

Symposium „Das Mysterium der Resonanz im Shiatsu“

Ein Nachklang von Katrin Werner
November 2025

Resonanz ist für mich nicht nur ein Prinzip unserer Arbeit – sie ist ein Herzstück. Der japanische Begriff *Kyō Mei*, mit seinen Bedeutungen von Echo, Resonanz und Mitgefühl, begleitet mich seit Beginn meiner Shiatsu-Tätigkeit und prägt ebenso mein Arbeiten als Körperpsychotherapeutin. In diesem Sinne war das Symposium für mich ein Geschenk: ein Raum, in dem wir die lebendige Dynamik von Resonanz besprechen und in vielen praktischen neuen Übungen gemeinsam erfahren konnten – zu zweit, zu dritt und in der großen Runde.

Besonders anregend war für mich das feine Spiel der Unterscheidungen zu erforschen: Was ist der Unterschied zwischen Mitgefühl und Empathie? Mitgefühl statt Mitleid, Empathie im Unterschied zu empathischem Stress, Beobachten versus echtes Wahrnehmen, Geschehenlassen und doch Intention setzen. Diese Differenzierungen sind für mich nicht theoretisch, sondern schenken meiner täglichen Praxis mehr Klarheit und Bewusstheit – und damit auch eine größere Tiefe und Zufriedenheit.

So bleibt für mich der bewusste Blick, wo Resonanz geschieht, weiterhin hilfreich:
– *in uns – zwischen uns – mit dem großen Ganzen.*

Das lässt mich fragen, ob wir im Shiatsu vor allem Präsenz, Weite und Gelassenheit halten – oder ob wir gelegentlich, ganz behutsam, auch gezielte Einladungen in einem dieser drei Resonanzfelder anbieten, etwa durch eine bestimmte Ausrichtung oder eine bewusst gewählte Haltung oder auch durch Intention?

Zwei Fragen begleiteten mich in der Vorbereitung besonders: *Was verhindert Resonanz?* Und: *Welche Rolle spielen Übertragung, Projektion und Gegenübertragung im Shiatsu?* Ich erlebe, dass Scham, Leistungsdruck, ein Zuviel an „beim anderen empathisch eintauchen“ oder unbewusstes Mitleid Resonanz einengen können. Gleichzeitig bringt der Resonanzraum selbst Übertragung und Gegenübertragung hervor – er lädt sie fast ein. Für mich gehören sie dazu; sie sind Ausdruck des lebendigen Feldes zwischen uns. Entscheidend ist, ob wir ihnen mit Bewusstheit und innerer Weite begegnen. In meinem Impulsvortrag wollte ich genau dafür sensibilisieren: dass Übertragung Orientierung sein kann, wenn sie nicht den Prozess übernimmt, sondern ihm dient.

Unter anderem konnte ich mich mit zwei anderen etwas ausführlicher über *Bilder, die im Resonanzgeschehen auftauchen* und wie man damit umgeht, austauschen. Das war selbstbestärkend für meine eigenen Wahrnehmungen.

Auch die Frage der *geteilten Aufmerksamkeit* bewegt mich weiter: Wie weit bin ich in welcher Situation bei mir – und wie weit beim anderen? Für mich ist das ein sanft ausbalancierter Tanz, der natürlich die Qualität von Resonanz maßgeblich beeinflusst.

Im Symposium selbst erlebte ich eine Gruppengröße, in der jede*r seinen Platz finden konnte – im Austausch, in den Übungen, im Impulse geben, in der gemeinsamen Gestaltung. Dass das Symposium beinahe abgesagt worden wäre und Achim und ich uns deshalb spontan in einem Online-Meeting der Shiatsu Akademie so inspirierend austauschten, empfand ich als eine stimmige Fügung. Da fällt mir ein Ausspruch von Pamela Ferguson ein: „go with the flow“ und/oder ist es das, was man mit Synchronizität oder Kohärenz im Resonanzgeschehen meint? Achim fragte mich dann, einen Impulsvortrag zu halten, und es gesellten sich Raumorganisation, Teile der Moderation und die Dokumentation dazu – ehrenamtlich und mit echter Freude. ;)

Angenehm wohltuend empfand ich die Zusammenarbeit zwischen Achim, Barbara und mir: pragmatisch, effizient und vertrauensvoll. Danken möchte ich auch meiner Nachbarin Kerstin Bornschein, die die Videoaufnahmen und Fotos gemacht und geschnitten hat.

Vielleicht gerade weil das Symposium komplett non-profit und als Erfahrungsaustausch gedacht war – und eben nicht den Charakter eines Seminars hatte – entstand ein Raum, der für mich persönlich ungewöhnlich dicht, lebendig und sehr verbindend war.

Katrin Werner, 13. November 2025