



Gesunde und entspannte Augen

durch Berührung mit Rang-Dröl®
(Hilfe zur Selbsthilfe)
und Tipps mit ätherischen Ölen

Monika Beugger Guggisberg

Rang-Dröl® Referentin

Inhalt

- ❖ 02 Begrüssung
- ❖ 03 Warum gerade Rang-Dröl ?
- ❖ 04 Was ist Rang-Dröl – Strömen ?
- ❖ 05 Vorteile von Rang-Dröl
- ❖ 06 Wie arbeitet Rang-Dröl ?
- ❖ 07 Die natürlichen Helfer bei Rang-Dröl
- ❖ 08 Angebote
- ❖ 09 Was ist noch zu sagen ?
- ❖ 10 Energiefeld 4 – alle Augenprobleme Anwendung
- ❖ 11 Energiefeld 20 - angespannte, tränende, gereizte Augen
- ❖ 12 Energiefeld 21 und 4 – Themen: grüner Star, Bindehautentzündung, Weit- oder Kurzsichtigkeit, müde, juckende oder tränende Augen
- ❖ 13 Energiefeld 12 – entlastet Leber und Galle
- ❖ 14 Energiefeld 14 – unterstützt Leber und Galle
- ❖ 15 Lavendel
- ❖ 16 Weihrauch
- ❖ 17 Zitrone -> Ernährung – jeden Tag einen Regenbogen
- ❖ 18 Ningxia red
- ❖ 19 Ningxia red – ganz kurz erklärt
- ❖ 20 Palmieren mit äth. Ölen von Young Living
- ❖ 21 Augenumschläge, Hand- und Fussreflexionen Massage
- ❖ 22 Augen-Klopfmassage
- ❖ 23 Kopf-Klopfmassage
- ❖ 24 Zu meiner Person
- ❖ 25 Danksagung und Adresse
- ❖ 26 Augenspaziergang im Rosengarten mit Evelyne Müller, dipl. Augenakupunkteurin und Sehtrainerin



2

Begrüßung

Herzlich Willkommen und vielen lieben Dank fürs Kommen.

Ziel

- > gesunde Augen und optimale Sehkraft
- > als Mensch glücklich und froh sein
- > Selbstheilung aktivieren, die Hauptsache für die Gesundheit
- > eine Unze Prävention ist mehr wert als ein Pfund Behandlung (*Benjamin Franklin*)
- > es gibt eine kleine Einführung und Tipps betreffend Strömen und ätherischen Ölen zur Unterstützung der Augen

von Herzen vielen Dank, liebe Evelyne für die Freundlichkeit den Raum zu diesem Thema zur Verfügung zu stellen.



3 Warum gerade Rang-Dröl – Strömen ?

(oder auch Jin Shin Jyutsu, japanisches Heilströmen etc. genannt -> nach den Überlieferungen von Jiro Muria und Mary Burmeister)

- Ein Angebot, das ganz einfach zu erlernen ist. Für sich selbst und für andere ohne Therapeuten anwendbar.
- Alternative oder Unterstützung zur Schulmedizin -> ganzheitliches Angebot, das sich auf den ganzen Menschen bezieht, nicht nur auf Symptome.
- erzeugt keine Nebenwirkungen, kostet kein Geld , sondern nur täglich ein paar Minuten Zeit.
- immer dabei, eine Notfallapotheke für sich und andere.

4

Was ist Rang-Dröl – Strömen ?

- Es ist kein Hokusfokus, es beruht sich auf die Gesetzmässigkeit des Lebens und der Energien. Die Lebensenergie in Fluss bringen, Energieblockaden lösen, Harmonie herstellen oder dafür sorgen, dass das innere Gleichgewicht erhalten bleibt.
- Körperenergiearbeit durch tiefe Entspannung, Hilfe zum Loslassen und Geschehenlassen.
- Die Selbstheilung wird aktiviert, und der Körper kann sich wieder regenerieren.
- Immer dabei -> eine Notfallapotheke für sich und andere.



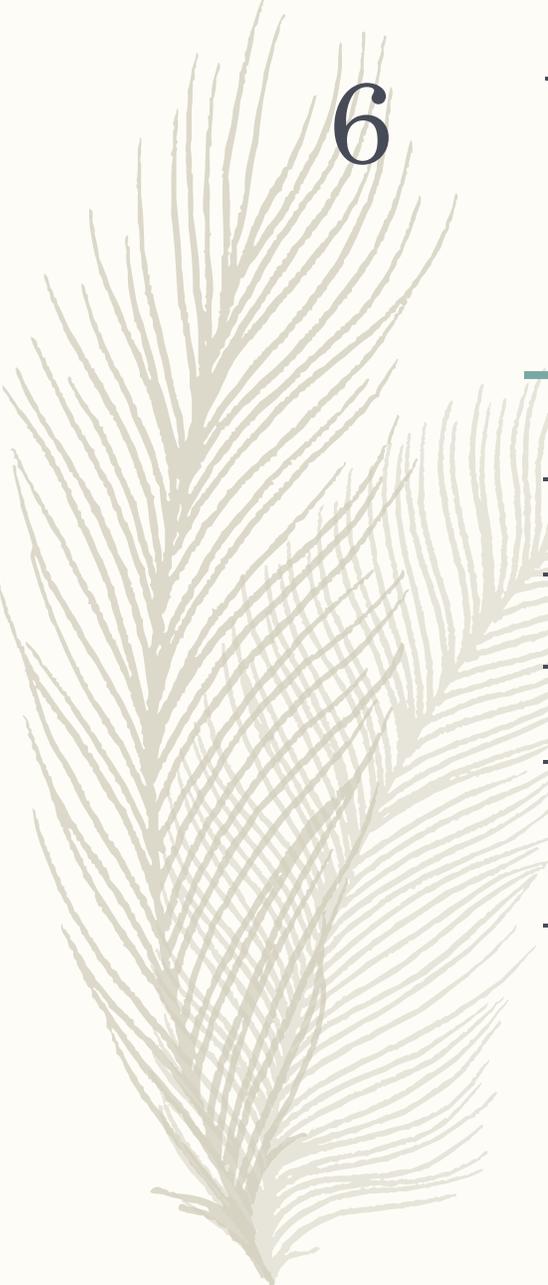


5

Vorteile von Rang-Dröl – Strömen

Die sanfte Methode des Strömens hat viel zu bieten:

- Ist Erste Hilfe und kann Schmerzen lindern.
- Hilft bei akuten Vorfällen wie Grippe, Krämpfe, Übelkeit etc.
- Setzt Heilungsprozesse in Gang, bringt Vitalität und Regeneration.
- Beugt Krankheiten vor und unterstützt das Gesundwerden.
- Ist grösstenteils nebenwirkungsfrei (es kann zwicken oder pieken etc.).
- Sorgt für seelische Ausgeglichenheit und stärkt das Selbstbewusstsein.
- Ist eine alltägliche und teilweise kostenlose Gesundheitsvorsorge und unterstützt alle anderen Therapien.



6

Wie arbeitet Rang-Dröl – Strömen ?

- Rang-Dröl arbeitet mit 26 Energietoren auf jeder Seite des Körpers.
- Es sind dreidimensionale Energiefelder, die einen bestimmten Platz einnehmen.
- Beide Hände verbinden die Energietore auf verschiedenste Weise miteinander.
- Durch Belebung bestimmter Energietore tritt geistige und körperliche Harmonie von selbst ein.
- Unsere Selbstheilungskraft nimmt wieder zu und findet dadurch Lösungen, den Körper zu reinigen und zu regenerieren, hilft ihm, in seine Form und Funktion zu kommen.



7

Die natürlichen Helfer Rang-Dröl – Strömen

Die Hände sind unsere natürlichen Helfer.

- Durch Berührung erwacht die Information der Energieregionen von selbst.
- Berührungen mit den Händen sind wohltuend -> Babys beruhigen sich, sobald sie sanft gestreichelt werden.
- Bei Kopfschmerzen werden die Hände instinktiv auf die Stirn gelegt oder bei Bauchkrämpfen auf den Bauch.
- Eine leichte Schnittverletzung heilt sich von selbst -> Selbstheilungskraft.



8

Angebote von Rang-Dröl

- Einzelsitzungen (Gutscheine für die Liebsten)
- Paarsitzungen oder auch Mutter, Tochter, Freunde etc.
- Praxisabende zum Kennenlernen und Üben mit ätherischen Ölen von Young Living (max. 2 Gruppen à 3 Personen)
- Einführungskurse (Fingermudras und Kurzgriffe/Notfallapotheke)
- Vorträge zu Rang-Dröl mit praktischen Tipps in Gruppen
- Tipps zum Nachmachen auf der www.edleenergiegestaltung.ch

9

Was ist noch Wichtiges zu sagen über Rang-Dröl ?

- Rang-Dröl ersetzt den Arzt nicht.
- Rang-Dröl ist keine Behandlung -> keine aktive Manipulation -> ein gezieltes Entspannen durch die Berührungen mit den Händen.
- Rang-Dröl verhilft zu einem freien Atem.



10

Energiefeld 4

liegt dort, wo Nervenstränge und Gefäße aus- und eintreten.
Diese Region ist die Brücke vom Unsichtbaren zum Sichtbaren.



Strömanleitung:

Die Fingerspitzen der rechten Hand leicht auf das rechte Energiefeld 4 legen.

Gleichzeitig: Die Finger der linken Hand auf das linke Energiefeld 4 legen (2 bis 20 Minuten, wie es gefällt).

Kurzgriff: Ringfinger halten

Unterstützt den Körper bei

- allen Augenproblemen
- Hals- und Nackenbeschwerden
- Kopfschmerzen und Migräne
- Schlaflosigkeit, Ohnmacht, Schock und Unfall-Trauma

11

Energiefeld 20

Gehirnspezialist – Ewigkeit

Energiepunkt 20 bringt das Erleben auf die Verstandesebene



Strömanleitung:

Die Fingerspitzen der rechten Hand leicht auf das rechte Energiefeld 20 legen.

Gleichzeitig: Die Finger der linken Hand auf das linke Energiefeld 20 legen.

Kurzgriff: Kleine Finger halten

Unterstützt den Körper bei

- Problemen mit den Augen, etwa bei angespannten, gereizten, tränenden oder schmerzenden Augen.
- chronischen und akuten Kopfschmerzen im Stirnbereich.

12

Augenbeschwerden

Die häufigsten Augenprobleme sind Kurz- und Weitsichtigkeit. Aber auch Bindehautentzündungen, grauer und grüner Star, tränende, müde und juckende Augen beeinträchtigen das Wohlbefinden.



Strömanleitung:

Die Fingerspitzen der rechten Hand leicht auf das rechte Energiefeld 4 legen.

Gleichzeitig: Die Fingerspitzen der linken Hand auf das linke Energiefeld 21 legen.

Kurzgriff: Die Daumen und/oder die Ringfinger halten.

Denkanstoss:

Manchmal treten Augenbeschwerden auf, wenn man etwas im übertragenen Sinne nicht mehr sehen will oder nicht sehen kann.

13

Energiefeld 12

Einklang mit dem Universum und dem eigenen Willen.

Der Energiepunkt 12 steht dafür, sich zurückzunehmen, anderen zuzuhören und etwas anzunehmen.



Strömanleitung:

Die Fingerspitzen der rechten Hand leicht auf das rechte Energiefeld 12 legen.

Gleichzeitig: Die Finger der linken Hand auf das linke Energiefeld 12 legen.

Kurzgriff: Mittelfinger halten.

Unterstützt bei

- der Entlastung der Galle und der Leber.
- Verspannungen an Hals, Nacken und Schulter.

14

Energiefeld 14

Ernährer - Gleichgewicht

Energiepunkt 14 bringt den Körper ins Gleichgewicht und nährt uns.



Strömanleitung:

Die Fingerspitzen der rechten Hand leicht auf das rechte Energiefeld 14 legen.

Gleichzeitig: Die Finger der linken Hand auf das linke Energiefeld 14 legen.

Kurzgriff: Ringfinger halten

Unterstützt bei

- Augenproblemen
- Leber- und Gallenproblemen
- allen Schlafproblemen, etwa Albträumen, Ein- und Durchschlafschwierigkeiten
- Bauchschmerzen, Blähungen, Sodbrennen
- Problemen mit Bauchspeicheldrüse, Magen und Milz

15 Lavendel

Lavendel gilt als eines der wirkungsvollsten und vielseitigsten Öle überhaupt. Neben seinen wohltuenden Wirkungen verwöhnt das ätherische Öl auch mit seinem angenehm süßen Blütenduft – und ist daher Bestandteil vieler Young Living-Produkte.

- universell, beruhigend, Kraft spendend, wärmend, zum „Runterfahren“
- macht die Wäsche weich

Unterstützung bei:

- Atemwegsinfektionen, Bluthochdruck, Arteriosklerose, Mensschmerzen/PMS, Hautproblemen, Verbrennungen, Herpes, Schlaflosigkeit, Nervenanspannungen
- Antiseptisch, antimykotisch, schmerzlindernd, antitumoral, krampflösend, gefässerweiternd, entspannend, entzündungshemmend, verringert den Blutfettanteil / das Cholesterin, wirksam gegen übermäßigen Hauttalg



16

Weihrauch *Bosweilla carteri* Frankincense Somalia /Jemen

- antitumoral, kann das Immunsystem anregen, Antidepressivum, muskelentspannend
- Depression, Krebs, Atemwegsinfektionen, Entzündungen, Stärkung des Immunsystems
- geeignet bei trockener und alternder Haut, reinigend, wohltuend bei Narben
- Seelenbalance, Stress und Verzweiflung
- wirkend auf alle Körpersysteme, erquickend

Anwendungen:

- 3. Auge, Schläfen, Nacken und Scheitelpunkt einreiben
- inhalieren, spirituelle Verbindungen z.B. Yoga, Strömen und Baden (Öl und Emulgator (Salz oder Honig, Sahne) wäscht alles ab, reinigt mit Licht



17

Ernährung: Iss jeden Tag einen Regenbogen

Zitrone – Lemon: Das Öl wird kaltgepresst hergestellt

Die eingeriebene Haut mit dem Öl nicht der Sonne aussetzen - 48 Stunden

Unterstützende Eigenschaften:

- Antiseptisch, verbessert die Mikrodurchblutung (kann zur Vermehrung weisser Blutkörperchen führen) verbessert das Gedächtnis
- Kreislaufproblem, Bluthochdruck, Fettleibigkeit, Parasiten, Arteriosklerose, Harnwegsinfektionen, Verdauungsstörungen

Anwendung: Inhalieren für Frische, Klarheit und Konzentration, als Nahrungsergänzung

- 1 Tropfen auf 1 Liter Wasser (nur Glas verwenden -> kein Plastik)
- 1 Teil ätherisches Öl + 1 Teil Basisöl (z.B. Oliven, Sonnen, Jojoba etc.) zum Einreiben.

Der erfrischende Duft belebt Körper und Geist, während das kraftvolle Antioxidans D-Limonen ein gesundes Immunsystem fördert. Die Vorzüge von Zitrone machen das Öl auch zu einem wichtigen Baustein unserer Superfrucht-Nahrungsergänzung NingXia Red.

Oder einfach auf 1 Liter Wasser mit 1 Tropfen Zitrone für den täglichen Durst.



18

Ningxia red der Saft für klare Augen



auf der Basis von Wolfsbeeren, kombiniert mit 100% reinen ätherischen Ölen, Traubenkernextrakt und Stevia in Saftform.

Die für den Ningxia red Saft verwendeten Wolfsbeeren stammen aus der nordchinesischen Ningxia-Provinz. Über Jahrhunderte hinweg ist man begeistert von der Wirkung dieser roten kleinen Beeren. Der angenehm schmeckende Saft, der aus der ganzen Beere und anderen Obstsorten hergestellt wird, schenkt uns wichtige Nährstoffe, bringt Wohlbefinden, spendet Energie und Ausdauer.

19

Ningxia red



- Die Beeren sind reich an Mineralien, Aminosäuren, Polysacchariden und Carotinoiden.
- Kombiniert mit Aroniabeeren, Kirschen, Pflaumen und Granatapfel, eine perfekte Mischung, um den Tagesbedarf an Nährstoffen sehr gut abzudecken.
- Das Traubenkernextrakt, das dem Saft zugefügt worden ist, unterstützt mit einem hohen Anteil an Polyphenolen. (<https://de.wikipedia.org/wiki/Polyphenole>)
- Die ätherischen Öle Orange, Yuzu, Zitrone und Mandarine liefern zahlreiche Antioxidantien.
- Leicht gesüßt mit Stevia-Extrakt, einem natürlichen Süßungsmittel aus einer Pflanze.
- Des Weiteren hat der Saft einen niedrigen glykämischen* Index.

*Der **glykämische Index** (GI) ist ein Maß zur Bestimmung der Wirkung eines [kohlenhydrathaltigen](#) Lebensmittels auf den [Blutzuckerspiegel](#). Teilweise wird dafür auch die Bezeichnung *Glyx* verwendet. ([Formelzeichen](#) bzw.). Je höher der Wert ist, desto mehr Zucker ist im Blut.

20

Meine Erfahrungen mit Pfefferminzöl oder Zitrone für Gutes an meinen Augen



Ätherische Öle einsetzen: Diese Übung verleiht mit **Lavendelöl** einen entspannenden Charakter. **Pfefferminzöl oder Zitrone** erfrischt und fördert die Konzentration. **Weihrauch** ist reinigend und klärend.

1 -2 Tropfen des gewünschten Öls (ev. verdünnen mit Öl oder Salbe) zwischen den Händen zerreiben, rechtsdrehend, um zu aktivieren. Mit den Händen ein Körbchen vor Augen und Nase formen, um den Duft von der Hand aus einzuatmen. Die Augen können offen sein. Oder wir können die Augen zuerst fest zukneifen, bevor wir sie mit einer Ausatmung weit öffnen und zum Himmel schauen.



21

Meine Erfahrungen mit Lavendel für Gutes an meinen Augen

Augenumschläge sind sehr wohltuend. Den Waschlappen in das warme Wasser tauchen und leicht auswringen. Mit einem Handtuch können wir das Wasser auffangen bzw. abtupfen, wenn es herunterläuft. Den Waschlappen auf die geschlossenen Augen legen, ev. Handtuch darüber legen, damit die Wärme bleibt, oder einfach den Vorgang wiederholen. Sehr wohltuend nach einem langen Bildschirmtag.

Ätherische Öle einsetzen: Lavendelöl hat einen entspannenden Charakter. 1-2 Tropfen für eine Schüssel warmes Wasser. Den Waschlappen oder das Tuch auf das Gesicht, so dass es sowohl die Augen als auch die obere Gesichtspartie bis zur Nase abdeckt. Den Duft des Lavendels gut einatmen, gleichzeitig entspannt und pflegt das Öl die Gesichtshaut.

Hand- und Fussreflexzonenmassage befreit den Kopf und entspannt dadurch die Augen. Bei der Massage von Händen und Füßen auch die Ohren miteinbeziehen. Nach der Stimmung das Öl auswählen und mit einer Hand- oder Fusscrème (Schüsslersalz Nr. 11 oder 1 und 11 kombiniert) einmassieren, es eignen sich Öle (Oliven-, Hanf- oder Mandelöle etc.), mit NIVEA ist es z.B. auch möglich -> eher ein geruchsneutrales Trägeröl (-Salbe) verwenden.

22

Meine Erfahrungen mit Lavendel für Gutes an meinen Augen



Augen-Klopfmassage: Sanft mit mehreren Fingerkuppen rings um Ihre Augen herum klopfen. Beginn an der Nasenwurzel, entlang der Augenbrauen nach aussen klopfen, weiter zur Schläfenregion, zum Wangenbereich unter den Augen und zurück über die Nasenwurzel zu den Augenbrauen. Die Hände sind ganz locker. Die Anspannung, die sich durch das Klopfen löst, in tiefen Atemzügen ausatmen. Zum Abschluss herzlich gähnen.

Ätherische Öle einsetzen: Diese Übung mit **Lavendelöl** intensivieren. Das Öl wirkt entspannend, beruhigend und ist zusätzlich sehr hautpflegend. 1 Tropfen Lavendelöl zwischen den Handflächen zerreiben. Darauf achten, dass die Fingerkuppen mit dem Öl benetzt sind. Vorsicht, nicht die Augen berühren, ansonsten mit neutralem Öl verdünnen – nicht mit Wasser ausspülen, brennt noch mehr!

23

Meine Erfahrungen mit Pfefferminzöl oder Zitrone für Gutes an meinen Augen



Kopf-Klopfmassage: Sitzhaltung bequem und entspannt. Mit den Fingerkuppen beider Hände Zentimeter für Zentimeter Ihren kompletten Kopf abklopfen. Am Hinterkopf beginnen. Einige Zeit so verweilen, und dann allmählich nach oben wandern, bis zum Scheitel. Die Stirn und die Schläfen abklopfen. Über die Wangen zum Kiefer klöpfeln, auch oberhalb und unterhalb der Lippen. Der Atem ist ruhig und gleichmässig, ein- und ausatmen. 3 Mal um die Ohren herum klopfen. Mit den Handflächen über das Gesicht streifen und die Anspannung abwaschen.



Monika Beugger Guggisberg

- Beinahe 20 Jahre Praxis und Ausbildung zur Rang-Dröl Referentin, Vertriebspartnerin Young Living (ätherische Öle) aus Überzeugung
- Ausbildung als Persönlichkeitstrainerin bei Mentally.ch
- Seit der Schwangerschaft im Jahr 1987 praktiziere ich Yoga in verschiedenen Richtungen.
- Ausbildungen und Erfahrungen in Edelsteinheilen, Tarot, Bachblüten, Fussreflexzonenmassage, Rebalancing etc.
- Gelernte Goldschmiedin + eidg. dipl. Betriebswirtschafterin
- Mehrjährige Tätigkeiten in Psychiatrien, Spitälern und Altersheimen



25

Vielen lieben Dank für das Zuhören oder Mitlesen

Freue mich über die Rückmeldungen betreffend den eigenen Erfahrungen mit Strömen und den Produkten mit ätherischen Ölen von Young Living.

Monika Beugger Guggisberg

Edle Energiegestaltung

Spitalgasse 4, 3011 Bern

0041 79 330 37 22

Info@edleenergiegestaltung.ch

<http://www.edleenergiegestaltung.ch>

Young Living Vertriebspartnerin 20552043

26

Augenspaziergang im Rosengarten

- mit Evelyne Müller und mir werden diese Tipps praktisch umgesetzt

Evelyne Müller Kyburz, dipl. Augenakupunkteurin und Sehtrainerin

Gesundheitspraxis Balance

Hochfeldstrasse 10, 3012 Bern

Tel: 031 911 97 63

Mobil: 076 308 75 97

info@augenakupunktur2000.com

www.augenakupunktur2000.com

