



**RÜCKKEHR UND AUFSTIEG DER GEHEIMEN
HALLEN VON AMENTI**

MIT DER MAHATMA-ENERGIE DER AVATARE

HEIKE MICHAELSEN

Copyright 2022

Alle Rechte vorbehalten.

Trotz sorgfältiger Prüfung können sich Fehler einschleichen.

Die Autorin ist deshalb dankbar für Anregung und Hinweise.

Jegliche Haftung für Folgen, die auf unvollständige oder fehlerhafte Angaben zurückzuführen sind, ist ausgeschlossen.

Copyright für Text: Heike Michaelsen

Fotos, Illustrationen: Heike Michaelsen, Pixabay

Hinweis:

Diese Informationen basieren auf rein persönlichen Erfahrungen und Erfahrungen anderer. Sie sind keine medizinischen Ratschläge.

Jeder ist für sein Handeln selbst verantwortlich.

Konsultiere einen Heilpraktiker oder Arzt zur Änderung deines Lebensstils.

Deutsche Webseiten der Autorin:

www.HeikeMichaelsen.de

E-Book—Links:

www.GermanyGoesRaw.de

www.Rohspirit.de

www.Rohzepte.de

www.hippocratesinst.de

www.MarkusRothkranz.de

Auflage: 2022

FÜR MEINE STERNENGESCHWISTER

Inhaltsverzeichnis

Vorwort der Autorin	6
Anwendung der Meditationen	7
Die Hallen von Amenti und das Aufstiegs Geschenk	9
Lichtsprache Matrixaktivierung mit Ashtar	11
Astralreise in den Lemurischen Rosentempel der Venus	13
ANHANG	16
Über Heike Michaelson	16
Spiritualität und gesunde Ernährung	39

Vorwort der Autorin

Vielen Dank von Herzen für den Kauf dieses E-Books und das Interesse an spirituellen und bewusstseinsweiternden Themen. Ich freue mich sehr, dass du bei den Reisen dieses Buches mit dabei bist.

Bevor es los geht, möchte ich an dieser Stelle noch einmal darauf hinweisen, dass dieses E-Book, wie auf der Verkaufsseite beschrieben, interaktiv geschrieben wird, das heißt: in einer Art Wechselbeziehung zwischen Autor und der Leserschaft meiner Webseiten und YouTube-Videos. Aus diesem Grund befindet sich das Buch noch in einer permanenten Überarbeitung und Erweiterung, und wurde noch nicht Korrektur gelesen oder als Printausgabe veröffentlicht. Eingeschlichene Rechtschreib- und Flüchtigkeitsfehler bitte ich an dieser Stelle zu entschuldigen, da diese erst nach Abschluss des Schreibens bzw. am Ende des Projektes Korrektur gelesen werden.

Die Texte werden ergänzt durch Videolinks, so dass, je nach Wunsch, der Text gelesen oder per Video-Animation angeschaut werden kann. Ein Teil der in dem E-Book verlinkten Videos sind auch in meinem YouTube-Kanal zu finden, um das zur Zeit sehr wichtige Wissen auch denjenigen zur Verfügung zu stellen, die durch die aktuelle Situation finanziell nicht so gut gestellt sind. Der Leitspruch der Neuen Zeit, in der wir alle gemeinsam „zum Wohle Aller“ wirken, soll damit seinen Ausdruck finden. Es sind aber auch spezielle Long- und Exklusiv-Meditationen oder Aktivierungsvideos in diesem Buch enthalten, die momentan noch nicht der Öffentlichkeit zugänglich gemacht wurden. Diese Versionen sind somit nur in diesem E-Book verlinkt.

Ganz herzlich bedanke ich mich noch einmal für den Kauf des E-Books und der wundervollen Unterstützung meiner größtenteils gemeinnützigen und ehrenamtlichen Arbeit.

Und nun wünsche ich viel Freude mit den Reisen.

Heike Michaelsen

Anwendung der Meditationen

Die in diesem E-Book vorgestellten Meditationen werden ausführlich in dem Buch „Erzengel, deine mächtigen Helfer“ von Diana Cooper vorgestellt. Dieses Buch ist eine Art Grundlagenwerk, um tiefer in die Thematiken der Höheren Dimensionen einzusteigen und um an der Göttlichen Universität studieren zu können. Um dir den Einstieg zu erleichtern, werden in diesem E-Book die wichtigsten Astralreisen meditativ vorgestellt. Jedes Kapitel enthält zudem einen Link, der dich zu einer geführten und animierten Musikmeditation führt, gesprochen von Heike Michaelen.

Sofern du die geistige höhere Welt noch besser kennenlernen möchtest, um dich tiefergehend zu verbinden, empfehlen wir die zusätzlichen Meditationen aus dem vorgenannten Grundlagenwerk von Diana Cooper. Es enthält himmlische Anleitungen der Erzengel und aufgestiegenen Meister für ein Leben in Licht und Liebe.

Auf diese Weise können wir sehr einfach eine enge Verbindung zu den Erzengeln und aufgestiegenen Meistern des Intergalaktischen Konzils aufbauen und eingehen. In fünfundfünfzig Schritten lernen wir in dem Erzengel-Grundlagenbuch diese hochschwingenden Wesen kennen und erhalten faszinierendes Wissen über ihr kosmisches Wirken und den Aufgaben, denen sie auf unserem Planeten nachgehen. Jedes Kapitel enthält Text-Meditationen, die jeder ganz einfach für sich zuhause durchführen kann. Beispiele sind in den folgenden Kapiteln dieses E-Books aufbereitet und über die entsprechenden Links visuell sowie musikalisch umgesetzt. Oftmals offenbart sich bei dieser Art der Astralreisen persönliches Wissen, das nur für den Leser selbst bestimmt ist. Ich selber habe viele dieser Meditationen ausprobiert und bin begeistert. Einige der Meditationen habe ich mit Freunden durchgeführt, gleichzeitig aufgenommen und im Anschluss musikalisch und visuell aufgearbeitet, so dass diese in diesem E-Book verlinkt sind.

Weiterhin enthält das Erzengelbuch spannendes Wissen über das kommende Wassermann-Zeitalter, die Portaltore, Sternensiegel, Zentralsonnen, die Weisheit der Bäume, Elementarwesen oder die Drachen und Einhörner. Auch wird aufgezeigt, wie man seine Merkaba, den Lichtkörper, aktiviert oder das 12-

dimensionale Chakrasystem öffnet. Geführte Meditationen sind darüber hinaus in dem Chakra-DNA-Aktivierungs-E-Book zu finden.

Die Kapitel über Segnungen, Karmaauflösungen oder die atlantische Flamme sind zudem sehr interessant und einzigartig. Wer sich für Spiritualität interessiert, für den sind die empfehlenswerten Bücher der Bestsellerautorin Diana Cooper Grundlagenwerke.

Das sagt der Verlag: „Wir sind beim Aufstieg in eine höhere Dimension auf die mächtigen Erzengel als himmlische Helfer angewiesen, denn wir leben in einer Ära des tiefgreifenden Bewusstseinswandels. Die Energien auf unserer Erde erhöhen sich zunehmend. Diana Cooper zeigt, wie wir uns mit den Erzengeln verbinden können, um die Kraft der Geistigen Welt in das eigene Leben zu holen und uns von ihr unterstützen und leiten zu lassen.“

Bitte beachte, dass dein Computer über eine aktive Internetverbindung verfügen muss, wenn die externen Links und Videolinks dieses E-Books angeklickt werden.

Die Hallen von Amenti und das Aufstiegs Geschenk

Gold-Silberner Segen von Erzengel Metatron und Sandalphon

Tief im Herzen der Erde liegen die Hallen von Amenti, weit unter den Inseln des gesunkenen Atlantis: die Hallen des Todes und die Hallen des Lebens, gebadet im Feuer des unendlichen Ganzen. - aus den Smaragdtafeln von Thoth

Die Hallen von Amenti liegen im ätherischen Bereich von InnerErde. Erstmals erwähnt wurden sie in den Grünen Smaragdtafeln des Atlanter Thoth. Man sagt sie liegen unter der Region, in der Atlantis untergegangen ist, dass heißt unter dem Atlantischen Ozean.



Bekannt sind die Hallen von Amenti insbesondere dafür, dass sich die hohen Meister, die sich auf der Erde inkarniert haben, in den Hallen erholen und regenerieren oder sogar verjüngen können. Ein anderer wichtiger Aspekt dieses Ortes ist, dass in diesem ätherischen Bereich Wissen aller Zeiten und Räume

Feedback zur Meditation

- ICH BIN NACHHAUSE GEKOMMEN! So etwas intensives und überirdisches habe ich bisher so noch nicht erlebt. Als du "Asta" sagtest, kam sofort die Gänsehaut und ein tiefes Wissen und Erkennen. Meinen herzlichen und tief empfunden Dank, Heike.
- Wow!!! War komplett in einer anderen Welt, sehr meditativ, heilsam für die Seele. Seit Wochen endlich Sonnenschein, morgens, sitze im Garten und bin berührt von Deiner wunderschönen Stimme liebe Heike, DANKE!!!, Annette
- Dieses Video erinnert mich an alle meine Aufgaben die ich schon erhalten habe und an alle außergewöhnlichen Erfahrungen (und Träume die ich hatte) die ich machen durfte. Sabine
- Danke für diese göttliche Botschaft .Die Menschen brauchen diesen himmlischen Schutz ,um in die Wahrheit und Liebe sich gestärkt dich fühlen ,in dieser Welt jetzt,danke du Tochter des einen und ewigen Gott Namaste. Hildegard

Feedback zur Rosentempel-Vollmond-Reise

- Vielen Dank für diese tolle Botschaft 🙏😊😍 ich hatte gestern extreme Kopfschmerzen, was ich schon seit langem nicht mehr hatte und habe mir deinen Lemurgischen Rosentempel der Venusliebe angehört und die Kopfschmerzen waren wie weggeblasen. Ich bin sowas von bereit für die 10 Portaltage. Danke für dein Wirken und für deine Begleitung. Natalie
- Ihr lieben wundervollen Schwestern, ein solch kraftvoller wundervoller Raum ausserhalb von Raum und Zeit, der da entstanden ist, mein Herzensdank an Euch und all die mitwirkenden Lichter aus den liebenden Frequenzfeldern. So gerne bin ich ab jetzt dabei in dieser leuchtenden Gemeinschaft, die sich gegenseitig trägt und nährt. Danke in liebevoller Verbundenheit Susanne
- So eine wunderbare Einweihung. Die Rose mit ihren 33 Blättern in gelber Farbe ist so berührend. Jedesmal wenn ich in meinen Herzraum spühre, ist da so eine Freude und Friede. Danke, danke, danke, dass du die Meditation zugänglich gemacht hast. Alles Liebe Marisa
- Liebe Heike🌸 deine Rosentempel-Meditation war Wunder-voll ! Eine bezaubernde Öffnung in eine neu erschaffene kristalline Welt, die uns nun allen zum Verweilen zur Verfügung steht... habe ❤️💙herzlichsten Dank für all dein Tun! Du bist wahrlich ein Gottes-Geschenk! Christal
- Liebe heike... von Herzen so vielen Dank an dich und deiner Seelenschwester .. diese Reise zum Lemurischen Rosentempel war so tief und hat mich auf allen Ebenen so berührt, mein Herz öffnete sich für all diese wundervollen Energien .. es hat sich offensichtlich erinnert.. Danke so sehr aus meinem tiefsten Herzen an euch beide.

- Ich möchte mich an dieser Stelle von ganzem Herzen für die wundervolle Mondmeditation bedanken die du in der Universität eingestellt hattest. 🙌
Danke danke! Es war so großartig! Wunderschöne Energien! Einen riesigen Herzensdank! Herzliche Grüße und eine liebevolle Umarmung! ❤️ Ich bin sooo dankbar dich entdeckt zu haben. - Melanie

ANHANG

Über Heike Michaelsen

Heike Michaelsen hat sich 2007 selbst von einer chronischen Krankheit mit Hilfe der veganen Rohkost geheilt. Seither vermittelt sie ihr erworbenes Wissen auf zahlreichen Webseiten, in Fachartikeln und eigenen eBooks, im Social-Media-Bereich bei Facebook und Instagram, in ihrem GermanyGoesRaw-Podcast und ihren YouTube-Kanälen GermanyGoesRaw und Rohspirit.

Zudem reist Heike leidenschaftlich gern und berichtet über weltweite Rohkost-Trends weit über die Grenzen Deutschlands hinaus. Ihre Reisen brachten sie bereits zu Rohkostplätzen in ganz Europa, Nordamerika und Ozeanien.



In allem unterstützt bzw. führt mich die geistige Welt. Sie machen es sozusagen durch mich. Ich selbst kann das im Grunde alles gar nicht. Ich empfangen "nur" und führe aus, was "die da oben" bereits so wunderbar für uns vorbereitet haben.

WEBSEITEN

- von Heike Michaelsen -

www.HeikeMichaelsen.de - Kosmische Uni und alle Projekte

www.MarkusRothkranz.de – Heile dich selbst, schön, reich und frei

<https://Rohkost.Sanuslife.com> - Wasserfilter-Empfehlungen

Rohkost-Bücherlinks:

www.Rohzepte.de – Gourmet-Rohkost-Rezepte

www.HippocratesInst.de – Heilungskur & Hippocrates-Rohzepte

www.RohSpirit.de – Spirituelle Geheimnisse der Rohkost

www.GermanyGoesRaw.de – Rohkost-Ärzte in Deutschland

www.AustraliaGoesRaw.com.au - Rohkost in Australien

www.NewZealandGoesRaw.co.nz Rohkost in Neuseeland

Bücher und Audios von Heike Michaelsen:

Essener Meditationen für die Moderne Welt

Informationen unter: [Essener Meditationen](#)

In dieser E-Book-Serie erwarten dich umfangreiche Informationen zu den Essenern, die osmische Abend-Meditationen musikalisch unterlegt - optional mit wundervollen Videoanimationen - für kurze Zeit im Bonusprogramm.



Abendmeditationen:
<https://www.heikemichaelsen.de/abendmeditationen>

Morgenmeditationen:
<https://www.heikemichaelsen.de/morgenmeditationen>

Friedensmeditationen:
<https://www.heikemichaelsen.de/mittagsmeditationen>

12 Tempel-Meditationen

und die Kosmische Einweihungskugel

In diesem E-Book werden 13 Tempelmeditation vorgestellt, zum Beispiel der Glückseligkeit oder allumfassenden Einheit. Gemeinsam mit den Erzengeln und aufgestiegenen Meistern reisen wir in den ätherischen Bereich dieser hochschwingenden Orte. Mit dabei sind unter anderem Erzengel Michael, Metatron, der Lichtschoffkommandant Asonai Ashtar, Meister Kuthumi oder Meister Kumeka. Die Teilnehmer erhalten hochschwingende Geschenke, wie beispielsweise die Acht der Unendlichkeit, mit dem wir Räume, Orte und Regionen segnen und energetisch aufladen können.

Informationen unter: [Tempelmeditationen](#)



HohepriesterIn-Aktivierung

in Stonehenge und Avalon mit Meister Voosloo

Hast du dich schon mal gefragt, ob du in den Epochen der Goldenen Zeitalter als Hohepriester oder Hohepriesterin hier auf der Erde gewirkt hast oder zumindest eng mit diesen hohen Wesen zusammengearbeitet hast? Mit diesem meditativ gestalteten E-Book kommst du der Beantwortung vielleicht näher, denn oft steigen bei den Lesern Erinnerungen an diese Zeiten auf. Hierfür sind die folgenden Videolinks enthalten: HohepriesterInnen-Aktivierung mit Lord Voosloo; Galaktische 22-Diamant-Herzens-Aktivierung; Die geheime goldene Kammer von Stonehenge und das Verbindungstor zu Avalon.

Informationen unter: [HohepriesterIn-Aktivierung](#)



Die Goldenen Zeitalter

Reisen nach Angala, Petranium, Mu, Lemuria, Atlantis & Avalon

Reise mit diesem E-Book und den darin verlinkten Videos in die Goldenen Zeitaltern von Angala, Petranium, Mu, Lemurien, Atlantis, Avalon und der kommenden Epoche des Wassermann-Zeitalters. Es erwarten dich über sechs Stunden Videoreisen, die wunderschön bebildert sind und musikalisch untermalt wurden. Die geführten Reisen werden besprochen von Heike Michaelsen.

Informationen unter: [Goldene Zeitalter](#)



Mondmeditationen

Supervollmondaktivierung und Bluemoon-Energien

Diese wundervollen Mondmeditationen wurden zu besonderen Sternkonstellationen erstellt, zum Beispiel zum dreifachen Supervollmond. Gemeinsam reisen wir in ein Lichtschiff und besuchen die Sternenvölker. Aus dem Inhalt: Aktivierung des persönlichen Mondes im Kausal-Chakra; Bluemoon-Energie - einmal zum Mond und wieder zurück; Blauer Mond im 8.8 Löwenportal; Meditation zum Mondschild der Harmonisierung; Pink-Moon-Meditation mit den Einhörnern; Mondfinsternis; SupervollmondSonnenwende mit Galaktischem Energievortex; Selbstliebe mit Lichtgesang; Erster Jahresneumond der Herzensintuition; Erster Vollmond des Jahres im Energiebad der Mondin.

Leseprobe unter: [Mondmeditationen](#)



Die Hallen von Amenti

Rückkehr und Aufstieg der Avatar- und Mahatmaenergie

In diesem E-Book besuchen wir die geheimen im inneren der Erde verborgenen Hallen von Amenti und erhalten dort ein Aufstiegs Geschenk. Wir verbinden uns mit der höchsten Energie, die jemals in den Goldenen Zeitaltern erschaffen wurde, der Mahatma-Energie der Avatare und Aufgestiegenen Meister. Zudem besuchen wir das Refugium von Saint Germain am heiligen Berg Mount Shasta und werfen einen Blick in den Kosmischen Spiegel zur Erkennung unseres Wahren Selbst. Bonus: Lichtmatrix-Aktivierung mit Ashtar und den Erzengeln - mit Lichtsprache.

Informationen unter: [Die Hallen von Amenti](#)



12-Chakra- und DNA Aktivierung

Der fünfdimensionale kosmische Lichtkörper

In diesem E-Book werden die zwölf Chakren vorgestellt, die sich zum kommenden Zeitalter aktivieren werden. Hierbei handelt es sich um die sieben bekannten Chakren und die fünf Chakren der Goldenen Zeitalter: das Erdstern-Chakra, welches uns mit der Mutter Erde verbindet, das Nabelchakra unserer Mitte und die drei höheren Chakren über unserer Krone. Zudem werden in diesem E-Book einige Aktivierungsvideos verlinkt, mit denen wir die Chakras meditativ öffnen können.

Informationen unter: [Chakra-DNA-Aktivierung](#)



Das Intergalaktische Konzil

Einweihungen und Aktivierungen durch die Erzengel

In diesem E-Book lernen wir das Intergalaktische Konzil kennen und werden von ihm aufgenommen und gesegnet, so dass wir Aufgaben zum Aufstieg in die 5. Dimension ausführen können. Zudem lernen wir die Göttliche Universität kennen und beginnen unsere kosmische Ausbildung. Teil dieser Weiterbildung ist der Besuch der Erzengel in ihren höheren Reichen. Wir besuchen Erzengel Michael in seinem blauen Kristallschloss, Erzengel Metatron in seinem Goldenen Tempel, der über den Pyramiden von Gizeh liegt oder Erzengel Gabriel, dessen Diamantreich über dem heiligen Berg Mount Shasta liegt.

Leseprobe unter: [Intergalaktisches Konzil](#)



Drachenreiter Meditationen

Kosmische Reisen zu den Sternenportalen des Universums

In diesem E-Book werden meditative Drachenreisen vorgestellt, die uns in die Weiten der Universen führen, zu nahen und fern entlegenden Sternenportalen, zu den Zentralsonnen oder zu den Planeten unseres Sonnensystems führen. Auf diesen kosmischen Reisen finden DNA-Aktivierungen statt ebenso wie Downloads der höheren Lichtcodes. Komm' mit auf spannende und bewusstseinsweiternde Astralreisen und werde zum Drachenreiter der Neuen Zeit.

Lese- und Hörprobe unter: [Drachenreiter Meditationen](#)



Lemurische Heilreisen

Mit den Einhörner durch den Kosmos

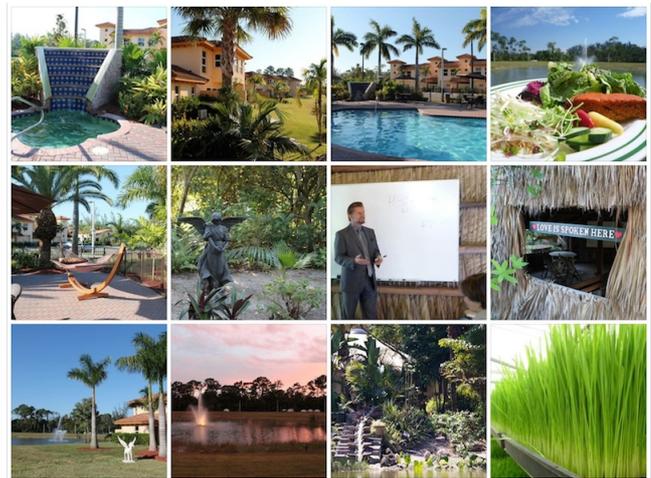
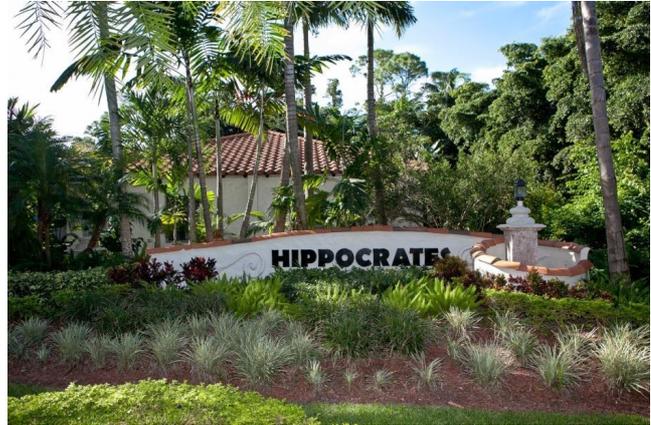
In diesem E-Book werden Lemurische Heilreisen vorgestellt. Diese dienen dem Menschen einerseits zum Aufbau des Lichtkörpers und zum anderen zur Reinigung der heimischen und körperlichen Astralebenen. Zudem werden in dem E-Book die verschiedenen Lichtkörperstufen und deren Symptommatiken vorgestellt und wie man diesen mit Hilfe der Lichtkörperreinigung und -reisen begegnen bzw. diese vorbeugen kann. Bei alle dem erfährt der Mensch Unterstützung aus der Geistigen Welt, sei es von hochschwingenden Engelwesen, aufgestiegenen Meistern oder den wundervollen Einhörnern und Drachen aus der siebten und neunten Dimension.

Informationen unter: [Lemurische Heilreisen](#)



ROHKOST IST MEDIZIN

Das E-Book zum Lebenswandelprogramm des Hippocrates Health Institutes



In diesem E-Book hat die Autorin und Hippocrates-Expertin, Heike Michaelsen, umfangreiches Wissen aus dem bewährten Lebenswandelprogramm des Hippocrates Health Institutes zusammengetragen. Neben den besten und hochwertigsten Lebensmitteln, werden die Top-Hippocrates-Rezepte ebenso aufgeführt wie alternative Therapiemethoden, die im Rohkost-Resort zum Einsatz kommen. Weiterhin werden die richtigen Lebensmittelkombinationen dargestellt, die in der Hippocrates-Rohkost-Ernährung eine zentrale Rolle spielen. Zahlreiche Erfahrungsberichte von Gästen des Gesundheitsinstituts zeigen, dass die rohe vegane Nahrung einen entscheidenden Einfluss auf die Gesundheit hat. Seit über 60 Jahren werden diese Erfahrungen am Hippocrates Institute dokumentiert.

Leseprobe und Bestell-Link unter: [Rohkost ist Medizin \(anklicken\)](#)

HIPPOCRATES - ROHZEPTTE

Rohvegane Biorezepte aus der Hippocrates-Küche



In diesem E-Book werden über 50 der beliebten Rezepte des bewährten Hippocrates Health Institutes vorgestellt. Um den Menschen den Umstieg auf diese Art der Ernährung zu erleichtern, wurden von den Chef-„Köchen“ des Instituts eine Vielzahl an rohveganen Vitalrezepten entwickelt. Rohzeptbeispiele: Warme Miso-Spinat-Bällchen, Hanf-Mohn-Dipp, gekeimter Kichererbsenhummus, Avocado-Mayonnaise, Pilz-Dip, Scharfe Gurkensalsa, Walnuss-Pâté, Süßkartoffel-Chips, Eifreier Eiersalat, Veganer Thunfischsalat, Tahini-Dressing, Rotkohl-Sauerkraut, Spargelcremesuppe, Gazpacho, marinierte Gemüsespieße, Mexikanische Tacos, Gemüsewrap, Spaghetti CarbonaRaw, Thainudeln, Nussbraten, Spargel mit Sauce Hollandaise, Nori Rolls, Chili sin Carne, Sprossenburger, Weißkrautschiffchen, Himbeer-Haselnuss-Mousee, Bananeneiscreme, Vanille-Chiapudding, Carobpudding, Macadamia-Käsekuchen, Zimtplätzchen, Paranuskekse u.v.m

Leseprobe und Bestell-Link unter: [Hippocrates-Rohzepte \(klick\)](#)

Gourmet-Rohkost-Rezepte von Heike Michaelsen

Vegan – Lecker – Schnell – Einfach – RAW

E-Book mit super schnellen Rohkost-Rezepten

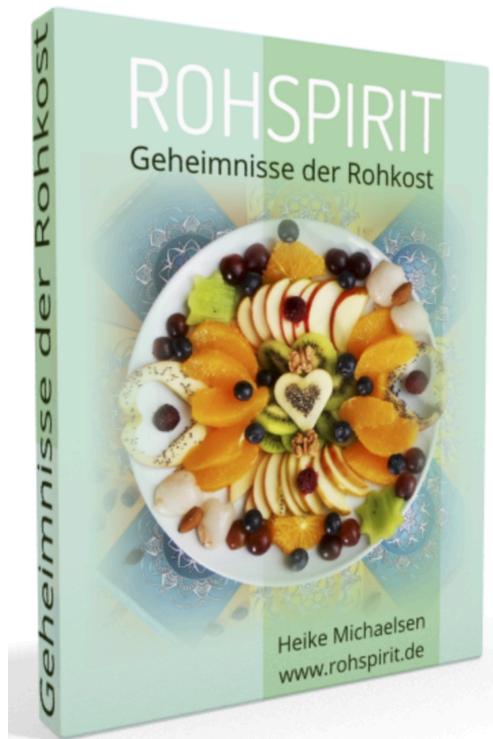


Im diesem E-Book werden leckere Rohkost-Rezepte vorgestellt, die die Autorin im Laufe ihrer über zehnjährigen veganen Rohkost-Ernährung entwickelt hat. Dabei geht insbesondere um schnelle Fünf-Minuten-Gourmet-Rezepte ebenso wie um eine einfache Zubereitung. Viele Rohzepte sind kindheitstauglich und auch für Personen geeignet, für die die vegane Rohkost noch neu ist. Eine Vielzahl der Rohzepte können auch warm in 42-Grad-Rohkost-Qualität zubereitet werden. - Umfang: 177 Seiten – Autorin: Heike Michaelsen

Informationen und Leseprobe unter: [Gourmet-Rohzepte](#)

ROHSPIRIT - Geheimnisse der Rohkost

E-Book zum Lebenswandelprogramm des Hippocrates Health Institutes



Das geheime Wissen über die Heilung durch naturbelassene Lebensmittel ist im Laufe der Jahre vielfach verloren gegangen. Heute wird es von der zivilisierten Welt nach und nach wiederentdeckt. Obst, Gemüse, Wildkräuter, Superfoods und Co. bietet jedoch weitaus mehr als nur eine gesunde Ernährung. Bei einer Umstellung auf vegane Rohkost erlebt der Mensch zumeist auch eine positive lebensverändernde Bewusstseinsweiterung. Zudem muss niemand mehr, dank der gesunde Gourmet-Rohkost, auf kulinarische Genüsse verzichten. Somit erlebt der Mensch mit der modernen Rohkost nicht nur ein verjüngendes Gefühl, sondern einen Hochgenuss auf allen Ebenen.

Leseprobe und Bestell-Link unter: [RohSpirit \(anklicken\)](#)

ROHKOST-REISEN

Über die rohvegane Reisen, die Heike Michaelsen im Laufe der letzten Jahrzehnte unternommen hat, sind eine Vielzahl an Büchern entstanden, die unter folgendem Link zu finden sind:

[Rohkost-Reisen \(anklicken\)](#) - z.B. [Neuseeland](#) - [Australien](#) - [USA](#)



„Ich reise für mein Leben gern... und ich esse für mein Leben gern Rohkost. Da liegt nichts näher als auf meinen Reisen all die leckeren Rohkost-Angebote auszukundschaften. Egal, wo ich auch hinreise, überall werde ich fündig und bin begeistert, welche wundervollen Rohkost-Gerichte überall auf der Welt angeboten werden. In meinen Rohkost-Reise-Büchern nehme ich den Leser mit in ferne Länder und berichte über Rohkost-Angebote ebenso wie über die schönsten Nationalparks und Naturschauspiele.“

- Heike Michaelsen -

SPIRITUELLE GESUNDHEITSREISE NEUSEELAND

Eat Raw. Pray. Love. Neuseeland



Im diesem E-Book wird die Rohkost-Bewegung Neuseelands vorgestellt. Wir besuchen angesagte und premierte Rohkost-Restaurants in den Städten von Auckland, Wellington, Nelson u.v.m. Zudem führt der Reiseführer an die schönsten Orte des Landes ebenso wie an Kraftplätze, traumhafte Strände, historische Plätze und in die magische spirituelle Natur der Maoris. Des weiteren werden Kraftplätze vorgestellt, spirituelle Regionen wie zum Beispiel Stony Batter oder magische lemurianische Orte wie die Halbinsel Coromandel oder Waiheke Island.

Leseprobe und mehr unter: [Neuseeland-Gesundheitsreise](#)

SPIRITUELLE GESUNDHEITSREISE AUSTRALIEN

Individuell Reisen durch DownUnder mit Tipps für Alleinreiser

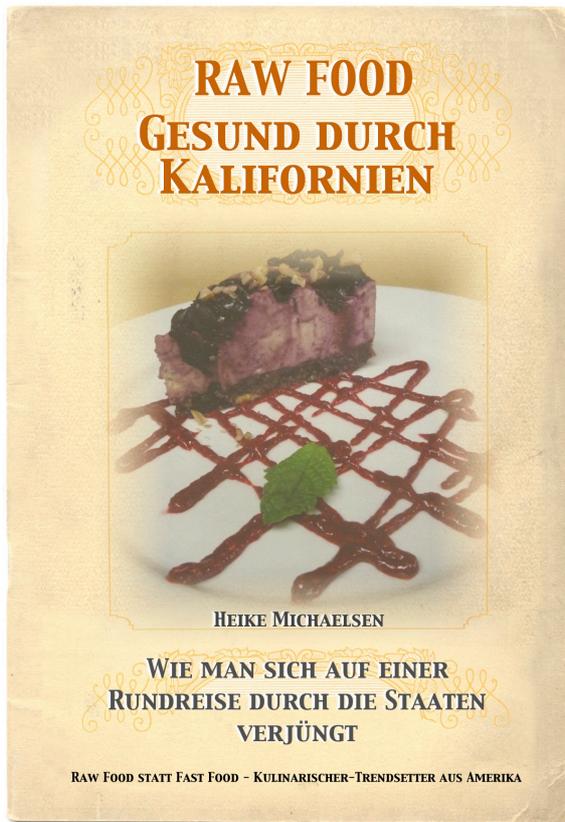


Im diesem E-Book wird die Rohkost-Bewegung an der Ostküste Australiens von Sydney über Byron Bay, der Gold Coast bis hin zur Sunshine Coast vorgestellt. Wir besuchen gesunde pflanzenbasierte Rohkost-Cafés in New South Wales und Queensland ebenso wie Bioläden, die über Saft- und Smoothiesbars verfügen und rohvegane Optionen anbieten. Zudem führt eine Rundreise in die schönsten Nationalparks und die traumhaftesten Strände entlang der Ost- und Westküste. Highlights sind das Rote magische Zentrum mit dem Ayers Rock, kristallklare Tauchgebiete wie das Great Barrier Reef, versteinerte farbenprächtige Wüsten, tropische Regenwälder oder Mammutbäume bei Perth. Des weiteren werden Kraftplätze vorgestellt, spirituelle Regionen wie zum Beispiel die vegane Hippie-Hochburg Byron Bay oder magische lemurianische Kristallorte.

Leseprobe und mehr unter: [Australien Gesundheitsreise](#)

ROHKOST-REISEBERICHT SÜDWESTEN USA

E-Book „RAW FOOD - gesund durch Kalifornien und den Südwesten der USA



Mit diesem einzigartigen rawolutionärem E-book muss sich der US-Urlaubsreisende nicht mehr mit dem Konsum von ungesunden Burgern & Co. begnügen. Das Land mit der ungesündesten Küche der Welt setzt einen echten Gegentrend und revolutioniert sich selbst zum Gesundheitsland der kulinarischen Genüsse. Weltweit setzt dieser Trend nie dagewesene Maßstäbe und reformiert eine ungesunde Esskultur zum gesundheitlichen Genuss. Auf eindrucksvolle Art wird gezeigt, wie man rohkulinarisch durch die Staaten der USA reisen kann und dabei weitaus mehr Kraft und Energie verspürt als man sich das je erhofft hat. Mit weit über 100 Gourmet-Vitalkost-Illustrationen aus den Rohkost-Cafés der USA zeigt dieses Buch, was alles möglich ist. Zudem führt es wie nebenbei durch wunderschöne Nationalparks, wie dem Grand Canyon, Bryce Canyon und Zion Nationalparks sowie durch die beliebtesten Großstädte des Westens. Los Angeles, San Francisco und Las Vegas von der raw-kulinarischen Seite einmal ganz anders erleben. Ein wunderbares Buch, um sich von gesund-kulinarischen Genüssen in einem Land der unbegrenzten Möglichkeiten verführen zu lassen.

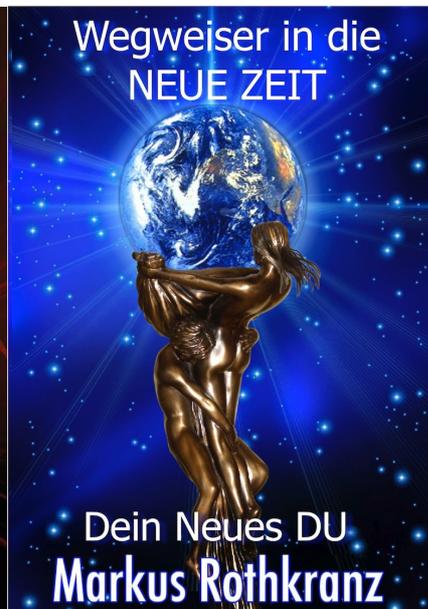
Leseprobe und Bestell-Link unter: [Rohkost-Reise-USA-Südwesten](#)

Markus Rothkranz eBooks

- aus dem Amerikanischen übersetzt von Heike Michaelsen -

Heike Michaelsen hat mehrere Bücher des Bestsellerautors Markus Rothkranz in die deutsche Sprache übersetzt, z.B.

- [Heile dich frei \(für Infos anklicken\)](#) - DU bist hier, um DEIN LEBEN VOLL und GANZ und in ABSOLUTER FÜLLE und FREUDE zu LEBEN. Markus Rothkranz führt in die Geheimnisse ein, wie wir wieder gesund, vital, glücklich und frei werden können.
- [Wegweiser in die Neue Zeit \(für Infos anklicken\)](#) - Alles ist bereit. Beginne JETZT und lebe dein wahres Selbst. In diesem eBook zeigt dir Markus Rothkranz den Weg.
- [Heile Candida - Endlich frei von Hefe- und Pilzinfektionen](#) - Jeder, der sich für einen gesunden Lebensstil interessiert, sollte dieses Buch lesen, denn jeder von uns trägt den Hefepilz Candida albicans in seinem Körper.



Heile deinen Beruf

In diesem E-Book werden die besten Erfolgs-Tipps von Markus Rothkranz vorgestellt, die uns dabei helfen können, in eine selbstbestimmte Herzensberufung zu finden. - übersetzt und geschrieben von Heike Michaelsen.



[Heile deinen Beruf - Erfolgsgeheimnisse von Markus Rothkranz \(anklicken\)](#)

Weitere Bücher von [Markus Rothkranz](#):

[Heile dich selbst](#) - Basisbuch und Bestseller

[Heile dich schön](#) - innere und äußere Gesundheit

[Heile dich reich](#) - für mehr Fülle und Wohlstand

Einkaufs-Tipps

Versandhandel für Rohkost, exotische Früchte, Wildkräuter, Geräte

Es gibt eine große Auswahl an Rohkost-Versandhandelsunternehmen. Auf meinen Webseiten habe ich die bekanntesten Rohkost-Shops aufgeführt, bei denen ich selbst seit Jahren meine Rohkost-Produkte bestelle. Nachfolgend sind die Links zu den verschiedenen Shoplisten aufgeführt:

Shop-Empfehlungen & Rabatt-Codes:

<https://www.heikemichaelsen.de/gesundheits-links>

