



TEKST MARIE-LOUISE MUNK OG LYKKE LHASA // FOTO MARIE-LOUISE MUNK

Tæt på... St. Frans af Assisi



Assisi by smukt beliggende på bjerget Monte Subasio

Assisi er en lille by, som man finder midt mellem Firenze og Rom i Italiens grønne hjerte 'Umbrien'. Byen har ikke mange flere end 6000 indbyggere, men besøges hvert år af op mod 5 millioner pilgrimme.

Byen er især kendt for den hellige Frans af Assisi, der levede i denne by og på bjerget i nærheden, og ligeledes for hans kvindelige modstykke Clara af Assisi.



St. Frans af Assisi

Klosteret ved Sankt Damians kirke, hvor Frans hørte det talende kors



Assisi er også blevet et sted, der er særdeles kendt inden for verdensreligionerne, idet byen d. 27. oktober 1986 var vært for det store fredsmøde: "The World Day of Prayer for Peace" og den interreligiøse dialog, som udsprang af dette fredsmøde.

Fredsmødet "The World Day of Prayer for Peace" var et arrangement, hvor Pave Johannes Paul II inviterede ledere fra verdensreligionerne til Assisi for at bede for fred. Motivet bag mødet var at skabe en ny ånd mellem religionerne i verden, at bringe de forskellige religiøse ledere til at tale med hinanden om bl.a. nye løsninger på konflikter, på fattigdommen og på at afskaffe vold mod kvinder og børn og på at fremme respekt og kærlighed i den menneskelige familie.

Efter mødet i Assisi spredte den interreligiøse dialog sig som en steppebrand over hele verden. Utallige interreligiøse møder og konferencer blev organiseret - og bliver det stadigvæk - i forskellige dele af verden.

300 repræsentanter for verdensreligionerne, hvoraf de 200 var jøder, muslimer, hinduer, buddhister eller shintoister, var samlet i Assisis hjerte San Francesco-basilikaen d. 27. oktober 2011 til endnu et fredsmøde i anledning af 25-året for Johannes Pauls tværreligiøse fredssamling i 1986.

"THE SPIRIT OF ASSISI"

Tilhængere fra alle religioner anser Assisi for at være et specielt helligt sted. Dette skyldes især Frans, som er helgenen for fred og kærlighed og som respekterede hele Skabelsen. Frans kan med rette anses som forløberen for interreligiøs dialog på grund af sit møde med muslimerne i Mellemøsten, især mødet med den egyptiske sultan Melek El Kamil under i 1219-20.

Efter fredsmødet i 1986 kaldtes Assisi for "Prophecy of Peace", ligesom Pave Johannes Paul II ofte talte om "The Spirit of Assisi".

"The Spirit of Assisi" er ånden af bønner, fred og dialog.

ST. FRANS AF ASSISI

Frans af Assisi, født Giovanni Francesco di Bernardone, levede i årene 1182-1226. Frans var søn af en rig købmand i Assisi og var på et tidspunkt også soldat og drog i krig i 1201, hvor han også sad et år i fængsel som krigsfange.

Efter krigen vendte han omkring år 1205 tilbage til Assisi.

En dag, da Frans var ude i naturen for at meditere i nærheden af Sankt Damians kirke, som var en meget gammel og nedslidt kirke, blev Frans pr. intuition ført ind i kirken for at bede. Han knælede foran det byzantinske krucifiks og bad. Da han med tårer i øjnene så op mod den korsfæstede Herre, hørte han en stemme: "Gå ud og byg min kirke op, du ser jo, den ligger i ruiner."



Talene kors (souvenir)

Han tog ordene helt bogstaveligt og arbejdede derefter på en restaurering af kirken. Dette blev årsag til en konflikt med faderen, fordi Frans solgte tøjruller fra faderens forretning for at finansiere byggeriet. Det endte med, at faderen i 1205 anlagde retssag mod sin egen søn, hvor dommeren var biskoppen af Assisi. Det foranledigede, at Frans afklædte sig alle sine rige klæder og gav dem til faderen, mens han sagde, at nu ville han ikke mere kalde ham sin far, for hans far var "Vor fader, du som er i Himlene". Herefter levede Frans resten af sit liv i fattigdom som munk.

Ved at efterleve fattigdomsprincippet stræbte han efter glæde og fred. Han gik ud i verden som Guds glade spillemand. På grund af hans personlighed, hans ægte vindende og ydmyge væsen, sluttede flere og flere sig til ham og hans munkeorden: Franciskanerne eller Gråbrødrene, som den også hedder. Hans munkeorden blev anerkendt af den katolske kirke i 1223, tre år før hans død.

Hans budskab: 'Fred og alt godt' - 'Pax et Bonum', og denne tekst støder man konstant på i Assisis gader, ligesom den findes på de fleste souvenirs fra området.

I 1224, kort før sin død i 1226, fik han stigmata og blev den første person i vores verdenshistorie, som bar Jesus' sår fra korsfæstelsen.

I juli 1228 blev Frans af Assisi udråbt til helgen af pave Gregory IX.



Kakler fra Assisi: "Fred og alt godt"



Stemning i Assisi

"Ved at efterleve fattigdomsprincippet stræbte Frans efter glæde og fred"

CLARA AF ASSISI

Clara af Assisi (1194 – 1253) var ligesom Frans født ind i en rig familie. Hun blev påvirket af Frans af Assisis prædiken, og palmesøndag 1212 stak hun af hjemmefra og sluttede sig til Frans ved Portiuncula.

Hun og hendes ordenssøstre Clarisserne kom til at bo i San Damiano, og her døde hun i 1253. I San Damiano-klosteret kan man fra Claras tid stadig se dormitorium: sovesal og refektorium: spisesal og stedet, hvor søstrene bad deres tidebønner. Det er alt sammen meget enkelt og fattigt.

Clara blev som Frans helgenkåret, men først i år 1255.

BYEN ASSISI

Selve byen er som en helt anden tidsalder, da den er meget velbevaret med brostensbelagte, smalle gader og bueåbninger, som små tunneller i gaderne. Husene er meget velbevarede. Tagsten, der er brugt både til husenes tage og bymurene, blev skabt ved at mændene lagde ler på deres lår og på den måde formede tagstenene. Frans var i sin tid med til at forme disse tagsten.

I den øvre del af byen finder man fra gammel tid den fattigste del omkring Amfiteateret. I sommerperioden kom mange af børnene i kloster hos nogle af nonnerne, som tog sig godt af børnene og viste dem ekstra omsorg.

Der findes flere klostre i Assisi og omegn, hvor man kan overnatte og som udgangspunkt få serveret nogle af sine måltider af nonnerne. Man kan også selv lave sin mad.

Et sagn fortæller, at den gamle by kaldet Assisium opstod omkring en hellig kilde, der senere blev æret af etruskerne (et folkeslag, der levede i Etrurien i det nordlige Italien før 800 f.Kr.), og efter dem af romerne.

Et andet sagn fortæller, at byen blev påbegyndt af Dardanus i år 865 f.Kr., før grundlæggelsen af Rom (21. april 753 f.Kr.).

Engang i det 1. århundrede f.Kr. blev et tempel til ære for Gudinden Minerva bygget ved den hellige kirke. Dette tempel er stadig en del af Assisi og ligger omtrent midt i centrum.

Det kan anbefales at besøge kunstneren Raffaele Ariantes galleri, der ligger i nærheden af Claras gravkirke. Raffaele laver de skønneste små kunstværker til en overkommelig pris, som han kalder "Bombs of Love, Color, Passion and Peace". Det er en super souvenir at tage en af disse bomber med sig hjem til evigt minde. På denne måde mener Raffaele, at han er med til at sprede bl.a. fred og kærlighed ud til hele verden. Du finder Raffaeles galleri på via San Paolo 8/a.

Det er nemt at finde klassisk italiensk mad mange steder i Assisi. Mad, der indeholder meget af deres hvide mel. Hvis man er mere til grøntsager og vegetarisk mad, er det muligt at finde en vidunderlig italiensk familierestaurant, der leder tænkningen hen til Walt Disneys "Lady of Vagabonden", i en af de ganske små brostensbelagte gader i Assisi. Restauranten ligger også nær Claras kirke og hedder "Ristoranti degli Orti".



Basilica di San Francesco - St. Frans' Gravkirke

DEN BERØMTE BASILICA DI SAN FRANCESCO - ST. FRANS' GRAVKIRKE

Frans' gravkirke, Basilica of St. Francis, er en meget stor og smuk katolsk kirke med et bagvedliggende munkekloster. Opførelsen af Basilicaen blev påbegyndt i 1228, kun to år efter Frans' død, og den er bygget på det sted, der i Frans' tid hed "Helvedes-bakken", fordi det var byens galgebakke. I dag kaldes bakken i stedet for "Paradis-bakken".

Kirken er i tre etager: øvre Basilica, nedre Basilica og Krypten i nederste etage, hvor Frans ligger begravet. Der er en vidunderlig guddommelig energi i krypten, som gør, at mange pilgrimme hvert år valfarter hertil. At mærke sin egen fred og glæde brede sig i kroppen som en fin sitren i hver en celle og i auraen, gør det til en intens, ubeskrivelig oplevelse at besøge dette sted.

Krypten blev først bygget i begyndelsen af 1800-tallet, da man omsider var sikker på, at nabobyen Perugia havde opgivet at stjæle helgenens lig, fordi den var misundelig på Assisis status som pilgrimsby!

Basilikaen og andre bygninger og steder i området har været på UNESCOs verdensarvsliste siden 2000.

CLARAS GRAVKIRKE

Det er en vidunderlig intens og kærlig energi, man kan møde nær dette sted, hvor Clara ligger begravet. Dette sted er med til at udvide ens eget kærlige tilstedevær, hvilket gør, at så mange valfarter hertil for at udvide egen tilstand af fred, glæde og kærlighed. Når kærlig energi møder kærlig energi, bliver energien af den tilstand udvidet.

I forlængelse af Claras gravkirke er der et nonnekloster, hvor nonner bor. De kaldes Clarisser og er nonner, der følger Claras ånd.

Jævnligt er der himmelsk sang i kirken sunget af disse Clarisser.

Clarisserne har ikke tilladelse til at forlade klosteret, da de lever i klausur. Når Clarisserne er i kirken for at synge, er de bag et gitter, så vi, der er besøgende i kirken, ikke kan se dem. I stedet kan man nyde deres vidunderligt smukke, healende lyd.

Det talende byzantinske krucifiks kan i dag ses i et kapel i Claras gravkirke.

PORZIUNCOLA I SANTA MARIA DEGLI ANGELI

Det er muligt at gå en meget smuk tur fra det højere beliggende Assisi til Basilica of Santa Maria degli Angeli, der ligger ca. 4 kilometer fra centrum af Assisi. Denne basilika er bygget uden om Porziuncola, der er et kapel, som Frans elskede højt.

Der er en vidunderlig intens energi inde i dette lille kapel. I nærheden af kapellet inde i basilikaen kan man se, hvor Frans døde. Dette sted har tidligere været et smukt lille lund- og skovom-



Clara af Assisi



Raffaele laver de skønneste små kunstværker: "Bombs of Love"

råde. Frans ønskede ikke, at hans brødre nogensinde skulle forlade dette sted, som han holdt så meget af.

CHIESA DI SANTO STEFANO

Der er en meget lille, smuk og enkel kirke gemt væk i en af de små gader. Kirken hedder Chiesa di Santo Stefano. Der kommer ikke mange mennesker i kirken, da den ikke umiddelbart ligger på en af hovedgaderne. I St. Francis' tid lå den uden for bymuren.

Legenden siger, at Santo Stefanos kirkeklokke mirakuløst ringede den 3. oktober 1226, den dag St. Francis døde.

For at komme til kirken skal man enten gå lidt op eller ned ad snoede trappetrin. Der er en vidunderlig fredelig energi i kirken, og man bliver nemt forfalden til at sætte sig og nyde stedet i lang tid.

KLOSTERET "EREMO DELLE CARCERI" PÅ BJERGET MONTE SUBASIO

Bjergene Monte Subasio ligger ved siden af Assisi. Midt på bjergene er der et helligt område, hvor Frans ofte søgte hen for at meditere. Der er en del huler, og Frans sad i disse huler. Det samme gjorde de, der fulgte ham. De sad i hulerne for at finde fuld fred i det indre kærlige lys. Stedet ligger ikke højere oppe, end at man kan spadsere derop, hvis man er frisk på en smuk travetur, der går op, op og atter op.

Legenden fortæller, at Frans, kort før han gik over til den anden side, blev spurgt: "Er der noget, du ville have gjort anderledes i dit liv, hvis du kunne?". Hans svar var: "Så ville jeg have passet bedre på broder æsel".

Han kaldte altid sin krop for broder æsel.

På dette hellige sted finder man også en nonne og munkeloster, som er blevet bygget oven på nogle af Frans' huler. Det er muligt at se lidt af indgangen til klosteret, når der er åbent. Det er en smuk oplevelse at se stenvæggene og de unikke trapper.

På forespørgsel - er det muligt at overnatte gratis og blive i et par dage.

NATUREN OMKRING ASSISI - ET KAPITEL FOR SIG

Naturen omkring Assisi er så vidunderlig, feminin og fuld af overraskelser og gemte, fortryllende steder. Assisi-borgerne passer godt på deres hemmeligheder i naturen og beder om, at man ikke fortæller om stederne. Derfor skal man søge lidt for at få naturen til at åbne sig, men det er umagen værd.

Det er en vidunderlig oplevelse at vandre på Frans af Assisis fredsrute i Italiens grønne hjerte Umbrien. Ruten er et helt eventyrligt landskab med frodighed, skove, vandløb, udsigt til bjerge, borge og kapeller i det fjerne. En natur, der rummer stemningsfulde steder, og hvor man mange steder støder på både Frans Assisi og Clara.

Det er en god ide at kombinere pilgrimsvan ringen med overnatning på et af de mange klostre, der ligger i Assisi og omegn.

LA VERNA

La Verna er et betydningsfyldt sted i Frans' historie og et besøg værd, selvom det ligger godt 120 km. fra Assisi.

La Verna er et mindre bjerg, der er ca. 1300 meter højt, som Frans fik tilbudt i 1213 af grev Orlando af Chiusi som et sted, hvor han kunne bede til Gud. Da Frans holdt meget af øde og ensomme steder, tog han imod tilbuddet og trak sig flere gange tilbage til bjergets ensomhed for at bede.

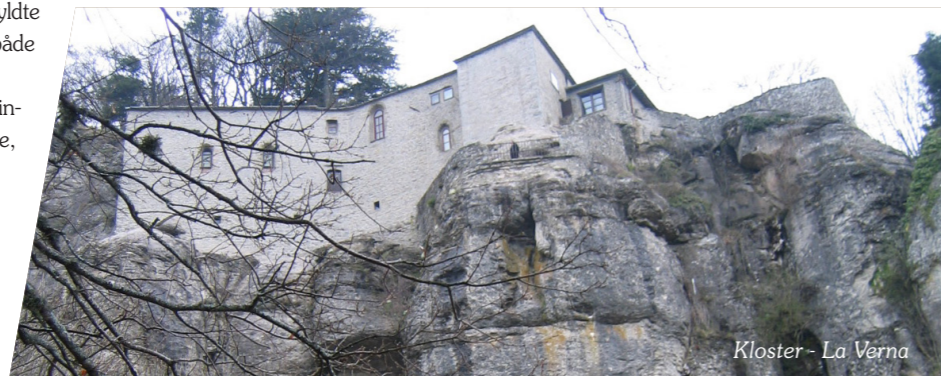
Det gjorde han også i 1224 få år før sin død. Det siges, at han i lang tid havde fordybet sig i Jesu korsfæstelse, og at han fik et syn af en seraf (en engel med tre par vinger, der nævnes i Det gamle testamente), som bar på et korsfæstet menneske. Fra sårene i den korsfæstedes hånd kom der en slags stråler, der brændte tilsvarende sår på Frans' legeme. Han levede med Kristi sårmerker/stigmater resten af sit liv.

På bjerget findes i dag et stort franciskanerkloster, som rummer tre kirker, der alle er udsmykket med kunstværker i keramik af den florentinske kunstnerfamilie della Robbia. En af de tre kirker, Stigmat-kapellet, er bygget på det sted, hvor Frans iflg. overleveringen modtog stigmaterne.

FREDSBØN AF ST. FRANS AF ASSISI

Herre, gør mig til et redskab for Din fred
 Hvor der er had ... lad mig så kærlighed
 Hvor der er fortræd ... tilgivelse.
 Hvor der er tvivl ... tro
 Hvor der er elendighed ... håb
 Hvor der er mørke ... lys
 Hvor der er sorg ... glæde.
 O, Guddommelige Herre,
 lad mig ikke så meget søge
 At blive trøstet ... som at trøste,
 At blive forstået ... som at forstå,
 At blive elsket ... som at elske,
 For det er ved at give ... at vi modtager,
 Det er ved at tilgive, at vi tilgives,
 Det er i døden ... at vi fødes til evigt liv.

Vægsmaleri i Klosteret ved La Verna - Seraf giver Frans Stigmata sår



Kloster - La Verna

ODENSE HÅNDLÆSER SKOLE

Har du en drøm om at lære håndlæsning?

Tag på kursus i Odense, hos den kendte håndlæser Erika Herløv Hansen



Blindtegnings kursus kr. 1.700,- pr. modul
 Start September 2013

Håndlæsnings kursus opstart januar 2013

(Der kan deltages på enkelte moduler). Hvis du vil have opfrisket din viden om håndlæsning. Opstart af nyt håndlæsnings hold januar 2014.

Clairvoyant håndlæsning:

Ca. 1 time kr. 600,-

Ca. 30 min. kr. 350,-



Erika Herløv Hansen

Se mere på www.erikahansen.com

Tlf. 65 32 52 30 / mobil 40 37 54 30

Yogaferier 2013

Italien 22. - 29. juni
 Lesbos 4. - 11. august



yogaliving.dk

yogaliving

Spirituel højskole

På "næsen" af Jylland - et af de smukkeste steder i Danmark...

På Væksthøjskolen får du de nyeste og mest banebrydende redskaber inden for både personlig og spirituel udvikling. Kurserne er velegnede som efteruddannelse til alternative behandlere, terapeuter m.v. og som personlige udviklingsforløb, der gør dig bedre til at hjælpe andre og håndtere dine personlige problemstillinger. Vi tilbyder kurser fra 4 døgne til 12 ugers varighed samt en bred række af emner.

Vi har også en bred vifte af selvudviklingskurser alle med Stressfri undervisning

Tag en ven med til halv pris!

Sunddalvej 1 - Ginnerup - 8500 Grenå
 8791 8000 - www.vaeksthøjskolen.dk

Væksthøjskolen

Spændende alternativ butik i Hillerød



Gå på opdagelse mellem gamle madonnafigurer, Buddhaer til ude og inde, bøger, spirituelle film, dejlig musik, japansk røgelse, æteriske olier, sten, krystaller, engle, lækre smykker, tarot- og englekort, cremer og olier til kroppen og meget mere.

Tag selv ansvar for din sundhed. Få din krop i balance med zoneterapi og healing.

PUSTERUMMET

Slangerupgade 1, 3400 Hillerød · næsten nabo til slottet
 Mail info@pusterummet.dk · Besøg www.pusterummet.dk
 eller [facebook.com/butikpusterummet](https://www.facebook.com/butikpusterummet) · tlf. 4088 7149