

Transfiguration of our Lord Ukrainian Catholic Church Українська Католицька Церква Преображення ГНІХ

4118 Shoshone Street, Denver, CO 80210 Ph: 303-455-2717

Parish Website: www.transfigurationdenver.org

CELEBRATING 75 YEARS!



LENT

2025

ВЕЛИКИЙ ПІСТ

Liturgy Schedule

Sunday: 8:30 am (English)
10:00 am Rosary (Ukrainian)
10:30 am (Ukrainian)

Weekdays: Tue.-Sat.: 10:00 am
Holy Days: 10:00 am

Confessions:

Before Liturgy & upon request

Sacrament of Matrimony:

Meet with pastor before
setting the date

Sacrament of Baptism:

Meet with pastor minimum
two weeks prior to date

Sacrament of the sick:

Anytime upon request

Rev. Valeriy Kandyuk, pastor
Dcn. Michael Wynar, deacon
Pastor Phone: 313-515-4114
Deacon Phone: 303-478-3974

Порядок Богослужень

Неділя: 8:30 ранку (англійська)
10:00 ранку Вервиця (українська)
10:30 ранку (українська)

Вівторок-Субота: 10-й ранку
В свята: 10-й ранку

Сповідь:

Перед Літургією і на прохання

Вінчання:

Зустрітись з парохом перед
установленням дати

Хрещення:

Зустрітись з парохом перед
установленням дати

Єлеопомазання:

на прохання

о. Валерій Кандюк, парох
о.д. Михайло Винар,



GREAT FAST



To prepare for the *Great Fast* in the Ukrainian Catholic Church, gradually reduce your consumption of meat and dairy products leading up to the first day ("Clean Monday"), by eating only meat during "Meatfare Sunday" and then only dairy during "Cheesefare Sunday" before completely abstaining from meat, eggs, and dairy during the fast, while also increasing your spiritual practices like prayer and attending the Divine Liturgy.

Key points to remember

Don't jump into a strict fast immediately. The weeks before the *Great Fast*, known as "Meatfare" and "Cheesefare" weeks, are used to gradually decrease your intake of meat and dairy products respectively.

Clean Monday

The first day of the *Great Fast* is called "Clean Monday" and is typically observed with a strict fast, abstaining from all animal products.

Fasting rules

During the *Great Fast*, most Ukrainian Catholics abstain from meat, eggs, and dairy products on all Wednesdays and Fridays.

Spiritual preparation

Alongside dietary restrictions, focus on deepening your prayer life, attending church services regularly, and engaging in acts of charity.

Consult your priest

If you have any questions or concerns about observing the *Great Fast*, consult your priest for guidance on what is appropriate for your individual situation.

The *Great Fast* is a time of spiritual, mental, and even physical renewal. The Bible verse 1 Corinthians 6:19-20 states, "*Do you not know that your bodies are temples of the Holy Spirit, who is in you, whom you have received from God?*" The *Great Fast* is a way to connect our souls with our bodies and our minds with our hearts. It's not just the extra fasting and praying, but the overall preparation of our souls and hearts to see our Lord and Savior Jesus Christ crucified for our sins. Our sins are always the last thing we want to think about, and so the *Great Fast* helps us to prepare to go to Confession and then receive Jesus in the Eucharist more worthily.

ВЕЛИКИЙ ПІСТ



Щоб підготуватися до Великого посту в Українській Католицькій Церкві, до першого дня («чистого понеділка») поступово зменшуйте споживання м'яса та молочних продуктів, їжте лише м'ясо під час «М'ясної неділі», а потім лише молочні продукти під час «Сирної неділі», перш ніж повністю відмовитися від м'яса, яєць та молочних продуктів під час посту, а також збільшити кількість духовних практик, таких як молитва та відвідування Служби Божі.

Ключові моменти, про які слід пам'ятати

Поступовий перехід

Не переходьте до суворого посту відразу. Тижні перед Великим постом, відомі як «М'ясний» і «Сирний», використовуються для поступового зменшення споживання м'яса та молочних продуктів відповідно.

Чистий понеділок

Перший день Великого посту називається «Чистим понеділком» і зазвичай дотримується суворого посту з утриманням від усіх продуктів тваринного походження.

Правила посту

Під час Великого посту більшість українців-католиків утримуються від м'яса, яєць та молочних продуктів усі середи та п'ятниці.

Духовна підготовка

Окрім дієтичних обмежень, зосередьтеся на поглибленні свого молитовного життя, регулярному відвідуванні церковних служб і участі в справах милосердя.

Зверніться до священика

Якщо у вас виникнуть запитання чи сумніви щодо дотримання Великого посту, зверніться до свого священика, щоб отримати поради щодо того, що підходить для вашої індивідуальної ситуації.

Великий піст – це час духовного, розумового і навіть фізичного оновлення. Біблійний вірш 1 Коринтян 6:19-20 говорить: «Хіба ви не знаєте, що ваші тіла то храми Святого Духа, який у вас, якого ви прийняли від Бога?» Великий піст – це спосіб з'єднати наші душі з нашими тілами та наші розуми з нашими серцями. Це не просто додатковий піст і молитва, але загальна підготовка наших душ і сердець побачити нашого Господа і Спасителя Ісуса Христа, розп'ятого за наші гріхи. Наші гріхи завжди є останнім, про що ми хочемо думати, тому Великий піст допомагає нам підготуватися до Сповіді, а потім більш гідно прийняти Ісуса в Євхаристії. Подорож від нашої голови до нашого серця є найдовшою подорожжю в нашому житті, і Великий Піст може бути дорогою, щоб дістатися туди з постом і молитвою. Св. Іван Павло Великий і Св. Мати Тереза говорили про школу мовчання, яка проводила їхнє життя в молитві, а також час з Ісусом в Євхаристії. Якщо ми просто дамо Ісусові тишу, щоб слухати нашим серцем і гідно прийняти Його в Євхаристії, Він може змінити наші серця і наше життя вчасно, щоб святкувати Його Воскресіння на Великдень.

REFLECTIONS for LENT



"How good and how delightful it is when brothers and sisters live in harmony. Now it is required that we forgive each other. Let the right part of the church turn towards the left and the left towards the right. Look well, brothers and sisters, if there is someone with whom you personally will require to make peace. And now let us mutually forgive each other."

For if you forgive others their trespasses, your heavenly Father will also forgive you, but if you do not forgive others their trespasses, neither will your Father forgive your trespasses. (Mt. 6:14-15)

ВЕЛИКОМУ ПОСТІ

"Як добре і як присмно, коли брати і сестри живуть у злагоді. Тепер від нас вимагається, щоб ми прощали один одному. Нехай права частина церкви повернеться вліво, а ліва – вправо. Добре подивіться, брати і сестри, чи є хтось, з ким ви особисто будете вимагати миру. А тепер давайте взаємно простіть собі".

Коли ви прощатимете людям їхні провини, і Отець ваш небесний простить вам. А коли ви не будете прощати людям, і Отець ваш небесний не простить вам провин ваших. (Mt. 6, 14-15)

Epistles & Gospels for the Great Fast

3/02/25 *Cheese Fare* Rom. 13:11-14:4; Mt. 6:14-21
3/09/25 *First Sunday of Great Fast* Heb. 11:24-26, 32-40, 12:1-2; Jn. 1:43-51
3/16/25 *Second Sunday of Great Fast* Heb. 1:10-2:3; Mk. 2:1-12
3/23/25 *Third Sunday of Great Fast* Heb. 4:14-5:6; Mk. 8:34-9:1
3/30/25 *Fourth Sunday of Great Fast* Heb. 6:13-20; Mk. 9:17-31



Послання до Великого Посту

3/02/25 *Сиропусна* Рим 13, 11-14, 4 Мт. 6, 14-21
3/09/25 *1-ша неділя Великого посту* Єв. 11, 24-26, 32-40, 12, 1-2 Ів. 1, 43-51
3/16/25 *2-га неділя Великого посту* Єв. 1, 10-2:3 Мк. 2, 1-12
3/23/25 *3-тя неділя Великого посту* Єв. 4, 14-5 Мк. 86 34-9, 1
3/30/25 *4-та неділя Великого посту* Єв. 6, 13-20 Мк. 96 17-31

