

Katina I. Makris  
Autoimmunerkrankungen  
Das Immunsystem durch Energiemedizin heilen



Katina I. Makris

# Autoimmun Erkrankungen

Das Immunsystem  
durch Energiemedizin heilen

1. Auflage 2016  
© der deutschen Ausgabe  
Crotona Verlag GmbH & Co.KG  
Kammer 11 • 83123 Amerang  
www.crotona.de

Titel der Originalausgabe:  
*Autoimmune Illness and Lyme Disease Recovery Guide:  
Mending the Body, Mind, and Spirit*  
© Skyhorse Publishing Inc., 307 West 36th Street, 11th Floor, New York,  
NY 10018, USA  
© 2015 Katina I. Makris

Alle Rechte der Verbreitung, auch durch Funk, Fernsehen,  
fotomechanische Wiedergabe, Tonträger jeder Art und  
auszugsweisen Nachdruck, sind vorbehalten.

Umschlaggestaltung: Annette Wagner

Druck: Ebner & Spiegel • Ulm

ISBN 978-3-86191-075-6

# Inhalt

DANKSAGUNGEN .....	13
VORWORT .....	19
EINLEITUNG .....	23
<b>TEIL I • GESUNDHEIT UND HEILUNG .....</b>	<b>29</b>
WELCHE ROLLE SPIELE ICH SELBST BEI MEINER GENESUNG? .....	31
JENSEITS DES TELLERRANDS .....	36
DIE BEDEUTUNG EINES PARADIGMENWECHSELS IN DER MEDIZIN .....	48
SPIRITUELLE INTENTION .....	58
DER WEISE RATGEBER .....	60
WAS IST GESUNDHEIT? .....	65
WAS IST KRANKHEIT? .....	70
WARUM WERDEN WIR KRANK? .....	75
VERANLAGUNG UND KONSTITUTIONSTYP: WARUM MANCHE MENSCHEN ERKRANKEN .....	80
WIE MAN MIT SYMPTOMEN ARBEITET .....	86
DER HEILUNGSVERLAUF: DIE HERING'SCHE REGEL .....	91
KONTROLLEUCHTEN-ARZT .....	95
ÜBERBLICK ÜBER DIE GESCHICHTE .....	102
DER MEDIZIN IN DEN USA .....	102
GANZHEITLICHES GESUNDHEITSKONZEPT: PHILOSOPHIE DER NATURHEILKUNDE .....	108
WAS IST HEILUNG? .....	117
DAS ZUSAMMENSPIEL VON KÖRPER UND GEIST .....	121
RESILIENZ .....	127
DIE FÄHIGKEIT ZUR HEILUNG .....	133
WELCHE ROLLE SPIELE ICH SELBST BEI MEINER KRANKHEIT? .....	139

<b>TEIL II • ÜBERBLICK ÜBER AUTO- IMMUNERKRANKUNGEN UND LYME-BORRELIOSE</b> .....	143
ÜBERBLICK ÜBER AUTOIMMUNERKRANKUNGEN UND LYME-BORRELIOSE.....	145
CHRONISCHES ERSCHÖPFUNGSSYNDROM (CFS).....	147
MORBUS CROHN/REIZDARMSYNDROM/COLITIS.....	152
FIBROMYALGIE .....	157
INTERSTITIELLE ZYSTITIS .....	164
LUPUS ERYTHEMATODES .....	167
MULTIPLE SKLEROSE.....	177
RHEUMATOIDE ARTHRITIS.....	182
SCHILDDRÜSE: MORBUS BASEDOW UND HASHIMOTO-THYREODITIS.....	186
CROSSOVER-EFFEKT ZWISCHEN LYME-BORRELIOSE UND AUTOIMMUNERKRANKUNGEN .....	190
LYME-BORRELIOSE: DIE GRUNDLAGEN .....	198
LABORDIAGNOSTIK BEI LYME-BORRELIOSE.....	209
DURCH ZECKEN ÜBERTRAGENE CO-INFEKTIONEN .....	215
 <b>TEIL III • HEILDISZIPLINEN</b> .....	225
WAS IST NATURHEILKUNDE? .....	227
WAS IST HOMÖOPATHIE? .....	232
WAS IST AKUPUNKTUR? .....	241
WAS IST MEDIZINISCHE ERNÄHRUNGSBERATUNG? .....	246
WAS IST INTEGRATIVE/FUNKTIONELLE MEDIZIN? .....	251
WAS IST METAPHYSISCHE HEILUNG? .....	257
 <b>TEIL IV • DER WEG ZUR HEILUNG: PRAKTISCHER LEITFADEN</b> .....	265
URSACHEN FÜR ENTZÜNDUNG UND AUTOIMMUNGIFTE ...	267
DIE ROLLE DER NEBENNIEREN.....	273
ENTZÜNDUNG REDUZIEREN .....	284
ERNÄHRUNG .....	292
GUTE UND SCHLECHTE FETTE .....	304
AB JETZT BIO: LESEN, WAS DRAUFSTEHT.....	310

TOLLE AMINOSÄUREN: GEHIRNCHEMIE UND MEHR.....	317
PROBLEMATISCHES PLASTIK .....	322
ELEKTROMAGNETISCHE FELDER .....	326
SCHIMMEL .....	330
ENTGIFTUNGSBEDARF .....	334
HEILENDE BEWEGUNG.....	342
KULTIVIERTE HARMONIE: IHR HEILIGER ORT.....	346
DER EINFLUSS DER GEDANKEN.....	350
UNSER EIGENER INNERER HEILUNGSWEG .....	353
<b>TEIL V • CHAKRA-ÜBERSICHT .....</b>	<b>357</b>
CHAKRA-ÜBERSICHT .....	359
<b>TEIL VI • GEIST-SEELE.....</b>	<b>365</b>
ERSTES CHAKRA (WURZEL-CHAKRA) .....	376
ZWEITES CHAKRA (SAKRAL-CHAKRA) .....	384
DRITTES CHAKRA (SOLARPLEXUS-CHAKRA).....	396
VIERTES CHAKRA (HERZ-CHAKRA) .....	405
DAS FÜNFTES CHAKRA (HALS-CHAKRA) .....	413
SECHSTES CHAKRA (STIRN-CHAKRA).....	422
SIEBTES CHAKRA (KRONEN-CHAKRA).....	430
DER SUCHENDE .....	443
IHRE GABE .....	446
FALLGESCHICHTEN VON PATIENTEN .....	449
UNSER LEBENSZIEL.....	471
<b>TEIL VII • ZUM SCHLUSS.....</b>	<b>441</b>
ANHANG 1: LYME-BORRELIÖSE-SYMPATOMÜBERSICHT .....	473
ANHANG 2: SCHMERZMANAGEMENT & ANTI- MIKROBIOTIKA BEI AUTOIMMUNERKRANKUNGEN UND LYME-BORRELIÖSE.....	479
ANHANG 3: NÜTZLICHE ADRESSEN UND INFORMATIONEN BEI AUTOIMMUNERKRANKUNGEN UND LYME-BORRELIÖSE.....	487
INDEX.....	493

## VORWORT

Wenn wir ein Buch in die Hand nehmen, das die Kraft hat, unser Leben zu verändern, dann spüren wir das durch seine Integrität, seine Klarheit und seine Beziehung zu unseren innersten Gedanken und Bedürfnissen.

*Autoimmunerkrankungen* ist ein solches Buch – ein Buch, das Sie wie einen Schatz hüten können, aus dem Sie lernen werden und das Ihnen den Weg zur Heilung weist, sowohl wenn Sie bereits erkrankt sind als auch zur Vorbeugung.

Ich kenne Katina seit über zwanzig Jahren, und schon von Anfang an war ich von ihrem Potenzial als intuitive Heilerin beeindruckt. Heute ist sie eine herzzentrierte Lehrmeisterin, die den Weg zu einer *alternativen Medizin* bahnt.

Diese *alternative Medizin* ist mehr als nur eine Verbindung zwischen Körper und Geist, sie geht sogar über das Aufeinander-Ausrichten von Körper, Geist und Seele hinaus. Die *alternative Medizin* ist eine Verbindung aus der alten Art, Krankheiten zu erkennen und zu diagnostizieren, und der neuen Art, die Biologie der im physischen Körper ablaufenden Prozesse mit der emotionalen und spirituellen Erkenntnis in Einklang zu bringen, dass unsere Körper lebendig, dynamisch, intelligent und überaus veränderungs- und anpassungsfähig sind.

Wenn wir vielleicht auch schon davon ausgehen, dass der Geist einen Einfluss auf den Körper ausübt, so ist es doch meine in fünfunddreißig Praxisjahren gereifte Erfahrung, dass der Körper, sowohl bewusst als auch unbewusst, die Absichten des Geistes erkennt. Niemand möchte krank oder gar arbeitsunfähig werden, und doch können diese unerwünschten Zustände dazu dienen, Bedürfnisse zu befriedigen, weil wir vielleicht notwendige Veränderungen herbeiführen oder aber eine Beziehung oder un-



seren Lebensweg einer Neubeurteilung unterziehen müssen. Sobald man diese Anpassungen vollzogen und eine innere Ausrichtung akzeptiert hat, gibt es für die Krankheit kaum noch Grund, weiter zu bestehen.

Krankheiten, seien es nun ein Tumor, eine Autoimmunerkrankung oder auch einfach nur alltägliche Unpässlichkeiten, eröffnen uns immer die Möglichkeit, etwas Sinnvolles in unserem Leben geschehen zu lassen. Krankheiten fordern zur Reaktion heraus, und zwar nicht nur in der Form, dass man versucht, sie wieder loszuwerden, sondern auch, indem man ein Verständnis dafür entwickelt, weshalb sie überhaupt entstanden sind und welches Bedürfnis sie befriedigen, das man nun auch auf andere Weise befriedigen kann.

Wenn wir beispielsweise eine Auszeit vom Beruf brauchen oder davon, wie wir unseren ureigenen Beitrag leisten, kann es gut passieren, dass wir an chronischer Erschöpfung oder an Fibromyalgie zu leiden beginnen. Wenn wir Lyme-Borreliose haben, profitieren wir dadurch, wie wir herzentrierter an unsere Arbeit herangehen können.

Auf diesen Seiten gibt Katina ihren Lesern eine umfassende Einsicht in diese *alternative Medizin* – in die Funktionsweise von Körper und Geist und auch in die tief-empfundene Öffnung, die während der Heilung möglich, ja sogar notwendig ist.

Was ich an Katina unter anderem besonders bewundere, ist ihr Drang zu lernen, sich zu heilen und das, was sie gelernt hat, weiterzugeben. Zum ersten Mal begegnete ich ihr, als sie hier in der Nähe wohnte und als Homöopathin und Expertin für Naturheilkunde Kolumnen für eine Lokalzeitung schrieb. Ihre Kolumne wurde von vielen Menschen gelesen und geschätzt. Jahre später, als sie an Lyme-Borreliose litt, führten wir dann lange Gespräche über ihre Krankheit und deren Ursachen. Sie war sehr geduldig und bewahrte noch dann ihre Ruhe, als sie über Wochen und Monate ohne jegliche Linderung ihrer Symptome an ihr Sofa gefesselt war oder versuchte, sich von ihrem wahren, inneren Selbst dabei leiten zu lassen, die *alternative Medizin* für sich nutzbar zu machen.

Ich habe ein Bild von ihrer Beharrlichkeit im Kopf, als sie an meiner *Stillpoint School of Integrative Life Healing* lernte und es ihr so schlecht ging, dass sie hinten im Raum auf einer Luftmatratze liegen musste. Aber

sie war da, weil sie lernen, heilen und ihre Spiritualität vertiefen wollte. Sie erkannte, dass ihre eigene Heilung ihr ein tieferes Verständnis davon ermöglichen würde, wie sie andere bei ihrer Reise zur Heilung unterstützen konnte.

Dieses Buch wird eine Quelle der Inspiration für Sie sein und Ihnen das an die Hand geben, was Sie brauchen, um eine eigene Krankheit zu überwinden und/oder anderen Notleidenden zu helfen. Es richtet sich auch an alle Heiler und Pfleger, die schon lange auf eine umfassende Betrachtung des intuitiven Körpers, des Geistes und der Emotionen sowie der spirituellen Wege in die Heilung gewartet haben.

Ich freue mich ganz besonders, dass Katina das Herzstück der von ihr erlernten *Stillpoint*-Arbeit mit Ihnen teilen wird, das die Grundlage für Teil VI – Geist-Seele – darstellt, denn es handelt sich hierbei um ein Modell, mit dem sich die physikalischen Systeme des Körpers, die diesen Systemen jeweils entsprechenden emotionalen Überzeugungen und Einstellungen sowie die spirituellen Möglichkeiten, die jeweils mit den sieben primären Energiezentren oder Chakras einhergehen, einordnen lassen. Dieses Modell hat Tausende Menschen dabei unterstützt, sich in einen Heilungsmodus zu begeben, und ich hoffe, dass noch viele weitere Tausend durch die Anwendung der Informationen in diesem Buch Trost, Einsicht und Heilung finden werden.

Die Verfasserin hatte beim Schreiben dieses Buches ihre Leser im Hinterkopf. Es ist bodenständig, gleichzeitig aber auch stimulierend und inspirierend. Niemand, der von Katinas Reise zur körperlichen Heilung gelesen hat, wird davon unberührt bleiben. Sie werden spüren, dass sie selbst durchgemacht hat, was viele Leser gerade durchmachen. Ihr hohes Ansehen im Bereich der Naturheilkunde wird darüber hinaus all jene ansprechen, denen es nach weiterer hilfreicher und fundierter Information zu Genesung und Heilung verlangt.

Ich kann Ihnen dieses Buch von ganzem Herzen empfehlen. Gönnen Sie ihm einen Platz in Ihrer Bibliothek, lesen Sie es und lesen Sie es auch ein zweites Mal, setzen Sie die darin enthaltenen Prinzipien und Vorschläge um und integrieren Sie das Wesen der Lebenskraft, wie es Ihnen hier vorgestellt wird, in Ihr Dasein.

Heilung besteht zu einem Teil aus körperlichem Streben, zu einem wei-

teren aus emotionaler Neuverdrahtung und schließlich aus spiritueller Intention durch Vereinigung mit Ihrem Innersten, der Göttlichkeit selbst.

Meredith Young-Sowers, *Doctor of Divinity*  
Autorin von *Agartha*, *Spiritual Crisis*, *Angelic Messenger Cards*,  
*Wisdom Bowls* und *Spirit Heals*  
Mitbegründerin und Leiterin der *Stillpoint School*  
*of Integrative Life Healing*  
Walpole, New Hampshire, USA  
März 2015

## EINLEITUNG

In den letzten Jahrzehnten haben chronische Gesundheitsprobleme auf alarmierende Weise zugenommen. Das Spektrum der Autoimmunerkrankungen ist im Fokus meiner Aufmerksamkeit, seitdem ich im Sommer 2000 selbst zum ersten Mal schwer erkrankte: Was man zunächst für eine Nebenhöhlenentzündung, dann für eine wahrscheinlich atypische Lungenentzündung hielt, wurde schließlich als chronisches Erschöpfungssyndrom und chronische Migräne etikettiert. Fünf Jahre später – ich war bettlägerig, völlig am Ende und frisch geschieden – erfuhr ich dann, dass es in Wirklichkeit mehrere „versteckte“ Infektionen waren, die mich derart versehrten und leiden ließen. Der erste falsch diagnostizierte Übeltäter war *Borrelia burgdorferi*, das Bakterium, das die Lyme-Borreliose hervorruft. In meinem Körper hatten sich darüber hinaus eine erschreckend hohe Zahl von Epstein-Barr-Viren, ein Parasit namens Babesia und übermäßig wuchernde Pilze breitgemacht. Mein herrliches Zuhause im ländlichen New Hampshire hatte Schimmelbefall, und mein Immunsystem war dabei, völlig durchzudrehen und bei all den aggressiven Entzündungen, multiplen Allergien und diversen Auszehrungen außer Kontrolle zu geraten. Ich hatte einen wunderbaren intelligenten achtjährigen Sohn unter meinen Fittichen – würde ich ihn je als erwachsenen Mann erleben oder fit genug sein, ihn zu seinen „Little League“-Baseballspielen begleiten zu können?

Nachdem ich in endloser Folge und ohne nennenswerte Besserung Spezialisten und renommierte Krankenhäuser in Neuengland konsultiert hatte, erschien mir schließlich das Schicksal in der Person eines Kollegen, eines ausgesprochen fähigen Ernährungsmediziners, der wusste, wie man solcher außer Kontrolle geratener infektiöser „Keime“ Herr wird und, was noch wichtiger war, wie die Fehlfunktionen meines zunehmend geschwächten Körpers wieder in Ordnung gebracht werden konnten. Wir

machten uns daran, mich von allen möglichen extern und intern entstandenen Toxinen zu entgiften, meine ermüdeten Nebennieren und die Schilddrüse wieder aufzubauen, meine Mitochondrien dabei zu unterstützen, wieder Treibstoff zu produzieren und alle möglichen Neurotransmitter und Blutzuckerschwankungen auszubalancieren. Fünf Jahre lang musste ich mich voll und ganz einem neuen Lebensstil, Diätvorschriften und seelischen Veränderungen hingeben, und es hat funktioniert! Ich war zu 100% geheilt.

Selbst ich als ganzheitlich tätige Heilpraktikerin musste mein Leben unter die Lupe nehmen und herausfinden, was zu meiner Krankheit geführt und mich so anfällig für diese Mikroben gemacht hatte, und ich musste mir die Zeit für den Prozess nehmen, grundlegende Veränderungen auf allen Ebenen zu akzeptieren – körperlich, emotional, mental und spirituell. Als Homöopathin hielt ich mich für versiert darin, andere bei ihrer Heilung zu unterstützen. Diese Erfahrung forderte mich dazu heraus, noch weiter dazuzulernen.

Das Gute an dieser Reise ist, dass ich die letzten fünfzehn Jahre damit zugebracht habe, mehr über die Querströmungen der aufflammenden Krise in der US-amerikanischen öffentlichen Gesundheitsfürsorge zu erfahren, die durch Lyme-Borreliose (und andere von Zecken übertragene Krankheiten) ausgelöst wurde – und auch über das Verhältnis dieser Krankheit zu anderen Autoimmunerkrankungen. Trotz der Verbindungen, die offensichtlich zwischen diesen Krankheiten existieren, hat die Wissenschaft bislang noch nicht das komplette Puzzle zusammengesetzt. Einige hervorragende Forscher und sehr talentierte und mutige Ärzte bahnen hierfür den Weg. Mein Instinkt sagt mir, dass wir, wenn irgendwann einmal alle „Punkte“ miteinander verbunden sind, vollständig begreifen werden, wie diese verschiedenen Mikroben Lupus erythematoses, Multiple Sklerose, Alzheimer und weitere Krankheiten auslösen und imitieren können. Aktuell kann ich nur die unbezahlbaren Lehren aus meiner eigenen Reise anbieten, die sich über das Persönliche hinaus auf die Millionen Menschen übertragen lässt, die durchmachen, was ich durchgemacht habe.

Eine chronische Krankheit vom Spektrum der Autoimmunerkrankungen und Lyme-Borreliose stellt jeden Einzelnen vor eine Vielzahl von Herausforderungen. Es ist entmutigend und zuweilen extrem frustrierend,

sich mit der Erkenntnis konfrontiert zu sehen, dass man auf Wissen und Hilfe von außen angewiesen ist, um sein Wohlbefinden wiederzuerlangen. Die unzähligen Tage voller Schmerzen, Erschöpfung, Einsamkeit, Abhängigkeit und Unklarheit erscheinen schier endlos. Viele von uns erleben Ratlosigkeit und Verzweiflung; und doch wollen wir auch Hoffnung spüren – die Hoffnung auf helle, glückliche Zeiten und auf Linderung unseres Leids. Auch die Hoffnung darauf, dass uns jemand heilen kann!

Auf diesen Seiten lasse ich Sie an meinem Verständnis von Heilung teilhaben. Im wörtlichen Sinne leitet sich Heilung vom eigentlichen Reparieren ab, dem „Heil-Machen“ eines Bruches oder Risses. In der metaphorischen Lesart hat Heilung für uns, die wir in der Krankheit leben, eine immense Bedeutung. Wenn wir chronisch erkranken, zerbrechen auch wir auf gewisse Weise. Nichts wird mehr so sein, wie es einmal war. Es entsteht ein Gefühl, als wäre man im eigenen Körper nicht mehr zu Hause oder irgendetwas stimme mit einem nicht. Doch man will alles wieder richten. Ich möchte darauf hinaus, dass in dieser Zeit, in der alles aus den Fugen geraten ist, etwas doch sehr Gewaltiges von Ihnen verlangt wird. Es wird verlangt, Sie sollen über den Zustand Ihres Lebens nachdenken – Ihr Verhalten, Ihre Entscheidungen und Ihre Gewohnheiten. Außerdem wird von Ihnen verlangt, einiges daran zu verändern, um Heilung zu erfahren.

Dieses Buch ist eine Art Werkzeugkasten mit verschiedenen Möglichkeiten, die man in Betracht ziehen kann. Wir beschäftigen uns eingehend damit, was Gesundheit und Heilung umfasst und warum wir krank werden. Wir wenden uns auch der Rolle diverser Schlüsselfaktoren zu, die den Boden für Autoimmunerkrankungen und Lyme-Borreliose bereiten. Wie kommt es, dass manche von uns anfällig für diese Krankheiten sind, andere aber nicht? Und, am wichtigsten, wie kann ich mich von dieser Krankheit heilen und mein Wohlbefinden und meine Lebensfreude wiedererlangen?

Der große Bogen jedoch, der sich über meine gesamte Reise gespannt hat, war für mich die Präsenz einer gewaltigen und tiefgreifenden Spiritualität. Gravierende Zustände, wie solche Krankheiten sie darstellen, bringen uns letztlich in Kontakt mit einer Energie, die über das einfache Selbst hinausgeht. Wir begeben uns in den Bereich der persönlichen Transformation und dessen, was in unseren Zeiten einem Sinnstreben am nächsten

kommt – einem Streben nach höherem Wissen, nach innerer Stärke und nach Beistand in dunkelsten Zeiten. Diese Reise verlangt nach Vertrauen, Führung und danach, dass sich die wunderbare Verbundenheit, die ganz natürlich zwischen unserem Geist und unserem Körper und unserer Seele herrscht, entfaltet; denn wir sind herrliche, wunderbare Wesen. Wir müssen nur lernen, alles miteinander in Einklang zu bringen.

Ich habe dieses Buch für die allzu vielen Menschen geschrieben, die während einer Krankheit mit sich selbst nicht mehr klarkommen oder die vielleicht einem leidenden Menschen pflegend beistehen. Wir tragen unermessliche Gaben in uns. Viele von uns haben es jedoch nie gelernt, die *Healing Codes* zu „aktivieren“ – oder wir haben es wieder vergessen. Heilung unterstützt uns dabei, zu unserem inneren Kompass zu finden, uns in Zeiten der Orientierungslosigkeit neu auszurichten und unsere Blicke wieder einem positiven Ausgang zuzuwenden. Wie bei jeder Reise, die den Namen verdient, verlaufen nicht alle Tage nach Plan. Aber Sie können dennoch am Ziel ankommen! Selbst bei einer stürmischen Überfahrt scheint es möglich, optimale Gesundheit zu erlangen. Was ich hier vorstelle, ist ein frischer Blick auf mögliche Heilmethoden. Nicht alle davon werden für Sie funktionieren, aber sie sind es wert, in Betracht gezogen zu werden.

Mit Hochachtung verehere ich meine äußerst weise und begnadete spirituelle Lehrmeisterin und Mentorin, Dr. Meredith Young-Sowers, die mich zur spirituellen Heilerin und Lehrerin ausgebildet hat. Ihr Wissen und ihre Erfahrung aus fünfunddreißig Jahren waren das Sprungbrett für das metaphysische Modell, mit dem ich in diesem Buch arbeite. Die *Stillpoint School of Integrative Life Healing* und ihr Modell konzentrieren sich auf die sieben Energiezentren (Chakras) und die mit ihnen verbundenen Körpersysteme und Emotionen, die in uns allen existieren. Meine eigene Heilungsarbeit mit Einzelnen und mit Gruppen ist aus diesem Modell erwachsen. Wir werden uns mit Autoimmunerkrankungen, Lyme-Borreliose und der Frage beschäftigen, wie Heilung begünstigt werden kann. Die Techniken und Fertigkeiten, die ich hier mit Ihnen teile, haben bei mir und bei vielen anderen Menschen Wirkung gezeigt.

Durch meine professionelle Heilungsarbeit mit Lyme-Borreliose und Autoimmunerkrankungen nach dreißigjähriger Praxis als klassische Ho-

möopathin werden diese Krankheiten in einem anderen Licht betrachtet. Alles in allem wird sich Ihnen ein multidimensionaler Zugang zur Genesung eröffnen, ein Zugang, der Naturheilkunde, orthodoxe Pragmatik und Metaphysik in sich vereint. Insbesondere werden wir gemeinsam einen Weg durch den Schlüsselbereich der persönlichen Transformation finden; denn die wahre Heilung vollzieht sich im Inneren.

Namaste,  
Katina I. Makris