія Критського: о 6:00 год. вечора

6-го березня - Чистий четвер

ЦЕРКВА ВСІХ СВЯТИХ

- Канон св. Андрія Критського: о 6:00 год. вечора

9-го березня - 1-ша неділя Великого посту

НЕДІЛЯ ПРАВОСЛАВ'Я

МИТРОПОЛИЧА КАТЕДРА ПРЕСВЯТОЇ ТРОЙЦІ

- Вечірня неділі Православ'я: о 6:00 год. вечора.
- Проповідує: о. Теодор Параскевопулос



The Preparatory Sundays of Great Lent

CHEESE-FARE SUNDAY



In the Orthodox Church, the last Sunday before Great Lent—the day on which, at Vespers, Lent is liturgically announced and inaugurated—is called Forgiveness Sunday. On the morning of that Sunday, at the Divine Liturgy, we hear the words of Christ:

‘If you forgive men their trespasses, your heavenly Father will also forgive you, but if you forgive not men their trespasses, neither will your Father forgive your trespasses...’ (bible}Mark 6.14-15{/bible})

Then after Vespers—after hearing the announcement of Lent in the Great Prokeimenon: ‘Turn not away Thy face from Thy child for I am afflicted! Hear me speedily! Draw near unto my soul and deliver it!’, after making our entrance into Lenten worship, with its special memories, with the prayer of St Ephraim the Syrian, with its prostrations—we ask forgiveness from each other, we perform the rite of forgiveness and reconciliation. And as we approach each other with words of reconciliation, the choir intones the Paschal hymns, filling the church with the anticipation of Paschal joy.

What is the meaning of this rite? Why is it that the Church wants us to begin Lenten season with forgiveness and reconciliation? These questions are in order because for too many people Lent means

primarily, and almost exclusively, a change of diet, the compliance with ecclesiastical regulations concerning fasting. They understand fasting as an end in itself, as a 'good deed' required by God and carrying in itself its merit and its reward. But, the Church spares no effort in revealing to us that fasting is but a means, one among many, towards a higher goal: the spiritual renewal of man, his return to God, true repentance and, therefore, true reconciliation. The Church spares no effort in warning us against a hypocritical and pharisaic fasting, against the reduction of religion to mere external obligations. As a Lenten hymn says:

*In vain do you rejoice in no eating, O soul!
For you abstain from food, but from passions you are
not purified. If you persevere in sin, you will perform
a useless fast.*

Now, forgiveness stands at the very center of Christian faith and of Christian life because Christianity itself is, above all, the religion of forgiveness. God forgives us, and His forgiveness is in Christ, His Son, Whom He sends to us, so that by sharing in His humanity we may share in His love and be truly reconciled with God. Indeed, Christianity has no other content but love. And it is primarily the renewal of that love, a return to it, a growth in it, that we seek in Great Lent, in fasting and prayer, in the entire spirit and the entire effort of that season. Thus, truly forgiveness is both the beginning of, and the proper condition for the Lenten season.

One may ask, however: Why should I perform this rite when I have no 'enemies'? Why should I ask forgiveness from people who have done nothing to me, and whom I hardly know? To ask these questions, is to misunderstand the Orthodox teaching concerning forgiveness. It is true that open enmity, personal hatred, real animosity may be absent from our life, though if we experience them, it may be easier for us to repent, for these feelings openly contradict Divine commandments. But, the Church reveals to us that there are much subtler ways of offending Divine Love. These are indifference, selfishness, lack of interest in other people, of any real concern for them—in short, that wall which we usually erect around ourselves, thinking that by being 'polite' and 'friendly' we fulfill God's commandments. The rite of forgiveness is so important precisely because it makes us realize—be it only for one minute—that our entire relationship to other men is wrong, makes us experience that encounter of one child of God with another, of one person created by God with another, makes us feel that mutual 'recognition' which is so terribly lacking in our cold and dehumanized world.

On that unique evening, listening to the joyful Paschal hymns we are called to make a spiritual discovery: to taste of another mode of life and relationship with people, of life whose essence is love. We can discover that always and everywhere Christ, the Divine Love Himself, stands in the midst of us, transforming our mutual alienation into brotherhood. As I advance towards the other, as the other comes to me—we begin to realize that it is Christ Who brings us together by His love for both of us.

And because we make this discovery—and because this discovery is that of the Kingdom of God itself: the Kingdom of Peace and Love, of reconciliation with God and, in Him, with all that exists—we hear the hymns of that Feast, which once a year, ‘opens to us the doors of Paradise’. We know why we shall fast and pray, what we shall seek during the long Lenten pilgrimage. Forgiveness Sunday: the day on which we acquire the power to make our fasting—true fasting; our effort—true effort; our reconciliation with God—true reconciliation.



PARISH ANNOUNCEMENTS

COFFEE HOUR

Following the Divine Liturgy we invite everyone to come and participate in our COFFEE HOUR and FELLOWSHIP in the Cathedral Auditorium.



HOLY TRINITY SENIORS

Wednesday, March 5, 2014

Meeting following liturgy of Presanctified Gifts
Stepping Up with Confidence with Arlen Jones from ACTIVE
LIVING COALITION OF OLDER ADULTS (ALCOA)

Most Wednesdays will include power walking, exercising, singing, and discussion with our priest. We will also have some bingo, videos, card games, and of course, lunch will be served every time.

We invite everyone to attend and enjoy the fellowship!

Central Eparchy of the Ukrainian Orthodox Church of Canada
**HUMANITARIAN MEDICAL ASSISTANCE PROJECT FOR
CHILDREN OF UKRAINE
IS CONTINUING FOR THE ENTIRE NEXT MONTH UP
UNTIL MARCH 31st 2014.**

MAKE DONATIONS ON THE FORMS IN THE PAMPHLET (TEAR SHEET) IN THE FEB. VISNYK OR ON THE ONES IN OUR PARISH ENTRANCE AND ADDRESS THEM TO THE TREASURER OF THE CATHEDRAL.

Make cheque payable to Holy Trinity UOCC and in the memo line HUMANITARIAN PROJECT.

WE HAVE 31 DONATIONS AND WANT TO RAISE THIS TOTAL TO AT LEAST 100!!

IT IS NOT TOO LATE TO DONATE!!!!

Please notify the Fr. Gregory 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 around. Also, let the clergy know when your family members have been discharged from the hospital or moved to a nursing home.

SCHEDULE OF SERVICES AT THE CATHEDRAL

March 2nd – Sunday.

Cheese fare Sunday – Forgiveness Sunday

- ❖ Forgiveness Vespers: 6 p.m.
- Homilist:* His Eminence Metropolitan Yurij

March 3 - Clean Monday.

- Canon of St. Andrew of Crete: 6p.m.

March 8th – Saturday.

ST. THEODORE THE TYRO

- ❖ Great Vespers: 5:00 p.m.
- ❖ Confession following the service.

March 9th – FIRST SUNDAY OF GREAT LENT SUNDAY OF ORTHODOXY

- ❖ Confession: 9:30 a.m.
 - ❖ Hours: 9:30 a.m.
 - ❖ Divine Liturgy: 10:00 a.m.
 - ❖ Sunday of Orthodox Vespers: 6 p.m.
- Homilist:* Fr. Theodore Paraskevopoulos

THE SATURDAY EVENING SERVICE

Is the first service of the Resurrection. The Divine Liturgy on the following morning, is the second service. Sunday begins on the evening before, just as in the Bible, “there was an evening and morning the first day”. Therefore, the Vespers on Saturday evening is not only for those who are preparing to receive Holy Communion but also for all the faithful. As Orthodox Christians we know that the joy of celebrating the Resurrection should not be regulated to simply the Divine Liturgy. Rather we do well to participate in both of these services, as the righteous ones of the Old and New Testament times worshipped in the evening and morning.

WINNIPEG DEANERY

SCHEDULE OF SERVICES DURING THE GREAT FAST

March 2 - Forgiveness Sunday (Cheese-fare)

HOLY TRINITY METROPOLITAN CATHEDRAL

- Forgiveness Vespers: 6 p.m.
- Homilist:* His Eminence Metropolitan Yurij

March 3 - Clean Monday.

HOLY TRINITY METROPOLITAN CATHEDRAL

- Canon of St. Andrew of Crete: 6p.m.

March 4 - Clean Tuesday.

ST. MARY THE PROTECESS SOBOR

- Canon of St. Andrew of Crete: 6p.m.

March 5 - Clean Wednesday.

ST. IVAN SUCHAVSKY SOBOR

- Canon of St. Andrew of Crete: 6p.m.

March 6 - Clean Thursday.

ALL SAINTS CHURCH

- Canon of St. Andrew of Crete: 6p.m.

March 9 - 1st Sunday of the Great Fast

- Sunday of Orthodoxy -

HOLY TRINITY METROPOLITAN CATHEDRAL

- Sunday of Orthodox Vespers: 6 p.m.

Homilist: Fr. Theodore Paraskevopoulos



PRAYER BEFORE READING HOLY SCRIPTURE

O Master Who loves mankind, illuminate our hearts with the pure light of Your divine knowledge and open the eyes of our mind to understand the teachings of Your Gospel. Instill in us also the fear of Your blessed commandments, that we may overcome all carnal desires, entering upon a spiritual life and understanding and acting in all things according to Your holy will. For You are the enlightenment of our souls and bodies, O Christ God, and to You we give glory together with Your eternal Father and Your all-holy, gracious and life-giving Spirit, now and ever and forever. Amen.



WEEKLY SCRIPTURE READINGS

MARCH 3—MARCH 9

Monday:	Isaiah 1:1-20	Genesis 1:1-13	Proverbs 1:1-20
Tuesday:	Isaiah 1:19-2:3	Genesis 11:4-23	Proverbs 1:20-33
Wednesday:	Isaiah 2:3-11	Genesis 1:24-2:3	Proverbs 2:1-22
Thursday:	Isaiah 2:11-21	Genesis 2:4-19	Proverbs 3:1-18
Friday:	Isaiah 3:1-14	Genesis 2:20-3:20	Proverbs 3:19-34
Saturday:	Hebrews 1:1-12		Mark 2:23-3:5
Sunday:	Hebrews 11:24-26, 11:32-12:2		John 1:43-51

Let us do our best to read these appointed passages at home every day!



BY WAY OF THE DESERT A WORD FROM THE HOLY FATHERS

Glory in his holy name; let the hearts of those who seek the Lord rejoice. Seek the Lord and his strength, seek his presence continually.

1 CORINTHIANS 16:10-11

ANTONY THE GREAT watched another hermit sitting at his work, rising to pray, sitting down again and plaiting a rope, then getting up to pray. An angel spoke to Antony. “Do this and you will be saved.” These words filled him with joy and courage.

Seek God’s presence continually.



THESE TRUTHS WE HOLD

THE HOLY ORTHODOX CHURCH: HER LIFE AND TEACHINGS

Compiled and Edited by A Monk of St. Tikhon's Monastery, PA.

Continuation

4. Feasts of the Orthodox Church.

THE TWELVE GREAT FEASTS.

The Nativity of the Most-Holy Theotokos (Sept. 21)

The first Great Feast to fall in the Church Year is the Nativity of the Most-Holy Theotokos. It is entirely fitting that at the beginning of the new religious year all Orthodox Christians should come before the highest example of human holiness that the Orthodox Church holds precious and venerates — that of Mary, the Theotokos and Mother of God. This day is seen as one of universal joy; for on this day — the boundary of the Old and New Covenants — was born the Most-Blessed Virgin, pre-arranged from the ages by Divine Providence to serve the mystical Incarnation of God the Word.

The first Old Testament Reading of Vespers (Gen. 28:10-17) speaks of the dream of Jacob, one of the Old Testament Patriarchs, when he fled the wrath of his brother Esau. He saw a ladder extending from earth to heaven, with angels ascending and descending. When he awoke, Jacob blessed with oil the stone on which he had slept and called it Bethel, meaning house of God. The Most-Pure Mother of God is seen here as that ladder between heaven and earth, uniting earth with heaven in her womb. She who carried God in her womb is truly Bethel, none other than the house of God...and the gate of heaven (Gen. 28:17).

The birth of the Most-Holy Theotokos took place in the following manner: Her father, the Righteous Joachim, was a descendant of King David, to whom God had promised that from the seed of his descendants would be born the Savior of the world. Her mother, the Righteous Anna, was the daughter of Matthan, and through her father was of the tribe of Aaron and through her mother was of the tribe of Judah. The spouses lived in Nazareth of Galilee.

Joachim and Anna had no children, and all their life they grieved about this, especially since they were now in old age. Scorn and mockery was their lot, for at that time childlessness was reckoned as a shame. But they never murmured and only the more fervently beseeched God, humbly trusting in His Will.

Once, during the time of a great Feast, the offering which Joachim took to Jerusalem to offer to God in the Temple, was not received by the priest, who reckoned that a childless man was not worthy to bring a sacrifice to God. This greatly grieved the old man and he, counting himself only a sinner among men, decided not to return home, but to flee to a place of solitude in a deserted place.

Anna, having heard how her husband had been humiliated by the priest, began to fast, and in prayer sadly beseeched God to grant her a child. In the wilderness, secluded and fasting, Joachim also prayed to God about this.

The prayers of the Holy Spouses were heard. The angel Gabriel came to them and announced that a daughter would be born to them, whom the whole human race would call blessed. At the command of the Heavenly Messenger, Joachim and Anna returned to Jerusalem where, according to the promise of God, a daughter was born to them, whom they named Mary.

This child, the Most-Holy Virgin Mary, pure and virtuous, surpassed not only all men, but even the angels, being manifested as the Living Temple, “the Heavenly Gate, ushering in Christ to the Universe as the Salvation of our souls.” The Nativity of the Mother of God pre-announced the approaching time when the great and comforting promise of God concerning the salvation of the human race from the slavery of the devil was to be accomplished. The Mother of the First-Born of all Creation was revealed to all of us as a merciful Intercessor to whom we perpetually run for help in all things.

Tropar of the Feast (Tone 4).

Your Nativity, O Virgin, has proclaimed joy to the whole universe! The Sun of Righteousness, Christ our God, has shone from you, O Theotokos! By annulling the curse, He bestowed a blessing. By destroying death, He has granted us eternal life.

Kondak of the Feast (Tone 4)

By your Nativity, O Most-Pure Virgin, Joachim and Anna are freed from barrenness; Adam and Eve, from the corruption of death. And we, your people, freed from the guilt of sin, celebrate and sing to you: The barren woman gives birth to the Theotokos, the Nourisher of our Life.

Continued in the next issue

The Rite of Forgiveness

will be served today in the evening, March 2. On this day before the beginning of the Great Fast, we ask each other's forgiveness, remembering that there can be no true fast, no genuine repentance, no reconciliation with God, unless we are at the same time reconciled with one another. Let us take this God-given



opportunity to forgive and forget those things which separate us, so that we can travel the road of Lent, not as individuals, but together, as brothers and sisters returning to our Father's House.

The Season of the Great and Holy Fast



begins on Sunday, March 2nd, at 6:00p.m. with the Vespers service and concludes with the celebration of Pascha, April 20th. As we know, during this season of repentance we are called to much more than a mere dietary change; we are called to change our entire way of life so that it conforms to the ways of God. And for this reason we not only cease those things which are spiritually harmful (arguing, gossiping, overeating, judging others, etc.) but we also limit those things which bring no spiritual benefit (television,

radio, magazines, etc.). In their stead we apply ourselves to prayer, fasting, and almsgiving: attending more church services, helping to those in need, spending more time in spiritual reading and reflection, and reforming bad habits. There is no greater opportunity to spiritually "get back on track" than the Great Fast—let us not waste it!

Did You Know?

Geese fly in the V-formation because when each bird flaps its wings, it creates an uplift for the bird immediately following. By flying in the V-formation, the whole flock can fly at least 71% further than if each bird flew on its own. Christians who share a common direction and sense of community can also get where they are going quicker and easier because they are traveling on the thrust and uplift of one another. What a great image for Great Lent!



The Canon of Saint Andrew of Crete



is one of the most beautiful and powerful services of the Lenten season, and will be served Monday through Thursday this week at 6:00pm. Beginning on Monday evening from the Cathedral with the clergy of Deanery participating (check the schedule of services of the Deanery in this bulletin). In this service, only about 60 minutes long, St. Andrew wonderfully weaves our own personal story of sinfulness and restoration in Christ with the accounts of the sinful and righteous of the Old and New Testaments, giving us greater awareness of not only the history of salvation for the people of God, but also greater insight into how we must participate in the writing of our own personal salvation history. This is one of the most important services of Great Lent.

THE FEAR FACTOR AND CONFESSION

From the Counsels of St. Theophan the Recluse

There are some people who fear Confession. But why? The priest is merely a witness, the Lord forgives the sins. It is He who commands the priest to give absolution to the person who confesses. It is the Lord who is merciful. He is just waiting for a person to confess his sins, and as soon as he does, the Lord immediately forgives him. What is there to fear from such a Lord?



The Liturgy of the Pre-Sanctified Gifts

Great Lent is a season of repentance, fasting, and intensified prayer, and so the Orthodox Church regards more frequent reception of Holy Communion as especially desirable at this time. However, since the Divine Liturgy has a festal or celebratory character not in keeping with the season of repentance, the Liturgy of the Pre-Sanctified Gifts is served instead. This special Lenten service will be offered on Wednesday mornings at 9:30 after a day of spiritual preparation. The faithful who wish to receive Holy Communion but are unable to keep a total fast because of medical reasons, weakness, should you have any questions or concerns, please speak with Fr. Gregory.



ABOUT SAINT EPHREM'S PRAYER

Saint
Ephrem
The Syrian



The famous lenten prayer of Saint Ephrem the Syrian summarizes our entire struggle during the forty day fast – that of turning from vice to virtue, sin to holiness, and self-love to love of God and neighbor.

This powerful prayer is said every day of Great Lent, except on Saturdays and Sundays. It should be part of our morning and evening prayers, but may also be said at any other time throughout

the day – especially in time of temptation.

THE PRAYER OF SAINT EPHREM

O Lord and Master of my life, take from me the spirit of sloth, faint-heartedness, lust of power, and idle talk. (*Prostration*)

But grant rather the spirit of chastity, humility, patience, and love to your servant. (*Prostration*)

O Lord and King, grant me to see my own transgressions, and not to judge my brother; for blessed are You unto the ages of ages. Amen. (*Prostration*)

O God, cleanse Thou me a sinner. (*12 times, with as many bows, and then again the whole prayer from the beginning to end, and after that one great prostration*)

Note: If one cannot make prostrations, then make bows, or simply the sign of the Cross.



PARISH AND COMMUNITY UPCOMING EVENTS

March

Sunday March 9:

SUNDAY OF ORTHODOXY

The Winnipeg Orthodox Clergy Association invites you all to this year's annual Pan-Orthodox Vespers at Holy Trinity Metropolitan Cathedral. Please encourage your children to bring an icon and participate in the procession of Icons that will happen at the end of the service.

April

Sunday, April 20:

PASCHA—Resurrection of Christ

May

June

Sunday, June 1:

Metropolitan Yuriy—25th Anniversary of Archpastoral Ministry

Sunday, June 8:

Pentecost—Patron Saint Feast Day of the Cathedral—Khramove Sviato

ІКОНА НА ОБКЛАДЕНЦІ " ICON ON THE FRONT COVER

НЕДІЛЯ СИРОПУСНА



CHEESE-FARE SUNDAY

WEBSITE

Visit our Cathedral website at **htuomc.org**.
The site provides news, information and event updates and photos.



Ukrainian Orthodox Metropolitan Cathedral of the Holy Trinity

1175 Main Street Winnipeg, Manitoba
 Cathedral Office: 582-8946 Auditorium:582-7345 Fax: 582-4659
 Web page: htuomc.org



His Eminence Metropolitan YURIJ
*Archbishop of Winnipeg and the Central Eparchy,
 Metropolitan of All Canada*



**Rt. Rev. Mitred Archbishop Fr. Gregory Mielnik,
 Dean**

Office: 582-8946 *Residence:* 415-3166
E-mail: gmielnic@shaw.ca

ATTACHED CLERGY:

Rt. Rev. Protopresbyter Victor Lakusta –Chancellor UOCC
 Rev. Fr. Deacon Robert Hladiuk
 Rt. Rev. Protopresbyter Wolodymyr Sluzar –Priest Emeritus

Holy Trinity Office Hours are:

Monday: 9:00 AM – 3:00 PM /Secretary/
 Fr. Gregory: by appointment

THE CATHEDRAL FAMILY

CATHEDRAL PARISH COUNCIL

Dr. Gregory Palaschuk—President
 Res: 338-5301 Bus: 582-8946

BROTHERHOOD

Taras Monastyrski
 Res: 661-1125 Bus: 582-8946

SISTERHOOD

Rose Petras
 Res: 586-3672 Bus: 582-8946

CHURCH /SUNDAY/ SCHOOL

Dobr. Brenda Mielnik
 Res: 415-3166 Bus: 582-8946

OUTREACH COMMITTEE

Steve Hinkewich
 Res.: 667-5720 Bus: 582-8946

CATHEDRAL CHOIR

Elaine Salamon
 Res: 269-5322 Bus: 582-8946

SENIORS' GOLDEN AGE CLUB

Taras Monastyrski
 Res: 661-1125 Bus: 582-8946

UKRAINIAN MUSEUM OF CANADA

Winnipeg Collection
 Margaret Pestrak
 Res:334-5267 Bus: 582-1018

JUNIOR CYMK—U.O.Y.

Advisors:
 Michelle Kowalchuk Res: 663-2994

U. S. R.L. —TYC WINNIPEG BRANCH

Maurice Bugera—President
 Res: 694-9639 Bus: 582-8946

UWAC—LESIA UKRAINKA BRANCH

Carol Kowalchuk—President
 Res:489-2449 Bus: 582-1018

ORDER OF ST. ANDREW

WINNIPEG CHAPTER
 Evhen Uzwyshyn
 Res:668-2824 Bus: 582-89 46

Holy Orthodoxy is the direct continuation of the Church of Jesus Christ and His Apostles, the Church of the Bible, the Church of the Creeds, the Church of the Fathers and the Church of the seven Ecumenical Councils.