



DAIN HEER

DER NEUE

Gentleman

Aufrichtig in allen Beziehungen,
stark im authentischen Selbst

SCORPIO

DAIN HEER

DER NEUE
Gentleman

Aufrichtig in allen Beziehungen,
stark im authentischen Selbst

Aus dem amerikanischen Englisch
von Matthias D. Borgmann

SCORPIO

Das amerikanische Original ist 2018 unter dem Titel *Return of the Gentleman - Creating Nurturing Connections by Embracing the Authentic You* bei Access Consciousness Publishing, Stafford, USA, erschienen.

Dieses Buch enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte der Scorpio Verlag keinen Einfluss hat. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Haftung übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Die verlinkten Seiten wurden zum Zeitpunkt der Verlinkung auf mögliche Rechtsverstöße überprüft, rechtswidrige Inhalte waren nicht erkennbar. Bei Bekanntwerden von Rechtsverletzungen werden wir derartige Links umgehend entfernen.

Das eBook einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen. Der Nutzer verpflichtet sich, die Urheberrechte anzuerkennen und einzuhalten.

1. eBook-Ausgabe 2019

© 2018 by Dain Heer

© der deutschsprachigen Ausgabe:

2019 Scorpio Verlag GmbH & Co. KG, München

Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München

Umschlagfoto: Allanah Avelin

Layout & Satz: Danai Afrati und Robert Gigler, München

Konvertierung: Bookwire

ePub-ISBN: 978-3-95803-259-0

Alle Rechte vorbehalten.

www.scorpio-verlag.de

INHALT

Dank

Einladung an dich

Teil 1: Den inneren Gentleman finden

1. Was ist ein Gentleman?
2. Die Abschaffung des Mannes, der wir glauben sein zu müssen
3. Würdige dein wahres Selbst
4. Sich von Werturteilen lösen

Teil 2: Ein Gentleman in der Welt sein

5. Sexualness und wahre Potenz
6. Das Kreieren nahrender Beziehungen

Teil 3: Deine Zukunft als Gentleman

7. Die nachste Generation großziehen

8. Gehe deinen eigenen Weg

Der Anfang

Über den Autor

Über Access Consciousness

DANK

Dieses Buch ist nicht mein Buch. Es ist vielmehr das Produkt vieler, vieler *Gentlemen und -women*, die einmal in meinem Leben waren oder es noch immer sind - und denen ich für ihre wunderbare Unterstützung zu unendlichem Dank verpflichtet bin.

Anfangen mit meinem besten Freund und Geschäftspartner Gary Douglas, ein wahrer Gentleman und der Mit-Entdecker all der Dinge, die in diesem Buch als Möglichkeit vorgestellt werden. Mister Douglas, du bist für mich der Gentleman *par excellence*. Chapeau vor deiner Größe!

Außerdem gibt es in meinem Leben einige wunderbare Gentlemen, die ich voller Stolz meine Freunde nennen darf. Ich schätze mich glücklich, dass es euch gibt. Einige von euch waren ganz eng an der Schöpfung des Projekts beteiligt, welches zu diesem Buch geführt hat. Liam Bramley, Brendon Watt, Connor Hill und Graeme Crosskill - meine lieben Freunde, ich bin euch dankbar für eure Verletzlichkeit und den Mut, euch mit mir auf dieses Themengebiet einzulassen!

Auch hätte dieses Buch niemals das Licht der Welt erblickt ohne drei überragende Autorinnen, die meine Worte erst wirklich zum Glänzen brachten. Danke, Katarina

Wallentin, Teresa Stenson und Heather Nichols. Meine Damen, ihr seid brillant!

Last but not least geht mein Dank an euch, ihr Mutigen und Couragierten, die ihr euch im Folgenden darum bemühen werdet, die wahren Möglichkeiten dessen zu erforschen, was es bedeutet, ein Gentleman zu sein. Gemeinsam sind wir die Veränderung und das Geschenk, die diese Welt braucht.

EINLADUNG AN DICH

Ja, du bist eingeladen! Wie auch immer es dazu gekommen ist, dass du jetzt in diesem Moment diese Worte liest - ich freue mich, dass du hier bist.

Ich lehne mich jetzt mal ganz weit aus dem Fenster: *Ich glaube, du liest dies hier, weil du weißt, dass es tief in deinem Innern noch etwas für dich zu entdecken gibt.*

Vielleicht hast du schon eine Zeit lang nach diesem Buch gesucht. Vielleicht hast du schon länger nach Informationen gestöbert, wie man in dieser Wirklichkeit ein Mann sein kann - und vielleicht bist du frustriert und verwirrt, weil die meisten Sachen, auf die du gestoßen bist, sich für dich einfach nicht stimmig anhören und die Ideen und Meinungen dahinter dich nicht ansprechen.

Du hast überhaupt kein Interesse daran, Frauen, Männer oder den Planeten zu beherrschen. Und all die Anleitungen auf YouTube, wie man Frauen ins Bett kriegt, sind nicht im Entferntesten das, wonach du suchst. Die »#MeToo«-Kampagne, die Anfang 2018 ihren Lauf nahm, drückt nur noch einmal verstärkt aus, in welchem Zustand des totalen Wahnsinns sich unsere Gesellschaft auf diesem Gebiet momentan befindet.

Also gut, du willst - deinen Neigungen entsprechend - zu Frauen oder Männern sexuelle Beziehungen haben, und Sexualität ist zweifellos ein Bestandteil des Lebens eines

jeden Gentleman. Natürlich werden wir in diesem Buch auch darauf eingehen, jedoch kann dies weder der Ausgangspunkt noch das Endziel dieser Diskussion sein.

Außerdem bin ich überzeugt, tief in deinem Innern spürst du, dass dein Wert als Mann sich nicht dadurch definiert, mit wie vielen Menschen du ins Bett gehst. Kannst du dich damit identifizieren?

Nun, mein Freund, dann bist du ein Suchender (auch »Pferdemensch« oder »Humanoid« genannt - aber darauf kommen wir noch zu sprechen), und du bist hier genau richtig.

Stell dir vor

Stell dir vor, du wachst morgen auf, schaust in den Spiegel und magst den Mann, der dir da entgegenblickt. Du magst dein ganzes Selbst richtig gern - von ganzem Herzen. Deine Minderwertigkeitsgefühle sind wie weggeblasen!

Du bringst dir selbst Wertschätzung entgegen. Du würdigst dich selbst. Du hast Vertrauen in dich. Du bist dankbar für dich: für die Großartigkeit, die du bist, einfach weil du du selbst bist.

Fühle es. Spüre, wie die Last, anderen gefallen zu müssen, von dir abfällt. Spüre, wie alle Vorstellungen von *so sollte ich sein* oder *das erwartet man von mir* sich auflösen. Spüre die Einfachheit und die Leichtigkeit deiner selbst, wenn du dich von alledem befreit hast.

In dieser neuen, leichteren Art des Seins musst du nicht länger Teile deines Selbst beschneiden, um dazuzugehören. Du musst nicht länger eine Rolle spielen, in der verzweifelten Hoffnung, dass jene, die du attraktiv findest, dich ebenfalls begehren.

Du musst dir andere Menschen - dazu zählen auch andere Männer - nicht länger vom Leib halten, um als

Macho dazustehen oder deine Stärke zu demonstrieren.

Du wirst niemanden mehr bewerten, und schon gar nicht den Mann, der dir im Spiegel entgegenblickt. Das klingt doch ziemlich cool, oder? Und wahrscheinlich genauso illusorisch, egoistisch und unerreichbar.

Es ist völlig in Ordnung, dass du zweifelst. Doch du bist noch immer hier. Du hast dich dafür entschieden, weiterzulesen. Am Anfang des gesamten Prozesses, um den es in diesem Buch geht, steht eine Wahl. Wenn du bereit bist, etwas anderes als bisher zu wählen, öffnen sich dir eine Menge neuer Türen - so einfach und so schön ist das!

Hier also meine Frage: Bist du bereit, die erste Tür zu öffnen und diesen Schritt ins Unbekannte zu wagen? Oder - stopp mal: Ist es wirklich unbekanntes Terrain, das wir beschreiten, oder handelt es sich dabei nicht eher um Altbekanntes?

Schließlich sind wir hier auf dem Weg, den Gentleman in uns *neu* zu entdecken. Ich betrachte uns gern als Renaissance-Menschen. Unser wahres Selbst wiederzufinden, es wiederzuentdecken, es neu zu erfinden, ist so, als fänden wir längst vergessene, wunderschöne und herrliche Kunstgegenstände wieder, die uns schon immer gehört haben. Wir schütteln einfach alle Fehlinterpretationen und falschen Vorstellungen ab, in die wir uns verrannt haben, und entlassen uns selbst erneut ins Licht der Erkenntnis.

Ich lade dich ein, dies zu erkennen. Ich lade dich ein, dich dafür zu entscheiden. Ich lade dich ein, gemeinsam mit mir durch diese Tür zu gehen - in Leichtigkeit, Freude und Herrlichkeit - und mit der Eleganz eines wahren Gentleman.

Ich bin sehr dankbar dafür, dass du hier bist!

Mädels erlaubt

Es stimmt zwar, dass dieses Buch *Der neue Gentleman* heißt, und es stimmt auch, dass ich beim Schreiben an euch Suchende männlichen Geschlechts denke, aber deswegen will ich auf gar keinen Fall meine Leserinnen ausschließen. Ausschluss kreiert Trennung, und das ist das genaue Gegenteil dessen, worum es in diesem Buch geht.

Als ich in einer Reihe von YouTube-Videos begann, über das Thema zu reden, wie man ein Gentleman sein kann, war ich völlig von den Socken und begeistert, dass ich nicht nur von Männern, sondern auch von weiblichen Zuschauern Feedback bekam. Wie sich herausstellte, hatten die Videos und Diskussionen, die wir dort führten, die Frauen wirklich weitergebracht. Manche Frauen hatten die Videos gar nicht selbst gesehen, sondern nur deren Partner – und im Anschluss kam es zu großen positiven Veränderungen in der Beziehung.

Also, wenn du kein Mann bist, aber Interesse daran hast, was sich bei den Männern in deinem Leben womöglich gerade so abspielt – dann schließe dich uns an und mache dich mit uns auf die Suche. Du hast nichts zu verlieren, und du wirst mit Sicherheit zu einem tieferen Verständnis deines Partners, Geliebten, Sohnes, Bruders, Vaters oder Freundes gelangen. Vielleicht kannst du sogar einen Beitrag zu deren Leben leisten, indem du diese Ideen mit ihnen teilst – oder besser noch, indem du ihnen dieses Buch überreichst und ihnen damit die Chance gibst, die hier beschriebenen Ideen und neuen Möglichkeiten für sich selbst zu entdecken.

Im Geist von Offenheit und Verschiedenheit richtet sich dieses Buch selbstverständlich nicht nur an Männer, die mit Frauen Sex haben. Zu einem Gentleman gehört natürlich das Thema Sexualität, und die Empfehlungen in diesem Buch sind auf sexuelle Beziehungen jeglicher Couleur (die

auf beiderseitigem Einverständnis und Rechtmäßigkeit beruhen) anwendbar, für die du dich entschieden hast und in denen du dich gerade befindest.

Sollte ich also eine geschlechtsspezifische Sprache verwenden, die deiner Situation nicht entspricht, sei dir bitte bewusst: Dies geschieht lediglich aus Gründen der Platzökonomie, und *alle Vorlieben* werden hier gleichermaßen gewürdigt.

Die Wahrheit darüber, was es heißt, ein Mann zu sein

Auch wenn du sonst nichts aus diesem Buch mitnimmst, lass zumindest diese eine Möglichkeit zu:

Die Wahrheit fühlt sich immer leicht an. Eine Lüge fühlt sich schwer an.

Vor einigen Augenblicken habe ich dich gebeten, dir vorzustellen, dass du in den Spiegel schaust und den Mann, den du da vor dir siehst, gernhast. Ich habe dich gebeten, dir vorzustellen, alle Gedanken daran loszulassen, was du als Mann tun, wie du dich verhalten und wer du aus der Sicht der anderen sein *solltest*. All das hast du losgelassen und dich leichter gefühlt – weil es für dich wahr war, weil es *stimmig* für dich war. Und du hast dich entschieden, weiterzulesen.

Wisse: Du besitzt einen Instinkt für das, was für dich stimmig ist. Dieser wurde lediglich konditioniert, man hat ihn dir abtrainiert. Ob du dir darüber im Klaren bist oder nicht, du hast schon vor langer Zeit entschieden, dass für dich gewisse Dinge stimmig sind und andere nicht. Aber du hast nie daran gedacht, innezuhalten und dich zu fragen, woher diese Vorstellungen kommen und zu wem sie gehören. Das Ergebnis – die Tatsache, dass du dich im

Wesentlichen im Autopilot-Modus befindest - bedeutet ... nur noch mehr Einschränkungen für dich.

Deshalb lade ich dich ein, diese äußerst simple Frage deinem Werkzeugkasten eines Gentleman hinzuzufügen: **Leicht oder schwer?**

Benutze dieses Werkzeug immer, wenn dir in diesem Buch eine Idee vorgestellt wird - besonders bei solchen, die dich ansprechen oder Gefühle in dir hervorrufen. Fühlt es sich leicht oder schwer an? »Leicht oder schwer?« ist eine wunderbare und dynamische Kurzformel, um herauszufinden, ob eine Idee für dich wahr ist.

Bist du ein »Pferdemensch«?

Wir hatten ja bereits festgestellt, dass du ein Suchender bist. Du suchst nach mehr. Und obwohl du damit ganz und gar nicht allein dastehst, mein Freund, hast du womöglich dennoch das Gefühl, dass nicht jeder so ist wie du. Vielleicht spürst du schon, dass du ein wenig anders bist als einige Menschen in deinem Leben, egal, ob sie aus deinem engeren Umfeld stammen, wie deine Freunde oder Familie, oder ob es die Menschen sind, von denen du nur einen flüchtigen Blick erhaschst, wenn sie im Fernsehen, in Talkshows, in der Zeitung oder in den sozialen Medien ihre Meinung zum Besten geben.

Und obwohl die Welt aus einer Vielzahl von Menschen besteht und Unterschiedlichkeit etwas ist, das wir nicht hoch genug schätzen können, möchte ich an dieser Stelle einen Vergleich aus dem Tierreich bemühen, der dir dabei helfen soll zu verstehen, wer du bist und warum du so anders bist (und dich so anders fühlst).

Diese anderen Leute - die glücklich sind (oder es zu sein scheinen), wenn sie einfach nur herumstehen und alles hinnehmen, was man ihnen sagt, die in einem Zustand der

Passivität leben, ihr Futter wiederkäuen und stoisch ihres Schicksals harren - sind wie Kühe, also sozusagen »Kuhmenschen«.

Du mit deinem Sinn für Abenteuer, mit deiner Neugierde und deiner Fähigkeit zur Veränderung ähnelst dagegen eher einem Pferd, bist also ein »Pferdemensch«. Zwei verschiedene Spezies, die zwar auf dem gleichen Planeten wohnen, aber jeweils ihr eigenes Ding leben.

Aber ich möchte Menschen wie dich und mich nicht unbedingt als Pferde bezeichnen (auch wenn es mich persönlich nicht stören würde), und auch nicht jeden, der nicht so ist wie wir, als Kuh abstempeln. Es ist lediglich eine einfache Art, die Unterschiede zu veranschaulichen, die du vielleicht gespürt hast und von denen du nur nicht wusstest, wie du sie in Worte fassen sollst.

Führen wir stattdessen zwei andere Begriffe ein. Wenn du mit meiner Beschreibung der Merkmale von Pferdemenschen etwas anfangen könntest, dann könntest du genauso gut sagen: So wie ich bist auch du ein »Humanoid«.

Alle anderen, die sich mit dem Status quo zufriedengeben und mit ihrer Situation glücklich sind, können weiterhin einfach »Menschen« bleiben.

Welcher von beiden bist du? Bist du bereit, den Status quo zu verändern, was es heißt, ein Mann zu sein? *Wenn ja - dann lass uns loslegen!*