

# SUCKEN

Nr. 1, 2011

För, av och om Sveriges Unga Katoliker



Om Johannes Paulus II  
inför saligförklaringen

Fasta och Påsk

Johannes av Korset

# SUCKEN

Sucken är en medlemstidskrift för Riksförbundet Sveriges Unga Katoliker (SUK). Alla registrerade medlemmar över 13 år får Sucken fyra ggr/år.

Suckens material produceras främst av unga katoliker för unga katoliker. Sucken bör inte ses som den Katolska Kyrkans officiella trycksak.

**Kontakt:** [sucken@suk.se](mailto:sucken@suk.se)

**Redaktör & layout:**

Markus Olsson  
08 – 642 38 19

**Redaktionsgrupp:**

Gustav Ahlman, Linköping  
Sara Al-Basri, Stockholm  
Heba Faraj, Gävle  
Jacob Andersson, Göteborg

**Omslagsfoto:** KNA-bild

ISSN 0346–1998

**Ansvarig utgivare:**

Ravi Elia

**Tryck:** Exakta Printing,  
Hässleholm

Sveriges Unga Katoliker  
Box 4007  
102 61 Stockholm

**Besöksadress:**

Skånegatan 65, Stockholm

Tel: 08 – 641 78 15  
Fax: 08 – 556 017 74

[www.suk.se](http://www.suk.se)

## "VI KAN GÖRA MYCKET!"

Jag vill börja med att tacka Gud för allt han ger mig. Jag tackar honom för det uppdraget som jag har fått i Sveriges Unga Katoliker. Jag litar på honom och jag ska göra mitt bästa för göra det han vill att jag ska göra inom SUK.

Jag vill också tacka Gud för SUKs underbara styrelsemedlemmar som är så engagerade och ansvarsfulla, och för våra härliga personal, ungdomspräst och syster som gör så mycket. Slutligen vill jag tacka för alla fina ungdomar som jobbar ideellt inom olika områden SUK.

Jag vill säga till er medlemmar i SUK: vi är ungdomar, vi är starka, vi är stolta över vår tro, vi är Guds avbild, vi ber, vi kan göra mycket, vi skäms inte över det vi har, vi är inte tråkiga, vi är glada, vi har roligt, vi lever livet, vi hjälper andra, vi respekterar våra föräldrar, vi tar hand om de äldre, vi lär de yngre, vi är kyrkan. Vi har vårt hem i våra församlingar, prästerna är våra ledare, nunnorna och munkarna ger oss styrka och Jesus är vår förebild. Vår vision är *våga vandra vägen och visa den*.

Till sist vill jag presentera mig. Jag heter Ravi Elia, är 27 år och kommer från Irak. På vardagar jobbar jag som utvecklingsingenjör på Scania i Södertälje. Jag bor med mina föräldrar i Stockholm och har tre syskon, en äldre bror, en tvilling syster och en yngre bror. Jag är förlovad med min underbara Maysam som läser till tandtekniker i Umeå.

Mitt mål i livet är att leva i Guds glädje genom att leva i hans kärlek med andra. Mitt mål i SUK är att tillsammans med er, och hand i hand med församlingen, börjar verka i samhället, och att SUK skall få fler glada medlemmar.

Låt oss tillsammans skapa en fin historia ✿

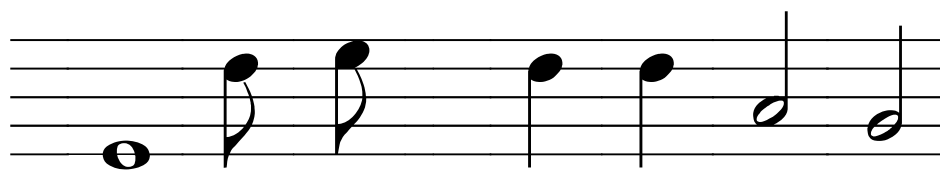


**Ravi Elia**  
Ordförande, SUK

## Innehåll:

- 4 – 5..... Klippt och Skuret
- 6 – 7..... Minnen av Johannes Paulus II
- 8 – 9..... JPII:s Mariaandakt
- 10 – 11... Vad betyder fastetiden?
- 12..... Påsktraditioner
- 13..... Årsmötet 2011
- 14 – 15... Johannes av Korset
- 16..... Teresa av Jesus om förtröstan
- 17..... Sakramentsmeditationer
- 18..... På gång i regionerna
- 19..... Ungdomsträff och Fotboll
- 20..... Stöd SUK





## Skriv en sång till VUD e - en

Är du en begåvad musiker? Om du är det och dessutom är mellan 16 och 35 år gammal, samt är registrerad som VUD-pilgrim, har du möjligheten att skriva en sång som, om tillräckligt många tycker om melodin, kommer att spelas under världsungdomsdagarna. Tävlingen

pågår till och med den 30 april, och upphovsmännen till de fem mest populära sångerna, blir bjudna på registreringsavgiften. Läs mer om villkoren för deltagande på

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

## Minst 253 bebisar räddade under fastan

Fastekampanjen 40 dagar för livet har sedan starten vuxit till en internationell rörelse, och i år har dessa dagar hållits i 245 städer över hela världen. Den 4 april, 27 dagar in i fastan, rapporterades det att 253 bebisar har räddats under den här fastetiden. Dessutom har 43 anställda omvänt sig och sagt upp sig från sina arbeten på abortklinikerna.

Kampanjen startades 2004 av Shawn Carney, hans hustru Marilisa, och en vän till dem, David Bereit, vilka upplevde att det fanns ett behov av att påverka en lokal abortklinik i positiv riktning. De samlades och bad, och efter en timmes bön kom

svaret till dem: Inled en fredlig bönevaka, dygnet runt under fyrtio dagar, utanför Planned Parenthoods klinik.

I en intervju som Zenit gjorde med Shawn Carney, berättar han att de startade rörelsen eftersom de trodde att det fanns en längtan "på gräsrotsnivå efter att göra något för att hjälpa till att få slut på aborter. Den längtan som vi såg omkring oss, fanns verkligen överallt."

Få uppdateringar och information om hur du kan delta på: [www.40daysforlife.com](http://www.40daysforlife.com)



Zenit

"Lekmännen, som genom dopet och konfirmationen, deltar i Kristi prästerliga, profetiska och kungliga funktion, är kallade att bidra på sitt eget originella sätt till Kyrkans och världens tillväxt och helgelse, genom att förvandla den timliga verkligheten i enlighet med Guds rikes värderingar," skrev Benedikt XVI i ett meddelande till biskop Luis Collazuol, vid 80-årsjubileet av Katolsk Aktion Argentina. "För att utföra sitt uppdrag på ett ansvarsfullt och troget sätt, behöver lekmännen solid pastoral och andlig grund, samt lämpligt stöd."

Den helige Fadern uppmuntrade lekfolket att "anstränga sig mer för i sitt engagemang att lära ut tron, så att de, när de följer Kristus på helgelsens väg i nära förening med sina herdar, kan ta Evangeliets surdeg till alla hjärtan och alla delar av samhället."

Zenit

## Benedikt XVI som manga

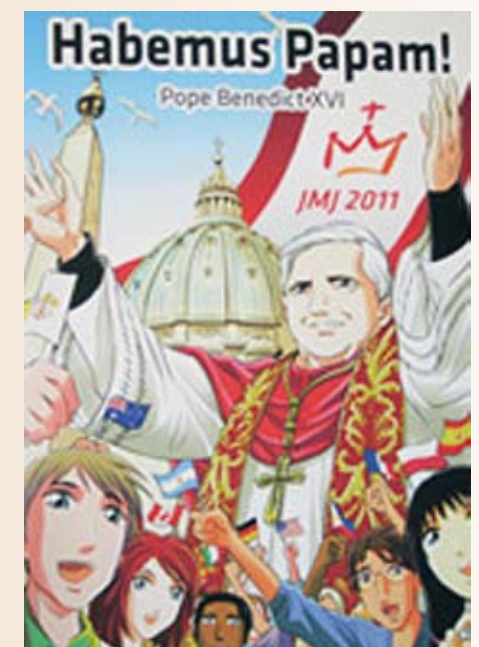
Manga Hero, ett katolskt företag från Kalifornien, har gjort en serie om Benedikt XVI, som kommer att finnas tillgänglig under VUDen. Serien heter "Habemus Papam!"

"Syftet med 'Habemus Papam!' är att presentera påve Benedikt XVI, för dem som kanske inte vet så mycket om honom," sade Jonathan Lin, förläggare vid Manga Hero. I serien får man följa påvens tid som kardinal, fram till idag.

Lin tror att Johannes Paulus II skulle ha tyckt om mangahyllningen till sin efterträdare.

"Påve Johannes Paulus II efterlyste användningen av nya och annorlunda former av media, för att nå ut till unga människor där de befinner sig, för att bygga en kultur av kärlek och värdighet," sade Lin. "Manga är ett sådant medium."

Catholic News Agency





Om några veckor, den första maj, blir Johannes Paulus II saligförklarad. Han är den hittills mest vittberesta påven, och 1989 besökte han som ni säkert vet också Sverige. Sucken, som då hette SUcK, uppmärksammade detta med en hel tidning om besöket. Här följer ett par klipp ur det numret.

## Ekumenik i Uppsala Domkyrka

Johannes Paulus II. (JP), firade i Uppsala Domkyrka en ovanlig gudstjänst tillsammans med ärkebiskop Werkström och representanter för fräkyrkorna och de ortodoxa kyrkorna. Kritik har riktats mot påven för att han indirekt skulle ha försämrat förutsättningarna för ekumeniken. Det är kritik mot JP:s benägenhet att så starkt hävda kyrkans enhet och sitt ämbetes auktoritet över till exempel lokalkyrkorna. Kritiken pekar också på att han så ofta tar tillfället i akt att tygla alltför självvilldiga samveten, och mot den hårda hållningen i sexual-, celibats- och kvinnofrågor. Det är frågor där andra kyrkor, med kanske samma grundvärderingar som den katolska, har en mer pragmatisk inställning.



Påven och ärkebiskopen samtalar i Domkyrkan i U.

### Dags för återförenande

Efter 400 års separation är det nu dags för en återförenandets och helandets process, ansåg JP. Men han betonade

samtidigt att det inte skulle komma att gå snabbt.

"Enheten tillhör kyrkans grundläggande kännetecken. Fjärran från att vara en mänsklig organisation med ett budskap är kyrkan Herrens kropp

(Fortsätter nedan t.v.)



och brud, född ur hans på korset sårade sida. Hennes enhet föddar från hennes sanna natur och är nödvändig för hennes uppdrag. Den är en del av Guds frälsningsplan."

Enhet är inte bara en del av Kyrkans sanna natur, utan även ett måste för att kyrkan skall bli trovärdig, kanske speciellt i dagens värld.

"Vi lägger också märke till att för att kyrkan ska vara ett trovärdigt tecken på förenning och gemenskap med Gud, så måste hon också leva i konformitet med vad hon är och vad hon förkunnar."

"Av den anledningen är strävandena till kristen enhet, vilka vi sysslat med i predikan denna morgon, inte någon angelägenhet som är liten och futtig."

### Dopet en fantastisk utgångspunkt

Trots den delvis smärtsamma historien kyrkorna har, finns det ändå en fantastisk utgångspunkt för enhetssträvandena, nämligen dopet som kallar oss till livets fullhet i Kristus.

"Eftersom vi redan delar enhetens band i Kristus genom dopet kan vi aldrig någa oss med mindre än den fulla gemenskapen."

Ärkebiskop Werkström sa i sin predikan att om vi inte kan be, lovunga och gå till nattvarden tillsammans, kommer vi att få svårt att nå fram till ett gemensamt vittnesbörd. Därav kan man tolka att han ser nattvarden som ett medel att nå fram till enheten. Men frågorna om vilken enhet vi efter-

strävar, och vad vi har för syn på nattvarden måste ställas först. Enligt katolsk syn kan nattvarden, som sakrament, inte vara ett medel, utan är i sig väsentligt.

Påven svarade ärkebiskopen med att betona att vi inte kan enas kring en så liten pluttform som till exempel ett ord, nattvarden. Samma ord kan betyda vitt skilda saker.

"Vi kommer aldrig att finna enheten genom att söka efter någon minsta gemensamma nämnare som kan vara acceptabel för alla. Våra ansträngningar kommer bara att bära frukt i full utsträckning när vi tillsammans upptäcker vårt fulla och autentiska arv givet av Kristus genom hans apostlar."

Text: Martin Misdeld

Bild: Tina Sundström

## Kärleken som gåva till oss!

Ur Påvens predikan till ungdomarna i Vadstena i juni 1989

....Temat på era förberedelser för vårt möte idag har varit "Från marginalen till mittpunkten". Såsom unga människor överallt letar ni efter vad som är centralt och viktigt i era liv. Även om ni är långtifrån en geografisk mittpunkt och del av er kanske också är fjärran vad beträffar tro och förpliktelse till Gud, så har ni kommit hit för att ni årligt söker efter någonting värdefullt på vilket ni kan grunda era liv. Ni vill etablera en stadig grund och ni inser att den religiösa tron är en viktig del av det rikare liv ni längtar efter.

Låt mig genast säga att jag förstår era problem och era förhoppningar, även om er situation skiljer sig på många sätt från den som era föräldrar och jag själv upplevde när vi var unga. När jag var nittio år bröt Andra Världskriget ut och en period med våld och meningslöst dödande började som djupt påverkade mitt land. Tidvis oroade jag mig för min egen säkerhet och den om min familj och mina vänner. En del av er har själv upplevt vedermödor, förföljelse eller hot om era liv innan ni kom till ert nya hem. Men det stora flertalet av er har levit i fred, frihet och yttre trygghet som era länder erbjudd. Lätvill vet ni att en hög levnadsstandard inte av sig självt för med sig lycka och inre frid.

Idag unga vänner, vill jag tala med er om glädjen och freden som kan finnas, inte i att ha utan i att vara, i att känna en person och att leva enligt hans lära. Denna person är Jesus Kristus, vår Herre och Vän. Han är mittpunkten, fokuseringspunkten, sen som för oss tillsammans i kärlek.

.....

Idag i Vadstena firar vi vår enhet. Det är en enhet i mångfald. Det är äkta nordiskt och det är äkta katolskt! Med olika begåvningar och olika drömmar är ni ett i Jesus, ett i den ideala kristna gudstjänsten, ett i att eftersträva rättvisa, ett i att tillkännage lika mänsklig värdighet till alla.

.....

Mina kära unga vänner: Idag reser jag tillbaka till Rom, till kyrkans mittpunkt, samma kyrka som här i Norden där ni är våra älskade söner och döttrar. Som jag säger adjö till er, vill jag överlämna en gåva - inte bara ett trevligt minne av detta möte utan någonting mer. Jag vill ge er min kärlek, mitt hjärta! Och om jag får, så vill jag ta med mig er gåva till kyrkan tillbaka till Rom, er gåva till världen - som är er kärlek till Kristus och er tro på hans evangelium. Ungdomar i Norden: kom ihåg att den rikaste meningen med livet ligger i att ge. Kom ihåg att vi är villiga att ge i proportion till vår kärlek, och när kärleken är perfekt, är gåvan fullständig. Ja, kära ungdomar, kom ihåg gåvan! Amen.



Den här bilden tog PUKiS nuvarande ordförande under världsungdomsdagarna 2002. Han minns Johannes Paulus som en god förebild, och berättar om förre påvens roll i texten nedan

Mitt första minne av Johannes Paulus II är från 1989 när han firade mässan i Globen Stockholm. Då förstod jag inte vem denna man i vitt var, som alla lyssnade på. Att denna person skulle bli min idol i senare skede var oundvikligt.

Det var först 2002 som jag såg Johannes Paulus II igen. Präst Zdzislaw Lepper organiserade en resa till Kanada för oss polska ungdomar i Sverige, för att fira VUD2002. Det är den bästa sommaren ur mitt liv men samtidigt sista gången jag fick se Johannes Paulus II.

Den kärlek Johannes Paulus II gav oss ungdomar kan endast jämföras med Don Boscos, där ungdomarna är i fokus med kärlek och tro som redskap.

Vi på PUKiS är väldigt stolta över Karol Wojtyła men även ärade.

På PUKiS logga har vi Johannes Paulus II för att påminnas om att vi skall föra vidare han kärleksfulla budskap.

Ordförande PUKiS



När Johannes Paulus II besökte Vadstena, så lämnade han kvar kärleken som gåva. Han gav också var sin kopia av det kors han själv hade, till ungdomsförbunden i de nordiska länderna. Korset i mitten på detta uppslag finns idag på SUK's kansli. Det har inskriptionen: *Christus vincit*  
*Christus regnat*  
*Christus imperat*  
*PP. Johannes Paulus II*  
*juinibus catholicis Sueciae*  
*Vadstena die 10 junii 1989*



# TOTUS TUUS

Johannes Paulus II valde dessa ord, riktade till Jungfru Maria, som sitt motto. Han ville ge sig helt åt Jesus genom Maria. I och med att Johannes Paulus II hade en alldeles särskild andakt till den saliga jungfrun, tycks det därför extra passande att i samband med hans saligförklaring också nämna något om denna.

Johannes Paulus II skriver om sin ”Marianska linje” i boken Gåva och Mysterium, som gavs ut i samband med 50-årsjubileet av hans prästvigning. Han berättar om hur hans sätt att förstå kulten av Guds Moder utvecklades under samma tid som hans prästkallelse tog gestalt: ”Jag var redan övertygad om att Maria leder oss till Kristus, men då började jag också förstå att Kristus leder oss till sin Moder.”

Under en period var han orolig att hans Mariakult skulle ta större plats än den dyrkan som man ska tillägna Kristus. Han fick då värdefull hjälp av boken Den äkta andakten till Jungfru Maria av den helige Louis-Marie Grignion de Montfort: ”Där fann jag svaret på mina tvivel. Ja, Maria för oss närmare Kristus, leder oss till Honom, under förutsättning att man lever hennes mysterium i Kristus.”

Johannes Paulus II hänvisar även till den helige Louis-Marie i encyklikan Redemptoris Mater: ”I detta sammanhang skulle jag bland de många vittnena om denna spiritualitet vilja

dra till minnes den helige Louis-Marie Grignion de Montfort, som förordar vigning till Kristus genom Marias händer, som ett effektivt medel för de kristna att troget efterleva sina doplöften.”

För att vår relation till Jesus Kristus ska bli fullkomlig, är det nödvändigt att också ha en förtrolig relation med hans heliga Moder. Att ära Maria som Guds Moder, vörda hennes bilder och regelbundet be rosenkransen hör till de mest grundläggande delarna i ett katolskt fromhetsliv. Men den särskilda andakt och vigning till Jungfru Maria som Johannes Paulus II, i den helige Louis-Maries efterföljd förordar, sträcker sig längre än så. Den innebär att ge sin kropp och sin själ förbehållslöst åt Jesus Kristus genom Jungfru Marias händer, att offra all vår gottgörelse och våra förtjänster till Maria så att hon kan förvalta dem som hon vill, samt att utföra alla våra handlingar genom, i, med och för Maria, för att vi ännu mer fullkomligt ska kunna utföra dem genom, i, med och för Jesus. Detta gör vi framförallt genom att älska

och ära Maria som det största av alla helgon, samt att efterlikna hennes dygder – särskilt hennes djupa ödmjukhet, hennes levande tro, hennes villkorslösa lydnad, hennes brinnande kärlek och hennes ständiga bön. Och detta, att ge oss åt Kristus genom Marias händer, är vad Johannes Paulus II menar med sitt motto ”Totus Tuus” (”Jag är helt och hållet din”), som är ett citat från den helige Louis-Marie. När vi tillhör Jungfru Maria helt och hållet, tillhör vi genom henne helt och hållet Jesus Kristus.

Eftersom Gud valde att komma till jorden som människa genom Jungfru Maria, finns det inget mer naturligt och fullkomligt sätt för oss att gå till honom än genom Maria. Vi kan inte ha Gud till vår Fader om vi inte också har Maria till vår Moder, för hon är inte bara Moder till Jesus utan till alla lemmarna i hans kropp, Kyrkan. Och eftersom hon, tillsammans med den helige Ande, formade Jesu Kristi mänskliga kropp, finns det inget lättare sätt för oss att bli mer lika Jesus än att låta oss formas av henne. När vi älskar,

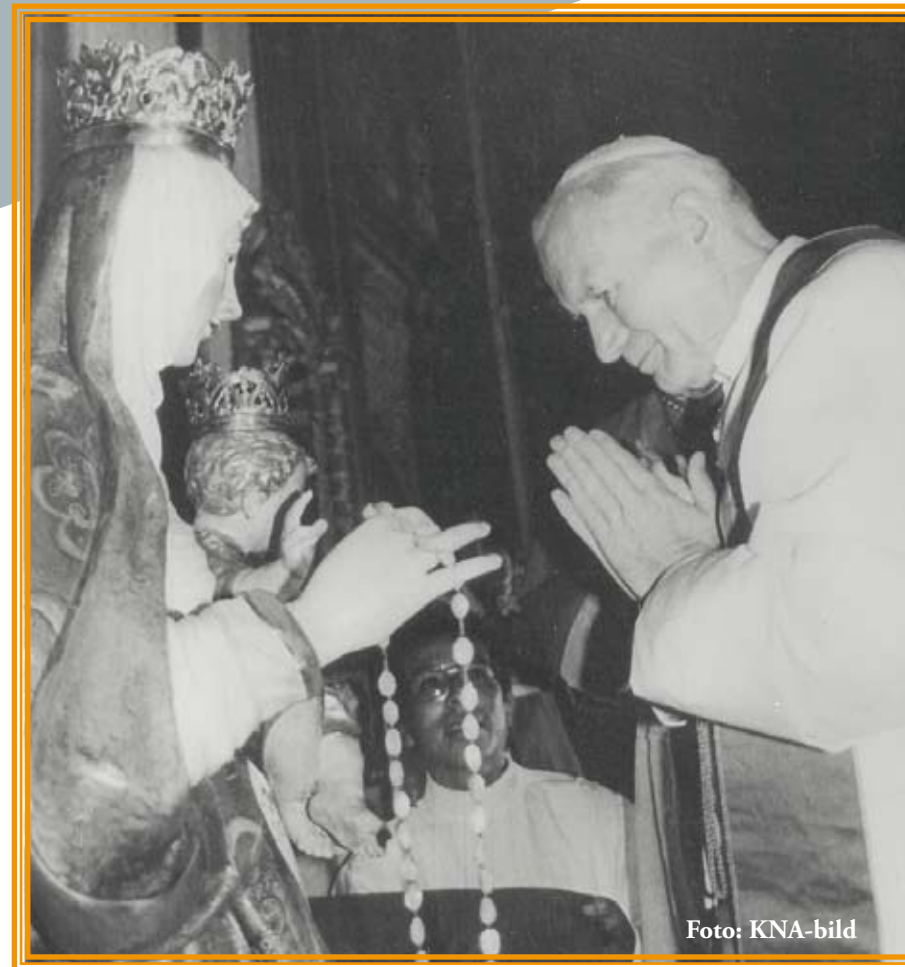


Foto: KNA-bild

lyder och anförtror oss åt Maria, följer vi bara Jesu eget exempel. Han ägnade ju de första 30 åren av sitt liv åt just detta.

Vi behöver aldrig vara rädda för att älska eller lovprisa Maria för mycket, för hon förmedlar genast allt vi ger åt henne vidare till Gud. Samtidigt är det mer ödmjukt av oss att nalkas Gud genom Maria än att gå till honom direkt. Hon renar och fullkomnar de gåvor vi kommer med så att de blir mer välbehagliga för Gud. Den äkta andakten till Jungfru Maria beskrivs därför av den helige Louis-Marie som en enkel, lätt, fullkomlig och trygg väg till föreningen med Jesus, den personliga helgelsen och förhållandet av Gud. Denna hemliga genväg till helighet är det dock förhållandevis få helgon och saligförklarade som har vandrat på fullt ut. Johannes Paulus II var dock utan tvekan en av dem.

Gustav Ahlman

#### Fotnot:

Den helige Louis de Montforts minnesdag firas den 28 april, som i år infaller i påskoktaven, tre dagar före Johannes Paulus II:s saligförklaring. Hans skrifter finns tillgängliga gratis på EWTN:s hemsida på Internet: [www.ewtn.com/saintsholy/saints/L/stlouisdemontfort.asp](http://www.ewtn.com/saintsholy/saints/L/stlouisdemontfort.asp) Utöver hans viktigaste verk Treatise on True Devotion to the Blessed Virgin rekommenderas även den kortare introduktionen The Secret of Mary.

## Böner till Jungfru Maria av Johannes Paulus II:

*Vi är förenade med dig  
i bön, Kristi Moder,  
med dig, som deltog  
i hans lidande.  
Du leder oss till din Sons Hjärta nära  
döden på Korset:  
då han, utblottad som han var,  
uppenbarade han sig helt och fullt som  
Kärleken.  
O, du som deltog i hans lidande,  
låt oss alltid hålla ut  
i omfamnandet av detta mysterium.  
Frälsarens Moder!  
För oss närmare din Sons Hjärta!*

(Oss. Romano, 1 September 1986)

*Guds Moder och mänsklighetens Moder,  
Kyrkans Moder och Moder till var och en  
av oss,  
ingen kommer till dig förgäves,  
ingen blir besviken av dig,  
bortglömd eller övergiven!  
Vi åkallar dig därför,  
med sonlig och förtröstansfull hänförelse.  
Bliv kvar vid vår sida! Du är vår Moder!*

(Ins. Giovanni Paolo II, 1991, v. 14, 1)







Hugo



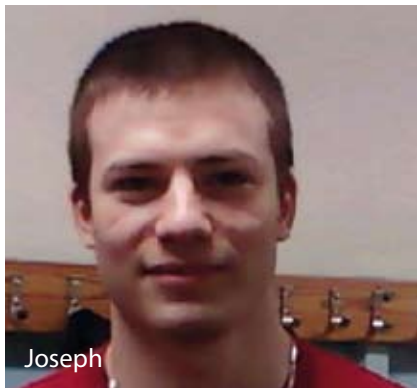
Clara



Patrik



f. Franz



Joseph



David



Laura

# Vad betyder fastetiden?

Några unga katoliker fick svara på frågan vad fastetiden betyder för dem, och hur man fastar på bästa sätt.

Text & Bild: Jacob Andersson & Gustav Ahlman

## Hugo Roginski, Linköping

Jag tycker att det betyder att man ska umgås lite mer med familjen och tillbringa lite mer tid med Gud, och kanske inte sitta så mycket vid TV:n eller datorn. Jesus fastade i 40 dagar, och då ska vi visa respekt för det genom att också avstå från någonting.

De flesta brukar fasta från sötsaker eller kött, men man kan fasta från ungefär vad som helst.

## Clara Grande, Kalmar

Fastetid för mig betyder att man mediterar och ber, tänker efter hur man lever och kanske kommer fram till hur man kan förbättra och ändra på sig själv, varje år. Man förändras ju hela tiden. Under fastetiden gör man någonting av kärlek.

Jag tror att man inte ska tvinga sig själv att fasta bara för att fasta, utan att syftet är att du gör något som du själv vill. Vill du offra någonting och verkligen gör det helhjärtat så ska du göra det, men du ska inte fasta om du inte vet vad det innebär. Jag tror att det är viktigt att man tänker efter varför man avstår från något.

## Patrik Heikkilä, Göteborg.

Det är en uppladdningstid för påskan. Jag tycker påvens fastebrev för i år sammanfattar det på ett väldigt bra sätt. Eftersom påskan är förknippad med dopet, så kan man se fastan som en form av förberedelse inför det. Jag själv som har låtit döpa mig i vuxen ålder, tycker att det är en väldigt bra liknelse. Det är en tid för rening, att ge anden näring istället för kroppen. Jag menar inte att man skall svälta sig själv, utan att man tänker på Jesu ord, människan skall inte leva enbart av bröd, utan av varje ord som utgår ur Guds mun. Det försöker jag meditera mer över nu under fastan.

Jag vet inte hur man fastar på *bästa* sätt, jag har inte någon större erfarenhet av att fasta. Jag blev ganska nyligen upptagen och döpt, så jag har bara hunnit med tre fastor. Man ska vara klar över vad fastan är för något. Det är på ett sätt att gå med Jesus, gå hans väg, tillsammans med honom, och att följa hans exempel. När man börjar se effekterna av fastan, märker man att anden får näring. Då stärks tron och man blir *mer* angelägen att fortsätta och kämpa ytterligare mot alla frestelser

## Fader Franz Schneider, Göteborg

Kanske tänker man på att man skall göra någonting. För mig är det mer att jag får någonting, att jag får vara med om någonting. Det är en tid som Gud ger var och en av oss, och vi får ta vara på den, och komma honom närmare, kanske genom att avstå från att göra för mycket.

Det är bra att avstå från vardagliga ting som man tycker att man behöver. Man kan kanske lägga av saker som man går och bär på i onödan, och sådant som man tycker väldigt mycket om, för att få mer tid med Gud.

## Joseph Rizk, Göteborg

Det är en tid för fördjupad självrannsakan och rening, och för att fundera på den spirituella verkligheten, det som egentligen är viktigt i livet. Med hjälp av fastan så tar jag mig tiden att rannsaka mig själv och göra botgöring. Självlärt är det en mycket viktig tid. Det är en rolig tid, för man utvecklar sig också ibland.

Det viktigaste att tänka på är att ödmjuka sig. Att reflektera över vem man är och hur man betar sig mot andra människor och i olika situationer. Att tänka på tiden med Gud, alltså bönen, är också jätteviktig. Sen skall man försöka göra uppoffringar, gärna medvetna, neka dig något du känner för att göra eller äta, och ägna tiden åt bön istället. Försök se dig själv ur ett fågelperspektiv, så blir det lättare att rannsaka dig själv.

## David Larsson, Linköping

Fastan är en tid av självförnekelse. Helgonen har alltid lärt att en stor del av fastan är att avstå från mat i olika former. Det är en tid för att växa i måttfullhetens dygd. Mindre måltider hjälper mot sådana saker som ilska, lusta och frosseri.

Man går till sin präst och hör om ens planer är rimliga, om de är för slappa eller för hårda, så att man inte faller i illusionen att man själv ska bestämma helt och hållet. Förutom att fokusera på vad man ska avstå ifrån, bör man tänka på vad man ska växa i. Om det finns någon särskilt last som tynger en eller en särskilt dygd som man brister i så kan fastetiden vara en tid att verkligen fokusera på det.

## Laura Nerso, Göteborg

Fastetiden är en period då jag kan visa Gud hur mycket han betyder för mig, ta chansen att ge tillbaka lika mycket som han har gett mig. Jag ändrar mina vanor genom att offra någonting som jag tycker om, och visar att jag kan offra någonting tillbaka till honom precis som han har offrats för mig.

Det är inte genom mat, utan genom gärningar kärlek och förlåtelse. Det bästa sättet är att tänka på att det är fastetiden hela tiden. När man har det i tankarna så vet man vad man ska göra, och så undviker man det man inte ska göra.



# Påsktraditioner

**P**åskan är den centrala högtiden för alla kristna i världen. Kring påskan kretsar Jesus Kristus liv, död och uppståndelse. I Sverige sammankopplas den med våren, den gula färgen och med ägg. Men med vilka traditioner förknippas påskan, i andra länder.

I Rwanda i Afrika är 70 procent av befolkningen katoliker, berättar Raphaël Rwambonera. Under fastetiden är kyrkorna fulla av människor då alla prioriterar att gå till mässorna. Som tradition köper nästan alla katoliker nya kläder och handlar mycket mat för att anordna påskfest i familjen. Slakt av kor eller getter hör också till påsktraditionerna och vissa slaktar själva. En del tillverkar bananvin eller sorghumöl. På påskdagen kan det vara svårt att hitta plats i kyrkan, så därför organiserar församlingarna tre eller fyra mässor då.

I Kroatien firar man påsk utifrån de germanska och slaviska traditionerna, berättar Mirjana Lovrinovic. Att ge någon ett ägg under påsktiden har alltid setts som ett sätt att bringa tur. Människor tävlar om vem som kan måla det vackraste ägget. Det finns till och med ett museum där tidernas vackraste ägg kan beundras. Påskan förknippas mycket med kaniner och ägg, eftersom båda två symboliserar uppkomsten av liv. På morgonen under påsksöndagen är det tradition att man tvättar ansiktet med blomvatten från vårbloomor som

man har förberett natten före. Det symboliserar renhet och skönhet och ska göra en vackrare och yngre. På påskdagen tar man med sig kokta ägg till kyrkan, där man tävlar med varandra om vem som har det hårdaste ägget, genom att man slår äggen mot varandra. Vinnaren, som har lyckats knäcka flest ägg, får ta hem alla de ägg han har vunnit. Oftast äter man upp dem samma dag.

Wafa Somo från Irak berättar att påskfirandet börjar på påsksöndagen, då man går till kyrkan och får sina olivkvistar välsignade. Samma dag brukar man baka, och äta, saffransbullar. Onsdagen före påsk är städdag och då tecknar man kors i taken i husets alla rum. På påskdagen går man till kyrkan och sedan åker man hem för att äta en riktigt god måltid med hela familjen. Senare under dagen besöker man sina släktingar. Om man inte hinner besöka hela släkten kan man fortsätta på annandag påsk. Där bjuds man på en nubbe och godis, färgade ägg och te med ett speciellt fikabröd.

Vicky Kvist från USA, berättar att i USA barnen får leta efter påskkorgar på påskdagen. Korgarna brukar innehålla målade ägg, godis, en chokladkanin och en present om man har tur. Sedan går man ofta till kyrkan. Efter kyrkan åker man till släkt och vänner och äter en stor påskmiddag. Många familjer håller sig till skinka eller lamm.

## Påskens ursprung

Judisk påsk, pesach, firas till minne av uttåget ur Egypten. Den varar sju dagar i Israel, åtta på andra håll. I hemmen firas en måltid med osyrat bröd, ett ägg, ett köttben (till minne av påskalammet), saltvatten, någon ”bitter” grönsak samt en röra av mandel, äpple och vin. Allt har symbolisk betydelse.

Kristen påsk firas till minne av Jesu lidande, död och uppståndelse under den judiska påskan i Jerusalem. Påskan är en rörlig helg därför att den följer fullmånen. Judarnas påsk inträffar vid den första fullmånen efter vårdagjämningen och den kristna påskan den första söndagen efter samma fullmåne.

## Äggens betydelse för påskan

Ägget har varit livets och födelsens symbol i årtusenden. För de kristna symboliserar ägget uppståndelsen. Det symboliserar det centrala påskbudskapet om död och uppståndelse. Äggets skal är en bild för graven och innehållet symboliserar det nya livet; kycklingen som växer inuti skalet och så småningom öppnar sin ”grav”.

Heba Faraj



# SUKs Årsmöte 2011

**Bilderna, första spalten:** **1.** Årsmötets alla beslut krävde många diskussioner och djupt fokus. **2.** Sju åttondelar av den nya styrelsen. Läs mer om dem och årsmötet på **www.suk.se**. **3.** Saskia Skogman och Rebecca Offermans gjorde en god insats som mötseordförande.

**Andra spalten:** **1.** Alexander Kegel lämnade ordförandeposten efter två års heltidsarbete, som bland annat ledde till att vi fick en ny sångbok, **JP11**. **2.** Sekreterarna Christian Jugovic och Claudia Undén antecknade noggrannt.

**Tredje spalten:** **1.** Kasimir Bergman poserar med sitt röstkort. **2.** Stiftungdomspräst Morgan Elworth diskuterar med vår nuvarande ordförande, Ravi Elia. **3.** Hur många röstade för det här beslutet?

Text: Markus Olsson  
Bild: Cecilia Bergman och Markus Olsson



# Johannes av Korset

## -poet, mystiker, och kyrkolärare



Den helige Johannes av Korset föddes den 24 juni 1542 i byn Fontiveros som ligger mellan Salamanca och Ávila i norra Spanien.

När han var i tonåren, hjälpte han en tid till vid ett sjukhus, och spred glädje bland patienterna med sina sånger, och sitt goda humör. Föreståndaren på sjukhuset var så imponerad av Johannes flit och intellektuella kapacitet, att han skickade honom, som då var sjutton år gammal, till ortens jesuitseminarium. Han ville att Johannes skulle bli sjukhusets kaplan.

Vid den tiden bad Johannes om att få veta vad det skulle bli av honom, och medan han bad fick han veta att han skulle tjäna Gud i en orden, och föra denna tillbaka till dess ursprungliga perfektion.

Kvällen den 24 februari 1563 bankade Johannes på porten till karmelitklostret Santa Ana i Medina och bad om att få träda in i karmelitor-den. Han blev accepterad.

Efter novisiatet studerade han teologi och filosofi. Johannes arbetade hårt, lärde sig allt han kunde och levde ett anspråkslöst och asketiskt liv.

Spanien var vid den tiden ett stort imperium, och de monastiska reglerna hade i många kloster fått lätt-nader. Johannes ville leva efter den ursprungliga regeln, och övervägde att lämna karmeliterna och gå över till de strängare kartusianerna. Priorn för karmelitklostret, Antonio de Heredia, såg till att presen-

tera Johannes och den heliga Teresa av Jesus från Ávila, som också var karmelit, för varandra. Hon hade flera år tidigare inlett ett reformarbete i orden, eftersom hon ville föra den tillbaka till askesen i den ursprungliga regeln från 1200-talet. Nu letade hon efter manliga medarbetare som kunde hjälpa till med reformen. Johannes ville hjälpa till, och stannade kvar i karmelitor-den. Han var med och grundade de reformerade barfotakarmeliterna (OCD).

År 1568 grundades det första manliga huset, och Johannes tog namnet Johannes av Korset. Han fann stor glädje i kontemplationen, men blev så småningom fräntagen all märkbar hängivenhet. Denna andliga torka följdes av inre själsliga kval, skrupler och en avsmak för andliga övningar. Djävulen angrep honom med våldsamma frestelser, och Johannes trodde att Gud hade övergivit honom. Han höll ut, och blev rikligen belönad för sin uthållighet, med gudomlig kärlek, och nytt ljus. Sina erfarenheter använde han i sitt pastoralarbete, i sin undervisning och i sina böcker.

De oreformerade karmeliterna såg reformen som ett uppror mot orden. De sade att Johannes var en olydig och uppstudsigt munk. De appellerade till ordensgeneralen, som tog sig an reformrörelsen. Johannes blev satt i fängelse under ett års tid. Efter fängelsevistelsen, blev reformen avisad vid ett generalkapitel, och Johannes blev beordrad att återvända till sitt ursprungliga kloster i Medina. Han vägrade, och blev då avlägsnad av beväpnade män. De tog honom till det oreformerade klostret i Toledo, där han blev inlåst i en cell på 2x3 meter. Han blev behandlad på ett brutalt och förödmjukande sätt. Den mesta tiden satt han i mörker, och

kunde bara läsa tidebönerna när solen lyste in genom en glugg högt uppe på väggen. Han fick inte läsa eller skriva och blev förbjuden att läsa mässan eller kommunicera. Det värsta av allt var hans fruktan för att det var fel att inte lyda sina överordnade, och att han riskerade att låta själen gå förlorad. Under dessa svåra förhållanden utvecklade Johannes en djup andlig insikt, och i fängelset skrev han sin första dikt, efter att ha fått tag i en penna.

Till slut lyckades han rymma, och lyckades hålla sig undan dem som letade efter honom. År 1578 kom han till det reformerade klostret i Beas de Segura, och blev senare biktader hos barfotasysterarna i Monte Calvario. Där fortsatte han att skriva poesi. När någon frågade honom hur det gick till när han diktade, svarade han: Vissa gånger ger Gud mig orden, andra gånger letar jag efter dem.

År 1580 tillät påven de reformerade karmeliterna att upprätta en egen provins, men de fick inte fullständig oavhängighet förrän 1593. Nu kunde Johannes återvända, och han kom till klostret Los Mártires. Han blev känd som själasörjare och andlig vägledare, och levde mycket enkelt.

Johannes av Korsets främsta verk är tre dikter med kommentarer: *Själens dunkla natt*, *Andlig sång*, och *Levande kärleksläga*. Till själens dunkla natt skrev han också

en andra kommentar: *Bestigningen av berget Karmel*. Dessa är mästerverk i spansk litteratur, samtidigt som de innehåller en grundlig framställning av katolsk mystik. I sina verk beskriver han den andliga processen som leder till det fullkomliga, kärleksfyllda mystiska tillståndet av förening med Gud.

År 1582 dog Teresa, och Johannes måste fortsätta arbetet på egen hand. Samma år blev han prior i Los Mártires nära Granada. Där valde han själv det värsta rummet i den äldsta delen av klostret. Förutom hans säng, som bestod av några plankor, fanns det bara ett träkors, en bild av Kristus, en bibel och ett breviarium. Han stod ofta i bön framför sitt fönster, som vette mot trädgården.

Johannes älskade naturens skönhet, och tog ofta med sig bröderna ut på landsbygden, antingen för att be bland klipporna och i skogarna eller för att arbeta på markerna, eller helt enkelt för en promenad.

Snart uppstod det oenighet också i den reformerade ordensgrenen. En grupp ville



Johannes tecknade denna bild, som inspirerade Salvador Dalí att göra en av sina mest kända målningar, efter en vision han en gång fick.

bryta helt med de oreformerade, men Johannes stöttade den moderata inriktningen. Den Heliga Stolen godkände splittringen mellan de reformerade och de oreformerade. Johannes blev då fräntagen alla ämbeten, och fick fortsätta som vanlig munk.

Han blev nu mycket sjuk, och fick lida mycket under dåtidens primitiva kirurgiska ingrepp. Efter tre månaders sjukdom dog Johannes, den 14 december 1591. En lukt av rosor spred sig då i hans cell. Många människor kom till hans begravning, som präglades av en entusiastisk stämning. På måndagen efter begravningen såg några munkar ett stort ljus över graven. År 1926 byggdes ett imponerande monument av marmor, Johannes kropp blev flyttad dit. Hans kropp var då bara lätt missfärgad, och fortfarande mjuk och böjlig.

Markus Olsson

källa: [www.katolsk.no](http://www.katolsk.no)

bild från: [www.katolsk.no](http://www.katolsk.no)

## Johannes av Korsets betydelse i Johannes Paulus II's liv

Johannes av Korsets och hela Karmels spiritualitet har präglat Johannes Paulus II's liv djupt. Han kände karmeliterna sedan sin barndom i Wadowice där han ofta gick till deras kyrka. Han blev medlem i Karmels sekularorden och ville gärna inträda i orden som präst, men fick inte tillstånd av sin biskop.

Han fick i sin ungdom kontakt med Jan Tyranowski, en lekman i hans församling Krakow som levde en mycket personlig erfarenhet av Gud och som fick en stor betydelse för honom. Hans sätt att leva

visade att det inte endast var möjligt att ställa frågor om Gud men att leva med Honom. Han skriver om honom: ”Tyranowski hämtade sin andliga skolning i den helige Johannes av Korsets och den heliga Teresa av Avilas skrifter, och han förde mig in i läsningen av deras verk, något som var ovanligt för min ålder.” (Gåva och Mysterium).

Enligt vad han själv har sagt lärde Karol Wojtyla sig av Johannes av Korset en stark, levande tro som söker och finner Gud i Hans Son Jesus Kristus, i Kyrkan,

i skapelsens skönhet, i stilla bön, i naturens mörker och i Andens renande låga. Han lärde sig av honom att se det kristna livet i sådana grundläggande termer som gemenskap med Gud, bönens kontemplativa dimension, den styrka det apostoliska uppdraget hämtar ur livet med Gud och den kreativa spänningen i det kristna livet, lev i hoppet. Allt detta blev faktiskt grundläggande för påvens hela liv och gärning.

En Karmelit



# Sakramentsmeditationer

## Dopet

När du döptes, vad hände då? Du blev förbunden för alltid med Jesus. Hur nära? Så nära som det bara går. Kristus har förenat dig med sig själv.

Han säger: "Allt mitt är ditt, och allt ditt är mitt. Låt oss dela allt. Låt mig få din svaghet, dina bekymmer och bördor. Jag vill ge dig mitt ljus, mitt liv, min Ande." Kan du gå med på det utbytet?

## Eukaristin

Det är Kristi önskan att få ge sig själv till dig, dag efter dag. I Eukaristin gör han det så att du kan se och känna det; i bröd och vin. Du kan gå fram till honom: "här är jag, jag vill ha dig"! Och han dröjer inte. "Kristi kropp." "Amen!"

Var är du när detta sker? I kyrkan, tillsammans med gamla och unga från hela världen. Vad har ni gemensamt? Ni är alla förbundna med samme Jesus – genom samma dop, samma eukaristi. Betyder det att ni är förbundna med varandra?

## Försoningens sakrament

Det kan svida att gå till bikten. Att säga som det är. Men vad är det som väntar? En utskällning? Nej, detta sakrament har vi fått av en enda anledning: Fadern vill komma oss till mötes och omfamna oss, likt pappan i berättelsen om den förlorade sonen.

Ingen relation kan överleva utan förlåtelse. Varför är det så svårt? Man känner sin skuld, men vågar inte möta den andres smärta. Man borde ha vetat bättre, varit bättre. Man skäms. Man tiger. "Det går nog över."

Synden påverkar inte Guds inställning till oss. Men den påverkar oss. Den läser oss fast i oss själva. Kristus har uppenbarat Guds gränslösa kärlek till oss, för att locka oss ut ur våra gömställen. Vagar du lita på att hans kärlek och barmhärtighet gäller även för dig?

## Konfirmationen

Livet i världen är ingen dans på rosor. Särskilt inte för en lärjunge till Jesus, han som blev hånad och misshandlad till döds. Är det värt det? Vad kommer efter korset och gravläggningen?

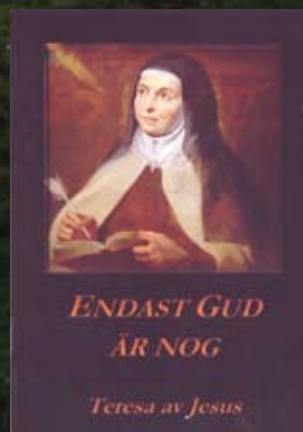
Skall du behöva kämpa, streta och vänta tills du dör innan livet börjar? Nej, här och nu vill Gud ta sin boning i dig. Konfirmationens gåva rymmer allt du behöver för din vandring mot målet. Tro. Hopp. Kärlek. Anden är den som öppnar upp, som låter dig se. Låt honom vara din hjälpare, så kommer han att växa i dig och du i honom.

Glöm inte. Ropa på honom när det stormar. Tala med honom när allt är stilla. Han är där. Han gråter med dig och gläds över dig. Han väntar på ditt klartecken att få bryta fram som en källa med levande vatten i ditt inre. Försök inte gripa om honom. Släpp taget och låt honom gripa dig. Bara så kan du äga Gud.



Vi måste hysa stor förtröstan, ty det går inte an att ha bara små och futtiga önskningar. I stället bör vi förlita oss på Gud och tro att vi, om vi bemödar oss, kan, om också inte genast så dock undan för undan, nå fram till de höjder dit många heliga med hans hjälp har nått. Om dessa aldrig hade fast bestämt sig för sådana upphöjda önsknigar och undan för undan satt dem i verket, skulle de aldrig ha nått så högt som de gjort. Hans Majestät vill ha modiga själar och han är en vän av sådana, under förutsättning att de är ödmjuka och inte förlitar sig på sig själva. Jag har inte sett en enda av dem bli efter på den vägen, inte heller någon

under ödmjukhetens täckmantel feg själ, som efter många år har nått lika långt som de tappra på få. Jag har häpnat över vart man kan nå på den vägen om man djärvt vågar sig på stora ting. Fastän själen inte genast har så stora krafter, stiger hon ändå högt när hon tar till vingarna, även om hon - liksom en ännu inte fullfjädrad liten fågel - tröttnar och stannar till.

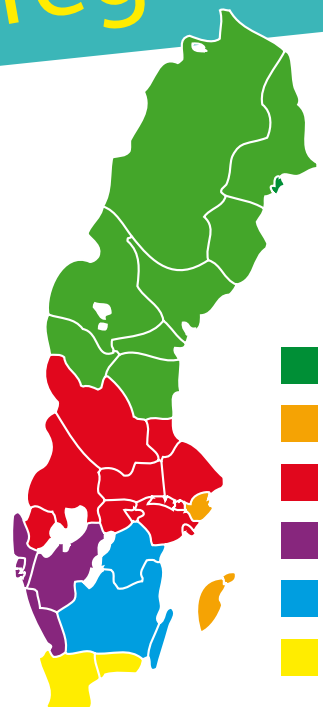


Teresa av Jesus

Texten finns i skriften Endast Gud är Nog Karmeliternas Förlag



# På gång i regionerna



- DUNK**  
De Unga Norrländska Katolikerna
- SLUK**  
Stockholms Läns Unga Katoliker
- MJUK**  
Mellansveriges Jovialiska Unga Katoliker
- SUK Väst**
- KESÖ**  
Katolska Eminenta Samarbetet i Öst
- SUKs-S**  
SUKs Sydregion

## DUNK

VUD Förberedelseläger i Sundsvall

**Kontakt:** mimiiudish@hotmail.com

## SLUK

**Kontakt:** kasimir@suk.se

## MJUK

**Kontakt:** valida@suk.se

## SUK Väst

VUD Förberedelseläger i Jonsered 20 – 22 maj

**Kontakt:** cecilia.bergman@suk.se

## SUK Sydöst (f.d. KESÖ)

**Helregiondag** i Jönköping med övernattnig i församlingen 27 – 28 maj

**Barnläger** i Motala med huvudledare p. Rafael och Isabell Kulig 17 – 22 juni

**Kontakt:** valida@suk.se

## SUK's-S

**Juniorläger för barn 10 – 13 år.** På Hallaskog utanför Höör 15 – 17 april

**VUD Förberedelseläger** 27 – 29 maj.

**Barnläger** Änglarp 18 – 23 juni

**Kontakt:** cecilia.bergman@suk.se

## PUKIS

**Årsmöte/sportläger** på Sunnerbogården 29 april – 1 maj

**Kontakt:** adam@suk.se

## SKK

**Kontakt:** marina.pajeska@gmail.com

# Välkommen till ungdomsträff hos Eskiltunas Unga Katoliker!

Vi i EUK bjuder in andra ungdomsföreningar i MJUK till en dag för att lära känna varandra, och utlovar en jätterolig eftermiddag med massor av skoj! Dessutom bjuder vi på tacos och andra godsaker.  
Tveka inte att anmäla dig.  
Vi ses den 16 april klockan 14.30 i Katolska kyrkan på Djurgårdsvägen 32 i Eskilstuna.

**Ålder:** Från 15 år  
**Kostnad:** Påskbikt

Mejla in din anmälan med förnamn, efternamn, telefon, e-post, och vilken lokalförening du är medlem i, till Zenia Åhlander på zenia\_118@hotmail.com.

Har ni några funderingar så är det bara att ringa kyrkan på 016-14 16 66 eller ordförande i EUK, Josefine Lorenc på 0735334980

**Sista anmälningdag är tisdag den 12 april.**



# Fotbollsturnering!

**N**u är det snart fotbollsturnering igen! I år är det många som vill vara med, så anmäl er i god tid. För att räknas som registrerade måste blanketten vara korrekt ifylld och anmälningavgiften på 500:- vara insatt på MJUKs bankgiro. Mellansveriges Jovialiska Unga Katoliker bjuder in alla SUKs lokalföreningar, regioner och församlingar är inbjudna att anmäla sina lag till turneringen. Turneringen äger rum i Örebro den 7 maj.

- Endast ett lag från varje lokalförening får delta
- Max 10 spelare per lag, och 5 spelare på plan . Minst 1 tjeje på plan.
- Åldersgräns: 15 år och uppåt
- 500:-/lag., 1000:-/lag för ickemedlemmar
- Plats: Mellringeskolas gymnastikhall i Örebro.
- Sista anmälningdagen är 10 april, efter det tas INGA anmälningar emot. Blanketten finns på [www.suk.se](http://www.suk.se)

Frågor? Kontakta Gabriella på: [gabriella@suk.se](mailto:gabriella@suk.se) eller 070 – 499 84 09

**7 maj i Örebro!**



Posttidning B

Avsändare:

SUK

BOX 4007

102 61 Stockholm

Stöd Riksförbundet  
Sveriges Unga Katoliker!

Bli medlem gratis  
på hemsidan:

[www.suk.se](http://www.suk.se)

så får du Sucken  
i brevlådan  
utan kostnad!