



# I MESTERENS LYS

Nyhedsbrev sept. 2012

*Kære læser af IMLs nyhedsbrev!*

Jeg håber, at alle har haft en energigivende sommerferie. Forsommeren og sommeren har været en rig tid for I Mesterens Lys.

Bestyrelsen havde en inspirations- og visionsdag i maj, hvor en række gæster gav os input vedr. arbejdet og dets vækst. Tankerne havde vi så med os til Visionsretræten 8. til 9. juni på Emmaus i Haslev. Vi håber, at det kan blive en tilbagevendende begivenhed – evt udvidet til en hel weekend. Retræteformen med stilhed til refleksion var givende, tidebønnerne gav en god ramme. Anette Ejsing udfordrede os med en bibeltime om profeten Ezekiel og Lars Møllerup med beretningen om en buddhists vej til den katolske tro. De mange tanker om IMLs arbejde og fremtid skal vendes på kommende bestyrelsesmøder.

Vi var 3 bestyrelsesmedlemmer med på Areopagos' sommerstævne i Norge i starten af juli. Det overordnede tema handlede om menneskesyn; undertegnede delte erfaringer fra IMLs arbejde om formidlingen af et kristent menneskesyn i mødet med menneskesyn i nyåndelige miljøer.

IML var repræsenteret på SommerOase i Dypere Liv sporet ved Kim Thinggaard; og Bente Lundbak Pihl præsenterede "Evangelytning" ud fra Den lyttende Kirke-konceptet på SjællandsOase, hvor også jeg selv havde en Christfulnessworkshop.

En deltager skrev efter workshoppen:

"Jeg skriver for at sige dig tak for seminaret om "Christfulness" på dette års lejr. Jeg nød at deltage – glædede mig over, at det igen er lykkedes dig at sætte ord på/lave et supplement/modsvar til "nyåndelige" praksisser som nu mindfulness, nød centreringen om Kristus og Guds nærvær/roen der fulgte med i meditationerne.

Min store datter deltog også i seminaret – efter eget ønske! I skolen har de haft mindfulness på skemaet. Det har affødt flere samtaler på hjemmefronten, hvor hun bl.a. har sagt: "Jamen, modsat buddhismen tilbyder kristendommen jo ingen (meditations-)teknikker til at stresser af/finde ind i roen." Men det har hun nu fået – dog uden at det blev for meget "teknik". Hun var meget glad for at deltage i dit seminar og tog notater undervejs...

...Og hun tog Jesus-bønnen til sig. I går fortalte hun, at hun havde bedt den (inde i sig selv) i forbindelse med en stilletid på lejren. Og mens hun bad, oplevede hun pludselig en dyb fred, blev helt rolig og varm indeni. Er sikker på, hun vil bruge Jesus-bønnen, også når det bliver hverdag – og presset i skolen osv. melder sig igen."

Ellers skrider arbejdet med Christfulness frem. Vi har snart en hjemmeside klar. Anette Ejsing har taget initiativ til et parallellforløb for erhvervsledere i Mindfulness og Christfulness, og hvis alt går vel, kan det vel ende med, at IML kan tilbyde Christfulnesskurser for erhvervsledere. Se [http://fastekur.dk/wp-content/uploads/2012/06/selvudvik\\_gnm\\_faste\\_meditation.pdf](http://fastekur.dk/wp-content/uploads/2012/06/selvudvik_gnm_faste_meditation.pdf).

IMLs mange aktiviteter koster mange penge. Derfor en stor tak til jer, som støtter arbejdet. Hvis andre har lyst til at bære med, modtager vi med tak jeres bidrag på vores konto i Handelsbanken, reg.nr. 7649, kontonr. 0004009037.

Tak også for jeres forbøn. Uden Guds hjælp og Helligåndens kraft lykkes arbejdet ikke; så brug derfor gerne bedekalenderen bagest i nyhedsbrevet.

*Kærlig hilsen  
Ole Skjerbæk Madsen*



**Christfulness: Kristus i jer herlighedens håb.**

Nogle tanker og en inspiration modtaget af Ole Skjerbæk Madsen



Mennesket lever i en spænding mellem sit Jeg og sin væsenskerne, Selvet. Jeg'et lever sit liv i relation til andre; det er fuld af handling, tanker og følelser; det er skabende. Jeg'et udtrykker, hvem jeg er i relation til andre, men jeg'et må ikke forveksles med Ego'et.

Ego'et opstår, når jeg mister kontakten til Selvet og derfor definerer mig selv i et forhold til omverdenen præget af tingsliggørelse, tilknytning og begær. Selvet derimod er min væsenskerne som skabt i Guds billede. Her findes en enhed med Gud hinsides alle (for)domme. Denne kerne er tom for enhver illusion og kan beskrives som en hvilen i Gud.

Ordet blev kød, fordi Jeg'et var blevet et Ego og havde glemt Selvet og dermed det Guds billede, vi blev skabt i. Ordet blev menneske for at minde os om det glemte Guds billede i Selvet og kalde os tilbage til rette relationer til Gud, medmennesket og medskabningen.

### **Inspiration:**

Før al begyndelse er Jeg Er Den Jeg Er – fuldkommen, hel væren, fuldkommen hvile og dog altid i bevægelse ud over mig selv, skabende. Jeg Er den, der elsker og giver liv.

I begyndelsen var tomheden – en udfoldet fylde af ingenting, men dog potentielt hele universet. Tomheden var ikke adskilt fra mig; det var det rum, skabelsen kunne ske i, så at fylde af liv kunne finde sit udtryk, når mit Ord udtalte, hvad der lå i mit hjerte.

Dit hjerte rummer en sådan tomhed, som ikke er adskilt fra mig, men som fyldes af mit hjertes tanker og billeder, men frem for alt af mit billede udtrykt i Ordet, som blev menneske.

Du blev skabt i mit billede. Når du derfor ser ind i dit hjerte, finder du Kristus, mit Ord. Her er væren, enhed, nærvær, selvhengivende og ikke-dømmende kærlighed. Her finder du dit Selv, elsket og forenet med Gud og med alle Guds skabninger. Ud fra dit hjertes enhed med mig finder du dig selv som et Jeg i forhold til et Du. Du og jeg, jeg og du! Ud af dit hjertes enhed med mig, finder du glæden i relation til mig, mit Ord og min Ånd.

Ud fra dit hjertes enhed med alle mine skabninger finder du glæden ved livet i dets mangfoldighed og styrken til at bære lidelse og til at række ud til den, som lider.

Ud af din enhed med mig og dine medskabninger bliver du en helbreder og en medarbejder for dit medmenneskes lykke.

Derfor må jeg bryde Ego'ets magt over dig – dine falske selvbilleder og dine begærfulde relationer til omverdenen, dine domme. Vær uden frygt, når du møder tomheden, idet alle selvbilleder og domme og illusioner opløses. Tomheden er rummet i dit hjerte, hvor mit billede spejles. Hjertets tomhed er håbets mulighed, så at håbet griber Kristus og mit nærvær i Ham, Ordet som blev menneske. I Kristus bliver og er Jeg alt i alle.

*Inspirationen er fra Jesus og er modtaget og videreformidlet af  
Ole Skjerbæk Madsen*

## Christfulness

Af missionspræst Ole Skjerbæk Madsen

Mange har hørt om Mindfulness. Endnu har kun få hørt om Christfulness. Mindfulness handler om opmærksomt nærvær i nuet og om at møde andre mennesker og tilværelsen uden (for)dom. Denne tilstand tilstræbes ofte som en modvægt til stress.

Christfulness har de samme kvaliteter, men handler også om relationer – til Gud, til andre mennesker, og rummer en vision for menneskers liv sammen. Fullness betyder fylde, mættelse og fuldstændighed. Sammensat med det engelske ord for Kristus kan Christfulness beskrives som at være fyldt eller mættet af Kristus, omgivet og helt gennemtrængt af Ham.

### Christfulness

- er en erfaring af ”Kristus i mig, herlighedens håb”,
- begynder som en erfaring af Guds kærlighed i Kristus som et beskyttende og ledsagede nærvær,
- hjælper dig til at se Kristus eller Guds billede i medmennesket, og
- fører til en vision af den forløste menneskehed som Kristi legeme.

### Kristus med mig

Guds kærlighed i Kristus omgiver os til alle sider. Jesus Kristus talte om Gud som sin Far for at sige, at vi i forhold til Gud kan være lige så trygge som børn med deres forældre. Jesus har lovet at være med sine venner altid og overalt. Denne erfaring er udtrykt i denne bøn:

Kristus foran  
Kristus bagved  
Kristus til højre  
Kristus til venstre  
Kristus under mig  
Kristus over mig  
Kristus omkring mig  
Kristus i mig  
Kristus i mig

### Kristus i mig

Mystikeren Paulus taler flere steder om Christfulness som en indre virkelighed, en hemmelighed, som nu åbenbares: ”Kristus i jer, herlighedens håb!” I hans menneskeliv får vi en fornemmelse af, hvordan et liv ser ud, som er gennemstrømmet af Guds nærvær, og som leves indefra og ud –

altså ud fra Guds billede i hjertet. Denne virkelighed kan erfares gennem brugen af Hjerdebønnen / Jesusbønnen:

Jesus Kristus Guds Søn!  
Forbarm dig over mig!

Saml opmærksomheden i hjertet og følg åndedrættet, idet du beder første linje på indåndingen og anden linje på udåndingen

### **Kristus i dig og Jeg / Vi i Kristus**

Når Kristus bor i os, oplever vi altså virkeligheden af, at ethvert menneske er skabt i Guds billede. Det betyder, at vi begynder at se andre mennesker og vore medskabninger med nye øjne.

Christfulness fører til opmærksomt nærvær i verden. Vi spejder efter Guds billede i den anden. Det er derfor, Jesus lærer os at elske vore fjender og at bede for dem, der forfølger os.

Visionen for Christfulness er en fornyet og forløst menneskehed, som er Kristi legeme. Denne virkelighed gribes i håbet og finder et udtryk, når kristne samles til nadver og deler brødet med hinanden med Jesu ord: Dette er mit legeme!

*Kærlig hilsen  
Ole Skjerbæk Madsen*



**Lyset skinner i mørket, og mørket greb det ikke.**

IML-andagt af bestyrelsesmedlem Thomas Frovin Moesgaard-Christensen

Lyset skinner i mørket, og mørket greb det ikke.

Det er de færreste mennesker forundt at gå igennem tilværelsen uden perioder præget af angst, frygt eller sorg. Hvor meget vi end kunne ønske det anderledes, indebærer tilværelsen på vores smukke og ituslåede klode lidelse, og af og til kan lidelsen som ringe i vandet nå og ramme os. Livet, hvor smukt det end er os givet, kan blive tungt at bære, og man kan som synke ned i et dybt mørke.

Jeg holder meget af bibelens tale om lyset og mørket, fordi vi her møder et løfte om, at hos Jesus selv har mørket ikke længere magt. Johannes skriver så stærkt om Jesus, at "Lyset skinner i mørket, og mørket greb det ikke". (Johs 1, 4). Tænk sig et lys så stærkt, at mørket ikke kan få bugt med det! Et lys, der skinner ind i mørket, sådan så mørket ikke længere er mørke. Sådan har mange erfaret Jesu nærvær i deres liv.

En af dem er den hellige Julian af Norwich. Trods navnet en kvinde, der levede fra ca. 1342-1416. Hun var kendt med lidelse og sygdom, som forkrøblede hende. Men igennem sin tro fik hun lov til at opleve Jesu omsorg og loyalitet også overfor den, der lider.

Julian skriver et sted: "Min egen synd hindrer ikke Guds godhed i at arbejde". Denne indsigt handler om et andet mørke – nemlig det mørke, vi af og til kan placere os selv i. Måske fordi vi har gjort noget, vi inderligt fortryder. Måske fordi vores egen egoisme præger os selv og vore relationer så meget, at vi måske endda føler, at vi fortjener mørket. Men som Julian siger – så hindrer vores eget mørke ikke Guds godhed i at virke.

Derfor må vi glædes over løftet om Jesus som det lys, mørket ikke kan få magt over. Derfor skinner Hans lys for os hver især, ind i vore forskellige former for mørke – hvad end de er nogle, vi har bragt over os selv, eller nogle som tilværelsen har tilføjet os.

Guds godhed i Jesus Kristus arbejder på trods af denne verdens dunkelhed og vil skinne for dig. ”Lyset, det sande lys, som oplyser ethvert menneske...” skriver Johannes. Hvilken glæde er det ikke, at Jesus vil lyse for mig.

*Kærlig hilsen*

*Thomas Frouin Moesgaard-Christensen*



## Kreativ fordybelse i din åndelige udviklingsvej

Indlæg om kursusforløb af Lene Skovmark

### Kreativ fordybelse i din åndelige udviklingsvej

Inspireret af kristen mystik og Den esoteriske Lære (udsprunget af teosofisk åndsvidenskab) inviterer vi dig til fire aftener med oplæg, egendeltagelse, erfaringsudveksling og meditation. Vi tager udgangspunkt i Kristuskransen, som symboliserer den åndelige udviklingsvej. Du skaber din egen krans fra gang til gang. Så din vej bliver til, mens du går den.

**Tid:**

Mandage den 24/9, 8/10, 22/10 og 5/11

Fra kl. 18-21.30 Vi spiser medbragt mad kl. 19 -19.30

**Sted:**

Bethlehems Kirkens Menighedshus Tømrergade 91.sal, København N.

**Undervisere:**

Hanne Beck, cand. scient., BA psych., arbejder med kurser og terapi inden for krop- psyke og sjæl <http://starvisions.dk/hanne.html>

Lene Skovmark, sygeplejerske, teolog og åndelig vejleder se mere på hjemmesiden: [www.aabentland.dk](http://www.aabentland.dk)

**Pris:**

400 kr. for hele forløbet. Betales ved ankomsten.

**Tilmelding:**

Til Lene Skovmark, tlf. 28 36 11 76, e-mail: [lenes@aabentland.dk](mailto:lenes@aabentland.dk)

**Tilmelding senest den 17.september.**

Se mere om kursusforløbet på hjemmesiden: [www.aabentland.dk](http://www.aabentland.dk)



*Kærlig hilsen*  
*Lene Skovmark*



## Kalender

### IML-arrangementer på Sjælland

Ret til ændringer forbeholdes

Mødestederne for de forskellige tjenester er forkortet i kalenderen her. Du kan se de fulde adresser på forkortelserne herunder, samt hvem der er kontaktperson de forskellige steder på Sjælland:

**Bethlehemskirken Åboulevard 8, 2200 København N. = BK.**

Kontaktperson: Ole Skjerbæk Madsen, tlf. 38 38 49 16.

**Christiania Kirken Ved magasinet til "Operaen" 1422 København K. = CK.**

Kontaktperson: Ole Skjerbæk Madsen, tlf. 38 38 49 16.

**Korsvejskirken Sirgræsvej 81. 2770 Kastrup = KVK.**

Kontaktperson: Agnethe Zimino, tlf. 32 50 93 69.

Søndag d. 9/9 kl.19.00. Thomasmesse (IML - beslægtet tjeneste) i BK.

Mandag 10/9 kl.19.00. Identitet og livsforvandling:

En tjeneste med helende bøn, samtale, vejledning, meditation og nadver i BK.

Torsdag d. 13/9 kl.19.30. Identitet og livsforvandling:

En tjeneste med helende bøn, samtale, vejledning, meditation og nadver i KVK.

Fredag 21/9 kl.19.00. Årstidstjeneste (Mabon/Efterårsjævnøgn) i BK.

Søndag 30/9 kl.19.00. Helingsgudstjeneste for jorden og menneskeheden ved fuldmåne i BK.

Torsdag d. 11/10 kl.19.30. Identitet og livsforvandling:

En tjeneste med helende bøn, samtale, vejledning, meditation og nadver i KVK.

Søndag d. 14/10 kl.19.00. Thomasmesse (IML - beslægtet tjeneste) i BK.

Mandag 15/10 kl.19.00. Identitet og livsforvandling:

En tjeneste med helende bøn, samtale, vejledning, meditation og nadver i BK.

Onsdag 31/10 kl.19.00. Årstidsfest (Samhain/Alle Helgen) i BK.

Torsdag d. 8/11 kl.19.30. Identitet og livsforvandling:  
En tjeneste med helende bøn, samtale, vejledning, meditation og nadver i KVK.

Søndag d. 11/11 kl.19.00. Thomasmesse (IML - beslægtet tjeneste) i BK.

Mandag 12/11 kl.19.00. Identitet og livsforvandling:  
En tjeneste med helende bøn, samtale, vejledning, meditation og nadver i BK.

Onsdag 28/11 kl.19.00. Helingsgudstjeneste for jorden og menneskeheden ved fuldmåne i BK.

Søndag d. 9/12 kl.19.00. Thomasmesse (IML - beslægtet tjeneste) i BK.



### IML arrangementer på Fyn:

Sct. Hans Kirke, Sct. Hans Kirkeplads 1, 5000 Odense C.; kontaktperson: Thomas Frovin  
E-mail: [thomas.frovin@gmail.com](mailto:thomas.frovin@gmail.com) / eller tlf. 42 73 33 21.

Torsdag d. 27/9 kl. 20.00. Stillekirke - bøn, meditation, sang og helende bøn mm.  
Torsdag d. 25/10 kl. 20.00. Stillekirke - bøn, meditation, sang og helende bøn mm.  
Torsdag d. 6/12 kl. 20.00. Stillekirke - bøn, meditation, sang og helende bøn mm.

### IML-arrangementer i Jylland:

Vejgaard Bibliotek, Hadsundsvej 35, 9000 Aalborg; kontaktperson: Mikael Larsen  
telefon: 98 78 08 17, e-mail: [mikael.larsen@live.dk](mailto:mikael.larsen@live.dk)

Søndag d. 9/9 kl. 19.30. Tjeneste med meditation, undervisning og heling af hjertet.  
Søndag d. 14/10 kl. 19.30. Tjeneste med meditation, undervisning og heling af hjertet.  
Søndag d. 11/11 kl. 19.30. Tjeneste med meditation, undervisning og heling af hjertet.  
Desuden er der andre former for fællesskab.

Herning: IML-Herning mødes i en IML-cirkel, som er åben for alle interesserede ved  
henvendelse til kontaktperson: Anna-Marie Madsen på e-mail: [Anna-Marie@madsen.mail.dk](mailto:Anna-Marie@madsen.mail.dk)

### Andre arrangementer

Ret til ændringer forbeholdes

#### **Meditation**

Meditationen er inspireret af den kontemplative bøn, der er meditativ gang i kirken og bibelmeditation.

Bethlehemskirken, Åboulevarden 8. Onsdag i ulige uger fra kl. 16-18.

#### **Byretræte:**

Lørdag 22/9 kl. 9-18. Keltisk inspireret byretræte i Apostelkirken, pris 75 kr. Tilmelding:  
[inger@dahljensen.info](mailto:inger@dahljensen.info) eller mobil 22 35 80 83

**IKONs jubilæum:**

Program for IKONs 20 års jubilæum 5. – 7. oktober 2012 på Diakonhøjskolen i Aarhus [http://www.ikon-danmark.dk/index.php?id=70&tx\\_ttnews%5Btt\\_news%5D=111&cHash=3abf654bcd9289f2bc86](http://www.ikon-danmark.dk/index.php?id=70&tx_ttnews%5Btt_news%5D=111&cHash=3abf654bcd9289f2bc86)

**United Religions Initiative:**

United Religions Initiative holder møde forventelig i Bethlehems Kirkens Menighedshus Tømrergade 9, København N. Lørdag d. 27/10, program følger senere.

**Christfulness meditationskoncert:**

Den 7/11. Christfulness meditationskoncert i Bethlehems Kirken, Åboulevard 8, 2200 København N.  
Program følger senere.

**Nyt mod til at være Kirke:**

Den 23-25/11: Emmaus-mødet 2012: Nyt mod til at være Kirke.  
Se mere på: [http://www.areopagos.org/pages/aktuelt\\_dk.aspx?nr=832](http://www.areopagos.org/pages/aktuelt_dk.aspx?nr=832)

**Advents byretræte:**

Den 1/12: Advents byretræte i Bethlehems Kirken, Tømrergade 9, København N.  
Program følger senere.

Kristen spiritualitet ud fra Kristuskransen  
Se mere på: [www.aabentland.dk](http://www.aabentland.dk)

**Den Lyttende Kirke**

Se mere på: [www.bentelundbakpihl.dk](http://www.bentelundbakpihl.dk)

**Pilgrimsvandring**

Kontakt Torsten Junge, tlf.: e-mail: [torstenjunge@comxnet.dk](mailto:torstenjunge@comxnet.dk)