

## Weiterbildung

# INTUITIVE MUSIKALISCHE BEGLEITUNG

## Für Ärzte, Therapeuten, Coaches und Interessierte

**Leitung:** Ananda Cornelia Jecklin

**Co-Leitung:** Carola Fürbaß und Roman Titzenberg

Die Weiterbildung «**Intuitive Musikalische Begleitung**» vermittelt einen einfachen und intuitiven Umgang mit Musikinstrumenten und der Singstimme. Die Ausbildung befähigt dich, einen Klienten je nach Situation, Zustand und innerem Bedürfnis durch Musik, Klang, Rhythmus und Gesang zu begleiten.

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

Die Musik schafft ein Feld der Präsenz und des Vertrauens zwischen dem Begleiter und dem Klienten, das die Grundlage dafür bildet, noch tiefer in die inneren Prozesse einzutauchen und die Kontrolle loszulassen.

Mit dem stimmigen Klang, Rhythmus oder Lied können sich Blockaden lösen oder chaotischen Momenten eine Richtung, ein Fluss 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.

Um als Begleiter:in den stimmigen Klang usw. zu finden, sollst du in der Lage sein, in einen nicht-linearen Wahrnehmungszustand einzutreten, indem du dich mit dem Klienten jenseits ihrer Persona im „Jetzt-Feld“ verbindest. Du lernst, dir selbst aus dem Weg zu gehen. Du wirst zum „Kanal“ und hörst dir selbst zu, während „es“ die „richtige“ Musik durch dich hervorzaubert. Diesen inneren Raum zu bewohnen ist wesentlich, und in diesem Kurs wirst du auch den Zustand der wachen Trance (tiefste Präsenz) in dir selbst erforschen und entwickeln.

Du benötigst außerdem ein solides Grundwissen, 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 Medien in deinen Sitzungen und Behandlungen mit Menschen begleitend und unterstützend einsetzen. Du kannst dir gut vorstellen, einen unterstützenden Klang-Rhythmus-Raum für Menschen zu halten. Du möchtest diese Fähigkeiten erlernen, vertiefen und weiterentwickeln.

Die Teilnahme am **Workshop – Die Welt der Heilenden Schwingungen, am 7./8. Dezember 2024** ist **Voraussetzung** für die Teilnahme an der Weiterbildung.

Bei diesem Workshop werden wir uns gegenseitig kennenlernen. Danach kannst du uns deine Anmeldung übergeben oder zusenden. Diese beinhaltet auch einen Fragebogen, damit wir etwas mehr über dich erfahren können. Wir werden maximal 12 Teilnehmer/innen aufnehmen können.

## **Einführungs-Workshop – Die Welt der heilenden Schwingungen**

**Mit Ananda, Carola und Roman**

**Termin:** 7. und 8. Dezember 2024

**Ort:** Flow 60, Trichtenhauser Strasse 57, CH - 8125 Zollikerberg (von Zürich Zentrum aus mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar / Parkplätze vor Ort)

Dieser Workshop ist ein einzigartiges Angebot, die transformierende Kraft von Rhythmus, Klang und Stimme für dein Leben zu erfahren. Es ist eine besondere Gelegenheit, von diesen drei erfahrenen Lehrern inspiriert, bewegt und begleitet zu werden, egal, ob du danach an der Weiterbildung teilnimmst oder nicht.

Während dieser zwei Tage lernst du unsere Arbeitsweise und uns als Team kennen. Wir geben dir ein klares Verständnis davon, worum es in dieser Ausbildung geht und welche Arbeitsmethoden sie beinhaltet. Außerdem lernen wir dich kennen, damit wir dich bei deiner Entscheidung unterstützen können. Da wir im Sonnenrich Retreat Center maximal 12 Personen aufnehmen können, wird der Lernprozess entsprechend persönlich und dicht sein. Es ist daher verständlich, dass wir auch an der Bildung einer homogenen Gruppe interessiert sind. Die Erfahrung hat gezeigt, dass sich dieser Prozess weitgehend in harmonischer Selbstorganisation klärt. In jedem Fall ist dieser Workshop eine tiefe Erfahrung, die dir Inspiration und Selbsterfahrung schenken wird, unabhängig davon, ob du danach in die Weiterbildung aufgenommen wirst oder nicht.

**Zeiten:** Samstag, 7. Dezember: 10.00 bis 22.00 Uhr (mit Pausen)

Sonntag, 8. Dezember: 10.00 bis 17.00 Uhr (mit Pausen)

**Kosten:** 295.- CHF

**Bitte buche und bezahle direkt über diesen Buchungslink:**

<https://sunnenrich.ch/buchung/Die-Welt-der-heilenden-Schwingungen-p692396444>

**Damit ist deine Teilnahme bestätigt. Stornierungsbedingungen findest du im Buchungssystem.**

## Die Weiterbildung in 4 Modulen - im Detail

### Pädagogische und musikalischen Werkzeuge

- **TaKeTiNa Rhythmus Pädagogik**

Mit Ananda, assistiert von Carola

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.

- **Klang- & Rhythmus Improvisation**

Mit Ananda & Roman

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.

- **Schamanisches Trommeln**

Mit Ananda

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 „Selbsteilungsprogramm“ 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.

- **Einführung in Mantras**

Mit Ananda und Roman

Mantra bezeichnet eine heilige Silbe, ein Wort oder einen Vers. Mantras sind „Klangkörper“ mit spiritueller Kraft, die durch wiederholtes Rezitieren eine positive Wirkung auf Körper, Seele und Geist haben. Sie vermitteln ein Gefühl des Aufgehoben-Sein im «Einen», der Stille, der Verbundenheit und des Schutzes. Wenn ein Mantra über einen längeren Zeitraum geübt wird, kann es tiefgreifende Veränderungen im Leben bewirken.

- **BodyVoiceHealing**

Mit Carola, assistiert von Ananda

- **Stimmhaltung**

In speziellen BodyVoice-Übungen verbinden wir Atem, Bewegung und Stimme und öffnen so die Energiekanäle, in denen die Stimme frei fließen kann. Du lernst auch, deine Stimme bewusst zu führen.

- **Heilendes Singen**

Hier lernst du, wie du ein Stimmkanal wirst. Verbunden, mit klarer Absicht und der Hingabe, deine Stimme „im Dienst“ für deine Klienten einzusetzen. Du wirst auch wesentliche Schritte und Werkzeuge lernen, um einen klaren Heilungsraum zu schaffen.

- **Singen und Improvisieren von Liedern**

Leicht zu erlernende Lieder öffnen das Herz und schaffen eine Verbindung zwischen Therapeut:in und Klient. Das Repertoire umfasst Kraftlieder aus aller Welt, (konfessionsübergreifende) spirituelle Lieder und Heilungslieder. Improvisierte Lieder entstehen aus dem Sing-Spiel mit eigenen Worten,

- **Schamanische Stimmentwicklung**

Mit Roman

- **Obertongesang**

ist eine Gesangstechnik, die den Höreindruck von Mehrstimmigkeit erzeugt, indem einzelne Obertöne aus dem Klangspektrum der Stimme herausgefiltert werden. Obertongesang versetzt dich in einen besonderen Zustand von Energie und Bewusstsein. Er reinigt unsere Energie und unsere Umgebung. Es ist ein schamanischer Trancegesang, der heilt. Wir werden spezielle Atemtechniken üben und mit Resonatoren und verschiedenen Obertongesangstechniken arbeiten.

- **Kehlkopfsingen**

Beim Kehlkopfsingen geht es um die Verbindung mit der Erde, den Wurzeln, den Knochen und unserer animalischen Kraft. Die Methode des Heilsingens führt uns in tiefe Zustände und Tranceheilung. Sie basiert auch auf Körperunterstützung, Atemkraft und tiefer Erdung. Wir werden uns unseren primären Gefühlen (Wut, Angst, Scham...) stellen und uns erlauben, ein kraftvoller Tier-Mensch zu sein. Wir werden verschiedene Techniken ausprobieren und unsere Stimmen öffnen.

- **Qi Gong & Atemarbeit & Meditation (Begleitend)**
  - **Qi Gong**  
ist eine aus dem alten China stammende Praxis, die 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»

Mit Ananda, assistiert von Carola

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“; die Schnittstelle, an der du „weisst“, dass du eins mit der Schöpfung bist. Hier werden rhythmische Fähigkeiten ausgebildet. Zunächst arbeiten wir nur mit dem Körper, dann 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** 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 – « die Erweckung des Schamanischen in dir»

Mit Ananda und Roman

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.

**Schamanischer sibirischer Oberton- und Kehlkopfgesang** sind uralte Gesangstechniken, die kraftvolle Frequenzen erzeugen, die Blockaden in den feinstofflichen, emotionalen und körperlichen Bereichen unseres Seins lösen und uns mit neuen Möglichkeiten verbinden können.

In diesem Modul wirst du auch erfahren, was die Wirkung und die Natur eines zeremoniellen Rahmens sind und wie du ihn gestalten kannst. Jeder zeremonielle Rahmen ist dazu da, Sicherheit und Fokus zu geben.

### Modul 3 – «**Deine Stimme – Dein mächtiges Heil-Instrument**»

Mit Carola, assistiert von Ananda

Leider sagen viele Menschen: „Ich kann nicht singen“. Von Natur aus kann jeder Mensch singen. Es kann jedoch sein, dass deine Stimme aus berechtigten Gründen aufgrund deiner „Lebensgeschichte“ nicht offen und zugänglich für dich ist. 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 und schafft tiefe Ruhe.

In diesem Modul wirst du in **das „heilende Besingen“** eingeführt. Du wirst die Wirkung auf dich selbst als Gebende und Empfangende erfahren. Es geht darum, innerlich leer und ein Kanal zu sein. In diesem Resonanzfeld unterstützt deine Stimme den Heilungsprozess deines Klienten.

In diesem Modul lernst du auch **Kraftlieder und weitere Mantras** kennen. Diese können im richtigen Moment „Türöffner“ für neue Erfahrungen sein. Zum Beispiel der Wechsel von Angst zu Vertrauen.

Die Stimmfrequenz, die im Dienst des Klienten steht, schafft eine starke Herzverbindung und damit ein Feld des Vertrauens, in dem tiefe Heilung stattfinden kann.

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

Mit Ananda, Carola und Roman

In diesem letzten Modul wirst du das Gelernte in die Praxis umsetzen. Du wirst für andere da sein und ebenso in deinem persönlichen Prozess unterstützt werden. Hier laden wir alles ein, womit wir unterwegs sind. Wir transformieren. Du bist abwechselnd Klient und Begleiter/in. Gemeinsam schaffen wir den zeremoniellen Rahmen, der Vertrauen und Sicherheit gibt. Wir begleiten dich in deiner Kraft und in deiner Arbeit.

## Wo – Wann - Wieviel

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

**Termine:**

14. - 16. März, 2025: Modul 1 – «**Du bist Rhythmus**»

25. - 27. April, 2025: Modul 2 – «**Die Erweckung des Schamanischen in dir**»

13. – 15. Juni, 2025: Modul 3 - «**Deine Stimme – Dein mächtiges Heil-Instrument**»

11. – 14. Juli, 2025: Modul 4 – «**Die Erfahrung und Initiation**»

**Sprache:** Deutsch / Englisch

**Teilnehmerzahl:** Minimum 10, maximal 12 Teilnehmer/innen

**Preisgestaltung:** Der Preis setzt sich aus zwei separaten Beträgen zusammen.

1. Unterrichtskosten:

- Unterrichtsmaterial zum Lernen und Praktizieren
- Honorar für das Leitungsteam
- Reisekosten der Co-Leitung
- Benutzung Seminarraum mit Infrastruktur

Preis: 2840.- CHF

2. Kost und Logis;

- Vegetarisch /veganes Essen, liebevoll von einer Köchin geplant und gekocht
- Tee-, Snack und Früchte Buffet
- Benutzung vom ganzen Haus und Garten
- Benutzung von Gartensauna und Fitnesspavillon

Unterschiedliche Preise inkl. Mahlzeiten und Infrastruktur, je nach Schlafmöglichkeit:

- |                              |            |
|------------------------------|------------|
| ▪ Im Einzelzimmer:           | 1410.- CHF |
| ▪ Im geteilten Doppelzimmer: | 1275.- CHF |
| ▪ Im Dachraum oder Zelt:     | 1140.- CHF |

## 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        Je nach Energielevel – 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 4 (4 Tage) hat einen anderen Zeitplan.** Beginnt wie die anderen Module. Endet am letzten Tag um ca. 14.00.

## Das Team

### Ananda Cornelia Jecklin

#### Leitung / Konzeption / Rhythmus & Klang

Ich wurde 1966 in eine Musikerfamilie hineingeboren, was mein Leben tief geprägt hat. Klang und Rhythmus sind für mich seit jeher selbstverständlich und prägen meine gesamte Lebensweise.

Seit 40 Jahren widme ich mich leidenschaftlich der ganzheitlichen und spirituellen Selbstpflege sowie der Begleitung tiefer Veränderungsprozesse. Die Unterstützung seelischer und körperlicher Transformationen durch Rhythmus, Klang und Energiearbeit ist meine besondere Stärke. Diese Fähigkeiten entspringen einer tiefgehenden persönlichen Reise der Transformation sowie der Freude, fundierte Ausbildungen absolviert zu haben.

Seit 2018 haben Pflanzenmedizin (musikalische Begleitung in Zeremonien, Aufenthalte bei einer Medizinfrau in Peru) und die therapeutische Anwendung bewusstseinsweiternder Substanzen einen zentralen Platz in meinem Leben und meiner Arbeit eingenommen. Ich bin bereit, meine Erfahrungen und Kenntnisse in der Klang- und Rhythmusarbeit zur Begleitung in der PAT weiterzugeben.

Als Co-Entwicklerin des TaKeTiNa-Prozesses und durch die langjährige Mitwirkung an der Entwicklung von TaKeTiNa-Ausbildungen weltweit freue ich mich, nun diese spezielle Weiterbildung für PAT anbieten zu können.

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

**Besonders freue ich mich, Carola Fürbaß und Roman Tizenberg im Team begrüßen zu dürfen. Beide sind außergewöhnliche Lehrer und Therapeuten, die über viele Jahre hinweg ihre einzigartige Fähigkeit entwickelt haben, ihre Leidenschaft für Heilarbeit mit Musik und Stimme zu vermitteln.**

### Carola Fürbaß

#### Leitung Body Voice Healing & Heilendes Besingen

Ich wurde 1976 in Bayern geboren und bin dort aufgewachsen. Schon als Kind träumte ich davon, Sängerin zu werden. Als Autodidaktin folgte ich meiner Neugier und hatte bereits in meinen Jugendjahren erste Auftritte.

Seit 25 Jahren widme ich mich leidenschaftlich der Aufgabe, Menschen dabei zu unterstützen, ihre ureigene Stimme zu entfalten und sie heilsam für sich selbst oder andere einzusetzen. Darüber hinaus nutze ich meine eigene Stimme, um Menschen zu inspirieren und heilsam zu begleiten.

Mit 18 Jahren erlebte ich eine Stimmkrise, in der ich ein Jahr lang nicht singen konnte. Diese Herausforderung brachte mich dazu, intuitiv zu forschen und erfolgreich einen neuen Zugang zu meiner natürlichen Stimme zu finden. Aus dieser Erfahrung heraus entwickelte ich die BodyVoice Healing Methode. Durch diese Methode habe ich in Einzel-Sessions, Seminaren und Ausbildungen tausende Menschen begleitet. Mein Weg führte mich zudem durch zahlreiche Aus- und Weiterbildungen in den Bereichen Therapie, Kunst, Schamanismus und Coaching.

Als Heilpraktikerin verfüge ich über ein tiefes Verständnis für die physischen und energetischen Zusammenhänge in unserem "Klang-Körper". Dieses Wissen verbinde ich mit praktischen Werkzeugen, um Menschen in ihrer persönlichen und stimmlichen Entfaltung zu unterstützen.

Weitere Infos zu meinem Werdegang findest du unter:

<https://www.bodyvoicehealing.com/übermich>

## **Roman Tizenberg**

### **Leitung Obertongesang und Kehlsingen**

Ich bin Musiker und schamanischer Klangtherapeut. Seit vielen Jahren erforsche ich die Wirkung von Klanginstrumenten und der natürlichen Stimme auf das Leben. Durch den Klang sind wir lebendig und manifestieren uns in der Welt.

Ich hatte das Privileg, von verschiedenen Meistern und Schamanen zu lernen. Seit 5 Jahren gestalte ich Erfahrungsräume und Retreats für unterschiedlichste Menschen. In den letzten Jahren habe ich auch im Rahmen der Traumatherapie für Kriegsveteranen aus der Ukraine sowie in der Psycholytischen Therapie (PAT) in Spanien gearbeitet.

Für mich ist die Stimme das zentrale Klanginstrument. Wir sind lebendige Resonatoren mit einzigartigen Qualitäten. Wenn wir gemeinsam klingen, verstärken wir die Kraft der Verbindung zwischen Gefühlen und Leben. Besonders schätze ich den Gesang der Wurzelschamanen, der die tiefe Verbindung zur Erde, zur eigenen Tierkraft und zu den Knochen zelebriert.

<https://www.instagram.com/romantizenberg/>

Wenn du interessiert bist an dieser Weiterbildung teilzunehmen, kannst du dich über unsere webpage anmelden:

[www.musik-therapie.academy](http://www.musik-therapie.academy)

Bei allen Fragen kontaktiere uns über:

[connect@sunnenrich.ch](mailto:connect@sunnenrich.ch)

