

Berenhol-Essenzen und Hochsensibilität

Aus der Serie 'Sensitieve Pioniers', Herbst 2012

übersetzt aus dem Niederländischen

Dorothee Helmert und 'Het Berenhol'

Dorothee ist Tanztherapeutin, Blütentherapeutin und Kinderdolmetscherin nach der Methode PresentChild®. In ihrer eigenen Praxis „Het Berenhol“ bietet sie Eltern-Kind-Begleitung und Workshops und Projekte auf dem Gebiet von Tanz, Musik und Natur an.

Dorothee entwickelt seit 1996 die *Berenhol-Essenzen* in der Natur, teilweise gemeinsam mit kleinen Kindern. Bei den Berenhol-Essenzen handelt es sich um Naturenergien wie z.B. von Blumen und Bäumen, Tieren, Vogelgesang und Schnee, die in Wasser aufgenommen werden. Ihre Wirkungsweise beruht auf der Naturheilkunde, die zurückgeht auf den englischen Arzt Dr. E. Bach und die nach ihm benannten Bachblüten. Die Berenhol-Essenzen sind Essenzen unserer Zeit, die eine wichtige Unterstützung für hochsensible Menschen-Kinder bieten.

Dorothee schreibt in diesem Newsletter:

'Die Berenhol-Essenzen helfen, aus einer stabilen Basis heraus, froher, freier und spielerischer zu leben. Sie tragen dazu bei, dass man ganz im Körper ankommt und – im wörtlichen und übertragenen Sinne – auf eigenen Beinen steht. Das kann Hand in Hand mit einem Loslassen von altem Ballast gehen.

Die Berenhol Essenzen helfen auch, unverarbeitete Eindrücke auf eine kreative, frohe und unbefangene Weise wie Kinder auszudrücken und dadurch los zu lassen. So verbinden wir uns wieder mit dem natürlichen Atem-und Lebensstrom, der ganz von selbst polare Kräfte in uns verbindet. Wenn wir in unserem Körper zuhause sind, bieten wir keinen Raum mehr an für das, was uns von außen 'besetzen' kann, wie z.B. Gefühle und Gedanken von anderen, Entitäten usw. die wir oft unbewusst zulassen.

Mit Hilfe der Berenhol-Essenzen lernen wir, zu uns selber zurückzukehren, anstatt unsere Antennen auf andere und unsere Umgebung auszurichten.

Es ist ein starker Schutz, wenn man aus innerer Motivation heraus nach außen treten kann und verbunden bleibt mit Urkraft, Kern und Grenzen.

Mit Hilfe der Berenhol-Essenzen können wir auch lernen, uns innerlich abzuschließen und zugleich anwesend zu bleiben im Körper und in unserer Umgebung.

Die Berenhol-Essenzen bieten uns die wesentliche Erfahrung vom Getragensein an, wodurch wir lernen, uns selbst und unsere Verantwortung zu tragen anstelle der Lasten von anderen. Sie helfen uns, einen eigenen Standpunkt einzunehmen und uns von anderen zu unterscheiden. Sie verstärken unsere Ich-Kräfte und unsere Individualität und machen uns zugleich unsere tiefe Verbundenheit mit dem größeren Ganzen bewusst. Sie ermutigen uns auch, in vollkommener Hingabe ans Leben zu leben. Mit ihrer Hilfe können wir wieder wirklich jemand aus einem Stück sein, mit Wurzeln und Flügeln, Klumpen und Krone: Tier und Engel, Tief- und Hochsensibilität Hand in Hand.