



IGNATIUS HEALING OG RETRÆTE
Kærlighedens Hjerter Healing®

Nyheder:

- Evas Brev
- Budskab fra Ignatius
- De Spirituelle Øvelser
- De Spirituelle Øvelser - deltagere fortæller
- Pilgrimsophold på Montserrat
- Åbne Healingsdage
- Kalender



Kære Venner!

Anders Saldern Nielsen, som nogle af jer kender, ligger nu på hospice i Brædstrup. Han og hans kone Birgit er kommet på centeret siden 2013. Anders har bl. a. været med i en af Hjertergrupperne, som har modtaget alle Ignatius' Spirituelle Øvelser. Jeg har netop lige siddet og lyttet til en lille tale, han optog på mobilen til mig i forbindelse med, at han lige havde besluttet at sige ja til at komme på hospice.

I denne tale taler han bl. a. om, hvor meget det har betydet for ham at være en del af Ignatius' Spiritualitet, Øvelserne og Hjertergruppen.

Det er tydeligt, at Øvelserne har været med til at skabe et fundament, han både kan stå på og tage afsæt i, når han går videre fra det fysiske liv på Jorden ind i det store Liv i Ånden.

Som jeg ser det, hjælper Ignatius Spirituelle Øvelser med at finde en dyb Hjerter-

og Kærligheds-Åbning til Gud, til Kristus, til Den Ene Altomfattende Kærligheds Bevidsthed, som vi alle er en del af, og som lever inde i os.

Øvelserne hjælper os til at åbne ind i en personlig relation til Gud og Kristus, samtidig med at det åbner ind til den universelle Ene Elskede. Det er igennem den personlige relation til det Guddommelige, at vi bliver healet og frigjort fra modstande, frygt og andre forhindringer i os. På den måde bliver det muligt at åbne mere betingelsesløst for Kærligheden og det store inderlige JA, som vi alle længes efter at kunne sige.

Det gør os også i stand til at kunne elske dybere i vores medmenneskelige relationer, hvilket hjælper os til at turde bevæge os fra den betingede til den betingelsesløse Kærlighed.

Jeg hørte for ikke længe siden den svenske kardinal Anders Arborelius fra Stockholm fortælle, at man tilbyder Ignatius' Spirituelle Øvelser til fangerne i nogle svenske fængsler. Faktisk laver man klostre i en særlig bygning inde i nogle fængsler, dog uden en abbed.

Det er Mødet med Gud, den Guddommelige Kærligheds-Relation, der virkelig forvandler ens handlinger og ens måde at være i verden på.

Ligesom for 500 år siden, da Ignatius skrev De Åndelige Øvelser, er han stadig optaget af at hjælpe mennesker til at kunne overgive sig til Gud, Den Ene Elskede. Det er det eneste, vi i virkeligheden har, og som er der for os og i os, når vi skal forlade denne jord, og som fortsætter i al evighed.

Derfor er dét den egentlige Opvågnen, den største Skat og den største Rigdom, vi kan finde.

Mange hjertelige september hilsner fra Eva

PS. Anders forlod denne Jord lørdag d. 16. september kl. 23.15



Budskab fra Ignatius

Lad os forene os i dette hellige ægteskab

Vores kære elskede børn, vores kære elskede sønner og døtre, vores kære elskede venner, for det er, hvad I også er. Vi ser på hver og en af jer med dyb hengivenhed og kærlighed. Intet vil nogensinde ændre dette. Det vil fortsætte for evigt. Evighedens Himmelske Klokke vil ringe denne sandhed for evigt.

Tænk venligst over disse ord og lad dem komme ind i jeres elskede hjerter. Lad os være sammen og forene os i dette hellige ægteskab. Lad os fortsætte denne kærlighedsaffære, som er skabt og vævet af Gud. Ser I, velsignelserne vil fortsætte og udfolde sig i jer ved denne hellige forening. Hav ingen frygt eller bekymringer - I er langt forbi alle farer. Det eneste, I skal gøre, er hele tiden at fordybe jeres tillid til dette. Det, I har opbygget her, kan ingen tage fra jer. Det vil vare for evigt.

Når I dagligt minder jer selv om dette, vil fascinationen af det ego'iske sind gradvist opløse sig. I vil ikke længere være så tiltrukket af jeres smertelag.

Mind jer selv om vores samhørighed i denne store vidunderlige Kærlighed. I er ikke længere alene, men en del af den Guddommelige Familie. Ser I, intet kan gå galt. Guds Nåde er allerede inde i jer. Glæd jer, kære elskede venner, glæd jer, og lad denne dybe sandhed opfylde jer på alle niveauer af jeres eksistens og bevidsthed.

Amen.

Alle kurser i 2024 er nu fastlagt. Se kalenderen på vores hjemmeside - klik [her](#).



Ignatius' Spirituelle Øvelser - Ignatius og Hjertets Vej

Gå ind i en dybere spirituel og mystisk proces med dig selv og andre gennem en længere periode.

Ny gruppe starter i januar!

Ignatius af Loyola blev født 1491 i Loyola i Nordspanien og døde 1456 i Rom. "Indtil han var 26 år gammel, var han en mand, der hengav sig til verdens forfængelighed. Først og fremmest yndede han at øve sig i våbenbrug med et stort og forfængeligt ønske om at vinde ære". Sådan starter Ignatius af Loyolas selvbiografi (1).

Som mange andre helgeners og mystikeres liv er Ignatius startet med et verdsligt liv, hvor alle ego'ets behov søgtes tilfredsstillet. Ære, anerkendelse, berømmelse - som gik så langt, at han udsatte sig selv og andre for stor fare. Ignatius blev såret i en kamp, som kunne være undgået; men ønsket om berømmelse frarøvede ham sund fornuft og dømmekraft. Dette forstod han først senere, da han på et længevarende sygeleje åbnede sig for en guddommelig impuls efter at have læst om helgenernes gode gerninger. Ignatius var så tiltrukket af at leve som de tidligere helgener og mystikere, at han i 1522 drog afsted fra sin fars gods i det nordlige Spanien for at tage på pilgrimsrejse til det hellige land. Han havde besluttet sig for at søge at ære Gud.

Efter at have knælet foran Madonnaen på Montserrat kom Ignatius til Manresa i Nordspanien - de, der har været med på pilgrimsophold på Montserrat kender Manresa - og Ignatius endte med at opholde sig i byen i et år.

Den spirituelle bevidsthed åbnede sig for alvor for Ignatius, mens han var i Manresa, og det var her, at han nedskrev de Spirituelle Øvelser. De Spirituelle Øvelser er øvelser, der bliver givet til én, og de er nogle, som man modtager, sådan sagde Ignatius om Øvelserne. Det var hans ønske, at de, "som modtog

de Åndelige Øvelser, gennem dem kunne lade sig føre til Gud" (2) og gennem dem kunne få Guds vejledning til at finde hans vilje.

Det er nok de færreste, der i dag kaster sig ud i Øvelserne så klar på at lade sig vejlede og føre af det guddommelige. For mange er det nok snarere en følelse af at ønske noget mere i sit liv, - en følelse af at være nødt til søge en dybde hos sig selv, der går ud over et psykoterapeutisk forløb og samtidig være indstillet på at ofre tid og ressourcer på det - og i denne proces viser det sig så, at man ikke kan komme uden om det guddommelige.

Ignatius har ikke nogen facit-liste på, hvad man skal nå, eller hvordan man kommer igennem de Spirituelle Øvelser. De drejer sig om, at vi udforsker os selv. Der ligger ingen regler for vores liv i dem, ingen moralske forskrifter, der tvinger os ind på en bestemt vej. De siger ikke noget om, hvordan vi skal være eller handle. I stedet åbner de Spirituelle Øvelser os for en dybere indsigt, der forbereder os til en overgivelse ind i det guddommelige.

I De Spirituelle Øvelser opfordrer Ignatius os til at bruge vores forestillingsevne til at komme i en dybere og mere personlig relation til det guddommelige. Ved hjælp af aktiv imagination i relation til religiøse tekster stiller vi spørgsmål som: Hvad ser jeg? Hvad føler jeg? Hvad hører jeg? Hvad gør personerne i teksterne? Øvelserne bliver således en meget personlig proces, en opdagelse i os selv, hvor vi kommer tættere på en forståelse af, hvad det guddommelige er for mig, betyder for mig og hvad jeg er for det guddommelige. Hvilke er mine ikke-erkendte sider, hvem er de falske Guder, hvad vil det sige at være menneske, hvad skal jeg have fokus på i mig selv....? I det perspektiv bliver det gennem arbejdet med Øvelserne klart, at Ignatius havde en dyb erkendelse af, at det er vigtigt, at vi reflekterer over vores liv og får bragt det ind i en ny forståelse, - i en dybere autencitet.

Øvelserne er skrevet som en 30 dages retræte, som vi på Ignatius Healing og Retræte har valgt at fordele med 2 x 5 dage om året - de sidste 10 dage dog som en sammenhængende retræte. Se mere på vores hjemmeside www.ignatiushr.dk

(1) "Pilgrimmens Beretning" Ignatius af Loyola, Katolsk Forlag, s. 36

(2) D.o. s. 30



De Spirituelle Øvelser - deltagere fortæller

Jeg har i en årrække deltaget i dagene med Ignatius' Spirituelle Øvelser.

Jeg forestiller mig, at alle i gruppen mødte med en forventning om dét, vi forbinder med læring og læsning af tekster. Men meget hurtigt blev det tydeligt, at vi her havde med noget ganske andet at gøre. Der opstod flere gange ved udlevering af øvelserne forvirring og frustration. Hvad skal vi? Hvorfor får vi ikke en konkret anvisning?

Jo, selvfølgelig fik vi at vide, hvad vi skulle gøre; men vi skulle under læsning af teksterne meditativt søge indad og ikke som normalt forsøge at fortolke eller forstå. Undervejs i forløbet blev jeg opmærksom på, at et enkelt afsnit i en tekst var genkendeligt eller vækkede følelser eller rørelse nok til fordybelse i flere stille dage.

Teksterne taler ind i den verden, vi alle er en del af, vores eget liv bliver en del af processen. Gammel sorg og følelser i det hele taget blander sig og vækkes til live i mødet med Jesus og hans lidelseshistorie.

I eftertanke er det ikke muligt for mig at sige helt konkret, hvad jeg "lærte" men noget er blevet langt mere levende, noget er blevet mere uforståeligt og alligevel åbent. Blikket har fået en dybere retning.

Hanne Trolle

--

Et år er gået siden vi afsluttede Ignatius' Spirituelle Øvelser. Det er det mest udfordrende, jeg har begivet mig ud i, og det mest transformerende.

Jeg følte ofte undervejs, at jeg ikke kunne komme ind i øvelserne, og at det her duede jeg ikke til. Men set i bakspejlet, så aktiverede øvelserne sider i min ego-struktur - mindreværd, angst, stolthed, jalousi, vrede, være udenfor, ikke være elsket.

Øvelserne gav mig mulighed for at nedbryde de mure, jeg havde bygget op mellem mig og Kærligheden, mellem mig og Kristus, Gud, Den Sorte Madonna - og livet. Undervejs råbte egoet: "det her er ikke mig, hvis du fortsætter så mister du mig!". Jeg mærkede samtidig, at livet flyttede sig i en positiv retning.

Jeg er dybt taknemmelig for, hvad jeg har modtaget gennem Øvelserne, og for den fortsatte proces. Et pilgrimsophold i marts 2023 på Montserrat, for Hjerets Vej grupperne, skabte påny åbning.

Der er større ydmyghed, indsigt, et stille sted indeni, et mere åbent hjerte - og oplevelser af svar indefra. Ignatius energien, Kristus og Den Sorte Madonna er mit fundament, og det fordybes. Det sociale åbner sig og mine søvnudfordringer har en funktion. I mit arbejde med klienter kan jeg genkende hvor de fleste ér, for dér har jeg også været, og kan stadig være. Det gør mig givende på en ny måde. Tak Eva & Ignatius.

Bende Riis

--

Hvad kan få os moderne tænkende mennesker til at tilmelde sig retræter? Udformet for mange, mange år siden af Ignatius! En Helgen der levede fra 1491 – 1556! Jeg kan kun sige, hvad der fik mig til det. Jeg kunne ikke lade være..... Jeg har hele mit liv været klar over, at vi mennesker ikke lever i overensstemmelse med os selv, - heller ikke jeg. Jeg har ledt efter metoder, forskrifter osv. men ikke fundet noget, der virkeligt var hjælpsomt. Jo i små

portioner og mit livssyn er blevet udvidet, men noget, der fik mig i dyb kontakt med mit indre, det fandt jeg ikke.

Men så stødte jeg på Ignatius' spirituelle øvelser. Det skal ikke forstås sådan at vupti, så er man der, når man begynder på øvelserne. Men sagt meget kort, så står jeg på en helt anden måde i verden end før. Ikke at forstå som at verden er blevet et nemmere sted at være, og at jeg aldrig falder i sorte huller, hvor der ikke synes at være nogen udvej. Men det er blevet nemmere at finde vej i det, som livet nu engang byder på. Det er nemmere at forstå, hvad der er styret af hverdags jeg'et, der tænker i vante baner, om hvad der er smartest, hvem der ikke har ret ... Jeg finder nu ro i mig selv og har tid til at vente på, at jeg ved, hvor jeg har mit selv - og for mig er selvet min forbindelse til den Guddommelige Verden og alle dens hjælpere. Jeg kan være i uvisheden, frustrationen, vreden o.s.v. uden at lade mig rive med af det og dermed undgå at handle i affekt. Ikke at det er nemt, men jeg kender vejen og går den gerne, for jeg ved, at der er hjælp at hente, og at hjælpen kommer til mig.

Dette er den helt korte version. Der er stadig mine personlige problematikker. De forsvinder ikke bare med et snuptag. Men følelsen af – takket være Ignatius' øvelser - at være på vej, giver en dyb ro.

Hanne Isbak



Pilgrimsophold på Montserrat 6.-14 november

Tag med på en uforglemmelig pilgrimsrejse til Montserrat. Montserrat er et bjerg i det nordlige Spanien, som har været et mål for pilgrimme siden det niende århundrede. Mystikere som Frans af Assisi, Theresa af Avila, St. Ignatius af Loyola (Ignatius) og mange andre har været her og knælet ved Den Sorte Madonna.

"Madonnaens og Montserratbjergets Energi giver en særlig mulighed for, at man kommer dybt i sin spirituelle proces. Jeg har ofte set, hvordan deltagerne

finder dybe åbninger både på det personlige og det spirituelle plan under opholdet på Montserrat. Mange giver udtryk for, at de oplever det livsforvandlende," siger Eva Høffding og fortsætter:

"Madonnaens store tilstedeværelse i grupperne på Ignatius Healing og Retræte stammer fra vores ophold dernede. Hun betyder meget for det arbejde, der foregår her. Hendes tilstedeværelse hjælper og healer igen og igen ind i svære traumer og dybe svigt hos deltagerne, samtidig med at relationen til Den Guddommelige Bevidsthed i Hjertet åbner sig."

Ignatius påbegyndte sit spirituelle liv på Montserrat. Det gør et stort indtryk at gå og opholde sig lige der, hvor Ignatius også opholdt sig. Der er noget ganske særligt ved Montserrat, som gør det muligt at opleve en relation til de Guddommelige Personer og Det Guddommelige Nærvær. Erfaringen med relationen er ofte lettere at opnå på grund af den Energi og Bevidsthed, som er bygget op dér gennem de sidste 1200 år.

Se mere på vores hjemmeside: www.ignatiushr.dk



Åbne Healingsdage

Det er altid en særligt givende oplevelse at være på Åbne Healingsdage, selv at opleve en Dyb Healing, Åndelig Terapi og Vejledning fra Eva og de Guddommelige Hjælpere og mærke, hvordan hjælpen strømmer én i møde.

I øjeblikket er der et stort behov for at deltage i Healingsdagene. Det betyder, at vi desværre har måttet afvise interesserede deltagere. Så skønner du, at behovet for at komme på Healingsdage er der, opfordrer vi dig til at tilmelde dig hurtigst muligt. Det samme, hvis du ønsker at overnatte, bør du bestille værelse i god tid, da der kan være rift om værelserne.

Åbne Healingsdage i 2023 er **fredag d. 27. oktober, lørdag d. 28. oktober, lørdag d. 2. december og søndag d. 3. december**. Alle dagene er det på Ignatius Healing og Retræte, Palsgårdvej 10 B, 8766 Nørre Snede.

Du kan tilmelde dig Healingsdagene [her](#).

Du kan booke overnatning ved at skrive til Solveig info@haervejensferie.dk eller ringe på 2781 0863

Kommende kurser og arrangementer

30. september – 2. oktober

Ignatius og Hjerterets Vej 1

11. – 15. oktober

Ignatius og Hjerterets Vej 5

27. oktober 10.00-17.30 NB! Fredag

Åben Healingsdag

28. oktober 10.00-17.30 NB! Lørdag

Åben Healingsdag

6. – 14. november – datoen ligger nu fast

Pilgrimsophold på Montserrat – åben gruppe

24. – 26. november

Ignatius og Hjerterets Vej 2+4

2. december 10.00-17.30

Åben Healingsdag

3. december 10.00-17.30

Åben Healingsdag

3. – 7. januar

Ignatius og Hjerterets Vej 7

Hvis du ønsker at indgå i en Ignatius og Hjerterets Vej-gruppe eller har spørgsmål om grupperne, er du velkommen til at kontakte os gerne alle hverdage på tlf. 30 30 61 42 mellem kl. 9.00 - 9.30 eller på mail@ignatiushr.dk

Du kan læse mere om grupperne, som giver dig mulighed for at gå ind i en dybere spirituel proces med dig selv og sammen med andre gennem en længere periode.



Vores postadresse er:

Ignatius Healing og Retræte

Palsgårdsvej 10 B, 8766 Nørre Snede

Telefon: 30 30 61 42

Afmeld nyhedsbrev ved at returnere nyhedsbrevet til: tove@ignatiushr.dk.

This email was sent to tove@ignatiushr.dk

[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)

Ignatius Healing og Retræte · Palsgårdsvej 10 B · Nørre Snede 8766 · Denmark