
Judita Berková: Díky józe vnímám smysl toho, co se děje



Judita Berková absolvovala na [Fakultě humanitních studií Univerzity Karlovy](#) **bakalářský program** [Studium humanitní vzdělanosti](#). V současné době je certifikovaná [lektorka jógy](#) a pořádá **jógové zájezdy po celém světě**. Je také autorkou **jógových programů** a navrhuje svoje vlastní **jógové oblečení**.

Na FHS jste absolvovala bakalářské studium. Byla to Vaše první volba?

Vrátila jsem se z Ameriky, kde jsem studovala tři semestry, a potřebovala jsem pokračovat ve studiu tady v Čechách. Fakulta humanitních studií byla nejbližší tomu, co jsem studovala v Americe. Takže vlastně ano, byla to první a jediná volba.

Jak jste se o fakultě tehdy dozvěděla? Jak jste věděla, že tomu bude nejbližší?

To už si dnes nevzpomenu. Myslím, že jsem si to prostě vygooglovala (*smích*).

Když jste přišla na FHS, jak jste se sžila se systémem určité anonymity na fakultě? S tím, že se nevytvoří klasické třídy nebo kruhy.

Mně to vyhovovalo. Přátele jsem si našla rychle. Seznámila jsem se se spoustou skvělých lidí, také s lidmi z Ruska. Dodnes jsme přátelé. S mojí kamarádkou Martinou jsme si užily tolik zábavy!

Vzpomenete si na nějaký předmět, který Vás bavil?

Chodila jsem na jeden předmět, kam nás chodilo pět. Rozebírali jsme Heideggera tam i zpátky, zepředu i zezadu, ale jak se jmenoval, to už si nevzpomenu (*smích*). Bylo to velmi specifické. Potom jsme hltali pana profesora Komárka.

Toho jsem opravdu milovala se všemi jeho předměty, ale opět, jak se jmenovaly, to nevím (*smích*). Byla to antropologie spojená s psychologií.

Je něco, s čím jste měla při studiu naopak problém? Často to bývá třeba ekonomie.

Ekonomie mě kupodivu úplně nadchla. Z úvodní přednášky jsem byla nadšená. Velmi mě bavila, i když jsem se jí věnovala jen okrajově. Měla jsem problém s historií. Historii mám sice ráda, ale ten způsob, jakým to bylo pojaté... Šírokost a obsáhlost mi dělala problém. Ta zkouška byla opravdu těžká.

Magisterské studium jste na fakultě neabsolvovala, neuvažovala jste ani o tom?

Po tom, co jsem absolvovala FHS, jsem neměla sílu. Už jsem neměla ani chuť. Studovala jsem to dlouho, na FHS jsem byla skoro pět let a když k tomu přičtu tu Ameriku – bylo to dlouhé. Teď ale nastupuji znovu na studium, rozšiřuji si své jógové vzdělání. Jde o studium instruktora jógy první třídy – nejvyšší možné vzdělání lektora jógy. Studuje se to na Filozofické fakultě společně s FTVS a trvá to tři roky. Vracím se tedy teď na univerzitu.

Takže své studium na FHS hodnotíte jako těžké?

Ano, bylo to náročné a pohlcující. Pohlcovalo to veškerý čas a myšlenky. Byla jsem ráda, že se po ukončení mohu věnovat něčemu jinému než studiu.

Zúčastňovala jste se na fakultě i nějakých mimo studijních aktivit?

Byla jsem na jednom fakultním výletě. To byla úžasná zábava, chodili jsme po krajině a hodnotili jsme architekturu domů.

Studovala jste tři semestry na univerzitě v USA, konkrétně na Manhattanville College. Bylo studium odlišné v přístupu ke studentům?

V Americe mají vysoké školství vymakané. Když chcete uspět, tak uspějete. Když se vám něco nepovede a chcete si to opravit, tak si to opravíte. Učitel je tam pro vás, aby vám v tom pomohl. Pokud máte nadšení a chuť do studia, jste v tom podporována. Tady jsem ještě trochu vnímala pozůstatky starého systému. U zkoušek je student schválně dotazován na to, co neví. Způsobuje to velkou demotivaci. Bylo to ale málo a vnímám progresivitu fakulty. Vůbec nejsem proamerická, vysoká škola byla vlastně jedna z mála věcí, která se mi tam líbila. Lidský, přátelský a podporující přístup, aby se člověk naučil co nejvíce zábavnou formou. Ne, aby se přehltl informacemi, které si časem už ani nevybaví.

V současné době jste především lektorka jógy. Obecně celý Váš život se kolem ní točí. Čím si to jóga zasloužila?

Zasloužila si to tím, že mě vždy dokázala podpořit v temnějších místech života. A nejen to. Díky ní vnímám smysl toho, co se děje, jsem napojená na své tělo a vnímám jeho signály, dokážu se spoléhat na svou intuici. Je toho mnohem víc, ale to musíte zažít na vlastní tělo.



Pořádáte jógové zájezdy po celém světě, takže hodně cestujete. Neměla jste někdy chuť v nějaké zemi zůstat a do Čech se nevrátit?

Měla jsem chuť zůstat v Dominikánské republice. To bylo nádherné. Teď jedeme do Mexika a mám tušení, že tam také budu chtít zůstat. Jižní země jsou plné života, tancuje se tam, člověk může chodit bos. Je to o pocitu v těle, vše je pro mě o pocitech v těle.

Jak to, že jste tedy nikde nezůstala?

Nenazrál čas. Miluju Českou republiku a Prahu. Jezdím po celém světě, ale vždy se ráda vracím.

Když cestujete, vnímáte, že jsou Češi jiní než ostatní, možná méně tolerantní?

Mám ráda české lidi a po zkušenosti s Američany, zlatí Evropané. Češi mi nikdy nepřipadali horší nebo lepší.

K józe patří i filosofie a vlastně i psychologie. Měla jste možnost na FHS se o filosofii nebo psychologii jógy něco dozvědět?

Ne, na fakultě jsem jógu ještě nepropraktkovala, ale chodila jsem na kurz buddhismu.

Je něco, co jste se naučila na FHS a dodnes to využíváte?

Čtení filosofických textů. Četli jsme jeden text za druhým a museli je rozebírat. Nebylo to lehké, ale naladilo mě to k větší abstraktnosti a schopnosti pojmut souvislosti. Pomáhá mi to teď také při psaní. Připravuji vlastní knihu.

O čem píšete?

Poselství ásán. Je spousta knih o tom, jak se ásany správně dělají nebo jak vypadají. Moje kniha bude o tom, jak se v nich cítíme a jaký vzkaz pro nás mají. Je to pro mě veliký projekt, kniha bude mít přes dvě stě stran. Měla by vyjít na podzim.



Je něco, co byste chtěla na adresu fakulty ještě zmínit?

Děkuji za to, že dáváte možnost lidem, kteří nevědí, co budou jednou dělat. Očekává se od nás, že budeme mít jasno velmi brzy, že si zvolíme profesi nebo zaměření už na gymnáziu. Myslím ale, že existuje spousta lidí, kteří nevědí, kteří potřebují více času. Fakulta jim poskytuje možnost nechat čas dozrát a v klidu si vybrat. To je obrovský přínos.

Sára Wienerová
22. 10. 2018