3. Weiterbildung 2027

INTUITIVE MUSIKALISCHE BEGLEITUNG

Die Welt der Heilenden Schwingungen

Für Ärzt*innen, Psycholog*innen, Therapeut*innen, Coaches und Prozess-Begleitende in PAT (psychedelic assisted therapy) sowie andere Heilberufe

Leitung & Konzeption: Ananda Cornelia Jecklin

Co-Leitung: Mahara McKay

Die Weiterbildung «**Intuitive Musikalische Begleitung»** vermittelt einen einfachen und intuitiven Umgang mit Musikinstrumenten, Klang, Rhythmus und der Singstimme zur musikalischen Begleitung von Klienten. Folgende musikalischen Interventionen zur direkten Anwendung mit Klienten werden im Rahmen dieser Weiterbildung erlernt und geübt:

- **Schamanisches Theta Trommeln** (Tiefenentspannung)
- **Trance-Gespräche/Trance-Reisen** (Gespräche/Anleitungen mit einem selbstgespielten Rhythmus begleiten)
- **Trance-Besingen mit Chakapa** (Reinigung, vertiefte Selbstwahrnehmung)
- **Voice Liberation, Heilendes Besingen** (Blockaden lösen, Prozesse unterstützen)
- **Gegenseitige intuitive musikalische Prozess-Begleitung** (Integration des Erlernten und Selbsterfahrung)

Musik schafft ein Feld der Präsenz und des Vertrauens zwischen Begleiter*in und Klient*in, welches die Grundlage bildet, tiefer in die inneren Prozesse einzutauchen und Kontrolle loszulassen. Mit dem passenden Klang, Rhythmus oder Lied können sich Blockaden lösen und chaotischen Momenten eine Richtung oder Ordnung gegeben werden. Die Rhythmus- und Klangforschung bestätigt, dass wir es im Wesentlichen mit der Urbewegung der Schöpfung zu tun haben, denn alles Lebendige pulsiert, vibriert und schwingt. Deshalb sind Rhythmus und Klang, richtig eingesetzt, äußerst **kraftvolle „Werkzeuge", um den Körper, die Psyche, die Emotionen und den Energiekörper wieder in Ordnung und in Fluss zu bringen**.

Musik wirkt auf verschiedenen Ebenen und auf unterschiedliche Weise:

- **Körperlich**: erdend, entspannend, befreiend
- **Emotional**: vertiefend, richtungsweisend, entspannend, vitalisierend, ordnend
- **Auf den Geist**: fokussierend, Stille eröffnend, beruhigend

Als Begleiter*in benötigst du **ein Grundwissen zum Einfluss von Musik auf den Menschen, rhythmische Kompetenz, Leichtigkeit im Umgang mit Rhythmus- und Klanginstrumenten sowie eine offene Stimme**. Wir freuen uns darauf, dir diese Welt zu eröffnen.

Voraussetzung zur Teilnahme:

Du möchtest Musik, Klang, Stimme und Rhythmus als therapeutische Interventionen in deine Behandlungen mit Klienten einsetzten. Du möchtest diese Fähigkeiten erlernen, vertiefen oder weiterentwickeln.

Die Weiterbildung in 4 Modulen - im Detail

Pädagogische und musikalischen Werkzeuge

- **Ananda Cornelia - TaKeTiNa Rhythmus Pädagogik**
  Wir beginnen mit dem Körper als Musikinstrument und werden einfache Rhythmusinstrumente wie die Schamanentrommel und die Rassel hinzufügen. TaKeTiNa lehrt uns den Zustand einer wachen, entspannten Trance, den Zustand der gleichzeitigen Wahrnehmung, in dem Aktivität und Hingabe in höchster Präsenz vereint sind.

  Rhythmisches Lernen wird hier auch als menschliches Lernen erlebt.
  Deine rhythmischen Fähigkeiten entwickeln sich im Spiel.
  Durch gesprochene Rhythmussilben und Körperbewegung wird das Lernen im Netzwerk von Hören, Fühlen und Bewegen verankert.

- **Ananda Cornelia - Story-Telling, eine leichte Trance Induktion**
  Geführte Traumreisen, – oder Entspannungsgeschichten genannt – bieten uns eine wunderbare Möglichkeit, uns in den Innenraum zu begeben, Bilder sprechen zu lassen und tiefe Inhalte aus dem Inneren zu verarbeiten. Hier lernst du zu sprechen, während du einen einfachen tragenden Rhythmus spielst. Auf diese Weise kannst du auch ein therapeutisches Gespräch führen, welches tiefere Schichten, vorbei am rationellen Denken berührt. Das Gespräch ist ganzheitlich mit dem Fühlen verbunden und dadurch authentisch.

- **Ananda Cornelia - Klang- & Rhythmus Improvisation**
  Hier widmen wir uns dem intuitiven Hören, Fühlen und Spielen von Klang- und Rhythmusinstrumenten. Du lernst die Eigenschaften und Spieltechniken von Klangschalen, Gongs und Perkussionsinstrumenten kennen. Du lernst auch, wie man sie in Beziehung zu anderen Menschen einsetzt und wie man sie dem emotionalen Moment anpasst.

- **Ananda Cornelia - Schamanisches Trommeln**
  Reine Tiefenentspannung & Regeneration.
  Dieses Trommeln verbindet sich mit der reinen Pulsation von ca. 4,5 - 4,8 Schlägen pro Sekunde. Diese Frequenz entspricht dem tiefen Bereich der Thetawellen in unserem Gehirn. Wenn dein Nervensystem in dieser Frequenz schwingt, erlebst du eine tiefe Entspannung, die deinen Vagusnerv sehr schnell in einen harmonischen Zustand bringt und dein inneres „Selbstheilungsprogramm“ aktiviert. Dies ist sehr nährend und gesund. In diesem Theta-Zustand driftest du entweder in einen tiefen, regenerierenden und „ordnenden“ Schlaf oder in einen Zustand des erweiterten Bewusstseins.

- **Ananda Cornelia - Trance-Singen mit der Chakapa (Blätterrassel)**
  Die Chakapa ist ein Büschel von getrockneten Blättern, welcher rhythmisch pulsierend gespielt wird und einen Heilgesang begleitet, während die Blätter auf

dem Körper eines Klienten pulsieren oder ihn abstreichen. Diese alte schamanische Technik löst Blockaden und bringt Energie, sowie emotionale Prozesse in einen heilsamen Fluss. Die Behandlung wirkt lösend, befreiend und harmonisierend. Das Wort Chakapa bedeutet «Rassel» in der Sprache der Quechua Indianer des Amazonas und wird dort in den Heilzeremonien angewendet.

- **Mahara McKay - Voice Liberation & Heilendes Besingen**
  Voice Liberation lädt dazu ein, die eigene Stimme jenseits von Leistung, Bewertung und dem Anspruch, «schön» singen zu müssen, neu zu entdecken. Über Atem, Körper, Klang, Bewegung und freien stimmlichen Ausdruck entsteht ein Zugang zur natürlichen, authentischen Stimme. Die Teilnehmenden erfahren, wie sich über die Stimme innere Räume öffnen, Emotionen in Bewegung kommen und Lebendigkeit, Präsenz und Ausdruckskraft wachsen können.
  Im **Heilenden Besingen** richtet sich die Stimme auf einen anderen Menschen aus. Dabei geht es nicht um ein vorgegebenes Lied, sondern um ein intuitives Lauschen und Antworten: Welche Klänge, Töne oder Melodien möchten in diesem Moment entstehen? Die Stimme wird zu einer Form der nonverbalen Begleitung, die einen Prozess tragen, beruhigen, stärken oder in Bewegung bringen kann.

- **Qi Gong & Atemarbeit & Meditation (**begleitend**)**

  - **Qi Gong**
    Ist eine aus dem alten China stammende Praxis, welche eine stärkende und zentrierende Wirkung auf alle Ebenen unseres Seins hat. Der Energiefluss im Körper wird gestärkt.

  - **Pranayamas**
    Sind yogische Atemübungen, die sowohl unser Gehirn als auch den gesamten Körper und Geist energetisieren.

  - **Meditationstechniken** bringen dich ins „Jetzt“, beruhigen deine Gedanken und stärken die Selbstbeobachtung.

Die Module

Modul 1 – **«Du bist Rhythmus»**

In diesem Modul wirst du die tragende und ordnende Kraft des natürlichen Phänomens „Rhythmus“ erforschen. Mit dem **TaKeTiNa Rhythmus Prozess** stärken wir deinen „rhythmischen Energiekörper“, um rhythmische Fähigkeiten auszubilden. Zunächst arbeiten wir nur mit dem Körper, danach kommen einfache Rhythmusinstrumente hinzu. In diesem Prozess wirst du deine rhythmische Stimme entwickeln. Und du wirst erleben, wie Rhythmus dich emotional bewegt, dein Verhalten spiegelt, dich klärt und ordnet.

Wir werden auch in das kreative Spiel, der **Improvisation mit Rhythmus und Klang** eintauchen. Du wirst lernen, wie du das „willensgesteuerte Handeln“ loslassen und aus der inneren Stille in den Ausdruck mit Rhythmus und Klang kommen kannst. Du wirst die Zwischenräume entdecken, in denen du andere hören und dich spielerisch mit deren Ausdruck verbinden kannst.

Modul 2 **– «Deine Stimme – Dein mächtiges Heil-Instrument»**

In diesem Modul wirst du **spielerisch deine Stimme entfalten** und Neues in dir entdecken. Du wirst erleben, dass deine Stimme mit ihrer großen Schwingungskraft eine Brücke von innen nach außen ist. Sie verbindet die geistige und die weltliche Dimension.

Die Stimme bringt Emotionen ins Bewusstsein. Sie berührt uns in unserem Innersten, bewirkt Transformation und Authentizität und schafft dadurch auch tiefe Ruhe.

In diesem Modul wirst du durch Voice Liberation und die Unterstützung Maharas die transformative Kraft der Stimme in dir und mit den Prozessen der andere erleben, erfahren.

Hier lernst du über die eigene Erfahrung. Es geht darum, innerlich leer und ein Kanal zu sein. In diesem Resonanzfeld unterstützt deine Stimme den Heilungsprozess.

Story-Telling, eine leichte Trance Induktion. Hier lernst du zu sprechen, während du einen einfachen tragenden Rhythmus spielst. Auf diese Weise kannst du auch ein therapeutisches Gespräch führen, welches tiefere Schichten, vorbei am rationellen Denken, berührt. Das Gespräch ist ganzheitlich mit dem Fühlen verbunden und dadurch authentisch.

Modul 3 – **« Die Erweckung des Schamanischen in dir»**

In diesem Modul tauchst du ein in das uralte Wissen unserer Vorfahren, das auch heute noch praktiziert wird:

Schamanisches Trommeln, wie es heute noch in Sibirien, bei den Ureinwohnern Amerikas und in Südkorea praktiziert wird, ist ein sehr kraftvolles „Werkzeug“, um über die reine Pulsation von 4 Schlägen pro Sekunde eine Synchronisation mit unserem Nervensystem herzustellen. Dadurch entsteht eine Dominanz von Theta-/Tief-Delta-Gehirnwellen, die uns in eine tiefe Entspannung führt, in der das Selbstheilungssystem über den Vagusnerv einsetzt. In diesem Zustand können sich auch innere Visionen und Einsichten zeigen. Du lernst und erkennst durch

deine eigene Erfahrung, was möglich ist und bekommst ein definiertes Setting zur Anwendung mit deinen Klienten.

Das Heilende Besingen – Ein wesentlicher Teil der Arbeit ist dabei die eigene innere Haltung: präsent zu sein, zuzuhören und der Intuition zu vertrauen, anstatt etwas «machen» oder bewirken zu wollen.

Innerhalb der Weiterbildung vermittelt Mahara diese Arbeit praxisnah und erfahrungsorientiert. Die Teilnehmenden lernen, ihre eigene Stimme freier und bewusster einzusetzen und sie als unmittelbares Instrument in die Begleitung ihrer Klientinnen und Klienten zu integrieren.

In diesem Modul werden dir auch einfache Grundlagen vom **Setting für Heil- und Ritualarbeit** mitgegeben.

Modul 4 **– «Die Erfahrung und Initiation»**

Trancegesang mit dem Chacapa ist eine einfache und kraftvolle Anwendung, um Blockaden zu lösen und eine Reinigung auf allen Ebenen zu erfahren. Du erhältst ein definiertes Setting zum Anwenden mit deinen Klienten.

Die Initiation: In diesem letzten Modul wirst du das Gelernte in die Praxis umsetzen. Du bist abwechselnd Klient*in und Begleiter*in im Rahmen einer intuitiven musikalischen Begleitung. Gemeinsam formen wir einen zeremoniellen Rahmen, welcher Vertrauen und Sicherheit schafft.

Wo – Wann - Wieviel

Ort: Sunnenrich Retreat, Sunnenrich 1, CH – 8816 Hirzel (nahe Zürich)

Sprache: Deutsch

Anzahl Teilnehmende: Minimal 6 bis maximal 8

Termine:

19. – 21. März, 2027 (3 Tage): Modul 1 – «**Du bist Rhythmus»**

16. – 18. April, 2027 (3 Tage: Modul 2 – **«Deine Stimme – Dein mächtiges Heil-Instrument»**

20. – 23. Mai, 2027 (4 Tage): Modul 3 - «**Die Erweckung des Schamanischen in dir»**

17. – 20. Juni, 2027 (4 Tage): Modul 4 – **«Die Erfahrung und Initiation»**

Preisgestaltung: Der Preis dieser Weiterbildung basiert auf dem Mittelwert einer fair kalkulierten professionellen Berufsweiterbildung in dieser Sparte / Umfang. Die Weiterbildung ist auf professionellem Niveau und hat therapeutische Relevanz.

Der Preis setzt sich wie folgt zusammen:

1. **Ausbildungskosten**: 14 Tage, pro Modul 19 - 22 Stunden Unterricht:
    - Unterrichtsmaterial zum Lernen und Praktizieren
    - Honorar und Spesen für das Leitungsteam
    - Seminarraum inklusive Technik und Material
    - Admin und Organisation

    Frühbucherpreis: 3200.- CHF. (Unterzeichnung der Vereinbarung und erste Rate Überweisung bis zum 31.1.2027)

    Regulärer Preis: 3800.- CHF

2. **Unterkunft** für insgesamt 10 Übernachtungen:
    - Im EZ – 900.- CHF (90.- / N)
    - Im DZ – 750.- CHF (75.- / N)
    - Im Dachraum-, eigenen Zelt oder Camper – 600.- CHF (60.- / N)

3. **Seminarpauschale** für 14 Tage:
    - Vegetarisch /veganes Essen, liebevoll von einer Köchin geplant und gekocht
    - Tee-, Snack und Früchte Buffet
    - Benutzung von Gartensauna und Feuerstelle bei schönem Wetter

    Preis: 1320.- CHF

Die Weiterbildung kann nur als Ganzes und inklusive Unterkunft und Seminarpauschale gebucht werden.

Zeitlicher Ablauf eines Moduls (kleine Variablen möglich):

- **1. Tag:**
  - 10.00 Uhr Ankunft und Zimmerbezug
  - 10.45 Uhr Session
  - 13.45 Mittagessen
  - 15.30 Session
  - 19.00 Abendessen
  - Danach Relaxen oder Session

- **2. Tag:**
  - 9.00 Session
  - 11.00 Brunch
  - 13:30 2 Sessions mit 1 Std Pause
  - 18.00 Abendessen
  - 20.15 Session

- **3. Tag:**
  - 9.00 Session
  - 11.00 Brunch
  - 13.30 2 Sessions mit 30 min Pause
  - 17.00 Ende

Modul 3 & 4 (4 Tage) hat einen anderen Zeitplan. Beginnt wie die anderen Module. Endet am letzten Tag um ca. 14.00.

Zur Leitung:

Ananda Cornelia Jecklin

Leitung / Konzeption – Rhythmus, Klang & intuitive musikalische Begleitung

Ananda Cornelia Jecklin wurde 1966 in eine Musikerfamilie hineingeboren. Klang, Rhythmus und Musik begleiten sie seit frühester Kindheit und prägen bis heute ihren persönlichen und beruflichen Weg.

Ihre Arbeit basiert auf fundierten Ausbildungen und jahrzehntelanger Erfahrung in der Begleitung von Menschen mit Rhythmus, Klang und Stimme. Nach ihrem Rhythmikstudium am Konservatorium Zürich wirkte sie als Co-Entwicklerin des **TaKeTiNa-Rhythmusprozesses** mit und leitete über viele Jahre Ausbildungen und Seminare im In- und Ausland. Ergänzend absolvierte sie eine Ausbildung zum systemischen Coach sowie verschiedene körperzentrierte Weiterbildungen.

Seit 2018 hat sich ihre Arbeit zunehmend um die Verbindung von Musik, veränderten Bewusstseinszuständen und therapeutischen Prozessen erweitert. Dazu gehören die musikalische Begleitung in Pflanzenmedizin-Zeremonien, Aufenthalte und Erfahrungen bei einer Medizinfrau in Peru sowie die Beschäftigung mit der therapeutischen Anwendung bewusstseinserweiternder Substanzen und der **Psychedelic Assisted Therapy (PAT)**.

In ihrer heutigen Arbeit verbindet Ananda ihre langjährige Erfahrung mit Rhythmus, Klang, Stimme und Trance mit einer intuitiven, präsenten Form der Prozessbegleitung. Im Zentrum steht dabei die Frage, wie Musik nicht nur als Hintergrund, sondern gezielt und zugleich feinfühlig eingesetzt werden kann, um Menschen in inneren Prozessen zu tragen, zu stabilisieren und Bewegung und Ausdruck zu ermöglichen.

In der Weiterbildung **«Intuitive Musikalische Begleitung – Die Welt der Heilenden Schwingungen»** gibt sie diese Erfahrungen praxisnah weiter und unterstützt die Teilnehmenden darin, ihre Wahrnehmung und Intuition zu verfeinern und Rhythmus, Klang und Stimme verantwortungsvoll in ihre eigene Arbeit mit Menschen zu integrieren.

Seit 2021 leitet sie gemeinsam mit ihrem Mann Ralph Höfliger das Retreat-Haus **SUNNENRICH**, einen Ort für Bewusstseinsentwicklung, persönliche Transformation und Selbstfindung.

Weitere Infos zu meinem Werdegang findest du unter: https://corneliajecklin.com/de/home/zu-mir/ und https://sunnenrich.ch/cornelia-jecklin/

Mahara McKay

Co – Leitung / Voice Liberation & Heilendes Besingen

Mahara McKay begleitet seit vielen Jahren Menschen in Prozessen der persönlichen und spirituellen Entwicklung. Geprägt durch mehr als zwei Jahrzehnte eigener Erfahrung und **Forschung in unterschiedlichen Kulturen** verbindet sie in ihrer Arbeit altes Wissen mit zeitgemässen Formen der **Bewusstseins- und Körperarbeit**.

Aus diesem Weg ist ihre eigene Methode **Voice Liberation** entstanden. Über Atem, Bewegung, freien Gesang und intuitiven stimmlichen Ausdruck öffnet sie Räume, in denen Menschen ihre natürliche Stimme wiederentdecken, innere Begrenzungen lösen und zu mehr Authentizität, Lebendigkeit und Ausdruckskraft finden können.

In der Weiterbildung **«Intuitive Musikalische Begleitung – Die Welt der Heilenden Schwingungen»** vermittelt Mahara Voice Liberation und **Heilendes Besingen** als Form der intuitiven Prozessbegleitung. Die Teilnehmenden erfahren die eigene Stimme nicht nur als persönlichen Ausdruck, sondern lernen, sie achtsam und intuitiv für andere Menschen einzusetzen – lauschend, tragend und aus dem Moment heraus.

Dabei steht nicht gesangliches Können im Vordergrund, sondern Präsenz, Wahrnehmung, Intuition und das Vertrauen in **die eigene Stimme als unmittelbares Instrument der Begegnung und Begleitung.**

https://www.maharamckay.ch/about/biography