

# Zwischen Realität und Träumen: Eine Lebensphilosophie und Mudita

Pascale Hoffmann ist eine Frau mit vielen Talenten. Nach der Schule fängt sie mit dem KV an, probiert dann beruflich viel aus und kommt viel herum. Ihre Leidenschaft aber lässt sie nie los.

Der Regen prasselt auf unsere Regenschirme, während wir die Strasse entlang gehen. Die Sonne scheint kaum durch die dichte Wolkenwand, doch es ist nicht kalt. Als wir beim richtigen Haus ankommen, treten wir in einen kleinen Vorhof, wo wir sogleich Pascale entdecken. «Ah, jo hallo zäme, dir sit jo scho do!», begrüsst sie uns voller Vorfreude. Auch wir sind sehr gespannt, was sie alles zu erzählen hat.

## Eine kleine Wohlfühloase

Sie zeigt uns den Weg zu ihrem persönlichen «Adlerhorst», wie sie liebevoll den kleinen Raum nennt, wo sie manchmal Kunden empfängt, sich aber auch mal einfach so zurückziehen kann. Als wir den Raum betreten, fällt uns sofort auf mit wieviel Liebe und Wärme er geschmückt worden ist. Mit den vielen Holzelementen wirkt er sehr harmonisch. Wir setzen uns auf Kissen, die Pascale am Boden vorbereitet hat. Ein kleiner Buddha beobachtet uns aus der Ecke.

## Viele Wege führen zum Yoga

«Jetzt bin ich ganz neugierig, wie das wird. Ich ha so öbbis no nie gmacht», gesteht sie uns lachend. Das Gespräch nimmt aber wie von selbst und ganz

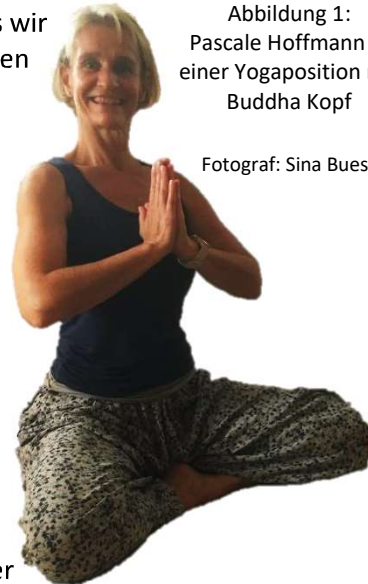


Abbildung 1:  
Pascale Hoffmann in  
einer Yogaposition mit  
Buddha Kopf

Fotograf: Sina Buess

gelassen seinen Lauf. Wir wollen wissen, was Pascale nach ihrer KV-Lehre gemacht hat und wie sie schlussendlich zu ihrer Yogalehrerinnen-Ausbildung gekommen ist.

Pascale erzählt, dass sie nach der Lehre in der Buchhaltung angefangen habe, das habe ihr aber nicht gefallen. Deswegen sei sie für drei Monate nach Paris gereist, um als Au-Pair dort zu arbeiten. Danach seien unzählige Stellen im Marketing- und Werbebereich verschiedenen Schweizer Firmen gefolgt.

Nach einem Wechsel zu der Firma «IMM» habe sie im Aussendienst die Möglichkeit gehabt, in der ganzen Schweiz herumzureisen, erzählt sie. Wir staunen über die vielen Berufe und Arbeitsortwechsel, die Pascale schon durchgemacht hat. Lachend meint sie: «Mi Maa seit immer, so viel wie ich scho gschafft hätti, chönnt ich jetzt scho pensioniert sii.»

Wir fragen sie, wie es beruflich weitergegangen sei. Leider sei dieses Business bei der «IMM» dann irgendwann zusammengefallen, erzählt sie weiter. Kurz darauf habe sie per Zufall mitbekommen, dass die Shiatsu-Schule in Basel jemanden für den Wiederaufbau ihres Sekretariats brauchte. Da sie mit 30 Jahren ja schon bereits hobbymässig mit dem Yoga angefangen habe, sei ihr die Entscheidung, diese Aufgabe anzunehmen, leichtgefallen.

«Und jetzt?»

Pascale sei 2 Jahre an der Shiatsu-Schule gewesen, danach habe sie wieder Abwechslung gebraucht, da sie ihre Aufgabe dort erfüllt hätte. Sie sei nach

Indien gereist und dort drei Monate geblieben. Aus dieser Zeit habe sie viele schöne Erfahrungen mitgenommen. Ihre Augen strahlen, als sie das sagt.

Wieder in der Schweiz habe sie abermals in einer Marketingfirma angefangen zu arbeiten.

### Hobby wird zur Leidenschaft

Schon zu diesem Zeitpunkt sei ihr klar gewesen, dass sie Yoga-Lehrerin werden wollte. *Da ihr damaliger Arbeitsgeber nicht bereit gewesen sei, ihr Pensum zu reduzieren, habe sie gekündigt* und eine Stelle im Sekretariat der «Lotusyoga»-Schule gefunden. In dieser absolvierte sie von 2011 bis 2014 auch ihre Ausbildung zur Yogalehrerin.

Pascale erwähnt, dass damals immer wieder ein Flyer für eine Märchenerzähler-Ausbildung bei ihr aufgetaucht sei. Zu diesem Zeitpunkt sei auch ihr Vater gestorben. Ihr sei es nicht gut gegangen, erzählt sie. Aber dennoch habe sie sich für den Kurs angemeldet. Ihr Vater hätte es so gewollt, sagt sie. Aus dem Kurs sei sie wie geheilt zurückgekommen. Sie meint, Märchen hätten eine heilende Wirkung.

Neben ihrem Beruf habe sie auch mit einer Klangausbildung angefangen. Märchen und Klänge, das passt doch gut zusammen, habe sie damals gedacht. Wir sprechen sie auf die Klanginstrumente an, die sich ebenfalls im «Adlerhorst» befinden. Diese habe sie für die Therapie und die Märchen selbst gebaut. Nie hätte sie gedacht, meint sie, dass dies einmal ein zweites Standbein werden könnte.

*Der Beruf, das Yoga, die Märchen, die Klangtherapie und die chinesische Medizin haben in ihrem Leben viel Platz eingenommen. So sei es ab und zu anstrengend, alles unter einen Hut zu bekommen.*

### Alles fügt sich zusammen

Seit diesem Jahr sei Pascale damit nun zu 50% selbstständig. Die anderen 50% arbeite sie in der Lotusyoga-Schule. *Dies sei ihre erste Chefposition, erzählt sie. Besonders jetzt in dieser speziellen Zeit sei es stressig, dazu kommen die Erwartungen, die die Schule an sie habe.*

### Ein Leben lang begleitet

«Yoga fangt nit uf de Matte ah, es isch für mi e Lebenshellig», erklärt sie. Dies gebe sie auch ihren Schülern mit. Es liesse sich einfacher leben, wenn man sich gewisser Sachen bewusst werde. Pascale erklärt uns das Wort Mudita, was so viel bedeutet wie «die Freude in der Freude der anderen finden». Dies sei ein guter Ansatz, meint sie. Finden wir auch.

Für die Zukunft hoffe sie, bald auch Gruppentherapien mit Klang anbieten zu können. Auf die Frage hin, welche Träume sie denn noch habe, sagt sie lächelnd, dass sie gerne mit einem VW um die Welt ziehen und Märchen erzählen würde. Aber manchmal, ergänzt sie, müssten Träume vielleicht Träume bleiben.



Abbildung 2: Pascale an ihrem Kotamo (Klanginstrument), welches sie auch für Märchenerzählungen benutzt.

Fotograf: Alicia Burtscher