

## **Bericht der dritten jährlichen Konferenz der Shambhala Gruppen und Zentren der Region Deutschland und Nordschweiz vom 15.-17.11. in Hamburg**

Repräsentant\*innen der Shambhala Zentren Hamburg, Marburg, München und Köln, der Gruppe Berlin und der informellen Gruppe in Freiburg, sowie aus Frankfurt, deren Gruppe sich gerade aufgelöst hat, trafen sich für ein Wochenende Praxis, Diskussionen, das Pflegen unserer Freundschaft, für gutes Essen und ein Feast im wunderschönen Shambhala Zentrum Hamburg. Leider konnten die Schweizer Gruppen in Bern und Zürich nicht vertreten sein. Der Stuttgarter Jon Feller, zuvor regionaler Assistent von Praxis und Studium Europa, nahm teilweise als Freund an der Konferenz teil.

Wir hatten auch die Ehre, das Mitglied des internationalen Board und Geschäftsführerin von Shambhala Europa, Veronika Bauer, am Freitag und Samstag in unserer Mitte zu haben.

Es ist zur Tradition geworden, die Konferenz jedes Jahr in einem anderen Zentrum zu veranstalten. Nach Köln und Marburg war diesmal Hamburg der Tagungsort, wo die lokalen Sanghammitglieder und auch Regionalkoordinator Dennis Engel wunderbare Gastgeber waren.

Freitagabend begann mit dem Einchecken und dem Setzen der Intention für diese Konferenz. Sofort wurde der Boden des Treffens durch radikale Ehrlichkeit bereitet. Gleichzeitig fand auch der Austausch in gegenseitigem Respekt statt, obwohl die Meinungen eine große Bandbreite aufwiesen. Dies führte sich durch das ganze Wochenende fort. Auch über Themen von Macht und Missbrauch wurde auch aus sehr persönlichen Perspektiven gesprochen.

Am Samstag öffneten wir Herz und Sinne mit einer Lhasang Zeremonie und einer Stunde Sitzmeditation.

Veronika lieferte uns dann einen wohlaufgenommenen Bericht über die gegenwärtige Situation in Shambhala International und Europa, über den viel diskutiert wurde. Mit diesen Informationen versehen stellte sich jede\*r persönlich drei Fragen: Was muss noch angeschaut werden? Was muss ich loslassen? Wie sieht die erfolgreiche Shambhala Region D-CH in Zukunft aus?

Am Abend genossen wir bei freundlichen Gesprächen ein köstliches kaltes Buffet, das von Hamburgern vorbereitet, gemeinsam aufgetischt wurde.

Am Sonntag, wiederum nach einer Lhasang und einer Stunde Sitzmeditation, nahmen wir mit einer praktischeren Annäherung einige der Themen vom Samstag in Kleingruppen wieder auf: Möglichkeit von Gruppenretreats in unserer Region, extracurrikulare Programme, Wie sorgen wir für kleine Gruppen, Einzel-Mitglieder und Mitglieder, deren Gruppe sich aufgelöst hat.

Die Konferenz endete mit einem Shambhala Sadhana Festmahl und leckerem warmen Essen. In der Gruppe herrschte Einigkeit, dass es wertvoll und sinnvoll sei, sich so zu begegnen. Die Aufrichtigkeit und Freundschaft inspiriert uns, auch zukünftig weiter zusammen zu arbeiten als Region. Leider wird unser Regionalkoordinator Dennis Engel an Shambhalatag 2020 seinen Posten freigeben, um sich neuen Aufgaben zu widmen.

Interessenten für den Posten als Regionalkoordinator können sich bei Dennis über die Rolle informieren. ([shambhala.deutsch@gmail.com](mailto:shambhala.deutsch@gmail.com))

Wir danken Dennis für seine enthusiastische und liebenswürdige Unterstützung der Region in den letzten zwei Jahren.

Reporter: Anne vdEltz