



# St. Nicholas Ukrainian Catholic Church

2410 - 4<sup>th</sup> Ave. Watervliet, NY 12189 Tel: 518-273-6752

Web: [www.cerkva.com](http://www.cerkva.com) E-mail: [office@cerkva.com](mailto:office@cerkva.com)

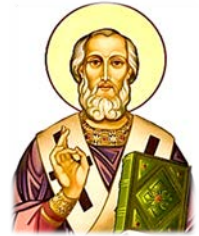
Facebook Page - <https://www.facebook.com/cerkvaNY>

Pastor: Rev. Mikhaïl Myshchuk

Deacon: Rev. Deacon Thomas Gutch

Trustees: Nicholas Fil & Irene Skaliĵ

Cantor - Olesia Verzole



Mar 15, 2026

Glory Be to Jesus Christ! Glory Forever!

Tone 7

Mar 22, 2026

Слава Ісусу Христу! Слава На Віки!

Tone 8

## Divine Liturgies March 15, 2026

Sun	9:00 AM	- God's blessing for Daria Spiak on her birthday	(in UKR)	By the family
	10:30 AM	- Rosary	(in ENG)	
	11:00 AM	- За всіх парафіян - For all parishioners	(in ENG)	
Mon	9:00 AM	- Akathist for the Deceased (+ Fr. J. Regusevych)		By Myshchuk family
Tue	9:00 AM	- Akathist to Suffering Christ		
Wed	9:00 AM	- Presanctified Gifts Liturgy (- God's blessing for O. Zendran)	(in UKR)	By J. Chakonas
Thu	5:30 PM	- Great Canon of St. Andrew of Crete	(in UKR & ENG)	
Fri	5:30 PM	- Presanctified Gifts Liturgy (- God's blessing for M. A. Quillinan)	(in ENG)	By J. Chakonas
Sat	7:45 AM	- Confessions with Fr. Mikhaïl		
	8:30 AM	- God's blessing for Lucy Fazioli on her birthday		By Fazioli family

## Divine Liturgies March 22, 2026

Sun	9:00 AM	- За всіх парафіян - For all parishioners	(in UKR)	By Mueller family
	10:30 AM	- Rosary	(in ENG)	
	11:00 AM	+ Gabriel Forteza	(in ENG)	
Mon	9:00 PM	- Akathist for the Deceased (+ William Kehn)		By Fazioli family
Tue	6:00 PM	<b>Annunciation of Theotokos</b>		
		+ Maria Myshchuk (Death Anniversary)	(in ENG)	by Myshchuk family
Wed	9:00 AM	<b>Благовіщення Богородиці</b>		
		- За всіх парафіян - For all parishioners	(in UKR)	
Thu	9:00 AM	- Akathist for the Deceased (+ George Chakonas)		
Fri	5:30 PM	- Presanctified Gifts Liturgy (God's blessing for Adler family)	(in ENG)	By Anonymous
Sat	6AM - 3PM	- EASTER FOOD PREPARATION ***** ПРИГОТУВАННЯ ВЕЛИКОДНИХ УКРАЇНСЬКИХ СТРАВ		
	3PM - 6PM	St. Nicholas Easter Food Sale *** Продаж Великодних Українських Страв		
Sun	9:00 AM	- За всіх парафіян - For all parishioners	(in UKR)	By Fazioli family
	10:30 AM	- Rosary	(in ENG)	
	11:00 AM	- God's blessing for James Matthew on his birthday	(in ENG)	

## Readings of the week are :

## The Saints of the week are:

Sun	Heb 6:13-20	Mk 9:17-31	Sun	H.M. Agapius & the 6 Martyrs with Him
Mon	Gen 13:12-18	Prov. 14:27-15:4	Mon	H.M. Sabinus & Papas (2 <sup>nd</sup> Sun of Lent)
Tue	Gen 15:1-15	Prov 15:7-19	Tue	V.F. Alexis, Man of God St.Mary of Egypt
Wed	Gen 17:1-9	Prov 15:20-16:9	Wed	H.F. Cyril, Archb. Of Jerusalem
Thu	Gen 18:20-33	Prov 16:17-17:17	Thu	H.M. Chrysanthus & Daria
Fri	Gen 22:1-18	Prov 17:17-18:5	Fri	V.F. Martyred by Sabbas
Sat	Heb 9:24-28	Mk 8:27-31	Sat	V.F. & C. James, Bishop of Catania
Sun	Heb 9:11-14	Mk 10:32-45	Sun	H.P.-M. Basil, Priest of Ancyra Et Al
Mon	Gen 27:1-41	Prov 19:16-25	Mon	H.P.-M. Polycarp, Bishop of Smyrna
Tue	Gen 31:3-16	Prov 21:3-21	Tue	V.F. Zachary; H.F.Artemon, Bishop
Wed	Heb 2:11-18	Luke 1:24-38	Wed	Annunciation of Mother of God & Ever Virgin Mary
Thu	Gen 46:1-7	Prov 23:15-24:5	Thu	Synaxis of Archangel Gabriel;
Fri	Gen 49:33-50:26	Prov 31:8-31	Fri	H. Mother Matrona
Sat	Heb 12:28-13:8	Jn 11:1-45	Sat	V.F. Hilarion the New; H. Stephen, the W/W
Sun	Phil 4:4-9	Jn 12:1-18	Sun	V.F. Mark, H.M. Cyril

	Ushers		Epistle Readers	
	1 Liturgy	2 Liturgy	1 Liturgy	2 Liturgy
Mar. 15	N. Fil, T. Myshchuk, V. Slobodian	Y. Myshchuk, B. Myshchuk	N. Verzole	P. Gutch
Mar. 22	W. Verzole, D. Filak	I. Skaliy, J. Skaliy	V. Holovashchenko	I. Skaliy
Mar. 29	J. Urusky, J. Seneta, I. Seneta	T. Lee, C. Lee	J. Seneta	L. Upton

	Liturgical Singing	
	Opening Song	Closing Song
Mar. 15	В страці і покорі / We Are Gathered - (pg 1)	Страдальна Мати / Stradalna Maty – (pg 56)
Mar. 22	Витай Між Нами / Com Now to Us - (pg 10)	Поклоняюся Мій Христе / When I behold - (pg58)
Mar. 29	Пливи світами / O song of love - (pg 8)	Під Хрест Твій стаю / Beneath the Cross – (pg 62)

- Parish Membership**—Anyone interested in becoming a registered member should call the Church Office at 273-6752 or e-mail [office@cerkva.com](mailto:office@cerkva.com) or speak with Fr. Mikhail
- Our Mother of Perpetual Help Meeting** – is scheduled for **Monday, March 16 at 10:15 am**
- SAVE THE DATES! - Saturday , MARCH 28 - EASTER FOOD SALE - Pre orders ONLY**



- Pyrohy – Varenyky making from 6:00am to 3:00pm
- Order pick up 3:00pm – 6:00pm

Food items that will be available for sale are: pyrohy, holubtsi, beets with horseradish, borscht, sauerkraut, paska and Easter bread loaves. Please visit our church website at [www.cerkva.com](http://www.cerkva.com) for details and volunteer information. Contact Natalka Verzole for more information 518-860-3684 / [Natalka.Verzole@gmail.com](mailto:Natalka.Verzole@gmail.com)

**Cash, check and credit payments will be accepted.** Proceeds to benefit Aid to Ukraine.

- Parish Lent Confessions & Healing Service** — scheduled for **Holy Monday, March 30th** from 3:00 – 8:00pm. Special presentation will be given by **Vasyl Babota**. Prof. Babota teaches Biblical Studies at *Pontifical Gregorian University* in Rome, Italy. Mark your calendar and plan to attend. **Catholic Church teaches** - every Catholic is to receive the Mysteries of Repentance & Eucharist at least once a year, during the Lenten/Easter season.



## SCHEDULE FOR THE HOLY WEEK

<b>Mon</b>	<b>HOLY MONDAY</b>	
	3:00 PM - Confessions with Visiting Priests	(Eng & Ukr)
	5:30 PM - Reflections given by Prof. Varyl Babota	(Eng & Ukr)
	6:00 PM - Healing Service Sacrament of Anointing	(Eng & Ukr)
<b>Thu</b>	<b>HOLY THURSDAY</b>	
	5:00 PM - Matins of Burial of Christ (12 Passion Gospels)	(Eng & Ukr)
<b>Fri</b>	<b>HOLY FRIDAY</b>	
	5:00 PM - Vespers of Burial of Christ	(Eng & Ukr)
	7:00 PM - Jerusalem Matins (Praises at the Tomb)	(Eng & Ukr)
<b>Sat</b>	<b>HOLY SATURDAY</b>	
	11:00 AM - Vespers & Liturgy of St. Basil	(Eng & Ukr)
	1:00 PM - Blessing of Easter Food	
<b>Sat</b>	<b>7:30 PM</b>	<b>RESURRECTION OF OUR LORD JESUS CHRIST</b> (in ENGLISH)
		- For all parishioners and visitors - Blessing of Easter Food
<b>Sun</b>	<b>8:30 AM</b>	<b>ВОСКРЕСІННЯ ГОСПОДА ІСУСА ХРИСТА</b> (in UKRANIAN)
		- For all benefactors of the parish - Blessing of Easter Food

5. **Receiving Holy Communion** - Please come forward, tilt your head backward slightly, and open your mouth wide (do not stick out your tongue, and do not say "Amen"). After receiving the Holy Eucharist, close your mouth, consume the Holy Eucharist, and return to your place.
6. **Prayers and Sacraments for the sick** - If a family member is seriously ill at home or in a hospital, or unable to come to Church and would like to receive the Holy Sacrament of Confession and or Holy Communion, please call the parish office to arrange pastor's visit.
7. **Bequests**- Remember your St. Nicholas Ukrainian Catholic Church in making out your will.
8. **Cemetery**- the purchase of a cemetery plot is a privilege reserved for our parishioners. For detailed information please contact the church office at 518-273-6752.
9. **Sacrament of Matrimony** - Couples planning to be married should contact the Pastor at least six months prior to the proposed date to allow ample time for preparation. No other arrangements should be made before contacting the Church
10. **Receiving Holy Communion** - Please come forward, tilt your head backward slightly, and open your mouth wide (do not stick out your tongue, and do not say "Amen"). After receiving the Holy Eucharist, close your mouth, consume the Holy Eucharist, and return to your place.
11. **Humanitarian Aid to Ukraine** – our Church will continue to collect monetary donations and Medical Supplies to aid Ukrainian people at this difficult time. You can make donations in person or online at [www.cerkva.com](http://www.cerkva.com). Thank you for your solidarity and support. Pray for Ukraine. May God, through the prayer of the Mother of God protects Ukraine!



## TRADITIONAL EASTER FOOD SALE

### Saturday, March 28, 2026

**\*Proceeds to benefit humanitarian aid to Ukraine\***  
**Schedule - PYROHY Preparation**

Tuesday 3/24/26	8:00 am	Onions Preparation	Marika Fil 518-445-5279
Friday, 3/27/26	7:00 am	Potato Peeling	Ann M. Hakeem 518-279-1438
	8:00 am	Potato Cooking & Prep	Natalka Verzole/Adrienne Fil
Saturday 3/28/26		PYROHY MAKING:	Natalka Verzole 518-860-3684 / <a href="mailto:Natalka.Verzole@gmail.com">Natalka.Verzole@gmail.com</a>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Volunteers - PLEASE come at times designated!</b></li> </ul> Sign up sheet will be posted or please contact Natalka Verzole by phone or email.			
	6:00 am	Potato Ball Making	
	7:00 am	Dough Cutting Station	
	7:00 am	Runners	
	7:30 am	Pinchers	
	9:00 am	Cooking/Packing	(church hall & club)
	2:00 pm	Sales Staff:	
		Clean Up Shifts	7:00 am - 12:00 pm 12:00 pm - 3:00 pm 3:00 pm -6:00 pm
<b>Everyone's help is appreciated!</b>			<b>THANK YOU</b>

- Реєстрація** – Вітаємо гостей до нашої Церкви. Ласкаво просимо усіх бажаючих стати членами парафії, повідомити церковний офіс 273-6752 / [office@cerkva.com](mailto:office@cerkva.com).
- Завіщення:** Пам'ятайте про вашу парафіяльну Церкву Св. о. Миколая у вашому заповіті.
- Збори Церковної Орг. «Наша Мати Неустанної Помочі»** – у понеділок 16 березня о 10:15 год. ранку в церковній залі.
- Служба Ранішеосвячених Дарів** – відправлятиметься в часі Великого Посту у кожную середу (Укр) і у п'ятницю (Анг). Ласкаво просимо усіх на молитву до церкви.
- Одноденний Продаж Українських Великодніх Страв у суботу 28 березня 2026** -  

 Просимо вашої допомоги, особливо у суботу 28-го березня від 6:00 год ранку до 6:00 год. вечора. Поміч у приготуванні вареників: допомога на кухні, праця із тістом, ліплення вареників, їх сортування та перевезення, та прибирання. За інформацією та зголоситися доромогти просимо звертатись до Наталки Верзол (518-860-3684). Платежі: готівкою, чеками, кредитними картками. Всі виручені кошти підуть на допомогу Україні!
- Приймання Святого Причастя:** Підійдіть, станьте рівно, трохи відхиливши назад голову відкрийте широко уста (не висуваючи язик). Опісля, як запричащалися, закрийте уста, спожийте Святі Дари та поверніться до свого місця.
- Церковна інтернет-сторінка [www.cerkva.com](http://www.cerkva.com)** - запрошуємо вас відвідати нашу сторінку в інтернеті. Ми стараємось додати туди нові і цікаву інформацію. Там ви зможете ознайомитись із Катехизмом УГКЦ «Христос Наша Пасха», як також з новою сторінкою під назвою «Наша Віра». Надіємось що вам буде цікаво і корисно.
- Гуманітарна Допомога для України** – наша парохія продовжує збірку і фінансових пожертв і медичних речей для допомоги Україні у цей надзвичайно складний час. Бажаючі зможуть зробити свої пожертви електронно ([www.cerkva.com](http://www.cerkva.com)) або попередньо домовившись з отцем. Дякуємо усім Вам за вашу солідарність та підтримку. Моліємось за Україну. Нехай Господь за молитвами Богородиці захоронить нашу Батьківщину!



ST. NICHOLAS UKRAINIAN CATHOLIC CHURCH  
2410 4TH AVENUE WATERVLIET, NEW YORK 12189

# EASTER FOOD SALE

TRADITIONAL UKRAINIAN CUISINE

**SATURDAY MARCH 28**      **PICKUP 3:00 - 6:00PM**  
NO WALK-INS! PREORDERS ONLY!

PYROHY-VARENYKY (POTATO & CHEESE) | BORSCHT  
HOLUBTSI (STUFFED CABBAGE) | SAUERKRAUT  
BEETS | PASKA | EASTER LOAVES

ORDERING WILL BE OPEN FEBRUARY 15 - MARCH 21  
VISIT [WWW.CERKVA.COM](http://WWW.CERKVA.COM) OR CALL 518-328-0067



# Ukrainian Easter Market

FREE ADMISSION  
UKRAINIAN DESSERTS  
FOOD  
GIFTS AND CRAFTS  
CHILDREN'S ACTIVITIES  
WORKSHOPS

SUNDAY, MARCH 29, 11 AM - 3 PM  
402 25TH ST WATERVLIET, NY 12189

# СВЯТА ТАЙНА ПОКАЯННЯ - СПОВІДЬ

У св. Тайні Покаяння священник в імені та владою Ісуса Христа відпускає нам гріхи, якщо щиро жалуємо за них, сповідаємося, обіцяємо поправитися та відпокутувати за них.

**Щоб Сповідь була доброю, треба:**

1. Зробити іспит сумління, себто пригадати собі всі, особливо тяжкі гріхи,
2. викликати в собі жаль за них,
3. постановити рішуче поправитися,
4. визнати гріхи перед священником у св. Сповіді,
5. відправити покуту, накладену сповідником.



**Іспит сумління роблю так:** У спокійному місці (найліпше в церкві) клякаю і в молитві до Св. Духа прошу світла й ласки до доброї Сповіді. Потім пригадую собі: 1. Коли була моя остання важна Сповідь? Чи може забув я на ній сказати який тяжкий гріх? Або що гірше, може зі стиду затаїв який? (У такому разі Сповідь була неважна й святотатська й треба рахуватися зі собою знову за весь час від останньої важної Сповіді). 2. Чи відправив накладену покуту? Опісля переходжу за чергою заповіді Божі й церковні та різні роди гріхів і застановляюся, чи проти котрої з них я не згрішив ділом, словом або думкою. При тяжких гріхах маю подати точне їхнє число або приблизно, як часто на тиждень, місяць або рік я їх допускався. При тяжких гріхах маю також пригадати собі обставини: час, місце та особи. Щоб це полегшити, подаємо нижче взірць іспиту сумління.

## Молитва перед обрахунком сумління

Милосердний Боже! Ти Сам сказав, що не хочеш смерти грішника, а щоб він навернувся й жив. Оце я негідний паду на лице перед Тобою та щиро молю Тебе: Вчини зі мною, Боже, за безконечним милосердям Твоїм. Не відкидай мене, Господи, задля численних моїх гріхів, а вчини Своєю святою ласкою, щоб я пізнав (пізнала) їхню огидність, перейнявся (перейнялася) щирим жалем і сокрушеним серцем визнав (визнала) свої тяжкі провини перед Твоїм заступником у святій Тайні Покаяння.

Душе Святий, подателю всіх ласк, прийди й допоможи мені достойно приготувитися прийняти св. Тайну Покаяння. Молю Тебе просвіти мій розум, щоб я пізнав (пізнала) свої тяжкі провини; укріпи мою пам'ять, щоб я пригадав (пригадала) собі все, чим я образив (образила) свого найліпшого Бога й Пана; серцю моему подай ласку сердечного жалю та щирю волю на майбутнє поправитись і більше ніколи не грішити.

Царю Небесний, Утішителю, Душе істини, що всюди єси й все наповняєш, Скарбе дібр й життя Подателю, прийди й вселись у нас, і очисти нас від усякої скверни й спаси, Благий, наші душі.

Пристановище грішних, Маріє, святий Ангеле Хоронителю й всі святі Божі Угодники, вставтеся за мене до Бога й випросіть мені ласку виконати цю св. Сповідь так, щоб я міг (могла) почути слова: "Відпускаються тобі гріхи, йди в мирі".

Милосердний Господи, дай мені ласку й світло пізнати мої гріхи й добре висповідатися. Поможі мені очистити мою душу з гріхів. Амінь.

## Зразок іспиту сумління

**1-а Заповідь Божя:** Може сумнівався про яку правду св. віри й викликував такі сумніви в інших? Може радо слухав безбожні розмови? Нарікав коли на Бога в слабості або нещасті? Зanedбував молитву вранці або ввечері? Вірив у забобони й чари? Викликував духів? Ходив до ворожбитів? Може встидався відверто визнати свою св. католицьку віру? Чи ставав у її обороні, коли інші виговорювали на Католицьку Церкву й віру? Може всти-дався свого обряду? Або насміхався з релігійних обрядів?

**2-а Заповідь Божа:** Може вимовляв без понести ім'я Боже, Пречистої Діви Марії або Святих? Може присягався іменем Божим на неправду? Або вживав святих слів до жартів? Може проклинав кого ім'ям Божим? Або на неправду присягав у суді?

**3-а Заповідь Божа:** Може без причини пропускав Службу Божу в неділю й свято? Як часто? Може не слухав проповіді, духовної науки, чи в той час виходив з церкви? або провадив тоді пусті розмови? Може без кінечности тяжко працював у неділю або свято?

**4-а Заповідь Божа:** Може зневажав своїх батьків? Або підніс на них руку? Та засмучував їх так, що аж плакали й був їм неслухняним та невдячним? Може не шанував своїх настоятелів? Говорив на них зле? Бажав ш чогось злого? Насміхався з них та глузував над ними?

**5-а Заповідь Божа:** Чи скривдив кого на здоров'ї? Підмовляв кого до бійки? розпалював ненависть? Проклинав інших? Був мстивий? Може дав кому згіршення? Або намовив до гріха?

**6-а і 7-а Заповіді Божі:** Чи любувався в нечистих думках? Чи оглядав безсоромні образи? Чи говорив безсоромні слова? Чи нечистого діла, сам або з ким іншим? Чи приставав із безсоромними людьми? Чи читав такі погані книжки? Чи учащав до безсоромних вистав й кінотеатрів?

**9-а і 10-а Заповіді Божі:** Чи привласнив собі чужу річ? Ошукав кого на грошах, майні або товарах? Може заподіяв шкоду іншому? Робив легковажно борги? Або видавав гроші на непотрібні речі? Чи направив заподіяну кривду? Чи віддав позичену або знайдену річ?

**8-а Заповідь Божа:** Чи говорив неправду? виявляв без потреби чужі хиби? Посуджував несправедливо, робив наклепи? Виявляв без потреби чужі тайни?

**Церковні заповіді:** Чи порушував піст? Як часто? Чи молився перед їдженням і по їджен-ні? Чи брав участь у забавах і танцях у забороненому часі? Може читав заборонені книжки та часописи? Давав їх читати іншим? Передплачував їх?

**Головні гріхи:** Чи був гордий? Принижував інших? Чи тішився з чужого нещастя? Чи заздрич іншим? Чи їв або пив надміру? Чи був лінивий до молитви та праці?

**Гріхи що кличуть до неба про помсту:** Чи вбив кого умисно? Чи скривдив удову або сироту, або вбогих? Чи затримував безправно платню своєму слугі або робітників?



**Чужі гріхи:** Може наказував комусь гріховне робити? Чи намовляв або поштовхував когось до гріха? Чи радив комусь грішне діло? Чи допомагав комусь у грішному ділі? Чи похвалював і боронив гріх? Чи був байдужий, не карав і не ганив за гріх? Чи мовчав, коли бачив, що хтось грішить?

### Сповідь

*{Клякаю і кажу:}* **Останній раз я сповідався** (сповідалася) *(скажи коли),* **покуту відправив** (відправила), **ніякого гріха не приховав** (приховала), **ні не забув** (забула). **І такими**

**гріхами образив** (образила) **я Бога:**

*(І сповідає за порядком свої гріхи. Закінчивши визнавати, кажу:)*

**Жалую з цілого серця, що я своїми гріхами образив** (образила) **Бога. Постановляю на майбутнє поправитися й більше їх не допускатися. Прошу покути й розрешення.**

*(Тепер вважаю, яку науку й покуту дає священник, б'ю себе у груди, коли дає розрешення. Потім роблю знак св. хреста й відходжу.)*



## SACRAMENT OF PENANCE RECONCILIATION

By virtue of Baptism and Chrismation we have a share in the life of God; but, as we all know through personal experience, how fragile this divine life in us is. God has given each of us the freedom to choose, and we do not always choose wisely. We disobey Him and sin. God "knows what we are made of; He knows we are dust" (Ps 102); He knows that we are weak, imperfect human beings constantly in need of His mercy.

Therefore, as a sign of His great mercy, He instituted the Sacrament of Penance to restore divine life in us lost through sins committed after Baptism. This Sacrament was instituted when, on Easter Sunday, Jesus "breathed on the apostles, and said to them, 'Receive the Holy Spirit. If you forgive the sins of any, they are forgiven; if you retain the sins of any, they are retained'" (Jn 20, 19, 22-23). Our Lord instituted the Sacrament of Penance, which is the tribunal of mercy, so that He could forgive us every time we fall.

### Requirements For Making a Worthy Confession

To receive this Sacrament worthily, five things are necessary: **1) to examine our conscience. 2) to be sorry for our sins. 3) to resolve to sin no more. 4) to confess all our mortal sins to the priest. Confession of venial faults, without being necessary in itself, is nevertheless strongly recommended by the Church (CC, #1493). 5) to carry out the penance imposed.**

In order to prepare oneself for a good confession, it is good to implore God for His light and grace.

### EXAMINATION OF CONSCIENCE:

#### a) On the Ten Commandments

1. Have I deliberately entertained doubts in matters of faith? Believed in or consulted fortune-tellers? Frequented places of false worship? Read books against the faith? or listened willingly to remarks against it? Neglected my religious duties through human respect? Been guilty of presumption or despair? Been irreverent in church or toward sacred persons or things or been deliberately distracted during prayers? Belonged to forbidden societies? Been guilty of superstitious practices?
2. Have I taken the name of God in vain? Spoken with disrespect of holy things? Sworn falsely, rashly, or in trivial things? Cursed or blasphemed, or caused others to do so?
3. Have I kept holy the Sundays and holy days of obligation? Assisted at the Divine Liturgy and abstained from servile work on such days? Have I prevented others from doing the same?
4. Have I honored and obeyed my parents, pastors, and other superiors as was just? Have I been respectful to the elderly? Conscientious in my charge over children and others who depend on me?
5. Have I desired, hastened, or procured the death of anyone? Been guilty of hatred and anger? Quarreled with, or oppressed or provoked anyone? Desired revenge? Given scandal? Refused to forgive?
6. & 9. Have I deliberately entertained impure thoughts or desires? Have I deliberately associated with people who were to me a source or occasion of sin against purity? Listened to immodest stories? Read bad books or attended dangerous amusements? Have I committed any impure act either alone or with others? Been an occasion of sin to others by my talk, manner of dress, or actions?
10. Have I taken or kept what is not mine? Cheated others or harmed them in property? Coveted what belonged to others? Neglected to make restitution?  
Have I borne false witness against my neighbor or in his favor? Have I injured others by lying, rash judgment, or flattery; by disclosing the faults or sins of others, or by any other fault against charity? Have I been guilty of untruth in any matter?

#### b) On the Commandments of the Church

Have I kept holy the Sundays and holy days of obligation, by hearing the Divine Liturgy and avoiding unnecessary servile work? Have I kept the days of fast and abstinence, as far as I was obliged to do so? Have I gone to confession and Holy Communion during Easter time? Have I contributed toward the support of the Church and the pastor according to my means? Have I observed the laws of the Church concerning matrimony? Have I encouraged others in the practice of the faith when I could have done so?

### **c) On the Nine Ways of Being Accessory" to Another's Sins**

Have I helped or encouraged others to sin: 1) By counseling them to do so? 2) By commanding them to sin? 3) By consenting to their sin? 4) By provocation? 5) By praise or flattery? 6) By concealment? 7) By partaking? 8) By silence? 9) By defense of the ill done?

### **d) On the Capital Sins**

**Pride:** Have I been guilty of excessive self-esteem. Have I been too proud of my appearance, family, talents, position, money, and the virtues I imagine I possess. Have I been guilty of undue ambition, of attracting notice and praise and of seeking undeserved honors, distinctions, and other worldly favors. Was I presumptuous, pretending to be greater than I really am; did I boast of my deeds or abilities. Have I looked down upon others and hurt others by my pride.

**Envy.** Have I harbored any bitter feeling at the excellence or good fortune of those who are better or happier, with a desire to rob them of what they have. Have I rejoiced over their misfortune? Have I injured their name through calumny, gossip, detraction, hatred, scandal or other sins.

**Lust.** See Sixth and Ninth Commandments.

**Gluttony.** Have I endangered or injured my health or reason by eating or drinking to excess? Have I made others drunk, or sought to make them so, or boasted of having made them so?

**Anger.** See the Fifth Commandment.

**Avarice.** Have I desired or loved too much the things of this world and sought after them eagerly? In my covetousness have I hurt anyone in any way?

**Sloth.** Have I been guilty of laziness of mind or body, which has prevented me from discharging my duty? Have I wasted time in idleness and useless occupation? Have I avoided work?

## **MANNER OF MAKING CONFESSION**

**Bless me father, for I have sinned, I confess to Almighty God, and to you Father, the sins of which I have been guilty in thought, word, action, or omission. It has been about (mention the length of time) since my last confession. Since then I have committed the following sins. (Here mention the sins you have to confess.) I wish also to accuse myself of the sins of my past life, especially (here mention some past sin for which you are sure that you are sorry). I humbly ask pardon of all my sins and absolution of you, Father."**

(You may ask the priest for help in recalling sins you may have committed, or you may ask questions concerning your spiritual life or problems or doubts. When you have finished your confession and the priest directs you to make an act of contrition, you may express your sorrow by saying the following act of contrition, or any act of contrition you may know from memory:

### **An Act of Contrition**

For these and all the sins of my life I am most heartily sorry because by them I have offended God. I firmly resolve to amend my life and to sin no more. I humbly ask penance and absolution of you, father.

### **Prayer of the Publican**

O God, be merciful to me sinner; Lord, cleanse me of my sins, and have mercy on me; I have sinned without number, forgive me, O Lord,





#### 4th Sunday of Lent: St. John of the Ladder

**Troparion (7):** By Your cross You destroyed death,\* You opened Paradise to the thief,\* You changed the lamentation of the myrrhbearers to joy,\* and charged the apostles to proclaim\* that You are risen, O Christ our God,\* offering great mercy to the world.

**Troparion, (1):** O John, our God-bearing father,\* you were shown to be a citizen of the desert,\* an angel in bodily form,\* and a worker of miracles.\* Through fasting, prayers and vigils you received heavenly gifts\* to heal the sick and the souls of those who, in faith, run to you.\* Glory to Him who gives you strength.\* Glory to Him who crowned you.\* Glory to Him who works healing for all through you.

**+Glory be to the Father and to the Son and to the Holy Spirit, now and for ever and ever. Amen.**

**Kontakion, (4):** On the heights of true abstinence,\* the Lord established you as a reliable star,\* giving light for guidance to the ends of the earth,\* O father John, our teacher.

**Prokimenon (7):** The Lord will give strength to His people,\* the Lord will bless His people with peace.

**verse:** Bring to the Lord, O you sons of God; bring to the Lord young rams (Ps 28:1).

**Prokimenon (7):** How great are Your works, O Lord\* You have made all things in wisdom.

**Reading of the Epistle of St. Paul to the Hebrews (Heb 6:13-20):** Brethren, when God made a promise to Abraham, because he had no one greater by whom to swear, he swore by himself, saying, 'I will surely bless you and multiply you.' And thus Abraham, having patiently endured, obtained the promise. Human beings, of course, swear by someone greater than themselves, and an oath given as confirmation puts an end to all dispute. In the same way, when God desired to show even more clearly to the heirs of the promise the unchangeable character of his purpose, he guaranteed it by an oath, so that through two unchangeable things, in which it is impossible that God would prove false, we who have taken refuge might be strongly encouraged to seize the hope set before us. We have this hope, a sure and steadfast anchor of the soul, a hope that enters the inner shrine behind the curtain, where Jesus, a forerunner on our behalf, has entered, having become a high priest for ever according to the order of Melchizedek.

**Alleluia (7):** It is good to give praise to the Lord and to sing in Your name, O Most High (Ps 91:2).

**verse:** To announce Your mercy in the morning and Your truth every night (Ps 91:3).

**Gospel: (Mark 9:17-31):** At that time a man came to Jesus and said: 'Teacher, I brought you my son; he has a spirit that makes him unable to speak; and whenever it seizes him, it dashes him down; and he foams and grinds his teeth and becomes rigid; and I asked your disciples to cast it out, but they could not do so.' He answered them, 'You faithless generation, how much longer must I be among you? How much longer must I put up with you? Bring him to me.' And they brought the boy to him. When the spirit saw him, immediately it threw the boy into convulsions, and he fell on the ground and rolled about, foaming at the mouth. Jesus asked the father, 'How long has this been happening to him?' And he said, 'From childhood. It has often cast him into the fire and into the water, to destroy him; but if you are able to do anything, have pity on us and help us.' Jesus said to him, 'If you are able!—All things can be done for the one who believes.' Immediately the father of the child cried out, 'I believe; help my unbelief!' When Jesus saw that a crowd came running together, he rebuked the unclean spirit, saying to it, 'You spirit that keep this boy from speaking and hearing, I command you, come out of him, and never enter him again!' After crying out and convulsing him terribly, it came out and the boy was like a corpse, so that most of them said, "He is dead." But Jesus took him by the hand and lifted him up, and he was able to stand. When he had entered the house, his disciples asked him privately, 'Why could we not cast it out?' He said to them, 'This kind can come out only through prayer.' They went on from there and passed through Galilee. He did not want anyone to know it; for he was teaching his disciples, saying to them, 'The Son of Man is to be betrayed into human hands, and they will kill him, and three days after being killed, he will rise again.'

**Instead of "It is truly...":** In you, O Full of Grace, all creation rejoices: the angelic ranks and all the human race. Sanctified temple and spiritual paradise, virgins' pride and boast, from whom God is made flesh and became a little Child; and He who is our God before all ages, He made your womb a throne, and He made it wider than all the heavens. In you, O Full of Grace, all creation rejoices. Glory be to you.

**Communion Verse:** For the Lord has chosen Zion; \* He has chosen it for His dwelling. (Ps 131:13) Alleluia (3X).



#### 4-а Неділя Посту. Неділя Преподобного Івана Ліствичника.

**Тропар (7):** Знищив Ти хрестом Твоїм смерть,\* відчинив розбійникові рай,\* мироносицям плач на радість перемінив\* і апостолам звелів проповідувати,\* що воскрес Ти, Христе Боже,\* даючи світові велику милість.

**Тропар (г.1):** Пустинним жителем і в тілі ангелом,\* і чудотворцем показав ти себе, богоносний отче наш Іване.\* Постом, чуванням, молитвою небесні дарування прийнявши,\* зціляєш недужих і душі, що з вірою прибігають до тебе.\* Слава тому, що дав тобі кріпость,\* слава тому, що вінчав тебе,\* слава тому, що діє тобою всім зцілення.

**+Слава Отцю, і Сину, і Святому Духові. І нині, і повсякчас, і на віки вічні. Амінь.**

**Кондак (глас 4):** На висоті правдивої повздержности\* Господь тебе поставив, як звізду необманну,\* що просвічує світокраї,\* наставнику Іване, отче наш.

**Прокімен (глас 7):** Господь силу людям Своім дасть,\* Господь поблагословить людей своїх миром.

**ґтих:** Принесіть Господеві, сини Божі, принесіть Господеві молодих баранців (Пс 28,1).

**Прокімен (7):** Возхваляться преподобні у славі і возрадуються на ложах своїх (Пс 149,5).

**До Євреїв послання св. апостола Павла читання (Євр 6,13-20):** Браття, коли Бог учиняв Авраамові обітницю, не маючи поклястися ніким вищим, то поклявся самим собою, кажучи: «Справді поблагословлю тебе щедро й розмножу тебе вельми.» І він, завдяки довгій терпеливості, досягнув обітницю: люди клянуться більшим від себе, і всякі їхні суперечки кінчаються клятвою на ствердження. Тому й Бог, бажаючи дати спадкоємцям обітниці якнайсильніший доказ, що його рішення непорушне, вжив клятви, щоб двома незмінними речами, в яких неможливо, щоб Бог казав неправду, ми мали сильну заохоту – ми, що прибігли прийняти надію, призначену нам. В ньому маємо, неначе якір душі, безпечний та міцний, що входить аж до середини за завісу, куди ввійшов за нас, як предтеча, Ісус, ставши архиереєм повіки, на зразок Мелхиседека.

**Літанія (г 7):** Добре воно – прославляти Господа, і співати Твоєму імені, Всевишній (Пс 91,2).

**ґтих:** Звіщати вранці Твою милість, ночами – Твою вірність (Пс 91,3).

**Євангеліє: (Мр 9,17-31):** Один чоловік прийшов до Ісуса і, кланяючись, йому сказав: "Учителю, привів я до тебе сина мого, що має німого духа, і де тільки його вхопить, кидає його об землю так, що піниться, скрегоче зубами, дерев'яніє. Просив я учнів твоїх, щоб його вигнали, та не змогли." Він же у відповідь каже їм: "О роде невірний! Доки я буду з вами? Доки вас терпітиму? Приведіть но його до мене." І привели його до нього. Скоро дух угледів його, притьмом того затряс, і повалившись той на землю, запінившись, почав качатися. Спитав же його батька: "Скільки часу, як це йому сталося?" – "З дитинства", – відповів той. "І часто він кидає його у вогонь і в воду, щоб його погубити. Та якщо можеш, поможи нам, змилосердившись над ним." Ісус же каже йому: "Щодо того – якщо можеш – то все можливо тому, хто вірує." І вміть батько хлопчини викрикнув кризь сльози: "Вірою, поможи моему невірству!" Ісус же, бачивши, що збігається народ, погрозив нечистому духові, кажучи: "Німіий та глухий душе! Наказую тобі: Вийди з нього й не входи більше в нього." І, закричавши та сильно його стрясаши, вийшов з нього. І наче змертвів той, тож многі казали: "Вмер він." Але Ісус, узявши його за руку, підвів його, і той устав. Коли ж увійшов у дім, то учні його питали його насамоті: "Чому ми не могли його вигнати?" Він відповів їм: "Цей рід нічим не можна вигнати, тільки молитвою та постом." Вийшовши звідти, проходили кризь Галилею, і він не хотів, щоб будь-хто знав. Навчав бо своїх учнів і казав їм: "Син Чоловічий буде виданий у руки людям, і вб'ють його, і, вбитий по трьох днях, воскресне."

**Замість Достойно:** Тобою радується, Благодатная, всяка твар, ангельський собор і чоловічеський рід, о священний храме і раю словесний, дівственна похвало, що із неї Бог воплотився і младенцем став – перед віками суцїий Бог наш. Лоно бо твоє престолом сотворив і утробу твою просторішою небес учинив. Тобою радується, Благодатная, всяка твар, слава тобі.

**Причасний:** Вибрав Господь Сїона, захотів його на житло для себе (Пс 131,13). Алилуя (х3).



## 5th Sunday of the Great Fast: Our Venerable Mother Mary of Egypt:

**(Tone 8):** You came down from on high, O Merciful One,\* and accepted three days of burial\* to free us from our sufferings.\* O Lord, our life and our resurrection,\* glory be to You.

**Troparion (8):** The divine image was faithfully preserved in you, O mother, for taking up the Cross, you followed Christ. By your deeds you have taught us to see beyond flesh, which passes, and care for the soul, a thing immortal. And so, O venerable Mary, your spirit rejoices with the angels.

**+Glory be to the Father and to the Son and to the Holy Spirit. Now and for ever and ever. Amen.**

**Kontakion(3):** Once you were filled with every impurity,\* now through repentance you have been revealed as a bride of Christ,\* following the angelic life, you crushed demons with the weapon of the Cross.\* Therefore, O glorious Mary, you have been shown to be a bride of the kingdom.

**Prokimenon (8):** Pray and give praise to the Lord our God (Ps 75:12)

**verse:** In Judea God is known; His name is great in Israel (Ps 75:2).

**Prokimenon (4):** He makes spirits His angels and flaming fire His ministers.

**Reading of the Epistle of St. Paul to the Hebrews. (Hebrews 9:11-14) (Sunday):** *Brethren*, when Christ came as a high priest of the good things that have come, then through the greater and perfect tent (not made with hands, that is, not of this creation), he entered once for all into the Holy Place, not with the blood of goats and calves, but with his own blood, thus obtaining eternal redemption. For if the blood of goats and bulls, with the sprinkling of the ashes of a heifer, sanctifies those who have been defiled so that their flesh is purified, how much more will the blood of Christ, who through the eternal Spirit offered himself without blemish to God, purify our conscience from dead works to worship the living God!

**Alleluia (Tone 8):** Come, let us rejoice in the Lord; let us acclaim God our Saviour (Ps 94:1).

**verse:** Let us come before His face with praise, and acclaim Him in psalms (Ps 94:2)

**Gospel: (Mark 10:32-45) (Sunday):** *At that time Jesus took the twelve and began to tell them what was to happen to him, saying, 'See, we are going up to Jerusalem, and the Son of Man will be handed over to the chief priests and the scribes, and they will condemn him to death; then they will hand him over to the Gentiles; they will mock him, and spit upon him, and flog him, and kill him; and after three days he will rise again.'* James and John, the sons of Zebedee, came forward to him and said to him, 'Teacher, we want you to do for us whatever we ask of you.' And he said to them, 'What is it you want me to do for you?' And they said to him, 'Grant us to sit, one at your right hand and one at your left, in your glory.' But Jesus said to them, 'You do not know what you are asking. Are you able to drink the cup that I drink, or be baptized with the baptism that I am baptized with?' They replied, 'We are able.' Then Jesus said to them, 'The cup that I drink you will drink; and with the baptism with which I am baptized, you will be baptized; but to sit at my right hand or at my left is not mine to grant, but it is for those for whom it has been prepared.' When the ten heard this, they began to be angry with James and John. So Jesus called them and said to them, 'You know that among the Gentiles those whom they recognize as their rulers lord it over them, and their great ones are tyrants over them. But it is not so among you; but whoever wishes to become great among you must be your servant, and whoever wishes to be first among you must be slave of all. For the Son of Man came not to be served but to serve, and to give his life as a ransom for many.'

**Instead of "It is truly...":** In you, O Full of Grace, all creation rejoices: the angelic ranks and all the human race. Sanctified temple and spiritual paradise, virgins' pride and boast, from whom God is made flesh and became a little Child; and He who is our God before the ages, He made your womb a throne, and He made it wider than all the heavens. In you, O Full of Grace, all creation rejoices. Glory be to you.

**Communion Verse:** Praise the Lord from the heavens;\* praise Him in the highest (Ps 148). Alleluia (3X).



## 5-а Неділя Великого Посту: Преподобної Марії Єгипетської.

**Тропар (8):** З висоти зійшов Ти, Милосердний,\* і триденне погребення прийняв Ти,\* щоб нас звільнити від страждань.\* Життя і воскресіння наше,\* Господи, слава Тобі.

**Тропар (8):** В тобі, мати, дбайливо зберігся образ, бо, прийнявши хрест, ти пішла слідом за Христом і ділом навчала ти погорджувати тілом, бо воно проминає, а дбати про душу – єство безсмертне. Тим-то з ангелами разом радується, преподобна Маріє, дух твій.

**+Слава Отцю, і Сину, і Святому Духові. І нині, і повсякчас, і на віки вічні. Амінь.**

**Кондак (г 3):** Перше блудами всякими сповнена,\* як Христова невіста через покаєння днесь явилася,\* ангельське життя наслідуючи, демонів оружжям хреста ти убиваєш.\* Ради цього як невіста царева ти явилася, Маріє преславна.

**Прокімен(8):** Помоліться і хвалу віддайте Господеві, Богу нашому. (Пс 75:1).

**Єтих:** Відомий Бог у Юдеї, в Ізраїлі велике ім'я Його. (Пс 75:2).

**Прокімен (глас 4):** Благовістить день у день спасення Бога нашого (Пс. 95,2).

**До Євреїв послання св. апостола Павла читання: (Євр 9,11-14):** *Браття*, Христос же, з'явившись як архиєрей майбутніх благ, через більший і досконаліший намет, що зроблений не людською рукою, тобто не земної будови, – і не з кров'ю козлів та телят, але з власною кров'ю, – увійшов, раз назавжди у святиню і знайшов вічне відкуплення. Бо коли кров волів і козлів та попіл із телиці, як покропить нечистих, освячує, даючи їм чистоту тіла, то скільки більше кров Христа, – який Духом вічним приніс себе самого Богові непорочним, – очистить наше сумління від мертвих діл, на служіння Богові живому!

**Антифа (8):** Прийдіте, радісно заспіваймо Господеві, воскликнім Богу, Спасителеві нашому. (Пс 94,1).

**Єтих:** Прийдімо з похвалами перед обличчя Його, і псалмами воскликнім Йому. (Пс 94,2).

**Євангеліє: (Мр 10,32-45):** *У той час взяв Ісус дванадцятьох і почав їм говорити*, що має статися з ним: "Оце йдемо в Єрусалим, і Син Чоловічий буде виданий первосвященникам та книжникам, і засудять його на смерть, і видадуть його поганам; і насміхатимуться з нього, плюватимуть на нього, бичуватимуть його й уб'ють, він же по трьох днях воскресне." Яків же та Йоан, сини Заведєя, підходять до нього та й кажуть йому: "Учителю, хочемо, щоб ти нам зробив те, чого попросим." Він же їм відповів: "Що хочете, щоб я зробив вам?" "Зволь нам, – ті йому кажуть, – щоб ми сиділи: один праворуч, другий ліворуч від тебе у твоїй славі." Ісус же сказав їм: "Не знаєте, чого просите. Чи можете пити чашу, яку я п'ю, і хреститися хрищенням, яким я хрищуся?" Ті йому відповіли: "Можемо." Ісус сказав їм: "Чашу, яку я п'ю, питимете, і хрищенням, яким я хрищуся, хреститиметесь. Сидіти ж праворуч від мене чи ліворуч, – не моя річ вам дати, а кому приготовано." Почули про те десятеро, тож обурились на Якова та Йоана. Тоді Ісус прикликав їх і сказав їм: "Ви знаєте, що ті, яких вважають князями народів, верховодять ними, а їхні вельможі утискають їх. Не так воно хай буде між вами, але хто з-між вас хоче стати великим, хай буде вам слугою, і хто з-між вас хоче бути першим, хай буде рабом усіх. Бо й Син Чоловічий прийшов не на те, щоб йому служити, лише щоб служити й віддати своє життя як викуп за багатьох."

**Замість Достойно:** Тобою радується, Благодатная, всяка твар, ангельський собор і чоловічеський рід, освящений храме і раю словесний, дівственна похвало, що із неї Бог воплотився і младенцем став – перед віками суцїй Бог наш. Лоно бо твоє престолом сотворив і утробу твою просторішою небес учинив. Тобою радується, Благодатная, всяка твар, слава тобі.

**Причасний:** Хваліте Господа з небес,\* хваліте Його на висотах (Пс 148,1). (х3).

Ukrainian  
National Assn.



Український  
Народний Союз

Serving the Ukrainian

American Communities

**LIFE Insurance** Since 1894 **ANNUITIES**

[www.UkrainianNationalAssociation.org](http://www.UkrainianNationalAssociation.org)

In Albany Area, Contact Nick Fil (518) 785-7596



Advertise  
with Us!

## Spiritual illnesses of the heart

### Ignorance

the heart's ignorance of God.  
Man is incapable of knowing what it  
means to live apart from God

### Blindness

the heart is incapable of  
distinguishing between good and evil  
and is consequently rendered unable  
to recognize the presence of God



### Forgetfulness

the heart does not remember God.  
It forgot how to be in a prayerful state

### Hardness

the heart does not allow the seed  
of God's grace to take root

### Contamination

the heart becomes accustomed  
to putrid thoughts

## *Journeying to Pascha*

Jesus continues today his work of healing and exorcism, and that is appropriate for this time of Lent, because Lent is a time for healing and exorcism. It is a time for us to heal the wounds of our souls – self-inflicted wounds due to our complacency and laziness and self-indulgence. It is time to get rid of those demons of our own sinful habits and anything that keeps us away from God and from living that abundant life that Christ came to give us.

We start to make our way toward Jerusalem. At the end of today's Gospel already there is the prediction of the passion, the death and the resurrection of Christ, giving a little hint in the Gospel that the course of Lent is moving now towards Jerusalem. We have gone through several weeks now of spiritual preparations, Scripture texts, prayers and activities. Now our focus

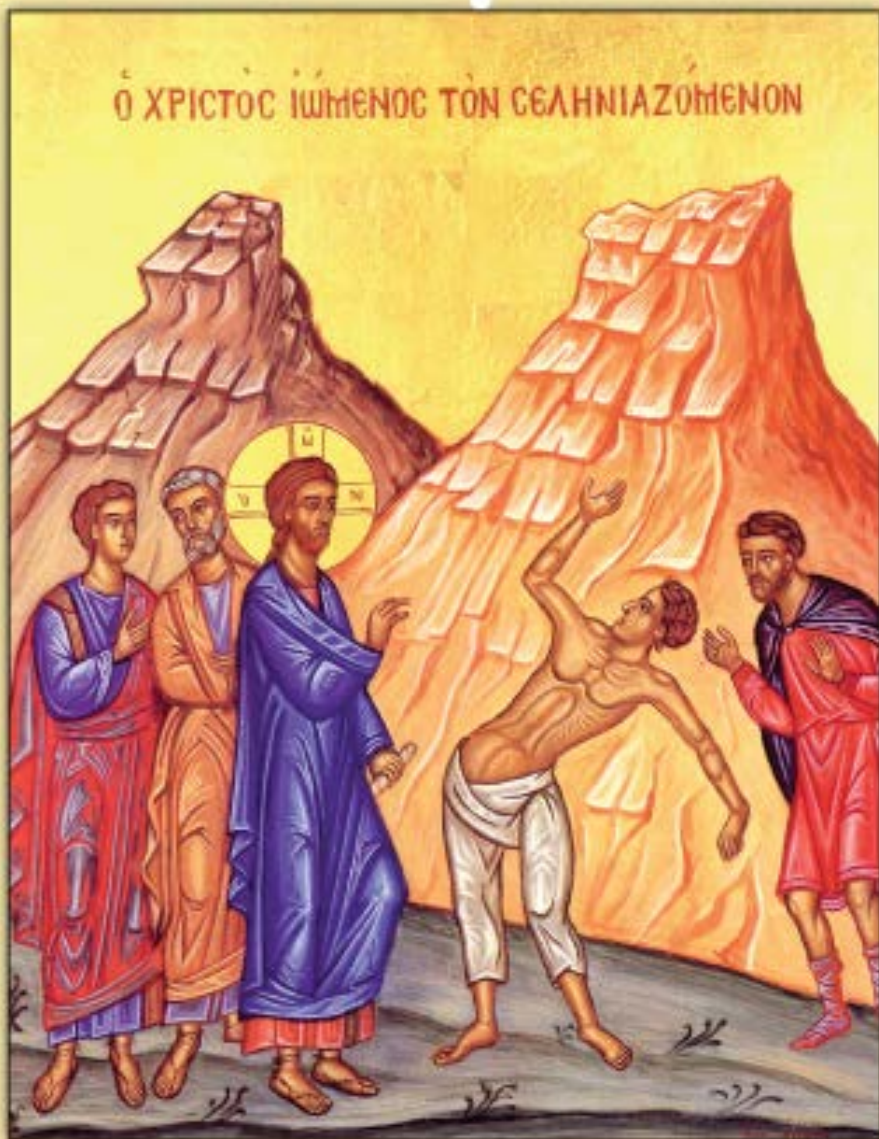
is starting to turn towards Jerusalem. That will be made more explicit in next Sunday's Gospel, but we are already getting a hint of it now.

There are only three weeks now until Easter, two weeks until Palm Sunday, when we are really liturgically accompanying Christ into the mystery of His Passion.

So it is coming soon, and we have to start turning towards Jerusalem. We have to get focused, we have to get recollected, we have to really revive our Lenten prayer and fasting so that we can make the rest of this journey and be fruitful and overcome the demons and find healing for the wounds of our souls – and go with Christ to his Passion and, through the mystery of His Cross, come to that great, transfiguring, glorious celebration of His Resurrection.

FOURTH SUNDAY OF THE GREAT FAST  
SUNDAY OF ST. JOHN CLIMACUS

Ο ΧΡΙΣΤΟΣ ΙΩΗΕΝΟΣ ΤΟΝ ΣΕΛΗΝΙΑΖΟΜΕΝΟΝ



*Icon of Healing the Boy with a Demon*