

## Berenholremedies en hooggevoeligheid

**In de serie Sensitieve Pioniers:**

**Dorothee Helmert en Het Berenhol**

De Sensitieve Pionier nazomer 2012

Dorothee is danstherapeute, bloesemtherapeute en kindertolk vanuit de methode Fluisterkind® en nog veel meer. Ze biedt vanuit haar eigen praktijk *Het Berenhol* ouder-kind-consulten en workshops en projecten op het gebied van dans, muziek en natuur aan.

Ze ontwikkelt sinds 1996 de *Berenholremedies* in de natuur, deels samen met jonge kinderen. Het zijn natuurenergieën, opgenomen in water, waaronder krachten van bloemen en bomen, dieren, vogelzang en de sneeuw. Hun werking is gebaseerd op de natuurgeneeskunde net zoals de Bachremedies, ontwikkeld door de bekende Dr. Bach. De Berenholremedies zijn remedies van deze tijd en bieden een belangrijke steun voor hooggevoelige mensen- kinderen.

Sinds 2007 worden ze zonder toevoeging van alcohol geprepareerd.

Dorothee schrijft voor deze Nieuwsbrief hierover:

*'De remedies uit Het Berenhol helpen om blijer, vrijer, en speelser te leven vanuit een stevige basis. Ze helpen ons om volledig in te dalen en letterlijk en figuurlijk op eigen benen te staan. Dat kan hand in hand gaan met een diepe zielszuivering en het loslaten van oude lasten. Dat kunnen lasten zijn vanuit dit leven, vanuit vorige levens of vanuit onze familieziel. De weg van loslaten gaat o.a. langs het uitdrukken van – onverwerkte – indrukken op de speelse, creatieve, blijde, onbevengene wijze van kinderen. Op die manier verbinden we ons weer met de natuurlijke adem- en levensstroom die als vanzelf de polaire krachten in ons verbindt. Hierdoor kunnen we volledig indalen en bezit nemen van ons aardse lichaamshuis waardoor we geen plek meer bieden aan 'bezitters' van buitenaf, zoals gevoelens en gedachten van anderen, entiteiten etc. die we – vaak onbewust – hebben toegelaten.*

*Met steun van de Berenholremedies leren we steeds weer teruggaan naar onszelf in plaats van onze antennes wagenwijd open te zetten voor onze omgeving. Vanuit onze eigen motivatie naar buiten komen, verbonden met oerkracht, kern en grenzen: dat is tevens een zeer krachtige bescherming.*

*Met behulp van de Berenholremedies kunnen we ook leren ons af te sluiten zonder te hoeven vertrekken uit ons lichaam of uit de omgeving waarin we ons bevinden. Ze bieden ons de essentiële ervaring van 'gedragen zijn' aan, waardoor we leren ons eigen lichaamskruis te dragen in plaats van de lasten van anderen. Ze helpen ons een eigen standpunt in te nemen en ons te durven onderscheiden van anderen. Ze versterken de ik-krachten en onze individualiteit, terwijl ze ons tegelijkertijd bewust maken van onze diepe verbondenheid met AL WAT IS en ons aanmoedigen in volledige overgave te leven. Met hun hulp kunnen we werkelijk weer iemand uit één stuk zijn, met wortels en vleugels, klompen en kroon: dier en engel, laag- en hooggevoeligheid hand in hand.'*