

Carsten Klie

# Der Yager-Code



**DER QUANTENSPRUNG IN DER THERAPIE VON  
SCHMERZEN UND PSYCHISCHEN LEIDEN**

# Wir alle haben Fähigkeiten, die über das Bewusstsein hinausgehen

Dr. Edwin Yager



## Der Yager-Code

Der Yager-Code ist eine sehr effektive Therapiemethode zur Behandlung vielfältiger psychischer und körperlicher Probleme, die von dem US-amerikanischen Psychologen und Professor für Psychiatrie Dr. Edwin Yager entwickelt wurde.

Sie nutzt die Kommunikation mit unterbewussten Teilen unseres Geistes, um Konditionierungen aufzulösen und auf diese Weise Ziele zu erreichen, die im Bereich körperlicher Probleme, limitierender Glaubenssätze, belastender Emotionen oder dysfunktionaler Verhaltensweisen liegen können.

Um aus der Behandlung den größtmöglichen Nutzen zu ziehen, ist es von Vorteil, zur Vorbereitung einen Überblick über die zugrundeliegenden Prinzipien, den Verlauf der Sitzung und wichtige Aspekte der Behandlung zu bekommen.



## Die Funktionsbereiche unseres Geistes

Eine der Grundannahmen des Yager-Codes ist es, dass der menschliche Geist auf 3 verschiedenen Ebenen funktioniert.

Das Bewusstsein ist der Bereich, der uns am präsentesten ist und von dem wir meist glauben, dass er uns die Kontrolle über unser Leben und Handeln ermöglicht. Hier sind unser Wille und unsere Motivation angesiedelt.

Im Unterbewusstsein sind Erinnerungen gespeichert, die nur teilweise dem Bewusstsein zugänglich sind. Dazu gehören „automatisch“ erlernte Fähigkeiten wie Gehen oder Sprechen, aber auch die Eindrücke aller Erfahrungen, die wir in unserem bisherigen Leben gemacht haben.

Das Überbewusstsein ist eine übergeordnete, alles integrierende Instanz, die Körper und Geist miteinander verbindet und an der Organisation der wichtigsten unbewussten Funktionen des Körpers beteiligt oder dafür verantwortlich ist. Dieser überbewusste Bereich ist der Dreh- und Angelpunkt der Methode, denn er ermöglicht die Kommunikation zwischen dem Bewusstsein/dem Therapeuten und unterbewussten Anteilen des Geistes – in beide Richtungen. Dr. Edwin Yager nannte diese 3. Ebene "Zentrum".

Wenn wir die Funktionsweise des menschlichen Geistes auf die eines Computers übertragen würden, dann sähe das folgendermaßen aus:

- **Das Bewusstsein: Diese Funktion würde vom Arbeitsspeicher ausgeführt**
  - **Das Unterbewusstsein: Funktion der Festplatte – mit permanenter Datenerfassung**
  - **Das Überbewusstsein: das Betriebssystem**

Der Teil von Zentrum, den wir therapeutisch nutzen, hätte bei einem Computer die Funktion eines Virencanners, der veraltete, schadhafte Programme und Dateien aufspürt und liebevoll auf den aktuellen Stand umprogrammiert.



## Konditionierung

Der Grund für die Tatsache, dass wir mit unserem bewussten Geist und unserem Willen unerwünschte Emotionen und Verhaltensweisen oftmals nicht beeinflussen können, ist ein Lernvorgang des Gehirns – die Konditionierung. Wir lernen in unserem Leben nämlich nicht nur bewusst, sondern auch dann, wenn wir es als solches gar nicht bemerken. Wir haben ein Erlebnis, machen eine Erfahrung und leiten daraus – unbewusst – etwas ab. Auf dieser Grundlage entwickeln wir Gewohnheiten, Überzeugungen und Werte, die uns auch später noch begleiten, ganz unabhängig von der ursprünglichen Situation. Die Arbeit mit dem Yager-Code basiert darauf, eben diese Konditionierungen direkt im Bereich des Unterbewussten aufzulösen und so den Weg für Veränderungen frei zu machen.

Eine wesentliche Rolle spielt dabei die Kommunikation mit den Anteilen des unterbewussten Geistesbereichs.

Immer, wenn wir durch Konditionierung lernen, entsteht ein solcher Teil neu. In ihm ist die entsprechende Lebenserfahrung als Folge eines Ereignisses gespeichert – als quasi „eingefrorene“ Überzeugung, die auch durch spätere Erfahrungen oft nicht mehr beeinflusst wird. Zu dem Zeitpunkt, wenn dieser Teil entsteht, hat dies durchaus eine sinnvolle Funktion. Die Angst vor Hunden, wenn man einmal gebissen wurde, schützt z.B. vor einer Wiederholung dieser Erfahrung. Manchmal sind es auch Missverständnisse oder Fehlinformationen, die zu solch einer andauernden Konditionierung führen. Immer aber will uns dieser Teil vor schmerzhaften Erfahrungen und Gefahren schützen.

Zwar ändern sich die Umstände im Laufe des weiteren Lebens; wir gewinnen an Kenntnissen und Fähigkeiten dazu und haben andere Möglichkeiten, mit Herausforderungen umzugehen – aber der einmal konditionierte Teil bekommt davon nichts mit, er ist immer noch auf dem ursprünglichen Stand der Dinge. Er agiert nach bestem Gewissen und mit positiver Absicht, ist aber leider in der Zeit steckengeblieben.

Der Begriff Konditionierung beschreibt in der Psychologie das Erlernen von Reiz-Reaktions-Mustern.

Man unterscheidet zwei Formen der Konditionierung:

**Klassische Konditionierung:** Bei der klassischen Konditionierung hat der Körper keinen Einfluss auf die Reaktion, ein neutraler Reiz wird mit einem bekannten Stimulus verknüpft, so dass nach einiger Zeit der neutrale Reiz ausreicht, um die gleiche Reaktion auszulösen (Pawlow'scher Hund).

Operante Konditionierung: Sie wird auch instrumentelle Konditionierung genannt. Bei dieser Form der Konditionierung wird die Reaktion durch positive oder negative Verstärkung im Sinne einer Belohnung erlernt. Man deutet dem Organismus, dass dies die richtige und erwartete Reaktion auf den vorangegangenen Stimulus war.

## **Zentrum – Arbeit mit dem Überbewussten**

Für die Kommunikation mit den konditionierten Teilen bedient sich der Yager-Code der überbewussten Funktion des Geistes – hier „Zentrum“ genannt. Zentrum ist in der Lage, selbstständig zu denken, zu entscheiden und zu handeln, und kann Probleme untersuchen und sowohl mit dem Bewusstsein als auch mit unterbewussten Teilen kommunizieren und diese beeinflussen.

Es geht darum, die Teile des Geistes aufzuspüren, die für ein Problem verantwortlich sind, mit ihnen zu kommunizieren, ihnen das heutige Wissen, die heutigen Tatsachen zu vermitteln und sie zu überzeugen, dass eine Veränderung dem Klienten und seiner aktuellen Situation besser entspricht. Dieser Vorgang wird Rekonditionierung genannt. Es findet ein „Umlernen“ statt.

Zu diesem Zweck werden – durch den Therapeuten – Fragen und Aufforderungen an Zentrum gerichtet. Der Therapeut arbeitet so mit Zentrum zusammen an der Lösung des Problems und an der Erreichung des bewusst gesetzten Ziels. Der Klient hat dabei lediglich eine passive Rolle als „Kommunikationskanal“.

## **Grundbedingungen für den Erfolg**

Für eine erfolgreiche Arbeit mit dem Yager-Code sind folgende Dinge von Bedeutung:

Das Behandlungsziel sollte möglichst eindeutig und konkret formuliert werden. Welche Veränderung soll in welcher Form eintreten?

Es muss überhaupt ein bewusster Wunsch des Klienten selbst vorhanden sein, etwas in eine bestimmte Richtung zu verändern. Diese Absicht motiviert dazu, notwendige Handlungen tatsächlich umzusetzen, die sich ggf. aus der Rekonditionierung ergeben.

Voraussetzung ist auch eine gewisse Offenheit des Klienten in der Hinsicht, dass er Änderungen grundsätzlich für möglich hält.

Schließlich ist es wichtig, dass der Klient der Anweisung des Therapeuten während der Sitzung genau folgt.

## **Konditionierung und körperliche Symptome**

Es sind nicht nur kontraproduktive Verhaltensweisen oder belastende Emotionen, die als Folge von Konditionierungen entstehen können, sondern auch körperliche Funktionsstörungen. Auch hier wirken unterbewusste Prozesse, die durch die Arbeit mit dem Yager-Code beeinflusst werden können.

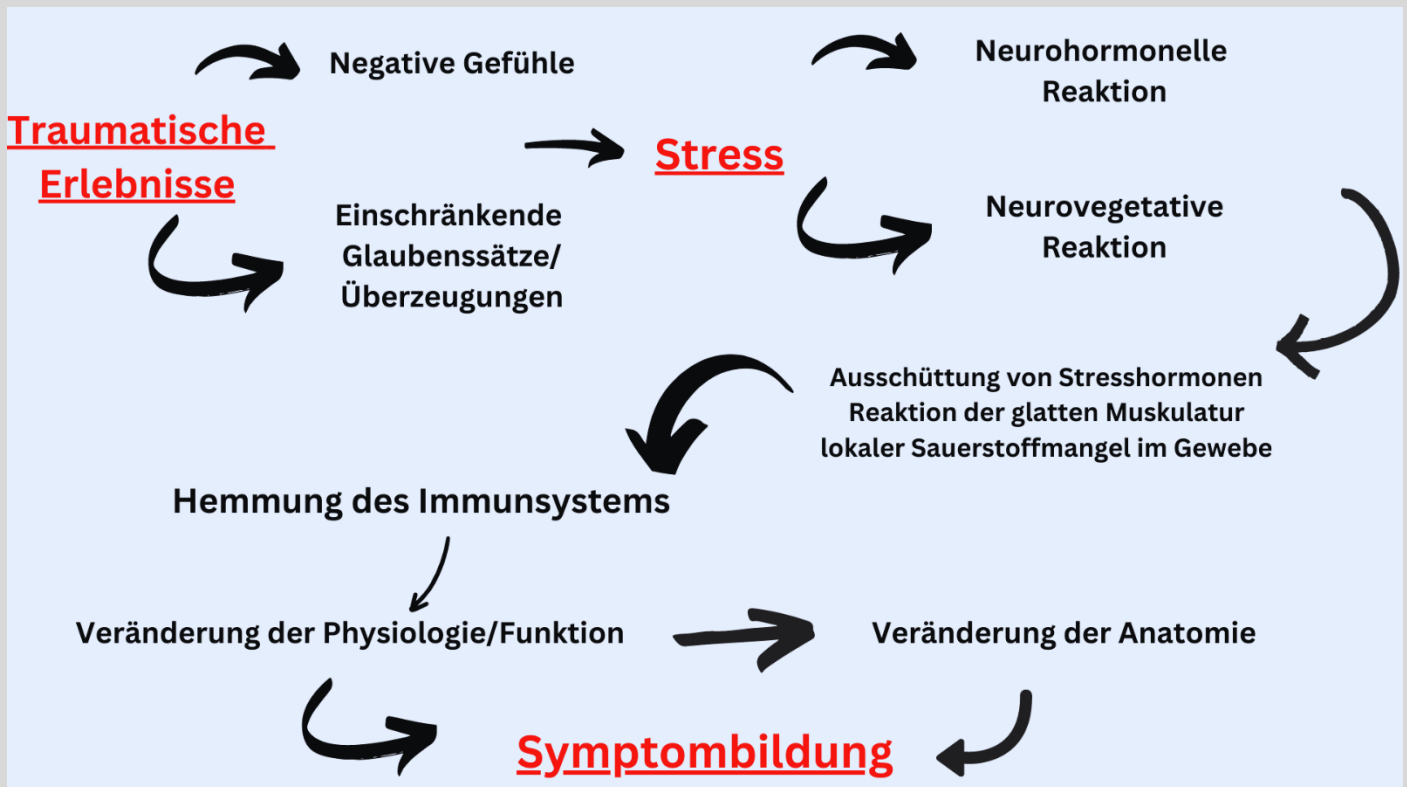
Negative Erlebnisse, die mit entsprechenden Emotionen verbunden sind, lösen immer Reaktionen im Körper aus. Dabei kann es sich sowohl um ein dramatisches einmaliges Erlebnis als auch um eine lang andauernde belastende Situation handeln, die uns noch nicht einmal bewusst sein muss. Sie werden meist auch nicht erinnert, da sie oft aus der Zeit stammen, an die wir uns nicht bewusst erinnern können – in der Regel aus der frühen Kindheit.

Der Mechanismus ausgehend von dem Ereignis/der Situation über die Konditionierung bis zur körperlichen Erkrankung funktioniert über die Ausschüttung von Stresshormonen, wobei insbesondere das Cortisol für die Hemmung des Immunsystems verantwortlich ist, und die Reaktion der glatten Muskulatur.

Das neurovegetative Nervensystem, das die glatte Muskulatur steuert, und das neurohormonelle System werden von der unterbewussten Ebene des Geistes kontrolliert und organisieren die autonomen Vorgänge des Körpers (z. B. Verdauung, Blutfluss, Atmung, Drüsenaktivität).

Einwirkungen aus dem Umfeld des Organismus oder in Form von Gedanken und Emotionen werden in diesem System umgesetzt, ohne dass eine Kontrolle durch das Bewusstsein möglich wäre. So können dysfunktionale Kaskaden in Gang gesetzt werden, die über kurz oder lang in körperlichen Symptomen münden (siehe Abbildung).

Es gilt „mens sana in corpore sanum“ (ein gesunder Geist in einem gesunden Körper) auch in die andere Richtung: Wenn Geist und Seele in Balance sind, ist es der Körper auch (oder eben gerade nicht).



Eine spezielle Form körperlicher Symptome ist der chronische Schmerz. Dieser hat immer einen unterbewussten Hintergrund und dient dem Zweck, die Aufmerksamkeit auf vorhandene emotionale Schmerzen zu lenken. Auch hier wirken alle Mechanismen inkl. der glatten Muskulatur bei der „Verkörperung“.

Die glatte Muskulatur ist das kontraktile Gewebe vieler Hohlorgane. Sie findet vornehmlich in den Wänden von z.B. Blutgefäßen, Darm, Gallengängen, Atemwege, Harnwege und Geschlechtsorgane. Im Gegensatz zur quergestreiften Muskulatur ist sie nicht der willkürlichen Kontrolle unterworfen.



## Der Ablauf einer Therapiesitzung

Die Kommunikation mit dem Überbewussten, mit Zentrum, ist der wichtigste Aspekt einer Sitzung im Rahmen der Yager-Therapie. Zentrum wird angeleitet, bestimmte Aufgaben auszuführen und bestimmte Rückmeldungen zu geben. Die Kommunikation des Therapeuten mit dem Zentrum des Klienten geschieht über den Klienten selbst, der als intellektuell unbeteiligtes Kommunikationsmedium fungiert.

Das Etablieren dieser Kommunikationsmöglichkeit ist der erste Schritt. Der Therapeut bittet den Klienten, sich eine beschreibbare Oberfläche vorzustellen (eine Tafel, einen Bildschirm etc.), auf der Zentrum seine Antworten mitteilen kann. Der Klient gibt dem Therapeuten dann wortwörtlich weiter, was auf dieser Oberfläche erscheint, ohne diese Informationen zu verändern, zu interpretieren, zu beurteilen oder zu kommentieren. Wichtig ist, dass der Klient darauf achtet, seine bewussten Gedanken von den Informationen zu unterscheiden, die von Zentrum übermittelt werden. Der Therapeut wiederum spricht direkt zu Zentrum, denn Zentrum ist sowohl mit dem unterbewussten als auch dem bewussten Bereich des Geistes in Kontakt, so dass es alles wahrnehmen kann, was auf bewusster Ebene geschieht.

Es gibt auch andere Wege der Kommunikation mit Zentrum, wenn die Visualisierung von Schrift auf einer Oberfläche nicht möglich ist. Die wesentlichen Inhalte der Kommunikation sind „Ja“, „Nein“ und „Fertig“, diese kann der Klient ebenso z.B. akustisch (als Hören einer inneren Stimme) oder ideomotorisch (unwillkürliche Fingerbewegungen, die von Zentrum gesteuert werden) empfangen.

Wenn ein Kommunikationsweg gefunden wurde und funktioniert, beginnt der Therapeut, mit Zentrum zu kommunizieren. Er fragt zunächst, ob Zentrum das Problem und auch das Ziel bekannt ist und ob Zentrum bereit ist zu einer Zusammenarbeit. Dann wird Zentrum gebeten, für sich herauszufinden, wie das Problem entstanden ist, um es zu verstehen, nicht, um es zu kommunizieren.

Der wesentliche Teil der Arbeit besteht dann darin, dass Zentrum angeleitet wird, Anteile des Geistes zu suchen und zu identifizieren, die das Problem verursachen oder einen Einfluss darauf haben. Diese soll es in der Folge rekonditionieren, also auf den Stand der aktuellen Realität bringen und überzeugen, dass eine Veränderung zum Wohl des Klienten beiträgt.

Die Inhalte der Kommunikation von Zentrum mit diesen Anteilen müssen dem Klienten nicht zu Bewusstsein kommen; Zentrum ist in der Lage, die therapeutische Arbeit völlig selbstständig auszuführen. Von Interesse ist dann abschließend lediglich, ob Zentrum die Anteile erfolgreich rekonditionieren konnte.

## Die Vorteile des Yager-Codes

- Die Methode ist ursachenorientiert und schnell; es sind nur wenige Sitzungen nötig.
- Es ist keine hypnotische Trance erforderlich. Für Menschen geeignet, die sich auf eine klassische Hypnosetherapie nicht einlassen können oder wollen. Eine Tranceeinleitung kann aber zu besseren Ergebnissen führen.
- Es findet keine Konfrontation mit evtl. traumatischen Erfahrungen statt.
- Der Therapeut muss das zu behandelnde Thema nicht kennen.
- Die Sitzungen können per Telefon, Zoom o. Ä. durchgeführt werden.
- Nach kurzer Zeit kann der Yager-Code als Selbstcoaching genutzt werden.



# Probleme, die mit dem Yager-Code erfolgreich behandelt wurden.

(Quelle: Norbert Preetz, Der Yager-Code – Heilen mit der höchsten inneren Instanz, ISBN: 978-3-9814826-8-3 (E-Book))

## Allergien

Asthma

Heuschnupfen

Unverträglichkeiten

## Ängste

Generalisierte Angst

Phobien

Panikattacken

## Atemwegserkrankungen

Asthma

Atemnot

Nebenhöhlenentzündung

Ständiger Schnupfen

## Dental

Bruxismus (Zähneknirschen/pressen)

Zahnarztphobie

## Depressionen/Stimmung

Leichte und schwere Depressionen Pathologische Trauer

Postnatale Depressionen

## Dermatologisch

Neurodermitis

Psoriasis

Urtikaria/Nesselausschlag

Warzen

## Dissoziative Störungen

Bewusstseinsengung

Dissoziative Identitätsstörung

## Esstörungen

Adipositas (Übergewicht)

Anorexie (Magersucht)

Bulimie

## Gastrointestinal

Magengeschwüre

Reizdarmsyndrom

Verdauungsbeschwerden

## **Gynäkologisch**

Geburtsvorbereitung  
Menstruationsstörungen  
Scheidenkrampf  
Schwangerschaftsübelkeit  
Unerfüllter Kinderwunsch  
Vulvodynie

## **Heilung**

Bakerzyste  
Offenes Bein, nicht heilende Wunde  
OP-Vorbereitung

## **HNO**

Hörsturz  
Misophonie  
Tinnitus

## **Kardiologisch**

Bluthochdruck  
Herzrasen  
Herzrhythmusstörungen

## **Neurologisch**

Chronische Verspannung  
Karpaltunnelsyndrom  
Lähmungserscheinungen  
Missempfindungen  
Schwindel  
Verlorenes Körpergefühl

## **Orthopädisch**

Bewegungseinschränkungen  
Golferarm  
HWS-, BWS-, LWS-, ISG-Blockade  
Ischiasschmerzen  
Schulter-, Hüft- und Kniebeschwerden  
Tennisarm  
Verspannungen

## **Psychologisch**

Persönlichkeitsstörungen  
PTBS  
Traumatisierungen  
Zwänge

## **Schlafstörungen**

Durchschlafstörungen  
Einschlafstörungen  
Frühmorgendliches Erwachen

## **Schmerzen**

Migräne  
Organisch verursachter Schmerz  
Phantomschmerzen  
Rückenbeschwerden  
Spannungskopfschmerz  
Sympathische Reflexdystrophie (Morbus Sudeck)

## **Schulisch**

Konzentrationsstörungen

Lernstörungen

Legasthenie

Dyskalkulie

ADHS

Prüfungsängste

## **Selbstbild**

Selbstbewusstsein

Selbstvertrauen

Selbstwertgefühl

## **Sexuelle Störungen**

Dyspareunie (schmerzhafter Geschlechtsverkehr)

Erektionsstörungen

Orgasmusstörungen

Vaginismus (Scheidenkrampf)

Verlust der Libido

Vorzeitige Ejakulation

## **Sonstiges**

Wut, Hass

Katastrophengedanken

Beziehungskonflikt

Berufliche Blockade

Sportliche Blockaden

Hand- oder Körperschweiß

Sehchwäche

## **Sprache**

Stottern

Stammeln

Mutismus

Beschleunigte Sprache

Desorganisierte Sprache

## **Süchte (chemisch)**

Alkohol

Medikamente

Nikotin

Straßendrogen

## **Süchte (nicht chemisch)**

Abhängigkeit in Beziehungen

Hörigkeit

Sexsucht

Spielsucht

## **Urologisch**

Chronische Blasenentzündung

## **Verhalten**

Nägelkauen

Negative Angewohnheiten

Selbstzerstörerisches Verhalten

Ticks

Trichotillomanie (Haare ausreißen)

Die genannten Beschwerdebilder beruhen auf Erfahrungsberichten von Kollegen, die mit dem Yager-Code arbeiten und in o.g.

### Effektivität der Yager-Therapie - Ergebnisse aus den Studien

	<u>Durchschnittliche</u> Behandlungs- stunden	Effektgröße nach <u>Cohen's d</u>	<u>Durchschnittl.</u> Verbesserung	n Anzahl der Fälle	n > 80 %
<b>Süchte/Abhängigkeiten</b>	<b>2,1</b>		<b>94 %</b>	<b>10</b>	<b>9</b>
<i>Chemisch</i>	2,5	1,15	98 %	3	3
<i>Rauchen</i>	2,0	0,95	99 %	4	4
<i>Andere</i>	2,0	1,06	84 %	3	2
<b>Angst</b>	<b>3,2</b>		<b>80 %</b>	<b>57</b>	<b>39</b>
Allgemeine Angst	4,2	0,26	87 %	24	19
Zwangsstörung	2,1	0,28	61 %	17	5
Panisch D	2,8	0,36	85 %	12	9
Phobisch D	1,5	0,39	82 %	10	6
<b>Stimmung</b>	<b>3,0</b>		<b>82 %</b>	<b>25</b>	<b>15</b>
Wut	2,0	0,37	83 %	12	7
Depression	2,8	0,71	79 %	4	3
Schuld	4,4	0,43	74 %	8	4
<b>Physisch</b>	<b>2,9</b>		<b>68 %</b>	<b>31</b>	<b>19</b>
Asthma	2,0	1,57	84 %	2	1
Magen/Darm	4,7	0,25	75 %	3	1
Schmerz	2,5	0,33	75 %	14	9
Gewicht	3,2	0,55	57 %	3	0
<i>Andere</i>	1,9	0,86	87 %	9	6
<b>Sexuell</b>	<b>7,8</b>		<b>97 %</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
Leistung	21	1,84	93 %	2	2
Vaginismus	5,0	2,00	100 %	2	2
<b>Schlaf D</b>	<b>2,9</b>	<b>0,49</b>	<b>82 %</b>	<b>8</b>	<b>4</b>
<b>Andere</b>	<b>2,9</b>	<b>0,27</b>	<b>86 %</b>	<b>19</b>	<b>16</b>
<b>Gesamt</b>				<b>156</b>	

Success-Rates - Dec. 2013

Im Durchschnitt wurden 3,5 Sitzungen benötigt. Ohne Vorgespräch

Autor:

Quelle: Die Yager-Therapie

Herausgeber : Verlag Erfolg und Gesundheit; 2. Edition (31. Dezember 2019)

Gebundene Ausgabe : 400 Seiten

ISBN-10 : 3981482646

ISBN-13 : 978-3981482645

## **Yager-Code und Hypnose**

Die klassische ursachenorientierte Hypnosetherapie (Regressionstherapie /Hypnoanalyse) ist ein starkes Werkzeug und kann schnell zu besten Ergebnissen führen, da im Erkennen und neu Verarbeiten der verursachenden Situation ein enormes Heilungspotential liegt. Diese Methode ist sehr gut geeignet für Menschen, die sich auf eine tiefe Trance (= loslassen) einlassen können und die unbedingt wissen wollen, was ihnen widerfahren ist und warum sie daraufhin Probleme entwickelt haben. Auch wenn beim Yager-Code eine Tranceeinleitung nicht notwendig ist, kann die Behandlung mit Trance den Prozess unterstützen, beschleunigen, vertiefen und das Ergebnis verbessern. Mit meinem Programm „Tiefenentspannung“, das Sie auf der Website <http://www.stillpoint-bs.de/> kostenfrei herunterladen können, bekommen Sie ein Trancetraining (oder einfach ein Entspannungsprogramm) und können ganz in Ruhe testen, wie sich eine Trance anfühlt und ob Sie sich darauf einlassen wollen und können.

## **Osteopathie und Yager-Code**

Beide lassen sich hervorragend kombinieren, um alle Aspekte (körperlich, mental, emotional) zu behandeln und das Ergebnis optimal zu integrieren. Mit dem biodynamisch-bioenergetischen Ansatz der Osteopathie kann der Osteopath den körperlichen Prozess während der gleichzeitigen Anwendung des Yager-Codes begleiten und therapeutisch unterstützen.

**"Die Medizin wird kategorisch in eine Medizin für Körper ohne Seelen und eine für Seelen ohne Körper eingeteilt."**

Thure von Uexküll

(1908 - 2004)

Arzt und Begründer der psychosomatischen Medizin

Es ist an der Zeit dem Denken eine Neue Richtung zu ermöglichen. Die Forschungsergebnisse der Psycho-Neuro-Immunologie zeigen mit aller Deutlichkeit wie eng Psyche und Körper in Wechselwirkung zueinanderstehen. Selbst wenn der psychische Anteil an einer Problematik nur 10% ausmachen sollte, stehen, nach dem dieser Teil rekonditioniert wurde dem Organismus 10% mehr Potential zur Verfügung, um Veränderungs- oder Heilungsprozesse zu unterstützen.

## **Warum Zentrum?**

Dr. Ed Yager hat die in der Psychotherapie klassischen Begriffe von Bewusstsein und Unterbewusstsein um einen therapeutisch nutzbaren Begriff erweitert, der in vielen nichtwestlichen Kulturen ein fester Bestandteil ist. Es gibt viele Namen dafür: das Überbewusstsein, das höhere Bewusstsein, das göttliche Bewusstsein, höheres Selbst, höhere Instanz. Er nannte es neutral und international anwendbar einfach Zentrum. Yagers größte Leistung war aber, dass er einen einfachen, schnellen Weg gefunden hat, um mit dieser Instanz zu kommunizieren. In der indoasiatischen Kultur wird seit Jahrhunderten dafür der Weg über die Meditation genutzt, allerdings mit dem Nachteil, dass es womöglich Jahre braucht, um mit dem höheren Selbst kommunizieren zu können und zu Weisheit und Gesundheit zu gelangen.

## **Konkretes Vorgehen – eine fiktive Sitzung**

Damit noch besser vorstellbar wird, wie eine Sitzung zur Behandlung mit dem Yager-Code abläuft, sei hier im Folgenden eine fiktive Sitzung beschrieben.

Wir nehmen eine Patientin mit dem Namen Susanne an, die mit ihrem Problem in die Praxis kommt. Dies kann z.B. ein körperliches, seelisches oder Verhaltensproblem sein, entweder akut oder auch schon länger bestehend und chronisch.

Zunächst wird in einem Gespräch zwischen dem Therapeuten und Susanne geklärt, wie das Problem genau beschaffen ist und wie das Ziel der Behandlung konkret formuliert werden kann. Auch werden die Grundlagen und wichtigen Aspekte der Yager-Therapie noch einmal angesprochen.

Dann beginnt die eigentliche Arbeit:

Therapeut an Susanne: „Wir haben die Grundlagen geklärt und das Ziel vereinbart. Wenn du bereit bist, kann es losgehen. Das Wichtigste ist: Wenn ich einen Satz mit „Zentrum“ beginne, liest du nur vor, was auf der Tafel steht. Beginne ich einen Satz mit deinem Namen, möchte ich eine Antwort von dir. Ist das OK?“

Susanne: „OK.“

Therapeut an Susanne: „Susanne, stell dir bitte eine Tafel vor (oder eine Alternative). Ist die Tafel da?“



Susanne: „Ja.“

Therapeut an Zentrum: „Zentrum von Susanne, wenn du bereit bist, mit mir zu kommunizieren, schreibe bitte ein ‚Ja‘ auf die Tafel.“

Therapeut an Susanne: „Susanne, kannst du das „Ja“ lesen?“

Susanne: „Ja.“

Therapeut an Susanne: „Susanne, wenn es von Zentrum kommt, ist es in den meisten Fällen nicht abwischbar. Bitte versuche, es wegzuwischen. Ist es noch da?“

Susanne: „Ja.“

Therapeut an Susanne: „Dann kommt die Antwort von Zentrum.“

Therapeut an Zentrum: „Zentrum, bist du bereit, mit mir zu kommunizieren?“

Zentrum (vermittelt über Susanne): „ Ja.“

Therapeut an Zentrum: „Hast du das Konzept des Yager-Codes verstanden?“

Zentrum (vermittelt über Susanne): „Ja.“

Therapeut an Zentrum: „Ist dir das Problem bewusst, an dem wir heute arbeiten wollen?“

Zentrum (vermittelt über Susanne): „ Ja.“

Therapeut an Zentrum: „Bist du bereit, mit mir das Problem zu lösen?“

Zentrum (vermittelt über Susanne): „Ja.“

Therapeut an Zentrum: „Zentrum, bitte untersuche das Problem. Wann und wie ist es entstanden? Bitte schreibe ‚fertig‘ auf die Tafel, wenn du die Untersuchung beendet hast.“

Zentrum (vermittelt über Susanne): „Fertig.“

Therapeut an Zentrum: „Verstehst du jetzt, wo das Problem herkommt?“

Zentrum (vermittelt über Susanne): „ Ja.“

Therapeut an Zentrum: „Führe eine Suche durch und identifiziere die Teile des Geistes, die das Problem verursachen.“

Zentrum (vermittelt über Susanne): „Fertig.“

Therapeut an Zentrum: „Wie viele Teile sind es?“

Zentrum (vermittelt über Susanne): „34.“

Therapeut an Zentrum: „Wähle einen dieser Teile aus. Kommuniziere mit diesem Teil in folgenden zwei Schritten:

1) Höre zu, finde heraus, was dieser Teil glaubt, warum dieser Teil glaubt, was er glaubt, und warum er dieses Problem verursacht oder dazu beiträgt.

2) Kläre diesen Teil auf und rekonditioniere ihn: Informiere ihn Teil auf der Grundlage des gewonnenen Verständnisses über die gegenwärtige Situation.

Überzeuge den Teil von deiner Denkweise und warum es im besten Sinne von Susanne ist, das Problem zu überwinden.“

Zentrum (vermittelt über Susanne): „Fertig.“

Therapeut an Zentrum: „Warst du erfolgreich?“

Zentrum (vermittelt über Susanne): „Ja.“

Diese beiden Schritte werden so lange durchgeführt, bis alle Teile rekonditioniert sind. Es werden mehrere Suchen durchgeführt und die Menge der Teile, die Zentrum selbstständig bearbeitet, immer weiter zusammengefasst, bis keine Teile mehr gefunden werden.

Zentrum wird danach gebeten –wenn es ihm notwendig erscheint, – dem Patienten bewusst zu machen, was zur Entstehung des Problems beigetragen hat.

Therapeut an Zentrum: „Danke, Zentrum. Phantastische Arbeit!“

Zum Abschluss wird der Erfolg überprüft (z. B. bei Schmerzen ist dies sofort möglich, andere Fälle können über die Vorstellung – ob noch negative Emotionen vorhanden sind – oder auch erst im Verlauf überprüft werden) und ein weiteres Vorgehen besprochen.



## Literatur:

Das Yager-Code-Kompendium – Dr. Norbert Preetz

669 Seiten

Sprache: Deutsch

Herausgeber: Verlag Erfolg und Gesundheit

Erscheinungstermin: 31. Dezember 2022

ISBN-10: 3981482697

ISBN-13: 978-3981482690

Die Yager-Therapie – Dr. Edwin Yager

400 Seiten

Sprache: Deutsch

Herausgeber: Verlag Erfolg und Gesundheit

Erscheinungstermin: 31. Dezember 2019

ISBN-10: 3981482646

Weiterführende Informationen zum Yager-Code:

Hypnose vor laufender Kamera (die praktische Anwendung – mit Tranceeinleitung)

<https://www.youtube.com/watch?v=D3OCjwBKkSU&t=570s>

Vortrag Norbert Preetz

<https://www.youtube.com/watch?v=GATKebmkfBo&t=232s>

Podcast

<https://www.podcast.de/episode/585883388/special-wie-der-yager-code-verborgene-krankheitsursachen-aufdeckt-und-heilt-experteninterview-mit-dr-preetz>

<https://www.podcast.de/episode/555236905/der-yager-code-aufloesen-von-tiefsitzenden-konflikten-und-verletzungen>

Wenn Sie Fragen zum Yager-Code haben, melden Sie sich bitte.

Sie dürfen den Text gerne teilen. Auch Kollegen dürfen ihn gerne als Info an Ihre Klienten/Patienten weitergeben. Es wäre aber höflich ihn in dieser Form zu belassen und nicht nur zu kopieren und als selbstverfasst zu verbreiten.

Dieser Text wird auch immer wieder auf den neuesten, zeitgemäßen Stand „rekonditioniert“.

## Kontakt:

Carsten Klie

Osteopath – Hypnosetherapeut- Heilpraktiker

Stillpoint- Praxis für Osteopathie

Fabrikstraße 5

38122 Braunschweig

Tel: 0531-2801793

[www.stillpoint-bs.de](http://www.stillpoint-bs.de)

