



ПОКРОВ ВІСНИК

ч. 105/2016

Рік III

10 квітня 2016 р.
Неділя 4-а Великого посту
Прп. Іларіона Нового.
Св. Стефана, чудотворця

ГЛАС 4

www.cerkiew.olsztyn.pl

Парохія Покрови Пресвятої Богородиці в Ольштині



Змінні частини

Тропар воскресний, гл. 4: Світлюю воскресення проповідь* від ангела взявши, Господні учениці,* і прадідне осудження відкинувши,* апостолам, хвалячися, мовили:* Повалилася смерть, воскрес Христос Бог,* даруючи світові велику милість.

І преподобному Йоану Ліствичнику, гл. 1: Пустинним жителем і в тілі ангелом,* і чудотворцем показав Ти себе, богоносний отче наш Йоане.* Постом, чужанням, 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, гл. 4; Кондак преподобному: На висоті правдивої повздержности* Господь Тебе поставив, як звізду необманну,* що просвічує світокраї,* наставнику Йоане, отче наш.

І нині, гл. 4; Богородичний: Йоаким і Анна з неслави бездітності* і Адам і Єва від тління смерти визволилися, Пречиста,* у святім різдві твоїм.* Його празнують люди твої,* з провини прогрішень ізбавлені,* як кличуть до Тебе:* Неплідна родить Богородицю* і кормительку життя нашого.

Прокімен, гл. 4: Як величні діла твої, Господи, все премудрістю сотворив Ти (Пс. 103,24).

Стих: Благослови, душе моя, Господа; Господи, Боже мій, Ти дуже величний (Пс. 103,1).

Прокімен преподобному, гл. 8: Возхваляться преподобні у славі і возрадуються на ложах своїх (Пс. 149,5).

Амлюя: Натягни лук і успівай, і царюй, істини ради і лагідности, і справедливости (Пс. 44,5).

Стих: Возлюбив Ти справедливість і возненавидів Ти беззаконня (Пс. 44,8).

Замість Достойно: Тобою радується, Благодатная, всяка твар, ангельський собор і чоловічеський рід, освященний храм і раю словесний, дівственна похвало, що із неї Бог воплотився і младенцем став – перед віками сущий 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 в вишніх (Пс. 148,1). В пам'ять вічну буде праведник, злих слухів не убоїться (Пс. 111,6-7).

¹³ І справді, коли Бог учиняв Авраамові обітницю, не маючи поклястися ніким вищим, то поклявся самим собою, ¹⁴ кажучи: «Справді поблагословлю тебе щедро й розмножу тебе вельми.» ¹⁵ І він, завдяки довгій терпеливості, осягнув обітницю: ¹⁶ люди клянуться більшим від себе, і всякі їхні суперечки кінчаються клятвою на ствердження. ¹⁷ Тому й Бог, бажаючи дати спадкоємцям обітницю якнайсильніший доказ, що його рішення непорушне, вжив клятви, ¹⁸ щоб двома незмінними речами, в яких неможливо, щоб Бог казав неправду, ми мали сильну заохоту - ми, що прибігли прийняти надію, призначену нам. ¹⁹ В ньому маємо, неначе якір душі, безпечний та міцний, що входить аж до середини за завісу, ²⁰ куди ввійшов за нас, як предтеча, Ісус, ставши архиєреєм повіки, на зразок Мелхиседека.



Євангелія від Марка 9:17-31

¹⁷ І відказав йому один з народу: "Учителю, привів я до тебе сина мого, що має німого духа, ¹⁸ 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." ¹⁹ Він же у відповідь каже їм: "О роде невірний! Доки я буду з вами? Доки вас терпітиму? Приведіть но його до мене." ²⁰ І привели його до нього. Скоро дух угледів його, притьмом того затряс, і повалившись той на землю, запінившись, почав качатися. ²¹ Спитав же його батька: "Скільки часу, як це йому сталося?" "З дитинства - відповів той. ²² "І часто він кидає його у вогонь і в воду, щоб його погубити. Та якщо можеш, поможи нам, змилосердившись над ним." ²³ Ісус же каже йому: "Щодо того - якщо можеш - то все можливо тому, хто вірує." ²⁴ І вмиє батько хлопчини викрикнув крізь сльози: "Вірю, поможи моему невірству!" ²⁵ Ісус же, бачивши, що збігається народ, погрозив нечистому духові, кажучи: "Німіє та глухий душе! Наказую тобі: Вийди з нього й не входи більше в нього." ²⁶ І, закричавши та сильно його стрясаши, вийшов з нього. І наче змертвів той, тож многі казали: "Вмер він." ²⁷ Але Ісус, узявши його за руку, підвів його, і той устав. ²⁸ Коли ж увійшов у дім, то учні його питали його насамоті: "Чому ми не могли його вигнати?" ²⁹ Він відповів їм: "Цей рід нічим не можна вигнати, тільки молитвою та постом." ³⁰ Вийшовши звідти, проходили крізь Галилею, і він не хотів, щоб будь-хто знав. ³¹ Навчав бо своїх учнів і казав їм: "Син Чоловічий буде виданий у руки людям, і в'ють його, і, вбитий, по трьох днях, воскресне."





Розклад богослужень

НЕДІЛЯ – 10.04.2016 Нд. 4-а Великого посту. Гл. 4.

Прп. Іларіона Нового. Св. Стефана, чудотворця.

9.00 – Хрестини Томи Кульки

10.00 – Служба Божа

+ Йосиф, Михайло, Анна, Миколай, Марія, Ксеня, Дмитро з род. Гамрат, Левчик і Шевчик

14.00 – Служба Божа

За Український народ

Опісля Служби Божої зустріч для дітей початкової школи і гімназійної молоді

ПОНЕДІЛОК – 11.04.2016

Прп. Марка, єп. Аретусійського, і Кирила диякона, і ін., що з ним при Юліяні-мучителеві постраждали.

8.00 – Служба Божа

ВІВТОРОК – 12.04.2016

Прп. Йоана Листвичника.

8.00 – Служба Божа

За здоров'я, Боже благословення і усі потрібні ласки для для Наталії Смик у 80-ті родини

СЕРЕДА – 13.04.2016

Прп. Іпатія, єп. Гангреського.

18.00 – Літургія Напередосвячених Дарів

ЧЕТВЕР – 14.04.2016

Прп. Марії Єгипетської.

18.00 – Велике Повечір'я з каноном Андрія Критського

П'ЯТНИЦЯ – 15.04.2016

Прп. Тита, чудотворця.

Відправ не буде

СУБОТА – 16.04.2016 Субота акафістова

Прп. ісп. Микити, ігумена обителі Мидикійської.

13.00 – Хрестини і Служба Божа

За здоров'я, Боже благословення і усі потрібні ласки для Аліції Конарської

НЕДІЛЯ – 17.04.2016 Нд. 5-а Великого посту. Гл. 5.

Прп. Йосифа, піснопісця, і Юрія, що в Малей.

10.00 – Служба Божа

+ Йосиф і Ілля Юренко

14.00 – Служба Божа

+ Катерина Гайдук 20-а річн. см.; Петро, Єва, Михайло, Марія

Оголошення

Щиро запрошуємо на **майстер-класи писання писанок**, які відбудуться у парафіяльному залі: **у п'ятницю, 15-го квітня, о 16.30** (для дітей); **у неділю, 17-го квітня**, після першої Служби Божої (для всіх бажаючих).

21.05.2016 відбудеться **проща до Лагевнік** біля Крако-

ва до санктарію Божого Милосердя з нагоди Року Божого Милосердя. Це загальна проща для грекокатоликів Польщі, Словаччини і не тільки. Охочих просимо записуватися у список до священика в захристії. Ціна прощі буде залежати від кількості прочан.

Щиро **запрошуємо** всіх парафіян, **а особливо молодь**, до участі у **парафіяльному хорі**. Проби відбуваються **у вівторки, о 18-ій год**. Зараз особливу увагу звертаємо на дуже складні, але надзвичайно гарні **наспіви з Великого тижня**. Для заохочення подаємо наступний матеріал.

Хоровий спів зміцнює імунну систему і допомагає побороти рак

Хоровий спів може допомогти пацієнтам із онкологічними захворюваннями досягти найкращого емоційного та фізичного стану під час лікування та запобігти поверненню пухлини.

Це відбувається завдяки стимуляції імунної системи, вважають лікарі-дослідники.

Вони визначили, що лише одна година співів помітно підвищує рівень імунних протеїнів — цитоксинів, які наше тіло використовує для боротьби з серйозними хворобами, у тому числі з раком.

Дослідження провели вчені Імперського коледжу Лондона, Університетського коледжу Лондона і Королівського музичного коледжу, повідомляє The DailyMail.

Та сама година співу також значно зменшує кількість кортизолу.

Зниження рівня стресу і тривоги зменшує навантаження на імунну систему і дозволяє їй виконувати свої функції ефективно.

Проект фінансувала організація Tenovus Cancer Care. У дослідження взяли участь 193 учасники хорів з Кардіфа, Брідженда, Понтіпріда та Свонсі.

У 55 із них був діагностований рак. Співи у хорі зменшують рівень гормону стресу.

Співаки здавали зразки слини до години співу і одразу після. Матеріал аналізували, щоб простежити, які зміни відбулися у рівнях гормонів та цитоксинів.

Результати дослідження були опубліковані у журналі Cancer Medical Science.

Вчені також дізналися, що люди з депресивними розладами переживали значне покращення настрою.

Рівень запальних процесів у тілі знижувався.

Співавтор дослідження лікар Ян Льюїс так прокоментував побачене: „Ми заклали фактологічні підвалини розуміння, що хоровий спів має низку соціальних, емоційних та психологічних переваг, а відтепер ще й спостерігаємо за його біологічним впливом. Ми довго чули анекдотичний вислів, що колективні співи дозволяють нам почуватися добре, але вперше вочевидь побачили, що вони покращують роботу імунної системи”.

Джерело: <http://life.pravda.com.ua/health/2016/04/5/210587/>

Вісник - Бюлетень греко-католицької парафії Покрови Пресвятої Богородиці в Ольштині ul. Lubelska 12, 10-405 Olsztyn. О.-парох Іван Галушка (моб. тел.: +48 609 939 021); о.-резидент Станіслав Тарапацький (моб. тел.: +48 606 613 004); склад та редактування: Андрій Фаранчук (моб. тел.: +48 502 328 396), Андрій Панасюк (e-мейл: rapanas@matman.uwm.edu.pl). Рахунок на утримання парафії 42 1240 1590 1111 0000 1452 9124; рахунок на будову 15 1240 5598 1111 0010 5702 9077