



# Anleitung

## für Deine BLESSING STICK -Zeremonie

Für mich bedeutet die Fusion von Spiritualität und Business keineswegs, dass ich jedes Mal die Tarotkarten befrage, bevor ich eine Entscheidung treffe oder vor jedem Zoom-Call eine ausgedehnte Räucherzeremonie abhalte.

Vielmehr achte ich darauf, voll präsent zu sein und in mich hineinzulauschen. Ich bin hellwach, achte auf das, was mir jeden Tag begegnet und webe es in meine Entscheidungen und Handlungen mit hinein.

Rituale und Zeremonien sind ebenfalls ein wundervolles Mittel, um den Business-Alltag kraftvoll-spirituell zu leben.

Und wenn Du denkst, dass es auch für Dich an der Zeit ist, eine zeitgemäß interpretierte Spiritualität mit Deinem Herzensbusiness zu verknüpfen, dann findest Du auf den folgenden Seiten ein paar zauberhafte Inspirationen, wie Du es am besten anstellst.



Deine Ariane



# Blessing Stick-Zeremonie

## Einen Blessing Stick anfertigen

Blessing Sticks bestehen aus ganz einfachen Stöcken, die während der Zeremonie mit Wollfäden umwickelt werden.

Dabei steht jede Farbe für eine bestimmte Energie. Für welche, das entscheidest Du für Dich.



Bei mir stehen z. B. blau und grün für Entspannung, für Atmen, für Pause machen und Stille. Orange und magenta steht für Aktion, Interaktion, Kommunikation und Gemeinschaft.

Ein Blessing-Stick, den ich z. B. für den Launch eines meiner Angebote anfertige, besteht also eher aus den „aktiven“ Farben orange und magenta. Liegt meine Intention eher darin, dass ich eine große Gruppe Frauen entspannt und trotzdem effektiv durch ein Mentoring-Wochenende führe, dann trägt der Blessing-Stick sowohl aktive als auch passive Farben.

### Deine Intention ist das Wichtigste!

Frag Dich vorher:

Für welche Situation fertige ich den Blessing Stick an und wie möchte ich diese Situation erleben?

Wähle dann 2 bis 4 Farben aus, die symbolisch für die Energien Deines Erlebens stehen.

Während Du Deinen Blessing Stick anfertigst, ist Deine Aufmerksamkeit vollkommen bei Deiner Intention.

Während des rituellen Wickelns spreche ich beispielsweise leise oder auch laut kleine Gebete oder auch Segenswünsche aus. Durch das kreative Werkeln mit den Händen entsteht bereits meine erste Handlung in die erwünschte Richtung.



## Aufmerksamkeit verstärkt!

Bestimmt hast Du schonmal was von mentalen Gesetzmäßigkeiten gehört. Eine davon lautet:

### **Aufmerksamkeit verstärkt!**

Das bedeutet, dorthin, wo wir unsere Gedanken lenken, setzt sich etwas in Bewegung, das unsere Realität entstehen lässt.

Einen Blessing-Stick anzufertigen, während Du Deine Aufmerksamkeit voll und ganz auf Deine Business-Absicht lenkst, wird dies Deinen Projekten einen ganz neuen Drive geben.

Denn mit einem solchen Ritual setzen wir nicht nur unsere kraftvolle Intention in Gang, sondern ebnen auch den, damit zusammenhängenden Lernaufgaben den Weg.

### **Dein Blessing Stick ist fertig, wie geht es nun weiter?**

Nachdem Du Deinen Segensstock fertiggestellt hast, platziere ihn an einem Ort, auf den Dein Blick während des Tages immer wieder fällt.

Besonders schön sieht es aus, wenn Du Deine Blessing Sticks in einen Baum hängst oder auch ans Fenster.

Wenn Du einen Altar hast, kannst Du Deinen Segensstock auch dort ablegen, oder direkt neben Deinem Arbeitsplatz, wenn es um ein akutes Business-Thema geht.

Wenn Deine Intention eher einen loslassenden Charakter hatte, kannst Du ihn auch an Deinem Kraftort in der Natur ablegen oder in der Erde vergraben (bitte achte dann darauf, dass die genutzten Fäden nur aus Naturmaterialien bestehen!).



# Vorbereitung und Ablauf

## Die Zeremonie in 9 Schritten

- 1 Sorge dafür, dass Du gut geerdet bist und dass Dich während der Zeremonie niemand stört.
- 2 Bereite den Raum vor. Räume auf. Reinige ihn auch energetisch mit einer Räucherung.
- 3 Lege alle Utensilien bereit (Stock, Wolle, Schere, Schreibzeug, ggf. Brille).
- 4 Wenn Du magst, lasse eine sanfte Musik oder ein Mantra während der Zeremonie laufen, vielleicht magst Du sogar leise mitsummen?
- 5 Rufe Deine Helfergeister und/oder Vorfahr\*innen an Deine Seite und entzünde währenddessen eine Kerze.
- 6 Notiere Dir Deine Intention (Absicht) auf einen Zettel.
- 7 Schließe dann kurz die Augen und lege Deine Hände aufs Herzchakra. Verbinde Dich tief mit Deiner Absicht.
- 8 Beginne dann den Stab von einem Ende zum anderen, nach und nach mit Deiner Wolle zu umwickeln. Wechsle die Farben dabei intuitiv. Wenn Du magst, sprich dabei kleine Segenswünsche aus: „mögen die Erfahrungen sanft zu mir kommen“ oder „mögen genau die richtigen Menschen mein Angebot buchen“
- 9 Beende die Zeremonie, indem Du Dich bei Deinen Helfergeistern und Ahn\*innen bedankst. Bleib noch für ein paar Momente mit geschlossenen Augen sitzen und schließe dann mit einem kurzen Erdungsritual ab.

