

SCORPIO

Dain Heer

# BODY

*Whispering*

Der Schlüssel  
zur Heilung

# SCORPIO

**Dr. Dain Heer**

**BODY**  
*Whispering*

Der Schlüssel zur Heilung

Aus dem amerikanischen Englisch von Ulla Rahn-Huber

**SCORPIO**

Das amerikanische Original ist 2021 unter dem Titel *Body Whispering. A New Way of Seeing, Being & Healing* bei Access Consciousness Publishing, Stafford, Texas, USA, erschienen. [www.accessconsciousnesspublishing.com](http://www.accessconsciousnesspublishing.com)

Die in diesem Buch vorgestellten Informationen und Empfehlungen sind nach bestem Wissen und Gewissen geprüft und dienen ausschließlich zum Zweck der allgemeinen Bildung. Autor und Verlag übernehmen keinerlei Haftung für Schäden irgendwelcher Art, die sich direkt oder indirekt aus der Anwendung der hier beschriebenen Methoden ergeben. Bitte nehmen Sie bei ernsthaften Beschwerden immer ärztliche Hilfe für professionelle Diagnose und Therapie in Anspruch. Denn die in diesem Buch bereitgestellten Informationen stellen in keiner Weise einen Ersatz für eine medizinische Beratung dar.

Liebe Leserin, lieber Leser, um den Lesefluss nicht zu stören, wurde in diesem Buch immer die männliche Form »Körperflüsterer«, aber auch »Heiler«, »Arzt«, »Therapeut«, »Coach« usw. gewählt. Selbstverständlich ist auch immer die »Körperflüsterin«, »Heilerin«, »Ärztin«, »Therapeutin«, »Coachin« usw. gemeint.

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 2021  
© 2021 by Dr. Dain Heer  
© der deutschsprachigen Ausgabe:  
2021 Scorpio Verlag in Europa Verlage GmbH, München  
Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München,  
nach einer Vorlage von Audrey Denson  
Umschlagfoto: Alannah Avelin  
Layout und Satz: Danai Afrati, München

Konvertierung: Bookwire

ePub-ISBN: 978-3-95803-330-6

Alle Rechte vorbehalten.

[www.scorpio-verlag.de](http://www.scorpio-verlag.de)

# DANKSAGUNG

Vielleicht denkst du, dass du selbst es warst, der sich entschieden hat, dieses Buch zu lesen. Ich bin mir jedoch ziemlich sicher, dass es sich anders verhält. Höchstwahrscheinlich hatte etwas viel Stärkeres seine Hand im Spiel: DEIN KÖRPER. Du, mein Freund, bist bloß auf den Zug aufgesprungen.

Lange Zeit haben wir das Bewusstsein und die Fähigkeiten unseres Körpers ignoriert. Jetzt erwachen sie langsam zum Leben.

*Unser Körper hört den Ruf der Erde und der Welt ringsum, und das Flüstern wird von Tag zu Tag lauter.*

Dieses Buch ist eine Einladung an dich, zum Körperflüsterer zu werden (um herauszufinden, was genau das bedeutet, musst du es schon lesen). Während unserer gemeinsamen Reise werde ich mein Bestes tun, um dich an den Erkenntnissen teilhaben zu lassen, die ich vor vielen Jahren gewonnen habe, als ich merkte, dass die Körper zu

mir sprachen. Andauernd. Und das mit ziemlich lauter Stimme.

Diese Stimme mag für dich anders klingen als für mich, aber die Grundlagen gelten für uns alle. Der allererste Schritt liegt in der Erkenntnis, dass Körper etwas mitteilen – nur nicht in Worten.

Ich möchte meinem Körper dafür danken, dass er mir gezeigt hat, was wirklich möglich ist, und mich gleichzeitig bei ihm dafür entschuldigen, dass ich so lange gebraucht habe, um endlich hinzuhören.

Ich möchte jedem einzelnen Menschen danken, mit dessen Körper ich in meiner über 20-jährigen Tätigkeit arbeiten und daraus lernen durfte. Jeder, dem ich je begegnet bin, jede Umarmung und jede Sitzung, die ich jemals geschenkt oder empfangen habe, hat in irgendeiner Weise zu diesem Buch beigetragen.

Abschließend möchte ich Gary Douglas danken. Ihn kennenzulernen und mit ihm vor über 20 Jahren die allererste Sitzung nach meiner Methode *Die energetische Synthese des Seins* (*The Energetic Synthesis of Being* – kurz ESB) durchzuführen, hat mir die Augen für die wahren Fähigkeiten geöffnet, die wir im Zusammenwirken mit unserem Körper entfalten können.

Ohne diese Möglichkeit wären mein Körper und ich womöglich nie zu den Co-Kreatoren geworden, die wir heute sind.

Gary sagt gern, er habe alles, was er je gelernt hat, von einem Pferd beigebracht bekommen. Für mich hat jeder Schritt zur Entfaltung meiner inneren Größe mit einem Flüstern von meinem Körper begonnen.

Ist für dich die Zeit gekommen, deinem eigenen Körper zu begegnen? Wirklich?

Dann lass uns beginnen.

Und die Erde und alle Lebewesen, die sie bewohnen,  
werden glücklich sein.

*Dain*

# INHALT

Einleitung: Bist du ein Körperflüsterer? Dann bitte die Hand heben!

## TEIL I: EINE NEUE ART ZU SEHEN

Kapitel 1 - Energie: Die eigentliche Muttersprache neu erlernen

Kapitel 2 - Bewusstsein: Der Schlüssel zur Veränderung

## TEIL II: EINE NEUE ART ZU SEIN

Kapitel 3 - Auf den Körper hören, mit dem Körper sprechen

Kapitel 4 - Der Körper als sensibler Empfänger

Kapitel 5 - Bewertungen loslassen

## TEIL III: EINE NEUE ART ZU HEILEN



Kapitel 6 - Empathie, Mitgefühl und Hingabe überwinden

Kapitel 7 - Durch Chaos heilen

Kapitel 8 - Kongruenz herstellen

Kapitel 9 - In der Frage sein

Kapitel 10 - Alle Fäden zusammenführen: Aus der Präsenz  
heraus praktizieren

Kapitel 11 - Es geht um den Menschen auf deiner Liege

Kapitel 12 - Deinen Wert als Heiler erkennen: Verdienst du  
es, bezahlt zu werden?

Die Zukunft kreieren: Von der Theorie zur Praxis

Ich möchte einfach Danke sagen

Ressourcen: Das Access Clearing Statement

Über den Autor

## EINLEITUNG:

---

*Bist du ein Körperflüsterer? Dann bitte  
die Hand heben!*

Am Anfang meiner Kurse und Workshops bitte ich meist alle Körperflüsterer im Raum, die Hand zu heben. Bei manchen schnellst sie sofort in die Höhe, andere brauchen mehr Zeit, und bei manchen bleibt sie ganz unten.

Was ist mit dir? Bist du ein Körperflüsterer?

Hat in dir gerade irgendetwas *Ja* gesagt?

Es ist eine interessante Frage, *wann* ein Mensch zum Körperflüsterer wird - oder zum Heiler oder Facilitator, welchen Begriff du auch immer wählen magst. Ist es, wenn man eine Praxis aufmacht? Wenn man anfängt, Geld für seine Arbeit zu nehmen? Wenn handfeste, eindeutige Beweise dafür vorliegen, dass man jemanden geheilt, sein Leid gelindert oder ihm zu einem besseren Leben verholfen hat?

Oder werden wir in dem Augenblick zum Körperflüsterer, in dem wir erkennen, dass wir schon immer einer waren? Was wäre, wenn du aus genau diesem Grund jetzt, in

diesem Augenblick, dieses Buch in der Hand halten würdest?

Doch lass mich dich, lasst mich euch zunächst auf angemessene Weise begrüßen ...

*Willkommen. Seid mir gegrüßt, ihr Körperflüsterer!*

Ich begrüße euch, die ihr euch ohne Weiteres mit dem Begriff identifizieren könnt oder bloß eine Ahnung – den Funken einer Vorstellung – davon habt, dass es eine andere Form des Umgangs mit dem Körper gibt, ob mit dem eigenen oder dem anderer Menschen.

Ich begrüße euch, die ihr diesen Weg seit Jahren geht: ihr Practitioner und Facilitatoren<sup>1</sup>, die mit Energie arbeiten, ihr Massagetherapeuten, Reiki-Behandler und Akupunkteure, Notfallmediziner, Psychologen und Krankenpfleger, ihr Leute an der vordersten Front.

Ich begrüße jeden Einzelnen von euch, die ihr euch vorgenommen habt, in eurer eigenen Welt und der Welt anderer Menschen einen Wandel zu bewirken.

Ich bin mehr als dankbar, dass ihr hier seid, selbst wenn ihr glaubt, in keine der oben genannten Kategorien zu passen.

Dieses Buch liegt mir sehr am Herzen. Die Ideen, Erlebnisse, Werkzeuge und Techniken, die ich darin beschreibe, sind aus meiner eigenen persönlichen Geschichte als Initiator des Wandels hervorgegangen und mit ihr verknüpft – mit meiner 20-jährigen lustvollen Reise, auf der ich phänomenale Veränderungen an meinem eigenen Körper und am Körper von Tausenden von Menschen bewirkt und miterlebt habe.

Was ich dir hier vorstelle, ist ein radikal anderes Paradigma von Heilung, Wandel und Transformation. Das Schöne ist, dass du jedes einzelne der Werkzeuge aus

diesem Buch mit deinen bevorzugten Methoden und Techniken kombinieren kannst, um die Veränderung, die du bewirken kannst, zu beschleunigen und zu erweitern.

Ist dir bewusst, dass das Initiieren von Veränderungen im menschlichen Körper leicht, mühelos und fließend sein und sogar Spaß machen kann?

Weißt du, dass du in einen Raum des Seins eintreten kannst – einen Raum, in dem du Dinge wahrnimmst und Einsichten gewinnst, die ein großes Wandlungspotenzial bergen und ganze Welten kreieren können? Wenn du einen solchen Wandel selbst miterlebst, erscheint es dir wie ein Wunder. Ein intensives Hochgefühl stellt sich ein, und tief im Inneren empfindest du Frieden: weil du genau das tust, wozu du hierhergekommen bist.

Dein Raum des Seins ist nur dir selbst zugänglich. Du kannst anderen allein dadurch den Zugang zu heilsamem Wandel eröffnen, indem sie in deiner Gegenwart sind.

Wenn dir die in diesem Buch vorgestellten Ideen und Vorstellungen beim Lesen (vielleicht schon jetzt?) zu abstrakt, schwer fassbar oder unbegreiflich erscheinen – glaube mir, das ist in Ordnung so. Du brauchst dich nicht besonders anzustrengen, um »es zu kapieren«. Lies einfach weiter und genieße den Prozess. Erlaube den einzelnen Teilen, sich ineinanderzufügen. Greif dir heraus, was für dich funktioniert, lass weg, was nicht zu dir passt. Experimentiere, spiele. Sei offen! Gut möglich, dass dein Leben und deine Vorgehens- bzw. Arbeitsweise dadurch formbarer, dynamischer und lustvoller werden.

Lass mich dir erzählen, wie es bei mir gewesen ist:

Vor 20 Jahren war ich Chiropraktiker, lebte an einem der wohlhabendsten und schönsten Orte der Welt und war mit einer Frau verlobt, die die perfekte Partnerin für mich zu sein schien. Nach außen hin wirkte es so, als hätte ich alles. In Wirklichkeit aber war ich ein Wrack: unglücklich

und ohne jede Verbindung zu dem, der ich eigentlich war und was ich mir wirklich wünschte.

Obwohl ich gerade dabei war, eine zweite Chiropraktik-Praxis zu eröffnen, wusste ich tief im Inneren, dass ich einfach nicht das Maß an Wandel zu bewirken vermochte, das mich einmal bewogen hatte, diesen Beruf zu ergreifen. Ich war unausgefüllt und verzweifelt – so verzweifelt, dass ich mir bereits eine konkrete Frist gesetzt hatte, um mir das Leben zu nehmen, sofern sich meine Situation nicht drastisch ändern würde. Und wie sie sich änderte! Ich stieß auf die Werkzeuge von Access Consciousness (von engl. »access« = »Zugang« und »consciousness« = »Bewusstsein«) und erschloss mir damit die wahren Fähigkeiten *meines Ichs*. Ich konnte so vieles loslassen, was mich vorher eingeschränkt hatte – einschließlich der Beziehung, die nach außen hin so ideal für mich gewirkt hatte, es aber überhaupt nicht war. Ich entdeckte mein echtes Potenzial als Gestalter meines Lebens, was zwangsläufig und zu meinem größten Glück auch die Art und Weise veränderte, wie ich mit dem Körper anderer Menschen arbeitete.

Kaum fing ich an, mit den Techniken von Access Consciousness (abgekürzt »Access«) zu arbeiten, stellten sich in meiner Arbeit als Chiropraktiker genau jene Wunder ein, die ich mir immer gewünscht hatte. Im Rahmen der Behandlung von Gary Douglas, dem Gründer von Access, entwickelte ich eine eigene Transformationstechnik, Energetische Synthese des Seins (*Energetic Synthesis of Being* – kurz ESB) genannt, die ich bis heute nutze und in meinen Kursen lehre. Ich wurde zum Co-Kreativeur, zum Mitgestalter der Access-Consciousness-Bewegung, und mein Leben ist seitdem nicht mehr dasselbe – im erdenklich besten Sinne. Jeder einzelne Tag beschert mir weiterhin unglaubliche Veränderungen, Entwicklungen und

Erweiterungen. Es ist also nicht bloß so daher gesagt, wenn ich behaupte: Die Werkzeuge von Access haben mein Leben nicht nur verwandelt – sie haben es *gerettet*.

Wenn du es zulässt, könnten sie auch in deinem Leben und deiner Arbeit ihre weltverändernde Wirkung entfalten.

## Weißt du, dass du einen neuen Weg beschreitest?

Mag sein, dass die auf den folgenden Seiten beschriebenen Werkzeuge nichts mit irgendetwas gemein haben, was dir bisher begegnet ist. Beim Lesen wirst du auf manche Ideen und Vorstellungen stoßen, von denen du dich unmittelbar angesprochen fühlst, sodass du nickst oder vielleicht sogar »Ja, genau!« rufst. Das sind die Stellen, die du immer und immer wieder lesen solltest.

Daneben wird es anderes geben, das du hinterfragst und bei dem du denkst: »Echt, jetzt?« Auch *diese* Stellen solltest du mehrmals lesen. Warum? Weil sich in den Vorstellungen, von denen wir uns spontan distanzieren, möglicherweise ein Geschenk verbirgt – ein kleiner Hinweis oder ein Aha-Moment, der uns zeigt, was wir verändern können, um unserem Leben und unserer Arbeit eine nie dagewesene Dynamik zu verleihen.

Danke für deine Bereitschaft, etwas anderes zu sein und kennenzulernen. Wenn ich »etwas anderes« sage, meine ich etwas *radikal* anderes. Du öffnest die Türen zu einem Raum, den zu betreten nur wenige Menschen bereit sind. Du gehörst zu den Pionieren einer neuen Art zu heilen und nimmst an einem Dialog teil, den nur sehr Wenige auf diesem Planeten führen. Noch!

Wir fangen unsere Reise bei dir an: indem du eine Verbundenheit mit deinem eigenen Körper eingehst und ein Verständnis dafür entwickelst, welches Geschenk er ist. Unser Körper existiert nicht von anderen isoliert. In dem Maße, wie du die Verbindung zwischen dir und deinem Körper vertiefst, verbindest du dich auch tiefer mit dem Körper anderer Menschen. Es gibt keine richtige oder falsche Art, ein Körperflüsterer zu sein. Es ist etwas, was du bereits bist. Wenn überhaupt lösen wir nur auf, was dich daran hindert, es zu sein ... noch hindert.

Wir werden traditionelle Vorstellungen vom Heilen hinterfragen und das Geheimnis der eigentlichen Ursachen von Krankheit, Schmerzen und Leid lüften. Wir schauen uns an, welche Rolle Präsenz, Chaos und das Stellen von Fragen im Heilungsprozess spielen. Wir schauen uns Möglichkeiten an, die anderen ungewöhnlich, ja, vielleicht sogar sonderbar erscheinen mögen. Ich habe damit kein Problem. Sobald du den Wandel erst einmal selbst erlebt hast, wirst du dich an dem Wort »sonderbar« auch nicht mehr stören.

Keiner ist großartiger als du! Es gibt keinen Grund, warum du auf diesen Seiten oder andernorts nicht Dinge entdecken solltest, von denen ich noch keine Ahnung habe. Es ist ein tolles Gemeinschafts-projekt. Also danke, dass du dich mit mir auf den Weg machst. Ich bin schon sehr gespannt, welchen Wandel *du* bewirkst.

Was meinst du? Brechen wir auf?

1. Practitioner: Menschen, die die Kurse von Access Consciousness besucht haben und die Werkzeuge anwenden.  
Facilitatoren: Kursleiter von Access Consciousness.

## TEIL I:

# EINE NEUE ART ZU SEHEN

Was wäre, wenn du dich unmittelbar mit jedem Molekül im  
Universum verbinden könntest?

---

Was, wenn du über ein inneres Leitsystem verfügen  
würdest, das dich, kaum dass du dich eingeloggt hast, zu  
den optimalsten existenziellen und lebenspraktischen  
Wahlmöglichkeiten führen würde?

---

Ist die Zeit reif, um dich mit deiner Vorstellung von  
Bewusstsein auseinanderzusetzen und aus einer Position  
des Schenkens und Empfangens statt des Bewertens  
heraus zu leben?

---



Diese ersten beiden Kapitel legen das Fundament, auf dem alles Weitere aufbaut. Du brauchst nur eins zu tun: mit offenen Sinnen und offenem Geist zu lesen.

## KAPITEL 1

---

# ENERGIE

## *Die eigentliche Muttersprache neu erlernen*

Schauen wir uns zunächst kurz an, welche vielfältigen Kommunikationsmöglichkeiten uns auf diesem wunderschönen Planeten, den wir zurzeit bewohnen, zur Verfügung stehen.

Welche fallen dir ein? Wie teilen wir einander mit, wer wir sind, was wir brauchen, wohin wir gehen oder wo wir gewesen sind?

Wir setzen unsere Stimme ein, um zu sprechen – persönlich, per Telefon, manchmal auch per Videoanruf.

Wir schreiben – auf Papier und elektronisch. Wir versenden Nachrichten, teilen online unseren Status, verfassen E-Mails. Wenn wir es traditioneller mögen, schreiben wir Briefe, und wenn wir mehr zu sagen haben, ein Buch. Ich bin fasziniert von dem Gedanken, dass ich dieses Buch, wenn du es irgendwann liest, Monate, ja

vielleicht Jahre zuvor geschrieben habe - und schon ist es möglich, dass ich über die Zeiten hinweg zu dir spreche. Du könntest diese Worte auf Papier oder dem Bildschirm lesen; ja du könntest sie dir sogar als Hörbuch zu Gemüte führen.

Manche von uns zeichnen, malen oder machen Musik, um anderen mitzuteilen, wer sie sind und was sie im Herzen bewegt.

Stehen wir uns von Angesicht zu Angesicht gegenüber, nutzen wir nicht nur Worte zur Verständigung, sondern setzen auch die Körpersprache ein: Wir reißen vor Schreck die Augen auf oder verdrehen sie frustriert. Wir verschränken die Arme, wenn wir misstrauisch sind, oder fuchteln damit herum, wenn uns Begeisterung überkommt.

Man könnte behaupten, dass wir im verbalen, schriftlichen und körperlichen Ausdruck wahre Meister sind.

Was wäre, wenn es noch eine andere Art gäbe, miteinander zu sprechen, uns zu unterhalten, zu kommunizieren?

Was, wenn uns sehr viel mehr Möglichkeiten zur Verfügung stünden, als wir denken?

Und was, wenn sich unser Leben durch das Ausschöpfen dieser Möglichkeiten auf phänomenale Weise verwandeln könnte?

Energie ist die Muttersprache deines Körpers — und auch deine eigentliche Muttersprache

Hast du je einen Raum betreten, in dem sich schon jemand anderes aufhielt, und dir war noch im selben Moment klar,

dass dieser Jemand nicht gut auf dich zu sprechen war? Vielleicht dein Partner, deine Mutter, deine Schwester, dein Chef. Der Betreffende hatte noch nicht einmal den Mund aufgemacht oder Blickkontakt mit dir aufgenommen – deine Hand lag noch auf dem Türgriff, und dir war bereits bewusst, dass er sauer auf dich war oder dich wegen irgendeiner Sache verurteilte.

Warum? Du hast es gespürt, gefühlt, *gewusst* – der andere teilte es dir energetisch mit.

Und hier noch ein Beispiel dafür, wie Energie zu uns spricht. Kennst du jemanden, der mit dir auf einer Wellenlänge liegt und dich wirklich versteht? Du brauchst am Telefon nur »hallo« zu sagen, und schon weiß dieser Mensch, dass du gerade in einer schwierigen Phase steckst. Mit Worten magst du vielleicht behaupten, es gehe dir gut, aber dein Freund hört etwas anderes. Er empfängt deine Energie.

Energetische Kommunikation ist schnell, unmittelbar und natürlich. Dadurch kannst du augenblicklich eine Verbindung herstellen und hast eine gemeinsame Sprache mit *allem und jedem* im Universum. Mit allem und jedem.

Das gilt auch – *oder ganz besonders* – für unseren Körper. Wir müssen nur wählen, auf Empfang zu gehen und diese Fähigkeit zu üben, die dir bisher womöglich gar nicht bewusst war.

Es fängt bei dir an.

## Schwer oder leicht?

Wenn du Energie bisher nie auf diese Weise betrachtet hast, besteht der erste Schritt für dich darin, deine eigene zu spüren. Sobald du dir ihrer gewahr zu werden beginnst,

wirst du dich fragen, wie du sie jemals nicht bemerken konntest.

Lass mich dir eine Frage stellen: Grob gesagt, wenn sich etwas gut für dich anfühlt, wenn du begeistert, erleichtert, glücklich oder zufrieden bist: Fühlst du dich dann *schwer oder leicht*?

Leicht, nicht wahr?

Wenn du dir wegen irgendetwas Sorgen machst, wenn du Angst hast, traurig oder nervös bist: Fühlst du dich dann *schwer oder leicht*?

Ich tippe auf schwer.

Alternativ hierzu kannst du auch nachspüren, ob sich deine Energie ausdehnt, wenn du glücklich bist. Und fühlst du, wie sie sich zusammenzieht oder du ein Gefühl von Enge oder Bedrückung spürst, wenn du traurig bist?

Was ich dir vermitteln will, ist, dass etwas richtig oder, besser gesagt, *wahr für dich* ist, wenn du bei dem Gedanken daran ein Gefühl von Ausdehnung - oder Leichtigkeit - empfindest. Und wenn es nicht richtig oder unwahr für dich ist, fühlst du dich eng - oder schwer.

Das Empfinden von schwer und leicht ist von Person zu Person verschieden, sodass ich es dir nicht genau beschreiben kann, aber du kannst herausfinden, wie es sich für dich anfühlt.

Manche beschreiben ihr Leicht als ein überbordendes Glücksgefühl; für andere äußert es sich in einem ruhigen Lächeln oder einem Gefühl von Wachstum und Möglichkeiten. Schwer kann als Müdigkeit empfunden werden, als bleierne Last oder Engegefühl.

Mach schwer oder leicht zu deinem inneren Leitsystem. Lerne dein inneres Leitsystem kennen, indem du es zunächst einmal wahrnimmst. Befindest du dich in Gegenwart eines Menschen, mit dem du nicht warm wirst, nimm es wahr. Bist du mit jemandem zusammen, in dessen