



ASSISI

– en enkel guide
PAX et BONUM

Tove Ahlmark



Fred og alt godt i Assisi

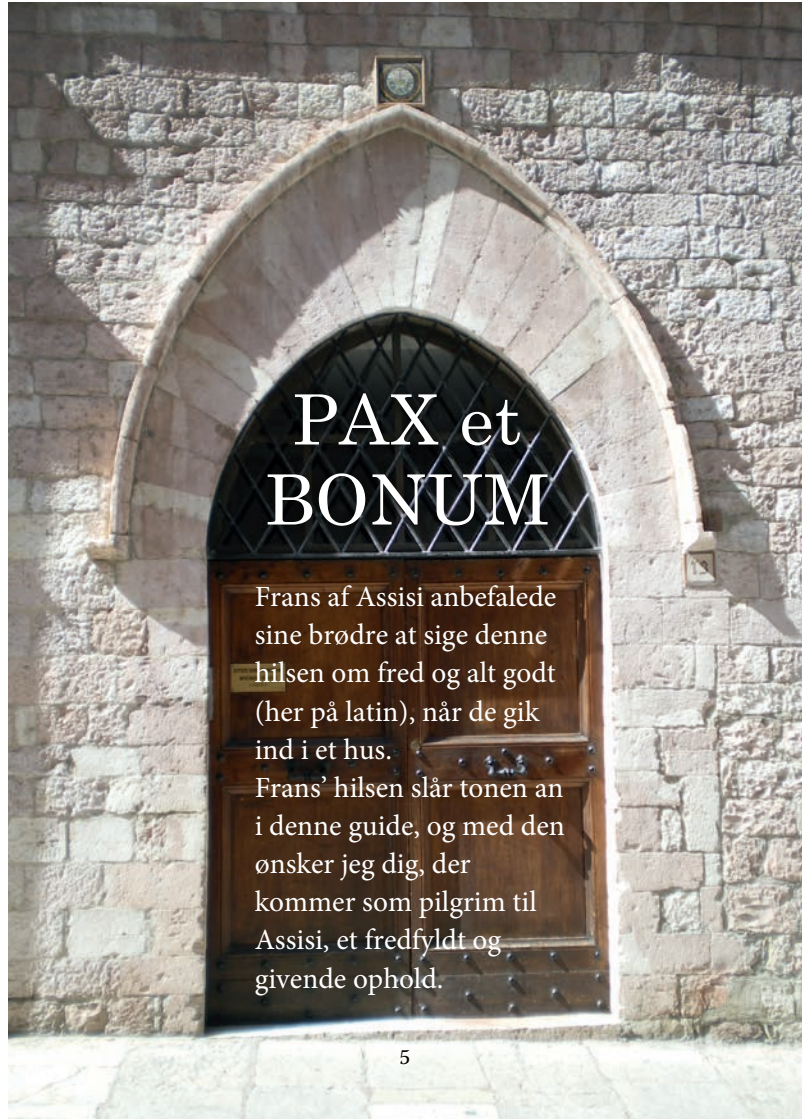
– en guide

Assisi – en enkel guide. Pax et Bonum.
Grafik: Morten Baadsgaard / sitart.dk
Foto: Tove Ahlmark
Forside: Fontænen på Piazza del Comune.
Bagside: En af Assisis karakteristiske mure.

Copyright ©Tove Ahlmark.

Udgivet af forlaget Bonum, Kbh. 2009
ISBN 978-87-993332-0-2

Digital version 2026.
www.toveahlmark.dk



PAX et BONUM

Frans af Assisi anbefalede sine brødre at sige denne hilsen om fred og alt godt (her på latin), når de gik ind i et hus.

Frans' hilsen slår tonen an i denne guide, og med den ønsker jeg dig, der kommer som pilgrim til Assisi, et fredfyldt og givende ophold.

Indhold

INDLEDNING

Forord: I stilhed – til fods – og åben	9
Om Gud	13
Gode råd	14
En hel dag	17
Om at finde rundt i Assisi	18
Frans og Klara.	21

INDEN FOR BYMUREN

Santa Chiara	29
San Francesco.	37
Santa Maria Maggiore	43
Santa Maria sopra Minerva	43
Den romerske plads neden under Piazza del Comune	44
San Rufino	49

UDEN FOR BYMUREN

Santa Maria degli Angeli / Porziuncola	53
San Damiano	60
Solsangen	70
Eremo delle Carceri	73
Franciskansk bøn	79

INFORMATIONER

Turistkontoret.	81
-------------------------	----





Indledning

Forord

I stilhed – til fods – og åben

Denne bog henvender sig til dig, der i Assisi søger ro til fordybelse. Assisi giver mulighed for at lære den kristne mystik at kende i lyset af Frans af Assisi.

Vil du rejse med denne bog, kræver det kun, at du søger stilhed, at du vil bevæge dig til fods og tage dig god tid. Desuden foreslår jeg, at du mærker og fornemmer dine tanker og følelser, at du lytter til dig selv, samt at du er åben og udogmatisk over for det, du møder. Så kan du lære dig selv bedre at kende.

Denne bog vil støtte din indre og ydre rejse i Assisi. Den er ganske enkel i sin tilgang.



Guiden er bygget op i to hoveddele, en inden for bymuren og en udenfor.

Du kan rejse i guidens rækkefølge og således blive ført ind i Frans af Assisis liv ved at starte inden for Assisis bymur. Du kan også vælge din egen rækkefølge.

Inden for bymuren er der korte afstande. San Francesco- og Santa Chiara-basilikaerne kræver dog god tid.

At bevæge sig til stederne uden for bymuren kræver mere tid, da afstandene er større. Derfor anbefaler jeg, at du afsætter god tid, mindst et par timer til hvert sted uden for bymuren – og om muligt mere.

Der kan, desværre, være sket ændringer, også i åbnings- og gudstjenestetider efter denne bogs tilblivelse. Det kan jeg kun bede dig være forstående for. Henvend dig da eventuelt på turistkontoret i Assisi.

Assisi, sommer 2009

Tove Ahlmark

Der kan være forhold som har ændret sig siden bogens første udgivelse. Det beklager jeg og håber du vil bære over med det.

2026, *Tove Ahlmark*



Om Gud

Først ser du Gud i naturen.

Så ser du Gud i andre mennesker.

Så forstår du, at Gud er inden i dig.

En birgittinernonne i Assisi.

Gode råd

Sørg for, at du har god tid. Lad være med at halse af sted for at nå det hele. Tag dig god tid og gå langsomt. Mærk dig selv og vær vågen i det, du ser og føler.

Vælg eventuelt nogle få steder, du vil koncentrere dig om. Min erfaring er, at det får du mest ud af.

Undgå at tillægge årstal, stilarter etc. stor betydning på denne rejse.

Vil du vide mere om Frans af Assisi, kan jeg anbefale Johannes Jørgensens bog: »Den hellige Frans af Assisi« (Sankt Ansgars Forlag) og min egen bog: »Frans af Assisis drømme og visioner« (Visdomsbøger, 2000). Disse bøger kan du med fordel læse om aftenen, når du er færdig med at vandre rundt.

Sluk mobiltelefon og minicomputer. Beslut dig for at begrænse, hvornår du vil tage billeder.

Fortæl din familie og venner, at du vil være mindre i kontakt for at kunne fordybe dig i dit ophold i Assisi. Gør det også helt klart for dig selv. Vælg fordybelsen!



En hel dag

Har du en hel dag til din rådighed, vil jeg anbefale, at du undlader at planlægge – eller i hvert fald undlader detaljeret styring.

Det kan være en god erfaring bare at lade sig føre, at følge med vinden, hvorhen den blæser. Det kan være, der møder dig noget, du ikke havde forudset.

Søg blot at forholde dig åbent og udogmatisk. Lad din følelse, fornemmelse eller lyst styre dig. Det kan være godt som modvægt til et liv med meget tankemæssigt arbejde.

Om at finde rundt i Assisi

Når du vil finde de spirituelle perler i Assisi, må du skelne mellem selve byen Assisi, inden for bymuren, og de franciskanske steder uden for bymuren.

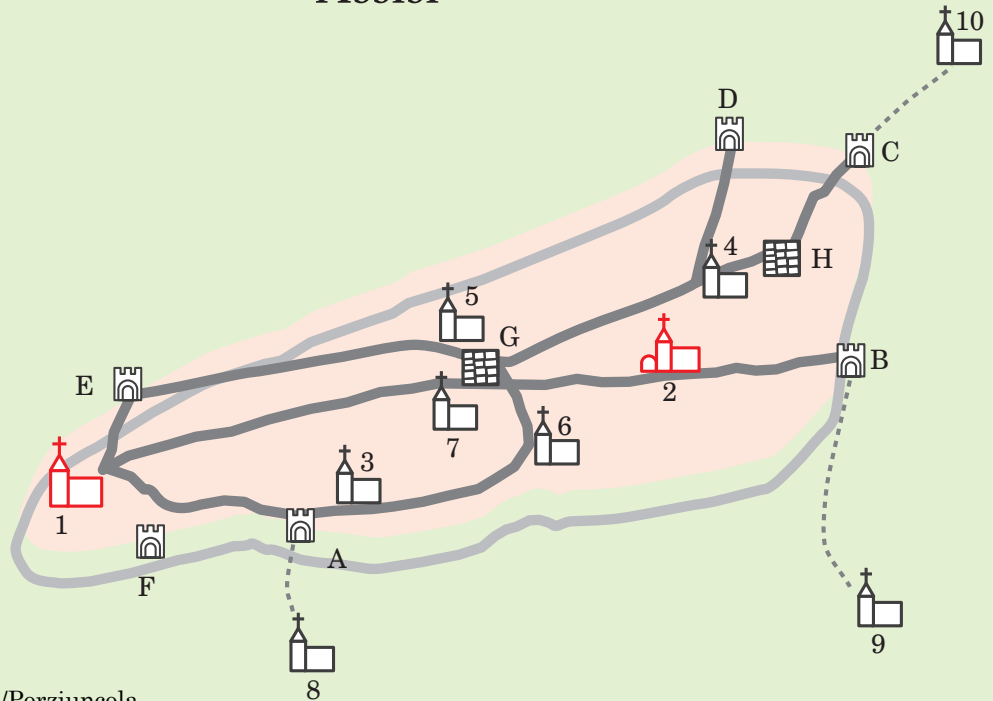
Assisi er bygget op om de to poler, basilikaerne San Francesco og Santa Chiara. De ligger begge inden for Assisis nuværende bymur, San Francesco i byens vestlige og Santa Chiara i byens østlige del. Midt i byen ligger Piazza del Comune. Alle gader er nemme at relatere til disse steder, man kan ikke gå vild. Øst for Santa Chiara er byporten Porta Nuova, hvorfra man kan gå til San Damiano. Neden for San Francesco findes byporten Porta San Pietro, hvorfra man kan gå til Santa Maria degli Angeli/Porziuncola. Vejen til Eremo delle Carceri finder du øverst i byen ved at gå ud af Porta Cappucini.



Forenklet kort over Assisi

- A. Porta San Pietro
- B. Porta Nuova
- C. Porta Cappucini
- D. Porta Perlici
- E. Porta San Giacomo
- F. Porta San Vetturino
- G. Piazza del Comune
- H. Piazza Matteotti

- 1. Basilika San Francesco
- 2. Basilika San Pietro
- 3. Basilika Santa Chiara
- 4. Domkirken San Rufino
- 5. Kirken Santa Maria sopra Minerva
- 6. Kirken Santa Maria Maggiore
- 7. Kirken San Stephano
- 8. Kirken Santa Maria degli Angeli /Porziuncola
- 9. Kirken San Damiano
- 10. Kirken Eremiti delle Carceri





Frans og Klara

Det særlige ved Assisi er dens to poler. Den ene er Frans af Assisi (1181-1226) og den anden hans kvindelige modpol, Klara (1193-1253). Begge er født og opvokset i Assisi og var næsten jævnaldrende. Frans og Klara fulgte ad på den spirituelle vej. De er begravet i hver sin ende af byen, og deres to kirker markerer tydeligt byens mandlige og kvindelige pol.

Frans havde visioner og drømme, der ganske tidligt førte ham ind på en radikal, kristen levevis. Altid havde han den korsfæstede Kristus for sit indre øje. Det Nye Testamente, især Johannesevangeliet, var hans vejleder.

Frans' foretrukne sted var en grotte på bjerget Monte Subasio, hvor han fordybede sig i bøn. Hans liv var en vekselvirkning mellem tilbage-

trækning i stilhed og ensomhed i naturen og livet i byen med mennesker, som han forkyndte kristendommens glade budskab for.

Derudover søgte han at være den fattigste af de fattige, og hans ydmyghed, mildhed og kærlighed strålede ud til alle mennesker. De speidske havde en særlig plads i hans hjerte. Han grundlagde franciskanerordenen.

Klara sluttede sig ganske tidligt til Frans og hans brødre. Klara var Frans af Assisis »lille plante«, hans åndelige partner. Hun grundlagde klariserordenen.

To år før sin død blev Frans stigmatiseret dvs. han fik de samme sår, som Kristus fik ved sin korsfæstelse. Frans var den første i historien, der blev stigmatiseret.





Inden for bymuren



Santa Chiara

Det er en god idé at komme i kirken til klarissernes sang. Den er at sammenligne med det skønneste, gyldne silkestof, der bølger i vinden.

Klarisserne synger *laudes kl. ca. 6.45* om morgenen før messe.

Om aftenen – efter messen – synger klarisserne *vesper kl. ca. 18.15 vinter og 18.45 sommer*.

Klarisserne synger også under den forudgående messe. Vær tålmodig. Der vil være en lille pause, og så synger de igen.

Sangen kan høres i sidekapellet til højre. Her hænger også det originale krucifiks, som talte til Frans, og som faktisk er årsagen til at Frans fandt sin spirituelle retning. Frans af Assisi bad en bøn foran dette krucifiks:



*Allerhøjeste, almægtige Gud,
oplys mørket i mit hjerte.*

uddrag

Han hørte Kristus på korset sige: »Frans gå ud og genopbyg min kirke!« Du kan sætte dig og lade dette krucifiks tale til dig.

I hovedskibet over det store alter hænger et andet meget udtrykfuldt krucifiks, som det også er værd at bruge tid på. Ved Kristi fod findes Frans og Klara. Yderst til venstre viser en klarisse en stor pengepose frem. Hun efterfulgte Klara som abbedisse og betalte for krucifikset.

Klarisserne er Klaras efterfølgere. De lever i klausur i det store kloster, det vil sige, at de har valgt at leve tilbagetrukket, inden for klosterets fire, tykke mure.





Det gør de for at fremme deres spirituelle proces. Nogle få klarisser har dog ekstern tjeneste i kirken. Klarisserne hovedopgave er bøn – for verden.

Min erfaring er, at klarissernes bøn er kraftig. Du kan lægge dit ønske om klarissernes forbøn i den lille boks, der hænger på den højre væg i kirkeskibet. Du kan vedlægge en pengeseddel til klarisserne – ikke at de beder om penge, men de lever af almisser.

Under kirken er en krypt med blå hvælvinger overstrøet med guldstjerner. Hernede ligger selve den hellige Klara. Klara levede ca. 1193-1253. På grund af begyndende nedbrydning af den hellige Klaras fysiske legeme er hun blevet konserveret sidst i 1900-tallet, men det er den hellige Klara selv. Læg mærke til hendes hovedpude. Billederne på væggene omkring Klaras

legeme fortæller hendes livshistorie ligesom den malede ikon, hvor hun står med krukken med hostien, Jesu legeme, og dermed holder de fjendtlige saracener, muslimer, tilbage fra at angribe klosteret.

Åben fra kl. ca 6.30 - 12.

Kirken er lukket fra kl. 12 - 14.

*Lukker fra ca. 26. oktober indtil påske kl. 18
og i sommerhalvåret kl. 19.*

Laudes kl. 6.45.

Vesper kl. 18.45 (18.30 på festdage).

San Francesco

San Francesco-basilikaen består af tre kirker, der er bygget oven på hinanden. Nederst er krypten med Frans' grav. Hans enkle stenkiste, der har samme form som dyrenes trug, er bundet sammen med en slags jernbånd. Her ligger resterne af hans fysiske krop. Frans levede fra 1182 til 1226. Det er et af de bedste steder at fordybe sig. Her kan der være ganske vidunderligt. Men her kan også være ganske mange mennesker og foregå mange ting. Søg alligevel at beholde dit fokus.

Nogle gange kan det være en fordel at komme tidligt om morgenen eller lige før lukketid, da der som regel er færrest besøgende på disse tidspunkter.



I de to kirker oven over krypten er der en velsignelse af kunstværker. Her er så mange skønne fresker, at du roligt kan sætte dig ned og blot nyde disse billeder. Når der falder ro over dig, kan du lade billederne blive levende og tale. Du kan evt. forstille dig, at du deltager i de begivenheder, der udspiller sig.

I den øverste kirke har Giotto fremstillet en billedserie med scener fra Frans af Assisis liv. Den starter til højre for alteret.

I museet bag den mellemste kirkes kor er bl.a. udstillet noget af Frans' tøj, og det kan bringe dig tættere på Frans og hans liv. Forestil dig hvordan hans liv har været!

Om søndagen er der stor messe kl. ca. 10.30 i den mellemste kirke, hvis alter er bygget over Frans' grav. Det kan være stærkt at deltage i gudstjenesten sammen med de mange mennesker, der har søgt til Assisi fra hele Italien, for at være hos den hellige Frans. Kom i god tid og indstil dig på, at gå ind i denne oplevelse sammen med de mange andre søgende mennesker!

*Krypten og den mellemste kirke
er åben kl. 6-18.45 hele året.*

*Den øverste kirke med Giottos fresker
er åben kl. 8.30-17.45.*

*Om søndagen er der stor messe bl.a.
kl. 10.30 i den mellemste kirke.*



Santa Maria Maggiore

Kirken kan virke nøgen og enkel sammenlignet med de andre meget billedrige steder. Der er dog nogle meget smukke fresker. Her kan det være en stor lise at sidde. Her er ofte koncerter.

Santa Maria sopra Minerva

Denne kirke gemmer sig inde i et Minervatempel, som ligger iøjnefaldende ved Piazza del Comune. Selve kirkens udsmykning er i dag store barokskulpturer og masser af guld. Jomfru Maria står oven over alteret i en grotte, som er en del af en stor altertavle, omgivet af barokengle i guld.

Det mest interessant er imidlertid de store trin, man skal op ad for at komme ind i kirken, og de store romerske søjler, man går forbi. Dette er facaden i et oprindeligt romersk tempel. Sådan er verdens gang. De gamle heligsteder overtages af nye.

Den romerske plads neden under Piazza del Comune

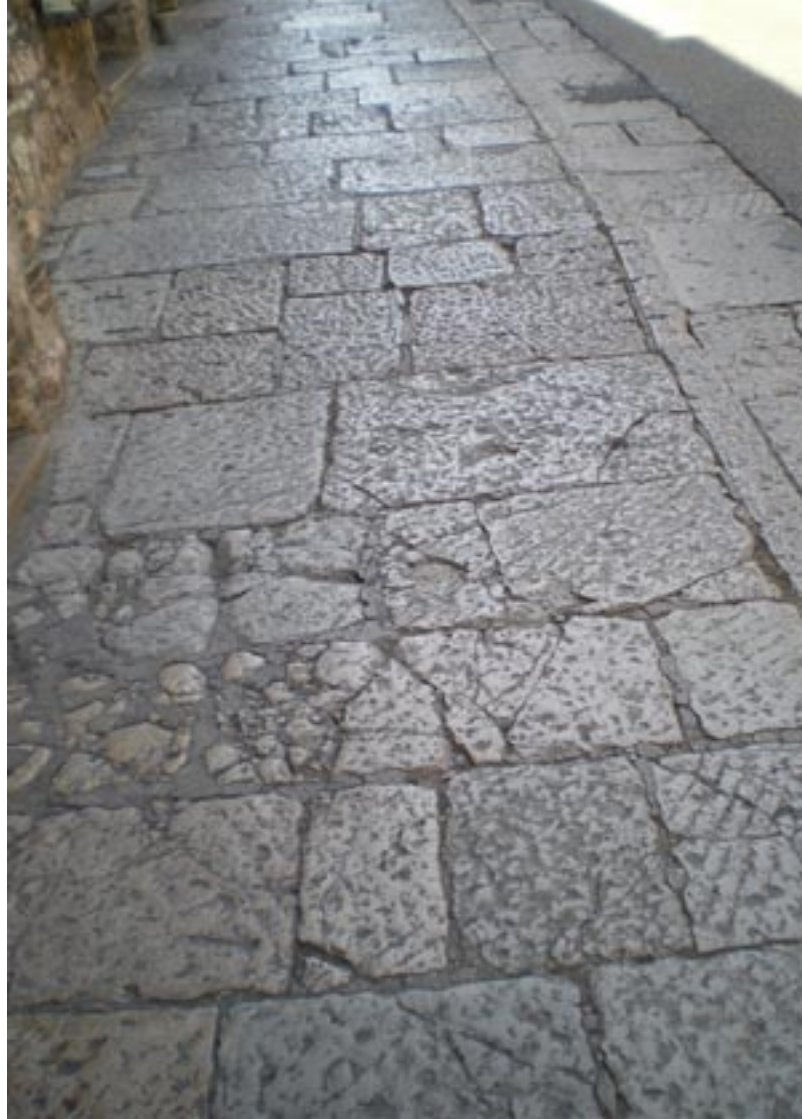
Det kan være en oplevelse at tage sig tid til at gå ind i byens arkæologiske udgravninger. Mit forslag er at begrænse sig til den del af byen, der ligger udgravet nede under byens centrale plads, Piazza del Comune. Her får man virkelig et historiens vingesus. Stedet hedder Foro Romano, Det romerske Torv.

Indgangen findes i den vestlige ende af Piazza del Comune, få skridt ned ad Via Portica, der går stejlt nedad. Der findes på din højre hånd et vandbassin, som er en gammel vaskeplads. Lige herved er indgangen til Foro Romano.

Inde under Piazza del Comune kan du opleve, at de trin, du trådte op ad for at komme ind i Minervatemplet, faktisk begynder hernede. På den oprindelige romerske plads under piazzaen begynder Minervatemplets trappe med de før-



ste 2-3 trin. Trinnene er imidlertid usynlige fra den normale, nutidige indgang oppe på Piazza del Comune. Templet har virkelig ligget meget højt engang.





San Rufino

Facaden og kirketårnet er ganske flot og noget af det ældste i Assisi. Lige inden for kirkens indgang findes til venstre en gammel vandcisterne fra romertiden.

Der ligger en smuk, gammel krypt under kirken. Her skulle Frans efter sigende have bedt. Den er nu ændret til et museum.

San Stephano

En oase i byen, hvor man kan sidde køligt i stilhed. Her er sjældent gudstjenester.



Uden for bymuren



Santa Maria degli Angeli / Porziuncola

Det kan være en dejlig tur at gå fra Assisi ned til Santa Maria degli Angeli. Du kan næsten hele tiden se kirken, så du kan ikke gå forkert.

En bedre vej end den store trafikerede finder du f.eks. ved den store parkeringsplads neden for San Francesco. Byporten dér kaldes Porta San Pietro. Du går ned ved de offentlige toiletter. Her begynder et murstensbelagt lille fortov på en mindre vej. Mit forslag er, at du går ad dette fortov, men afbryder, når du er helt nede i det flade og står ved den første korsvej. Da drejer du til venstre og går ca. 40 meter. På din højre hånd kommer der en vej, der går parallelt med den vej, du startede på. Her er en mindre, asfalteret, gammel markvej. Du kan se kuplen i Santa Maria degli Angeli. Vejen ender ved stationen, hvor du går til højre langs banen. Derpå

kommer du tilbage til hovedfærdselsåren mellem Assisi og Santa Maria degli Angeli. Den drejer du til venstre ad, hen mod kirken. Denne vej er kun lidt længere, men absolut rarere end hovedfærdselsåren.

Du kan også vælge bare at tage bussen. Den kører helt oppe fra byens top, Piazza Matteotti, standser mange steder undervejs bl.a. nede ved San Francesco parkeringspladsen. Bussen standser ved Porziuncola, som betyder en lille portion. Det er betegnelsen for den lille kirke, som findes inden i den store. I denne lille kirke begyndte den hellige Frans sit virke som leder af sin nye orden. Her samlede han sine første brødre i et fællesskab, konvent, som skulle være model for ordenen. Porziuncola er en af de ældste, franciskanske kirker.

Klara fik her sit hår klippet af som tegn på, at hun ville vie sit liv til Gud og følge Frans. Hun blev hans »lille plante«.





I Porziuncola kan du få lejlighed til at sidde i fred og nyde rummet og den meget smukke altartavle.

Skråt bag den lille kirke er et kapel til minde om Frans' død. Frans var så radikal selv i sin dødsproces, at han valgte at tydeliggøre, at når vi dør, kan vi ikke tage noget med os. Han lå sine sidste timer på den bare jord. Brødrene havde fået besked om, at de ikke måtte flytte ham efter dødens indtræden. Han ønskede at blive liggende et par timer.

Det kan være godt at sidde her og have fokus på døden, som ingen kan undslippe.

*Lovet være du, herre, for vor søster,
den legemlige død,
Som ingen levende kan undfly.
Ve den, der dør i dødssynd.
Salige er de,
som har virket din allerhelligste vilje,
Thi dem kan den anden død ikke gøre noget ondt.*

verset er en del af Frans af Assisis Solsang

Til højre for den lille kirke kan man gå gennem klosterbygningen til Rosenhaven, Il Giardino delle Spine, hvor Frans kastede sig i roserne, når kroppens og jegets krav blev for overvældende.

Ved at gå rundt kan du få et indtryk af det store areal, de første brødre havde til deres rådighed, da de begyndte opbyggelsen af de-

res fællesskab. Du kan få et glimt – længere fremme – af det sted, hvor Frans havde sin lille stråhytte. Det er dog i dag kun et klemmt rum under gulvet.

Åben hverdage: kl. 6.15-12.50 og 14.30-19.30.

Festdage: kl. 6.45-12.50 og 14.30-19.30.

I perioden 1/7 - 4/10 også kl. 21-22.30 til fordybelse og 22.30 er der tidebønnen: komplet.



San Damiano

Vejen derned

Der er mange veje til San Damiano. Jeg anbefaler især den mindre vej for gående, der begynder neden for Porta Nuovas lille park med de 5-6 træer. Dernæst under viadukten og forbi det lille kapel. Giv dig tid til at standse op nu og da og lægge mærke til den smukke udsigt over dalen. Der er mange stier, man kan udforske omkring San Damiano, du behøver ikke at gå ad den trafikerede vej.



Munkenes sang fra hjertet

Vil du høre munke synge fra hjertet, er det i San Damiano, du skal være. Jeg vil foreslå, at du begynder dagen med laudes i San Damiano, så er den godt begyndt. Laudés er den gregorianske vekselsang, munkene synger inden messen.

Laudes er kl. 7.00.

Munkene synger også til de øvrige kirkelige handlinger. Det kan godt betale sig at komme i god tid, dels for at få en plads, dels for at stemme sindet. Det er dejligt at sidde en halv time, inden aktiviteterne begynder. Kirken er som regel mørklagt med bare et par få tændte stearinlys, og her sidder andre også i mørket og i stilhed. Man glider bare lige så stille ind på sin plads.

Det er også indtryksfuldt at være med til munkenes afrunding af dagen.

Vesper, sommerhalvåret kl 19, vinter (26. okt. indtil påske) kl. 17.



Her synger munkene også gregoriansk vekselsang. Denne kirkelige handling har fokus i nadverbrødet i monstransen. Dette brød angiver Kristi tilstedeværelse. Man sidder stille i fællesskab i ca. 10 minutter og fordyber sig i dette nærvær.

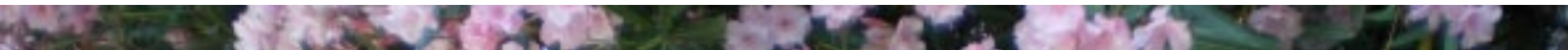
Den hellige Klaras oprindelige kloster

Om eftermiddagen (eller om formiddagen) kan man besøge selve det gamle klarissekloster, San Damiano. Det er absolut et besøg værd, for her kan man få et indtryk af Klara og hendes søstres rammer i den første tid, da deres fællesskab netop var blevet grundlagt.

Vær stille, mærk dig selv. Koncentrer dig om, hvor du er, og at du nu kan tage en tidsrejse tilbage til Klara i den franciskanske bevægelses spæde begyndelse.

Klara kom til San Damiano, dengang hun i ca. 1212 havde aflagt løfte om at vie sit liv til Gud og følge Frans. Ganske hurtigt derefter





sluttede de første kvinder sig til hendes lille fællesskab.

Kirken har du formodentlig set om morgenen. For at komme ind i Klaras kloster begynder du helt oppe ved alteret. Til højre åbner en dør ud bag kirken til et lille kapel, egentlig et kor, hvor Klara og de første klarisser holdt deres gudstjenester og tidebønner. Da klarisserne var i klausur, deltog de ikke i de kirkelige handlinger ude i kirken, men de deltog usynligt inde bagved.

Den dag i dag er dette kapel centrum for klarisserne verden over.

Går du op ad trappen, kan du opleve den mere intime del af klarisseklosteret. På vej op passerer du et lille vindue til højre. Her kan du se det sted, hvor Frans lå alvorligt syg, mens Klara passede ham. Her skrev han Solsangen.

Øverst oppe havde klarisserne deres sovesal. De må alle have sovet i den fælles sal, side om side. Det første rum, du kommer ind i er imidlertid deres lille kapel. I dette kapel er der en lem i gulvet, der åbner til selve kirken nedenunder. Gennem hullet ses alteret i kirken. Denne mulighed for at kigge ned i kirken blev bl.a. anvendt engang, da Klara var syg. Da kunne hun heroppefra deltage i gudstjenestefejringen i kirken.

Klara døde heroppe. Der står en stor buket ved stedet, hvor hendes dødsleje var. Hendes sidste ord var:

»Velsignet være du Herre, fordi du har skabt mig!«

Sæt dig her og nyd den ro, der er.

Før du går ned igen, så stop op og nyd udsigten over den kvindelige gårdsplads med brønden i centrum.



Når du er kommet ned igen, må du, inden du forlader San Damiano, gå en runde i klostergården. Herved kommer du til klarissernes refektorium, spisesal. Klara sad for bordenden, dér hvor der i dag står en buket blomster. Du kan forestille dig, hvordan det må have været at sidde i denne spisesal.

De træmøbler, der nu står i spisesalen er ikke de originale, de er fra en senere tid, et par hundrede år derefter. De er dog stadig gamle og kan fortælle om klarissernes liv.

Efter Klaras død følte klarisserne sig ikke trygge ved at bo i San Damiano, uden for bymuren, og de flyttede derfor op i Assisi i det dengang nybyggede Santa Chiarakloster.

*Kirken er åben kl. 6.30 - 12 og 14 - 19
(kl. 20 i sommerhalvåret, dvs. fra påske
indtil ca. 26. okt.).*

*Der er laudes kl. 7 og messe kl. 7.30 hele året.
Vesper kl. 17 (kl. 19 i sommerhalvåret).*

*Klosteret er åbent kl. 10 - 12 og 14 - 16.30
(kl. 18 i sommerhalvåret).*



Solsangen

Allerhøjeste, almægtige, gode herre

Din er al ære,

Lov og pris, og al velsignelse.

Dig alene tilkommer de,

Og intet menneske er værdig

Til at nævne dig.

Lovet være du, herre, med alle dine skabninger,

Især herr, broder sol,

Som skaber dag, og du oplyser os ved ham.

Og han er skøn og strålende med stor glans:

På dig, du allerhøjeste, er han et billede.

Lovet være du, herre,

For søster måne og stjernerne:

På himlen har du skabt dem, klare,

Og kostelige og skønne.

Lovet være du, herre, for broder vind,

Og for luften og skyerne,

Og godt vejr og al slags vejr,

Hvorved du opholder alle dine skabninger

Lovet være du, herre, for søster vand,

Som er såre nyttig og ydmyg,

Og kostelig og kysk.

Lovet være du, herre, for broder ild,

Ved hvem du oplyser natten:

Og han er skøn og liflig

Og kraftig og stærk.

Lovet være du, herre, for vor søster, moder jord,

Som opholder os og bærer os

Og frembringer alskens frugter

Og farvede blomster og græs.

Lovsyng og pris herren

Og tak og tjen ham

I stor ydmyghed!

Af Frans af Assisi, gengivet efter Johs. Jørgensen: Den hellige Frans af Assisi



Eremo delle Carceri

Du kan tage en taxa herop. Vælger du imidlertid at gå, anbefaler jeg dig første gang at tage asfaltvejen op. Det tager lidt mere end en time, og du kan ikke undgå at blive forpustet. Ned kan du gå ad en mindre sti på ret ujævnt og stejlt terræn, men i en vidunderlig natur med udsyn over dalen, og her er ingen biler. Denne sti nedad begynder højere oppe end selve Eremo. Fortsæt op ad asfaltvejen ca. 300 m, og på vejens venstre side begynder et gelænder af store krydsede grene. Her går stien nedad, tilbage til Assisi. Stien er markeret med et malet symbol.

Nu er du på vej ind til Eremitboligen.

Indstil dig på stedets stilhed. Forsøg fra det øjeblik, du træder ind ad porten at være stille og åben for naturens stilhed.



Frans søgte fra allerførste færd ud i naturen. I kilderne om Frans står der, at han fandt nogle grotter oven over Assisi. Disse grotter blev hans foretrukne tilholdssted. Frans valgte at være alene i sin grotte og dér hengive sig i bøn. Det var så stærkt, at kilderne omtaler Frans som totalt forandret, når han kom ud. Frans kaldte grotten for sit skatkammer, så kostbar var den for ham.

Eremo delle Carceri består af flere grotter, spredt ud over den nu udtørrede flods højre klippeside. Frans' grotte var dengang endnu ikke udbygget med tag, mure og flere tilstødende kapeller. Den lå som alle de andre i klippesiden. Der er lavet et hul i klippegulvet, så du kan få indtryk af, hvor yderligt Frans' grotte lå. Broder Leones grotte er den eneste, der ligger på den anden side af det vandløb, der nu er helt udtørret. Tag dig god tid til at gå rundt og finde grotterne og udsøg dig et sted, hvor du vil slå dig ned.



Stedets navn Eremo delle Carceri betyder nøjagtigt oversat Eremitboligen Fængslet. En eremit er et menneske, der søger bort fra menneskenes normale livsform ud i naturen for dér at hengive sig til kontakt med det guddommelige. Denne kontakt søges fremmet ved at isolere sig fra menneskenes levevis og værdier. Eremitten overgiver sig til et værdisæt og et liv, hvor jeget ikke er i centrum, hvor jeget tværtimod søges tilsidesat. Eremitten søger enheden, enheden med naturen, enheden med Gud, eller med andre ord med den ånd eller højere bevidsthed, hvor vi alle er ét.

Når Frans og de første brødre heroppe lod sig »fængsle«, var det fordi de som eremitter netop ønskede at blive holdt fast i deres stræben efter denne enhed.

Åben fra kl. 6.30 - 18 (kl.19 i sommerhalvåret).



Franciskansk bøn

Herre,

*Gør mig til et redskab for din fred,
Lad mig bringe kærlighed, hvor der er had,
Lad mig bringe forsoning, hvor der er ufred,
Lad mig bringe enighed, hvor der er uenighed,
Lad mig bringe tro, hvor der er tvivl,
Lad mig bringe sandhed, hvor der er fejltagelse,
Lad mig bringe håb, hvor der er fortvivlelse,
Lad mig bringe glæde, hvor der er sorg,
Lad mig bringe lys, hvor der er mørke.*

Åh, Herre

*Hjælp mig, så at jeg ikke forlanger
At blive trøstet, men at trøste
At blive forstået, men at forstå
At blive elsket, men at elske*

For

*Den, der giver, modtager
Den, der tilgiver, bliver tilgivet,
Den der dør, bliver født til evigt liv.*

Amen.

Bønnen tillægges Frans, men anses for at være nyere.



Informationer

Turistkontoret

Findes i den vestre ende af Piazza del Comune, her fås bykort, lister over kirker, deres åbningstider etc.

Overnatningsmuligheder

I mange klostre er der mulighed for at overnatte til en rimelig pris, få halv- eller helpension med fornuftig mad (du må dog gøre opmærksom på, hvis du er vegetar). De fleste klostre har et kapel, hvor der er fred og ro, til fri afbenyttelse. Ikke alle taler engelsk.

PAX et BONUM

Bogen er en enkel guide til Assisis spirituelle perler med illustrende billeder.

I denne guide vises, hvordan man til fods som pilgrim kan bevæge sig rundt i Assisi til de mest fredfyldte steder. Samtidig giver den en introduktion til Frans af Assisis liv og spiritualitet. Bogen er en vejledning for den, der vil tage sig god tid og begive sig ud på en rejse, som både er indre og ydre. Guidens særlige metode er at anvise konkrete steder for derefter at overlade til den rejsende selv at åbne op og opleve.