

Energie verstehen & neu denken

Fogo Sagrado als heilsamer
Bewusstseinsweg

*Cora
Bräckel*
SELBSTBESTIMMT LEBEN
PSYCHOLOGISCHES COACHING & ENERGIEARBEIT



Wenn Energie und Heilung neu verstanden werden darf

Immer mehr Menschen spüren:

Trotz moderner Medizin fehlt etwas Wesentliches im Umgang mit Gesundheit.

Symptome kehren zurück, Erschöpfung bleibt, die Lebensfreude sinkt – selbst dann, wenn „auf den ersten Blick“ alles stimmt.

Energetische Heilbegleitung öffnet eine andere Perspektive.

Sie fragt nicht nur Was fehlt?, sondern Was hindert? – auf energetischer, emotionaler und systemischer Ebene.

Hier entsteht Heilung nicht durch Druck oder Kontrolle, sondern durch Verbindung.

Durch einen Raum, in dem das innere System sich erinnert:
an Entspannung, an Regulation, an Balance.

An seine ursprüngliche Fähigkeit, zu heilen und in Harmonie zu kommen.

01 Energie ist nicht „um uns herum“ – sie lebt in uns

Für mich ist Energie nichts Abgehobenes.
Sie ist nicht „da draußen“ – sie durchdringt alles, was ist.
Jede Zelle, jedes Gefühl, jeder Gedanke bewegt sich in Schwingung und formt unser inneres Erleben.

Diese feinen Muster beeinflussen, wie wir fühlen, wahrnehmen, handeln – manchmal bewusst, oft unbewusst.
In meiner Arbeit begegne ich diesen Ebenen direkt.
Nicht als Theorie, sondern als spürbare Realität.

Der Verstand muss das nicht immer verstehen – doch der Körper erkennt Wahrheit unmittelbar.

02 Bewusstsein ist der Raum, in dem alles geschieht

Wenn ich von Bewusstsein spreche, meine ich nicht bloß Denken.

Bewusstsein ist der innere Raum, in dem sich alles zeigt:

- Gedanken & Emotionen
- Körperreaktionen
- Prägungen aus Herkunft, Biografie und Kollektiv

Wir sind tief eingebettet in größere Felder – familiär, kulturell, energetisch.
Keiner von uns steht losgelöst davon.

In meiner Begleitung öffne ich Räume, in denen diese Schichten sichtbar und spürbar werden.

Nicht durch Analyse, sondern durch Präsenz.
Durch bewusstes Wahrnehmen, Lauschen, Sein.

03 Veränderung beginnt im Feinstofflichen

Veränderung beginnt im Feinstofflichen

Viele körperliche Signale sind keine „körperliche Ursache“, sondern körperlicher Ausdruck.

Die Wurzel liegt oft tiefer:

- in überlasteten inneren Systemen
- in Emotionen, die nie integriert wurden
- in kollektiven Mustern, die in uns weiterklingen

Ich arbeite dort, wo Ordnung, Balance und Lebendigkeit entstehen:

im feinstofflichen Feld, das alles trägt.

Dort beginnt echte Regulation.

Dort erinnert sich das System:

Ich darf loslassen. Ich darf heilen. Ich darf sein.

04 Der Mensch als lebendiges Frequenzfeld

Für mich ist der Mensch weit mehr als Körper, Organe und Nerven.

Wir sind ein feines Energiefeld, das Erfahrungen speichert – Freude und Schmerz, Prägungen und Erinnerungen.

Dazu gehören:

- innere Überzeugungen und Rollenbilder
- persönliche und familiäre Erfahrungen
- Übertragungen aus Ahnen- und Kollektivfeldern

In meiner Arbeit bewege ich mich in diesem Raum,
wo Worte nicht immer reichen und Resonanz, Klarheit und Intuition
Türen öffnen.

05

Was passiert bei einer Sitzung

Du darfst ankommen, atmen und einfach sein.

Im Fogo Sagrado öffne ich einen Raum, in dem dein Energiesystem sich selbst erinnert und neu ausrichtet.

Ich arbeite nicht „an dir“, sondern mit deinem Feld:

- über Präsenz und tiefes Lauschen
- über sprachliche Impulse, die innere Bewegungen sichtbar machen
- über energetische Ausrichtung – ohne Druck, ohne Eingriff

Ich begleite, halte, spiegle und führe das Feld in Klarheit und Ordnung.

Skepsis ist Willkommen – es braucht nur Offenheit. Es ist ein Erleben.

06

Das kollektive Feld erkennen und sich befreien

Nicht alles, was wir fühlen, ist „unser“.

Wir tragen Energien aus:

- Familien- und Ahnensystemen
- gesellschaftlichen Erwartungen (Leistung, Anpassung, Kontrolle)
- epigenetischen und emotionalen Übertragungen

Diese Muster können wir nicht wegdenken – doch wir können sie energetisch berühren, lösen und integrieren.

So entsteht Wahlfreiheit statt Wiederholung.

07

Prägung erkennen, Freiheit zurückholen

Jede*r von uns trägt Muster aus Kindheit, Rollen und früheren Erfahrungen.

Solange sie unbewusst bleiben, steuern sie unser Leben.
In meiner Arbeit werden sie spürbar -nicht als Analyse,
sondern als inneres Erkennen.

Wenn der Körper versteht, erkennt auch das Bewusstsein.
Veränderung wird nicht gedacht -sie geschieht.

08

Was dieser Weg bewirken kann

Auf körperlicher Ebene:

- Nervensystem entlastet sich
- Schlaf und Immunsystem regulieren sich
- Spannungen lösen sich

Emotional & mental:

- Grübelschleifen beruhigen sich
- Klarheit, Fokus, Entscheidungen werden leichter
- Emotionale Selbstregulation wächst

Spirituell & ganzheitlich:

- Vertrauen in den eigenen inneren Weg
- Verbindung jenseits von Rollen
- Zugang zur inneren Führung und Sinn

Viele berichten nach Sitzungen:

- Leichtigkeit
- emotionale Erleichterung
- innere Klarheit
- ein Gefühl von „wieder bei mir sein“

Das ist keine Magie.

Das ist Resonanz.

Der Körper versteht, lange bevor der Kopf es einordnen kann.

Fogo Sagrado – das heilige Feuer des Erwachens

Fogo Sagrado ist keine Technik im klassischen Sinne.

Es ist ein lebendiges, spirituelles Feld – ein Weg zwischen Sichtbarem und Unsichtbarem, Erde und Geist, Mensch und Seele.

Seinen Ursprung fand es in einer seltenen Begegnung:

Zwischen einem brasilianischen Schamanen und einer Frau, die die Sprache der inneren Welt hören und übersetzen konnte.

Dior Allem – Hüter des Wissens

Der brasilianische Heiler Aloysio Nascimento, spirituell bekannt als Dior Allem, widmete sein Leben dem Geheimnis menschlicher Heilung.

Ausbildet in der Wissenschaft, vertraut mit pharmazeutischem Wissen, und zugleich geprägt durch die Weisheit indigener Traditionen Brasiliens, erforschte er die Natur des menschlichen Energiefeldes. In seiner Arbeit öffnete er sich einer höheren Bewusstseinsebene – einem lichtvollen Feld, das viele als Christusbewusstsein kennen.

So entstand ein energetisches Heilsystem, das Krankheit nicht als Feind betrachtet, sondern als Ausdruck eines aus dem Gleichgewicht geratenen Energieraumes.

Mônica Oliveira – Die Stimme des Unsichtbaren

Mônica Oliveira kam mit einer besonderen Gabe auf die Welt: der Fähigkeit, energetische Informationen intuitiv wahrzunehmen.

Als Therapeutin und intuitive Sprecherin fand sie Worte für innere Botschaften, die andere nur fühlen konnten. Sie gab dem Unsichtbaren Form, Struktur und Sprache – und wurde dadurch zur Mitbegründerin und Bewahrerin dieses Wissens.

Vom energetischen Ausrichten zum heiligen Feuer

Aus ihrer Zusammenarbeit entstand zunächst das Alinhamento Energético – eine zweistufige energetische Ausrichtung, die innere Blockaden sichtbar machte und transformierte.

Doch der Weg führte weiter. Durch Mônicas Bewusstsein und Verfeinerung entwickelte sich daraus ein vierphasiger Prozess – tiefgründiger, klarer, durchdringender.

So wurde Fogo Sagrado geboren:

Das heilige Feuer der Rückkehr zu Dir selbst, zur ursprünglichen Lichtkraft in Deinem Inneren. Seit 2003 findet diese Arbeit auch in Deutschland ihren Platz und wächst seither in ihrer Kraft und Präsenz.

Fogo Sagrado bedeutet heute:

- ❖ Eine Verbindung alter indigener Heiltradition mit moderner Bewusstseinsarbeit
- ❖ Ein stilles, intuitives Wahrnehmen des Energiefeldes
- ❖ Ein Rückruf an Deine innere Wahrheit – an das Licht, das Du bereits bist

Fogo Sagrado ist die Einladung, Dich zu erinnern.

Ablauf einer Fogo Sagrado Sitzung

Eine Fogo-Sagrado-Sitzung folgt einem strukturierten Prozess, der energetische Wahrnehmung, intuitive Resonanzarbeit und reflektierende Gesprächsphasen verbindet.

Du kannst mit einem konkreten Anliegen kommen – oder wir beginnen mit einer Energiefeldlesung, aus der sich dein zentrales Thema zeigt.

1. Energiefeldlesung

Zu Beginn lese ich dein Energiefeld (ähnlich einer (Aurawahrnehmung) und gebe dir eine präzise Rückmeldung darüber:

- welche inneren Themen aktuell aktiv sind
- welche unbewussten Anteile wirken
- welche Ressourcen und Potenziale sichtbar werden

Daraus ergibt sich das Thema bzw. der Anteil, der im Moment deine Entwicklung beeinflusst.

2. Ausdruck des energetischen Anteils

Im nächsten Schritt trete ich in Resonanz mit deinem Energiefeld:

Der entsprechende Anteil bekommt über Worte, Gestik oder emotionale Signale Ausdruck.

Das ermöglicht ein tieferes Verständnis für innere Dynamiken und führt meist zu klaren Aha-Momenten. Parallel dazu klären wir im Gespräch, was dieser Anteil braucht, um Belastungen zu lösen und eine regulierte, neutrale Position einzunehmen.

Dieser Prozess wird durch energetische Ausrichtung und intuitive Wahrnehmung unterstützt.

Ist der Anteil bereit, wird er energetisch harmonisiert.

Währenddessen besprechen wir, was sich gezeigt hat und was für dich bedeutsam ist.

3. Rückkehr der regulierten Energie

Nach der Harmonisierung zeigt sich die transformierte Qualität des Anteils: seine konstruktive, stärkende Funktion.

Ich drücke diese „Lichtseite“ für dich aus, sodass du klar erfassen kannst:

- welche Ressource sich jetzt geöffnet hat
- wie sie dich unterstützt
- welche Botschaft oder Funktion dieser Anteil eigentlich trägt

4. Verankerung im Alltag

Zum Abschluss erhältst du ein Mantra bzw. Schlüsselwort, das die neue Ausrichtung verdichtet.

Gemeinsam verankern wir diese Energie in deinem System, damit du sie im Alltag aktivieren kannst – besonders in herausfordernden Momenten.

Das Mantra hilft dir:

- neue innere Ordnung stabil zu halten
- alte Muster schneller zu erkennen
- deine Energie bewusst auszurichten

So wird der Prozess nicht nur erlebt, sondern integriert.

Interessiert?

Manchmal ist es kein großes Ereignis, sondern ein leiser innerer Impuls, der spürbar macht:

Jetzt darf etwas in Bewegung kommen. Solche Momente entstehen nicht zufällig – oft erkennt das Nervensystem früher als der Verstand, dass Veränderung möglich ist.

Nicht aus Druck, sondern aus innerer Bereitschaft und einem Gefühl von Sicherheit.

Hier brauchst du nichts zu beweisen. Du darfst skeptisch sein, vorsichtig, neugierig oder unsicher. Alles hat Raum.

Wenn du gerade spürst, dass es Zeit ist, dich selbst tiefer zu verstehen, Altes loszulassen und neue innere Orientierung zu finden, dann bin ich da.

Sanft. Klar. Wissenschaftlich informiert. Auf Augenhöhe. In deinem Tempo. Du musst den Weg nicht allein gehen. Wenn es sich für dich stimmig anfühlt, nimm gern Kontakt mit mir auf.

Kontakt

Ich glaube an echten, persönlichen Kontakt.

Am liebsten tausche ich mich direkt mit dir aus – per Telefon oder WhatsApp. Du kannst mir jederzeit ganz unverbindlich schreiben oder eine kurze Sprachnachricht senden.

Wenn dir ein schriftlicher Weg lieber ist, findest du auf meiner Website auch ein Kontaktformular.

Melde dich einfach so, wie es sich für dich am stimmigsten anfühlt.
Ich freue mich, von dir zu hören.



Hinweis gemäß § 3 Heilmittelwerbegesetz (HWG): Die beschriebenen Methoden der energetischen Heilarbeit verstehen sich als komplementäre Ansätze zur Förderung von Wohlbefinden und Selbstregulation. Sie ersetzen keine medizinische oder psychotherapeutische Behandlung und stellen kein Heilversprechen dar. Die dargestellten Inhalte dienen der allgemeinen Information und Aufklärung und stellen keine Anleitung zur Selbstdiagnose oder -behandlung dar.