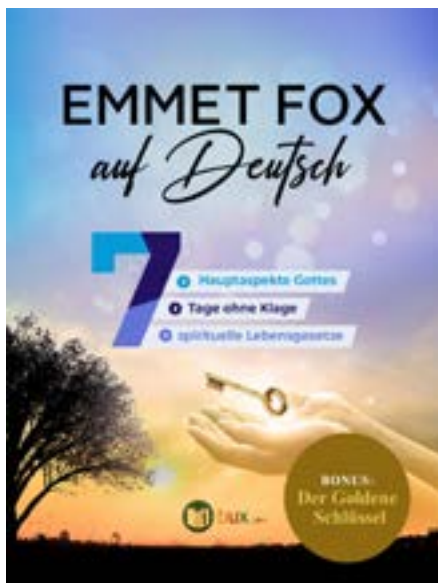


## Der Goldene Schlüssel

Der „Goldene Schlüssel“ ist ein kurzer Aufsatz von Dr. **Emmet Fox** (1886 – 1951). Dieser Aufsatz ist als kostenloser Bonus im Buch „[Emmet Fox auf Deutsch](#)“ enthalten.



### **Anspruch:**

Der Goldene Schlüssel verspricht inneren Frieden und die Lösung jedweder Schwierigkeit durch die wiederholte Anwendung einer einfachen Formel.

Wir werden zuversichtlicher, positiver und ausgeglichener. Das Lesen alleine genügt nicht!

## Wie wirkt diese Formel?

Es geht darum, unsere einprogrammierten Gedanken, unbewussten Glaubenssätze, egoistischen Identifikationen und Vorurteile abzublocken, und die Barriere zwischen der optimalen Lösung durch eine Höheren Instanz zu beseitigen.

Das menschliche Bewusstsein kann jeweils immer nur bei einem einzigen Gedanken bleiben. Wir können einen Gedanken nicht einfach „fallenlassen“. Wenn wir ihn loshaben wollen, müssen wir ihn durch einen anderen Gedanken ersetzen.

## Wer oder was ist diese „Höhere Instanz“?

Emmet Fox war Geistlicher und verwendete den Begriff „Gott“. Es geht jedoch nicht um einen „Gott“ irgendwo „da oben im Himmel“, sondern um den „Gott **in** uns“. Gemeint ist die alles und jeden durchdringende Energie, unabhängig von irgendeiner Glaubensrichtung oder Religion.

Andere Autoren haben hierfür wieder andere Umschreibungen gewählt. So spricht Dr. Joseph Murphy zum Beispiel in seinem bekanntesten Buch „[Die Macht Ihres Unterbewusstseins](#)“ fast ausschließlich vom „**Un-terbewusstsein**“ und Neville Goddard bezeichnete diese schöpferische Instanz als „**Imagination**“.

Es gibt aber auch Autoren wie [Dorothea Brande](#) oder [Emile Coué](#), immerhin einer der erfolgreichsten Lehrer des Gesetzes der Anziehung (ohne diesen Begriff auch nur ein einziges Mal zu erwähnen), welche völlig auf eine religiös angehauchte Terminologie verzichteten.

## Muss man an Gott glauben, damit diese Methode funktioniert?

Aus den vorhergehenden Zeilen ergibt sich bereits, dass es **nicht** um Religion geht. Worte wie „Gott“ oder „göttlich“ sind hier nur einfache Stilmittel. Beim Goldenen Schlüssel handelt es sich um nichts „Christliches“ oder anderweitig Religiöses, sondern um ein Mittel zur mentalen Umprogrammierung.

Es ist egal, welche religiösen Anschauungen der Anwender hat (oder ob er/sie überhaupt welche hat).

Über die Anwendung des Goldenen Schlüssels nehmen wir Kontakt mit dem „Quantenfeld“ (eine weitere Metapher für „Gott“ = das grenzenlose Feld endloser Möglichkeiten) auf, um von dort Antworten und Lösungen zu erhalten, die wir durch verstandesmäßiges Überlegen niemals gefunden hätten.

## Anwendungsbeispiele

Das Konzept ist äußerst einfach und hängt im Grunde nur von unserer vorurteilslosen Einstellung und einer disziplinierten Umsetzung ab.

Es ist lediglich Folgendes zu tun:

- » Sobald wir mit einem Problem konfrontiert sind, **stoppen wir sämtliche Gedanken an das Problem!** Wir grübeln nicht mehr darüber nach und denken **stattdessen an Gott.**

Emmet Fox verwendet hierfür die Bezeichnung „wissenschaftliches Beten“.

Da es uns Menschen unmöglich ist, sich eine Vorstellung von „Gott“ zu machen, führt Emmet Fox im obigen Buch einige Beispiele auf, wie wir uns diesem Konzept geistig annähern können.

Es dürfte den Wenigsten gelingen, auf Anhieb geistig umzuschalten. Wir müssen dieses neue Denken deshalb **immer wieder einüben**, bis wir geistig sozusagen auf „Leerlauf“ geschaltet haben.

In diesem neutralen Geisteszustand haben wir Zugriff auf die grenzenlosen Möglichkeiten des Quantenfelds, sodass sich die optimale Lösung zeigen kann.

## **Praktisches Beispiel**

Nehmen wir als fiktives Veranschaulichungsbeispiel ein finanzielles Problem:

Sie haben noch €15 auf dem Konto und die nächste Miete (oder Hypothekenrate) steht an.

Das ist Ihr aktuelles Problem. Sie machen sich Sorgen und können fast an nichts anderes mehr denken. Sie grübeln ständig darüber nach, was Sie tun könnten, um dieses Problem zu lösen.

Das ist hochgradig kontraproduktiv.

Warum?

Weil auf der energetischen Ebene jetzt Folgendes geschieht:

Um die Dinge klar zu sehen, brauchen wir Seelenfrieden und innere Ruhe. Die ständige Grübelelei jedoch führt zu Anspannung und Stress, und vereitelt jede brauchbare Idee.

Dazu kommt, dass das Problem umso größer wird, je mehr Sie sich darin verbeißen. Alles, was unsere Aufmerksamkeit erhält, neigt dazu, immer größer zu werden. Dasselbe gilt für alles, wogegen wir ankämpfen.

Emmet Fox hierzu: *„Viele Menschen, die in Schwierigkeiten stecken, begehen den Fehler, sich ein Buch nach dem anderen vorzunehmen, was sie nicht weiterbringt, oder sie zermartern sich den Kopf über das Problem, sehen es sich unablässig von allen Seiten an und machen sich über den Ausgang Sorgen.“*

Der Goldene Schlüssel wirkt nun wie ein mentaler Trick, um uns zu sammeln, positiv zu stimmen, und unsere Aufmerksamkeit vom Problem abzuziehen.

Die Folge ist, dass das Problem nicht schlimmer wird, sich erübrigt oder auf andere Weise gelöst wird.

Statt nun ständig an den Kontostand und die bevorstehende Zahlung zu denken, legen Sie sich eine oder mehrere Umschreibungen für „Gott“ (in der weitestgefassten Bedeutung) zurecht und wiederholen diese, zum Beispiel:

Gott ist allmächtig!  
Gott ist allwissend!  
Gott ist allgegenwärtig  
Gott ist Liebe ...!

An die Stelle des Kontoproblems setzen Sie also einfach nur ein Bild, das Sie von „Gott“ haben.

Durch die Wiederholung solcher Affirmationen (selbst dann, wenn Sie den Mechanismus nicht ganz verstehen) lösen Sie Ihre Fixierung auf das Problem auf.

## **Was geschieht dabei?**

Jetzt grübeln Sie nicht mehr über Ihr momentanes Problem nach. Stattdessen füllen Sie Ihr Bewusstsein mit positiven Eigenschaften oder Tugenden an.

*„Versuchen Sie nicht, verstandesmäßig herauszufinden, wie die Lösung aussehen wird.“*

Übertragen auf unser Kontobeispiel bedeutet dies:

Falls Sie darauf hoffen, dass bis zur Fälligkeit der Mietzahlung eine Überweisung auf Ihrem Konto eingeht, und jetzt jede Stunde Ihr Konto aufrufen, um nachzusehen, ob Geld eingetroffen ist, zeigen Sie durch Ihr Verhalten, dass Sie dem Prozess nicht vertrauen. Sie zweifeln und werden deshalb zweifelhafte Ergebnisse ernten.

*„Überlassen Sie die Mittel und Wege Gott.  
Das ist genug!“*

Sich um die Art und Weise (das „Wie“) zu sorgen, zeigt, dass bislang noch das Ego das Sagen hat.

Emmet Fox gibt in seiner Abhandlung noch einige weitere Empfehlungen (Text mehrfach durchlesen, beharrlich sein, getreulich befolgen, Anwendung des Goldenen Schlüssels bei anderen Menschen ...), aber im Kern ist das der komplette „Goldene Schlüssel“

## Ist der Goldene Schlüssel für jedermann geeignet?

Jein.

Unseres Erachtens ist diese Methode die **einfachste** von allen – aber natürlich nicht die einzige.

Ebenfalls sehr einfach ist die Coué-Methode. C. Harry Brooks, wohl der beste Analytiker Coués (er hatte Emile Coué über Monate hinweg in Nancy beobachtet) beschreibt die Methode hervorragend.

**Coué** wird häufig im Zusammenhang mit der Genesung von Krankheiten in Verbindung gebracht (und zu seinen Lebzeiten war dies sicherlich das beherrschende Problem eines Großteils der Bevölkerung), seine Methode gilt aber „in jeder Hinsicht“.



Ein sehr tiefeschürfender Denker war **Neville Lance-  
lot Goddard**. Wirft man einen Blick in einschlägige Foren, so scheinen seine Ansätze von vielen Personen allzu sehr simplifiziert worden (= nicht verstanden worden) zu sein.

Neville betonte immer wieder, dass sich die Erfüllung des Wunsches **natürlich** anfühlen müsse. Sich darauf zu beschränken, „so zu tun, als ob“, oder sich das ersehnte Ergebnis einfach nur „vorzustellen“, dürfte den meisten Leserinnen und Lesern (unseres Erachtens) noch nicht das Wunschergebnis bringen.

Zu bedenken ist auch, dass Neville von seiner Ausbildung her Tänzer war, und deshalb sowohl hinsichtlich der Schulung seiner Vorstellungsgabe, der Dramaturgie als auch der körperlichen und geistigen Entspannung einen enormen Vorteil mitbrachte (wie von seinem Zeitgenossen [Israel Regardie](#) beschrieben).

Die beste Zusammenfassung von Nevilles Lehre dürften die so genannten „vier Kernlektionen“ sein (enthalten im Buch „[Die geheime Psychologie biblischer Prinzipien](#)“).

Wer mit Nevilles Anweisungen nicht die erhofften Ergebnisse erzielt, dürfte mit Affirmationen (wie sie zum Beispiel von **Joseph Murphy** - insbesondere für spezifische Fälle - empfohlen) wurden, besser fahren.

Egal, für welche Vorgehensweise Sie sich entscheiden, sollten Sie einen langen Atem mitbringen. Es kann im Einzelfall schnell gehen, aber in den meisten Fällen wird es wohl lange dauern (Jahre), wengleich der Erfolg gesichert ist.

Techniken wie die Coué-Methode sind ohnedies für die tägliche Anwendung über den Rest des Lebens gedacht.