

# LF L I V S S T I L

MÅNEDSMAGASINET

1. MARTS · 2017 · 5. UDGAVE

BOLIG & MODE

NÅR BÅDE UDE  
& HJEMME ER

*bedst*

NYESTE  
**MODE**

TEMA

**REJSER &**  
ARRANGEMENTER

**GRATIS**  
MAGASIN

## REJSEN

# DER ÆNDREDE MIT LIV



Det var en rejse til Assisi der ændrede Marie-Louise Munks liv for evigt og fik hende til at hjælpe andre med at rejse ud i verden for at finde sig selv.

Min far var en meget spirituel mand og kendt i forretningslivet i Saksøbing. Han var i Assisi 3 måneder, før han døde og det var et af hans livs største oplevelser. Han rejste dog også og besøgte ashrammer i Indien og mødte bl.a. Sai Babba.

Min far var så betaget af Assisi og hele historien omkring Frans Assisi, så det faldt mig helt naturligt at læse Frans Assisi's fredsbøn op ved hans bisættelse. Den bøn betød meget for min far og ikke mindst rigtig meget for mig, og det gør den stadig.

Min fars rejse til Assisi inspirerede mig til at tage afsted på en spiri-

tuel vandretur tur med en mindre gruppe, og vi gik både i min fars og Frans fodspor. Det blev en rejse, der skulle sætte sine fodspor i min sjæl, - en rejse der blev et vendepunkt i mit liv. Som jeg vandrede der i bjergene omkring Assisi, vidste jeg bare, at der måtte andre boller på suppen, når jeg kom hjem. Jeg levede ikke det liv, jeg gerne ville. Så rejsen fik kickstartet en livsstilsændring, og turen gav mig yderligere mod på at rejse ud i verden på andre spirituelle eventyr, for at finde freden og roen til at finde ind til kernen af mig selv. Senest har jeg været 2 gange i Israel helt alene og gået i fodsporene

Spændende nye kjoler  
fra Micha



Kr. 599,95



Kr. 699,95

KOM IND OG GØR EN GOD HANDEL HOS:

missya

**BONDO**

**Jacobren**  
midt i byen

missya

NYKØBING F. • VORDINGBORG



## LANDSDELENS STØRSTE MOTIONS LØBEKLUB

### LØBESKOLEN STARTER 27. MARTS

- Både for nye og øvede løbere
- 6 hold med forskellige niveauer
- Trænere på alle hold.
- Rolig udvikling i træningen
- Fælles opvarmning
- 12 ugers fællestræning
- Medlemskab af Guldborgsundløberne i 1 år.

**INTRODUKTIONSMØDE**  
20. MARTS KL. 19.  
NYKØBING F-HALLEN,  
LOKALE 14-15  
(tilmelding ikke  
nødvendig)

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

Spørgsmål til:  
[formand@guldborgsundloeberne.dk](mailto:formand@guldborgsundloeberne.dk)

[WWW.GULDBORGSUNDLOEBERNE.DK](http://WWW.GULDBORGSUNDLOEBERNE.DK)



Munken i Jerusalem :-)  
(Marie-Louise Munk)

Dome of the Rock  
Klippehelligdommen på  
Tempelberget i Jerusalem,  
her hvor Kong Salomons  
tempel i sin tid lå.



TEMA

REJSE &  
ARRANGEMENTER



### FRANS AF ASSISIS FREDSBØN

Herre, gør mig til et redskab for din fred!  
Lad mig så kærlighed, hvor der er had,  
tilgivelse, hvor der er uret, enighed hvor der er splid,  
tro hvor der er tvivl, håb hvor fortvivlelsen hersker,  
lys hvor der er mørke, og glæde hvor der er sorg.

O, Guddommelige Mester,  
lad mig ikke stræbe så meget efter,  
selv at blive trøstet, som at trøste andre.

Ikke så meget efter at blive forstået, som at forstå andre  
Ikke så meget efter at blive forstået, som at forstå,  
ikke så meget efter at blive elsket, som at elske andre.

Thi idet vi giver, tilgives der os  
og idet vi dør, fødes vi til det Evige Liv. Amen

af Jesus og opdagede til min overraskelse, at de franciskanske munke holder til alle de vigtige steder. Jeg føler, at når jeg rejser med det spirituelle i hjertet, er åben for det, jeg møder, er der jeg rykker mig mest! Jeg vil nærmest sige, at jeg virkelig rykker mig så meget, at jeg føler, at jeg tager quatumspring.

Marie-Louise Munk startede portalen Munonne, fordi hun synes, der manglede et overblik over, hvad der fandtes af alternative og spirituelle rejser. Hun ynder selv at rejse på netop denne facon og har prøvet alverdens, som yogarejser, pilgrimsrejser, detoxophold og ayurveda mm. Navnet Munonne er sammensat af munk og nonne, som repræsenterer Frans Assisi og hans kvindelige modstykke Clara.

Rejseblok skrevet af Marie-Louise Munk, fra portalen Munonne



Interflora

## Skab hygge i en kold tid BLOMSTERBØRN

Østergade 23 - 4930 Maribo - Tlf. 2075 7372  
Havnegade 37 - 4970 Rødby - Tlf. 2070 7372  
Søndergade 14 - Sakskøbing - Tlf. 5470 4026

Bestil fra vores butik, interflora.dk  
eller via mobilen. Vi sender over hele landet



BLOMSTER CHOKOLADE VIN, ÆL & SPIRITUS GAVER

## Karsprængninger og åreknuder

Specialister i behandling  
af karsprængninger  
og åreknuder!

Aftale med sygesikringen

Ny metode  
nemt og smertefrit  
uden bivirkninger  
(ClariVein)



Tlf. 76 10 40 60  
Langgade 57E  
4780 Stege - Møn  
www.centerforareknuder.dk

CENTER FOR  
ÅREKNUDER  
MØN