



*Statue of St. Michael the Archangel that stands above Kyiv's Independence Square. St. Michael is patron saint of the Ukrainian capital.*

---

**ST. MICHAEL THE ARCHANGEL**

Defend people of Ukraine in battle; be their defence against the wickedness and snares of the devil. May God rebuke him, we humbly pray; and to you, O Prince of the heavenly host, by the power of God, thrust into hell Satan and the other evil spirits who are trying to invade Ukraine.  
Amen.

~ 10 March 2024 ~  
~ FOURTH SUNDAY OF LENT ~  
~ ЧЕТВЕРТА НЕДІЛЯ ПОСТУ ~  
~ 746<sup>TH</sup> DAY OF WAR IN UKRAINE ~



On this fourth Sunday of Great Lent, we commemorate St. John Climacus, who wrote the book *The Ladder of Divine Ascent* to guide monks step by step to a life of greater holiness. Now only two weeks from Palm Sunday, the Church reminds us that we must all must move upward on that ladder if we are to follow our Lord to His Passion, to His death on the cross, to His descent into Hades, and to His glorious resurrection on the third day. But the first step upward requires what seems like a step downward, for it is the step of humbly acknowledging our weakness, imperfection, and corruption. Without that honest confession, we will never develop the spiritual strength necessary to enter into the deep mystery of our salvation through the great offering and victory of our Saviour. It is a time to confess our failings to the Lord and hear in spoken words an assurance of our forgiveness in the sacrament of Confession, if we are truly repentant. In today's gospel, the father of the demon-possessed young man stands as a model of the honesty that we must cultivate. When Christ told him that "all things are possible for him who believes," the man "cried out and said with tears, *'Lord, I believe; help my unbelief.'*"

**SUNDAY HYMNS**

OPENING HYMN	With Joy We Keep the Holy Fast ( <i>pg. 1008 Anthology</i> )
COMMUNION HYMN	Через Поле ( <i>кант</i> )
CLOSING HYMN	Боже Великий Єдиний ( <i>pg. 264</i> )


**SUNDAY & DAILY SCHEDULE**

SUNDAY, Mar 10	Divine Liturgy // Божественна Літургія	10:00 AM
TUESDAY, Mar 12	Stations of the Cross // Хресна Дорога	9:00 AM
WEDNESDAY, Mar 13	Canon of St. Andrew of Crete // Канон Св. Андрея Критського	6:30 PM
THURSDAY, Mar 14	Liturgy with Sorokousty // Літургія і Сорокоусти	9:00 AM
FRIDAY, Mar 15	Liturgy of Presanctified Gifts // Літургія Передшеосвячених Дарів	6:30 PM
SATURDAY, Mar 16	NO SERVICES	
SUNDAY, Mar 17	Divine Liturgy // Божественна Літургія	10:00 AM

**NOTE: to request a Divine Liturgy, please speak with Fr. Yuriy**

**E-TRANSFER - [st.nicholas.victoria@gmail.com](mailto:st.nicholas.victoria@gmail.com)**

<b>MARCH 3 DONATIONS</b>	<b>DONATE</b>
--------------------------	---------------

<p>Coffee: \$47.50; Vigil lights: \$20.00; Loose collection: \$173.15; Envelope donations: \$2,415.00; Pre-authorized donations and e-transfers Feb 26 to Mar 3: \$490.00</p> <p style="text-align: center;"><b>TOTAL: \$3,145.65</b></p> <p><i>May God bless and reward you abundantly for your generosity!</i></p>	
--	---

**DONATE ONLINE - [www.stnicholasparish.org/donate](http://www.stnicholasparish.org/donate)**

**PASTORAL MINISTRY & HOLY MYSTERIES**

CONFESSIONS..... before & after services  
 BAPTISMS..... by appointment  
 MARRIAGES.....six months notice should be given to the parish priest, and he should be contacted before any other arrangements are made  
 FUNERALS.....by appointment  
 ANOINTING.....by appointment  
 BLESSINGS..... contact priest  
 HOSPITAL VISITS..... any time; call emergency number **250.891.4507**

*~ Bishop Michael Kwiatkowski ~ [www.nweparchy.ca](http://www.nweparchy.ca) ~*



ST. NICHOLAS  
THE WONDERWORKER

†  
СВ. МИКОЛАЯ ЧУДОТВОРЦЯ



Church: 250.384.2255  
Rectory: 250.384.2292  
Emergency: 250.891.4507

[www.stnicholasparish.org](http://www.stnicholasparish.org)  
[st.nicholas.victoria@gmail.com](mailto:st.nicholas.victoria@gmail.com)  
[facebook.com/stnicholasvictoria](https://facebook.com/stnicholasvictoria)

1112 Caledonia Ave.  
Victoria, BC V8T 1G1



~ Priest ~  
Fr. Yuriy Vyshnevskyy



**DONATE TO HELP UKRAINIANS ARRIVING ON SOUTH VANCOUVER ISLAND** - Make cheques payable to 'St. Nicholas church' with memo 'Help arriving Ukrainians'. You can also donate cash or via e-transfer to [st.nicholas.victoria@gmail.com](mailto:st.nicholas.victoria@gmail.com). Click DONATE button on the parish website [www.stnicholasparish.org](http://www.stnicholasparish.org) to donate via CanadaHelps. Tax receipts will be issued.

**BEQUESTS & WILLS** - Leaving a bequeath is a process of giving a donation through your will. It is simply a distribution from your estate to a charitable organization through your last will and testament. It can be as small or as large a donation as you wish. It is important that you talk to your lawyer about the process. In your kindness please remember St Nicholas the Wonderworker Ukrainian Catholic Church in your bequeath and will. If anyone wishes to make such a bequeath in their will, the following clause may be included or added to a will: "I give, devise, and bequeath to [St. Nicholas the Wonderworker Ukrainian Catholic Parish](http://www.stnicholasparish.org) - 1112 Caledonia Avenue, Victoria BC, V8T 1G1, the sum of \$ \_\_\_\_\_ (or \_\_\_\_\_% of my estate), to be used for the benefit of the parish and its pastoral activities."

---

## PRAYER FOR THE AFFLICTED PEOPLE OF UKRAINE IN TIME OF WAR



**O** Lord Jesus Christ, our God, we entreat You to hear the earnest prayer of Your beloved Church of Kyivan Rus' for her deeply afflicted children abiding in the land of Ukraine. Behold their grave sorrow and grievous plight, and speedily come to their aid. Deliver Your vulnerable people from unjust aggressors, foreign invasion and the terror of war. Strengthen

courageous defenders of the nation to fight virtuously, inspired more by love of those they protect than hatred of the enemy. O compassionate Lord, shelter the displaced, heal the wounded, console the orphan, protect the widow, comfort those who mourn, and mercifully receive into Your Kingdom those who have nobly died guarding their homeland against every aggression. Quickly make cease the spilling of blood of friend and foe alike, yet stir many to bravely struggle for that true justice which alone can bring lasting peace. O kind-hearted Lord, as You are our peace, soften the hearts of the unmerciful and convert those who promote hostilities toward reconciliation, so that Your beloved children of the land of Ukraine, may abide in that tranquility, justice and freedom which reflects your Kingdom, where You reign with Your eternal Father, and Your most holy, good and life-giving Spirit, now, and forever and ever. Amen.

## МОЛИТВА ЗА МНОГОСТРАЖДАЛЬНИЙ УКРАЇНСЬКИЙ НАРОД У ЧАС ВІЙНИ

**Г**осподи Ісусе Христе Боже наш, благаємо Тебе, вислухай ширу молитву Твоєї улюбленої Церкви Київської Русі за важко страждаючих дітей українського краю. Споглянь милостивим оком на їх лихоліття та ласкаво поспіши на допомогу. Звільни свій беззахисний народ від несправедливих загарбників, нашествия агресорів та терору війни. Зміцни силою Твоєю усіх доблесних і відважних захисників для добросердечної боротьби, щоб вони радше керувалися любов'ю до беззахисних, аніж ненавистю до ворогів. О Премилосердний Господи, захорони переселенців, зціли поранених, борони сиріт, підтримай вдів, потіш скорботних та ласкаво приймай до Твого Царства всіх, хто благородно віддав своє життя в обороні Батьківщини від нападів ворогів. Поспіши зупинити кровопролиття як друга, так і недруга та запали серця багатьох до мужньої боротьби за істинну справедливість, що є джерелом тривалого миру. О добросердий Господи, Ти – наш мир, пом'якши зачерствілі серця, наведи тих, хто сприяє воєнним діям, до примирення, щоб Твій улюблений український народ втішався миром, справедливістю та свободою – ознаками Твого Царства, в якому Ти царюєш з Предвічним Твоїм Отцем, і Всесвятим, Благим і Животворним Твоїм Духом, нині, і повсякчас, і на віки віків. Амінь.

---



---

## ANNOUNCEMENTS

✓ **ВІТАЄМО О. ДЖИМА НАКОНЕЧНОГО // WELCOME FR. JIM NAKONECHNY**, as he leads us in a Lenten Mission. **Saturday, Mar 9** - Vespers at 6 PM. **Sunday, Mar 10** - Divine Liturgy at 10 AM. Fr. Jim will be available to hear confessions on both days. Цього року Великопосні Реколекції проводить о. Джим Наконечний. Нагода приступити до тайни сповіді.

✓ **ST. NICHOLAS EASTER FOOD FAIR // ПАСХАЛЬНИЙ ЯРМАРОК** - Saturday, March 16, 11 am - 2 pm. Sale of perogies, cabbage rolls, borscht, beet horseradish, Ukrainian kovbasa rings, preserves, babkas and paskas, and assorted Ukrainian pastries. **NO HOT LUNCH**. Note: all proceeds from the sale of cabbage rolls in support of projects in Ukraine. Payment by cash or e-transfer to [st.nicholas.victoria@gmail.com](mailto:st.nicholas.victoria@gmail.com) Please bring your own bags.

✓ **З ДНЕМ НАРОДЖЕННЯ // HAPPY BIRTHDAY** to ANTON KOSTIN, ZOE MACGILLIVRAY and all those who celebrated their birthdays this past week. May the Lord Our God continue to bless you abundantly and the Holy Mother of God protects you at all times. Многая Літа!

✓ **ПРИГОТУВАННЯ ДО ТАЙНИ СПОВІДІ** - Протягом усіх неділь лютого і березня, аж до Вербної неділі, в церковному залі проводиться приготування до тайни Сповіді. Кульмінація цих приготувань відбудеться у Томину неділю, 7 квітня. Якщо ви бажаєте, щоб ваша дитина/діти (віком від 8 років) приступили до цієї Тайни, ми рекомендуємо відвідувати ці приготування. З питаннями телефонуйте Марті 778.265.9159 або Маріан 250.507.1005.

✓ **СПОВІДЬ // SACRAMENT OF CONFESSION** - before and after daily (9AM) & Sunday (10AM) Liturgies / **СПОВІДЬ** - перед і після щоденної Літургії о 9 год і недільної о 10 год.

✓ **PRAYER REQUEST** - Please keep in your prayers WAYNE, TERESA and other members of our parish, our family and friends who are ailing, in hospitals, nursing homes and those who are not able to join actively in their community.

## DIVINE LITURGY PROPER

*The Divine Liturgy of our Father among the Saints Basil the Great.  
Scripture readings from the New Testament are taken from the  
New Revised Standard Version Catholic Edition.  
Українською - у перекладі Івана Хоменка.*

**Troparion, 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, Tone 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: Now: Kontakion, Tone 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.

**Prokeimenon, Tone 8:** Pray and give praise to the Lord our God. verse: In Judea God is known; His name is great in Israel. (*Psalms 75:12,2*)

**Prokeimenon, Tone 7:** The venerable ones will exult in glory\* and they shall be joyful in their beds. (*Psalms 149:5*)

**Epistle - Hebrews 6:13-20 - A reading from the Epistle of the Holy Apostle Paul to the Hebrews.** *Brothers and Sisters,* 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 forever according to the order of Melchizedek.

**Alleluia, Tone 8:** *Verse:* Come, let us rejoice in the Lord; let us acclaim God our Saviour. *Verse:* Let us come before His countenance with praise and acclaim Him with psalms. (*Psalms 94:1,2*) *Verse:* They who are planted in the hose of the Lord shall flourish in the courts of our God. (*Psalms 91:14*)

**Gospel - Mark 9:17-31 -** At that time, someone from the crowd came to Jesus, bowed before him, 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 convulsed the boy, 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 keeps 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” we sing:* 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 Hymn:** Praise the Lord from the heavens;\* praise Him in the highest. (*Psalm 148:1*)\* The just man shall be in everlasting remembrance;\* of evil hearsay he shall have no fear.\* Alleluia, alleluia,\* alleluia. (*Psalm 111:6*)



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

**Тропар, глас 1:** Пустинним жителем, і в тілі ангелом,\* і чудотворцем показав ти себе,\* богоносний отче наш Іване;\* 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 дає тобою всім зцілення.

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

**Прокімен, глас 8:** Моліться і дякуйте Господу Богу нашому. *Стих:* В Юдеї Бог відомий; ім'я Його велике в Ізраїлі.

**Прокімен, глас 7:** Хай торжествують праведні славі, на своїх ложах хай ликують.

**Апостол - Євр. 6:13-20 - До Євреїв послання Святого Апостола Павла читання:** *Браття і сестри,* 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 архиєреєм повіки, на зразок Мелхиседека.

**Алилуя, глас 8:** *Стих:* Ходіте, заспіваймо Господеві, воскликнім Скелі нашого спасіння. *Стих:* Ходімо перед нього з хвалою і піснями йому воскликнім. *Стих:* Посаджені в Господнім домі, вони на дворах Бога нашого квітнуть.

**Євангеліє - Марк 9:17-31** - У той час 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 вмить батько хлопчини викрикнув крізь сльози: "Вірю, поможи моему невірству!" Ісус же, бачивши, що збігається народ, погрозив нечистому духові, кажучи: "Німий та глухий душе! Наказую тобі: Вийди з нього й не входи більше в нього." І, закричавши та сильно його стрясши, 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 крізь 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” співаємо:* 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 суций 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. Бо він не захитається повіки; пам'ять про праведника буде вічна. Алилуя, Алилуя, Алилуя.

---



---

## ЦЕЙ РІД НІЧИМ НЕ МОЖНА ВИГНАТИ, ТІЛЬКИ МОЛИТВОЮ [ТА ПОСТОМ]

“Цей рід нічим не можна вигнати, тільки молитвою [та постом]” (9:29): чи Ісус має на увазі, що є різні види демонів, й деяких з поміж них важче вигнати ніж інших? Ісус може, й водночас не може, саме це мати на увазі. Можливо однак, що радше ніж існують різні види демонів, деякі є просто сильнішими від інших, й тому їх важче заклинати й виганяти. Що хотів підкреслити євангелист Марко, розповідаючи нам про цей випадок з життя Ісуса?

По перше, як можна побачити зі слів в Мк 9:19, фундаментальною проблемою людей котрі зустрічалися з Ісусом (опонентів Ісуса, духовно поневолених / пригноблених, та навіть учнів) була їхня, або слабка віра, а бо й цілком *невіра* (пор. Мк 6:6; 9:23). Гіркі слова Ісуса (*О роде невірний! Доки я буду з вами? Доки вас терпітиму?*) відлунюють ехом проповіді старозавітних пророків (пор. Втор 32:5,20; Іс 6:11; Єр 5:21-22).

Другий важливий момент. У вв. 9:22б-24 бачимо, що батько просто шукає допомоги завдяки чудесній силі Ісуса: “*Якщо можеш, помози нам*”. Ісус поправляє слова батька, закликаючи його довіритися Богові, й той *негайно* ісповідує, що увірував, але водночас визнає свою духовну слабкість й закликає Ісуса створити в ньому серце, котре зможе вірити більш твердо та рішуче: “*Вірю, помози моєму невірству!*”

І третє. У вв. 9:28-29 вирізняється запитання учнів: “*Чому ми не могли його вигнати*”. Окрім браку розуміння (8:17-18,21; 9:5), учням бракує також здатності сповнити ту місію, котру поклав на них Ісус (6:7,13; 9:18). Їхня невдача (навіть провал) є нагодою для Ісуса, щоб заохотити їх до більшої молитви (пор. 4:10; 7:17; 10:10), маючи на увазі той факт, що більше часу та зусиль в молитві (а відтак і більш тісному товаристві з Богом) провадить до зростання у вірі (довіри до Нього).

В багатьох обставинах життя, наша віра часто виявляється не менш слабкою. Як не дивно, але нерідко це трапляється з тими, котрі вважають, що входять в “тісніше коло учнів”. Тема учнівства відіграє дуже велику роль в Євангелії від Марка. Слова батька “*привів я до Тебе сина мого*” вказують на те, що батько думав знайти Ісуса там де були Його учні. Так само і в наш час приходячи з своїми потребами до учнів Ісуса, люди як правило сподіваються на подібну зустріч...

Відтак для того, щоб насправді бути учнями через котрих інші зможуть зустріти Господа, сам Ісус словами сьогоднішнього Євангелія запрошує нас до молитви (котра насамперед є діалогом, й тому, також важливо слухати Ісуса через Святе Писання) та проведення часу разом з Ним, щоб краще Його пізнати й відтак бути спроможними не тільки на більшу довіру до Нього, але й на більш ефективне свідчення. Покаянний Канон Св. Андрія Критського, котрий будемо молитися в середу п'ятого тижня Великого посту, є однією з таких прекрасних нагод для більшої молитви, глибшого розважання та тіснішої єдності з Господом...

---

---

## PRAYER, FASTING AND ASCETICISM (*Mark 9:17-31*)

“This kind can come out by nothing but *prayer and fasting*” (Mk 9:29). The last words of this Gospel passage explain its selection for reading at today’s Divine Liturgy. In the home stretch of the Great Fast we may need to be reminded that effectiveness in the Christian life demands more than occasional application. We must apply ourselves regularly and consistently to maintaining our life in Christ for it to bear fruit. This constant living out of our faith is called asceticism, from the Greek word for “struggle,” *ascesis*.

St Paul witnesses frequently to the ascetical nature of Christian spiritual life. He uses both athletic and military imagery to present the life in Christ as, at least in part, a struggle. Consider the following:

- “*The night is far spent, the day is at hand. Therefore let us cast off the works of darkness, and let us put on the armour of light ... and make no provision for the flesh, to fulfill its lusts*” (Rom 13:12-14).
- “*Do you not know that those who run in a race all run, but one receives the prize? Run in such a way that you may obtain it. And everyone who competes for the prize is temperate in all things. Now they do it to obtain a perishable crown, but we for an imperishable crown*” (1 Cor 9:24-26).
- “*Therefore I run thus: not with uncertainty. Thus I fight: not as one who beats the air. But I discipline my body and bring it into subjection, lest, when I have preached to others, I myself should become disqualified*” (1 Cor 9:26-27).
- “*Put on the whole armour of God, that you may be able to stand against the wiles of the devil ... For we wrestle not against flesh and blood...*” (Eph 6:11-12).
- “*...forgetting those things which are behind and reaching forward to those things which are ahead, I press toward the goal for the prize of the upward call of God in Christ Jesus*” (Phil 3:13-14).
- “*I have fought the good fight, I have finished the race, I have kept the faith. Finally, there is laid up for me the crown of righteousness, which the Lord, the righteous Judge, will give to me on that Day ...*” (2 Tim 4:8).

Training for an athletic contest or for a military expedition demands single-minded commitment to the struggle. Our eye must be continually on the goal and our will firm to do anything in order to achieve it.

St Paul identified what would later be called spiritual warfare: the interior struggle to keep our minds and hearts centred on the Lord. But the real struggle, Paul teaches, is not with enemies outside but with our own broken nature. The arena where Christians would struggle was not the coliseum but the heart.

---