

Das März Highlight

Was macht Buddha im Wellnessbereich?

Ethnologie fassbar am 7. März

Vom Meditationsraum übers Wohnzimmer bis zur Sauna – überall sitzt der Buddha. Was macht ihn so faszinierend für den Westen? Expertinnen beleuchten dieses Verhältnis und führen zu den buddhistischen Zeugnissen im Museum der Kulturen Basel. Zum Schluss gibt es ein Achtsamkeitstraining.

Buddha alias Siddhartha Gautama lebte um 500 v. Christus in Nordindien. Der Adlige verliess seine Familie, um Erlösung zu suchen. Er fand sie. Auf dem Weg dahin übte er sich vor allem in Meditation und Askese. Dies lehrte er bis zu seinem Tod mit rund 80 Jahren.

Heute sitzt Buddha in vielen Meditationsräumen, Wellness-Zentren und Privatwohnungen. Er respektive der Buddhismus ist ein nicht abreissender Trend im Westen. Wie ist er zu uns gekommen? Wie hat er sich gewandelt? Wozu brauchen wir ihn? Drei Expertinnen diskutieren über unser Verhältnis zum Buddhismus. Unter der Leitung von Sabine Rotach, Leiterin Bildung und Vermittlung des MKB, erklären Marta Kwiatkowsky, Trendforscherin am Gottlieb Duttweiler Institute, Philosophin Catherine Newmark und Stephanie Lóvasz, Kuratorin Süd-, Zentral- und Ostasien am MKB, die Wellen der Rezeption, die Formen der Anpassung und beleuchten die Gründe der Faszination

Auch in aktuellen Ausstellungen im Museum der Kulturen Basel sind Buddha-Figuren zu bewundern. Insbesondere in der Ausstellung «StrohGold». In einer kurzen Führung zu den Zeugnissen des Buddhismus erleuchtet Stephanie Lovász die Teilnehmenden über diese spannenden Museumsobjekte.

Stress senken

Zum Abschluss offeriert Regula Saner vom Zentrum für Achtsamkeit Basel eine Einführung in die Technik der Achtsamkeit. Diese liegt momentan sehr im Trend. Mit einfachen Übungen soll der Alltagsstress gesenkt und die Welt bewusster wahrgenommen werden. Empfohlen wird die Technik selbst von Ärzten als sinnvolle Ergänzung zu medizinischen oder psychotherapeutischen Behandlungen für Menschen mit aktuellen oder chronischen Beschwerden oder mit Beeinträchtigungen durch Ängste, Depressionen und Schlaflosigkeit.

Dieser Anlass ist Teil der monatlichen Veranstaltungsreihe „Ethnologie fassbar“. Damit pflegt das Museum der Kulturen Basel ein spezielles Vermittlungsformat. Mit Führungen, Gesprächen, Workshops oder Lesungen werden aktuelle kultur- und gesellschaftsrelevante Themen verständlich beleuchtet. Kuratoren und Gastreferentinnen beziehen dabei jeweils die Teilnehmenden ein. Diese Art des Austauschs ist für beide Seiten bereichernd und zeigt, dass Ethnologie durchaus fassbar ist.

Ethnologie fassbar: Was macht Buddha im Wellnessbereich? Diskussion, Führung, Tee und Snacks, Achtsamkeits-Training. Mittwoch 7. März, 18.15 bis 20.45 Uhr. Eintritt 16.–