

Profilartikel i anledning af senior lærer Jette Berings 60 års fødselsdag, sommer 2021

Mit liv som Iyengar yoga lærer har formet sig på den måde, at der er nogen døre, der har åbnet sig, og så er jeg gået ind ad dem. Jeg har bare tænkt: Det gør jeg! Og tit har jeg været heldig'



Jeg har sat mig for at interviewe en række yogalærere i håbet om at inspirere til nyt mod, mere vækst, åben dialog og forbundethed i en helt usædvanlig tid. Jette Bering er den anden i rækken. Af: Tine Lassenius Kramp, Protreptisk filosofisk inspireret coach og Iyengar yoga lærer

Jeg møder Jette på terrassen foran hendes yogahus efter endt sommerkursus i Liseleje. Solen skinner, døren står åben, og der er en fin hvid Ganesh muret ind i en niche i muren. I anledning af sin 60 års fødselsdag deler Jette erindringer om BKS Iyengar og erfaringer og visioner fra sit liv med Iyengar yoga. Hun fortæller om at have modet til at gå ind ad de døre, livet åbner for os, og om sit kald: at praktisere og undervise sine elever dagligt som en del af sin livspraksis uanset hvad; og dermed også at gå forrest og skabe stabilitet og yogasammenhold i den ustabilitet, corona pandemien har medført.

Hvornår mødte du BKS Iyengar første gang?

Jeg mødte Guruji første gang på mit første besøg i Puna, på et såkaldt German-intensive forløb i 1996. Jeg havde forsøgt at stille mig udenfor hans synsvinkel sådan lidt nede bagved. Så skulle vi lave skulderstand (Salamba Sarvangasana), og det har aldrig været en nem stilling for mig. Pludselig hørte jeg en, der meget højt sagde: 'What are you doing?' Jeg tænkte straks: Godt, det ikke er mig han taler til, for mig kan han jo ikke se. ... men det var det. BKS Iyengar kom hen til mig, fnyste, rettede mig, og gik igen.

De følgende uger arbejdede vi videre med Salamba Sarvangasana i Puna, og en dag lå jeg ved siden af Patricia Walden. Da vi kom ud af stillingen efter diverse variationer sagde hun: "this was 45 minutes". Så jeg gik fra slet ikke at kunne holde ud at lave Sarvangasana til at kunne markant mere. Det styrkede min tro på, at jeg kunne lære fra BKS Iyengar, som sammen med Geeta Iyengar har været mine gurus lige siden.

Hvad lærte du særligt af BKS Iyengar?

Han spurgte ofte i sine klasser 'What are we gaining and what are we losing?' Det vil sige, når man gør tingene på én måde, så mister man noget andet. Den eksperimenterende, varierede måde at lave sin yogapraksis på – mere end at forsøge at gøre alting perfekt, inspirerer mig fortsat dagligt.

Han fangede lynhurtigt, hvis man prøvede at skjule det, man ikke kunne og sagde 'you should always be honest and show in front of your students what you are uncomfortable with'. Det skaber tillid og tryghed, og så tør de også vise dig, hvad de ikke kan.

Da vi rejste hjem fra Puna første gang sagde han til mig 'Just tell your students what to do'. Det tror jeg gav mig den der enkle, straight forward måde at undervise på, som jeg også har holdt ved.

Hvordan valgte du at blive Iyengar yoga lærer?

Ved mit første besøg i Puna sagde Guruji også, at jeg de kommende to år ikke skulle tage kurser hos andre lærere, 'Work with what you learned here'. Og det gjorde jeg. Da de to år var gået, skulle Guruji undervise i Paris, og der blev min mand Claus og jeg kontaktet en onsdag, og blev beordret til at stille i Paris lørdag til certificering. Mit pas var udløbet, flybilletterne var ekstremt dyre, og vi vidste ikke hvor vi skulle bo. Men vi ankom alligevel fredag, blev certificeret lørdag (dengang level 1) af en gruppe lærere fra Sydeuropa. Kort tid efter skulle vi være i Puna i 3 måneder, og derefter tog vi det, der dengang hed level 2 certificate.

Hvad vil du kort sige om din tilgang til livet som Iyengar yoga lærer?

Jeg har vidst siden jeg var først i tyverne, at jeg skulle undervise i yoga, så det, at drive en yogaskole har først og fremmest været en stærk følelse af, at det er min vej i livet, og det kommer før business at være der for mine elever, hvor mange har fulgt mig i mere end 30-40 år. Men jeg er ikke en person, der sætter mål og planlægger hvad jeg skal. Mit liv har formet sig på den måde, at der er nogen døre, der har åbnet sig, og så er jeg gået ind ad dem. Jeg har bare tænkt: "det gør jeg". Og tit har jeg været heldig. Så jeg er altid glad, når jeg går på arbejde.

Der er selvfølgelig nogen gange noget der driller, men mest i forbindelse med administrationsarbejde, altså når jeg skal lave noget, som jeg ikke har det store talent for. Jeg har måttet lære det undervejs uden at have en uddannelse i det.

Men pengene var vel nødt til at følge med?

Ja..., altså vi har altid lige haft nok, og så nogen gange har vi været heldige med andre ting, f.eks. med køb af huse og ift at finde boliger.

Hvordan tacklede du coronatiden?

Da corona kom og vi måtte lukke ned, tænkte jeg 'hvad er det værste, der kan ske?' Det er jo nok, at vi må lukke yogaskolen, men jeg kan jo stadig undervise i yoga, tænkte jeg, så så må jeg bare begynde forfra igen efter corona, det går jo nok'. Så vi nåede at give totalt slip... og så kom der hjælpepakker som gjorde, at vi alligevel ikke behøvede at lukke,... men så gode var de så heller ikke. Så det har da været et år med et meget stort økonomisk tab.

Vi skal som lyengar yogalærere kunne overkomme store forhindringer. Vi må løfte brystet og navigere i den virkelighed, vi er i, og vi bliver nødt til at gå forrest og vise vores elever, at det eneste stabile i verden er vores indre stabilitet, når der opstår ustabilitet i naturen.

Under lock-down var der mange elever, der sad alene isoleret i deres lejligheder på ubestemt tid, og det skabte selvfølgelig en masse utryghed. Jeg havde forsvoret, at jeg nogen sinde skulle undervise online, men jeg indså, at det var den eneste mulighed for undervisning, og så gik jeg ind ad den dør. Jeg skrev jeg til en yogaelev og spurgte hvordan man gjorde, lavede en lukket Face Book gruppe, og begyndte at undervise gratis hver dag kl 10 på min oldgamle mobiltelefon fuld af skærmmridser....

Jeg har aldrig haft så store klasser. Nogle gange var der mere end 90 elever med... så det blev altså en slags samlingspunkt. Undervisningen var enkel og havde fokus på 1) At holde brystet løftet, 2) Supta Virasana, 3) Vrksasana, som gennemgående tema, fordi jeg tænkte, at ustabilitet skal balanceres med en yogapraksis fokuseret på at skabe stabilitet (Stiram).

Jeg fortsatte fra mit corona eksil i Liseleje hver dag fra lock down den 16. marts kl 10, indtil juni, undtagen den 18. april, hvor vores døtre Anna og Olivia fyldte 20 år. Den 1. maj kørte jeg til Hillerød og købte en stor skærm, og derefter begyndte jeg at undervise på zoom.

En forbrugerundersøgelse blandt eleverne viser nu, at ca 80% gerne vil fortsætte med videoklasser, som de kan tage når det passer dem; kombineret med klasseundervisning. De, der bor langt væk, er glade for zoomklasser, så vi udbyder et miks af forskellige undervisningsformer herfra.

Så coronatiden har ikke kun været dårlig. Andre yogalærere har længe undervist online, nu er det også blevet muligt indenfor lyengar yoga.

Kan man sige om dig, at du aldrig giver op?

For mig er det at undervise en livsvej. På en måde opfatter jeg det som en del af min praksis, det er ikke noget, jeg bare kan lade være med. Ellers var jeg nok ikke gået ind i det så tidligt i livet

Ganesh hænger lige ved døren til yogahuset i Liseleje, man kan vel godt sige, at du ligesom Ganesh også knækkede din stødtand af her under corona og underviste videre med dit hjerteblood.... altså, at du gav noget ekstra af dig selv for dine elever...?

Det kommenterer Jette ikke på, hun griner bare.... Ganesh er min 'remover of obstacles'. Han har altid været med mig helt tilbage fra min morfars tid som kaptajn på Congo floden. Historien om Ganesh er bl.a., at han skulle skrive Mahabharataen ned, fjeren knækkede, og han måtte knække sin ene stødtand af og skrive videre med den.

Hvad tror du fremtiden bliver for Iyengar yoga?

Systemet falder på sigt, viden består. Prashant Iyengar sagde engang, at BKS Iyengar var en supernova. Når den eksploderer og går i opløsning, så bliver den til 1000-vis af små nye novaer eller stjerner...

BKS Iyengar har selv sagt, at om 100 år efter hans død er alting fladet ud igen, men det er jeg ikke helt enig med ham i, for han har jo sat et gevaldigt aftryk på så utrolig mange menneskers liv. Men måske strukturen med foreningsliv, rammer, regler, etc. ikke holder evigt. Meget af hans undervisning tilbydes allerede udenfor systemet af uddannede indenfor systemet, og der er også meget mere viden frit tilgængelig online.

Hvad er så vigtigt at holde fast i for os, der er i systemet?

At holde fast i sig selv som lærer og sin integritet. Det er ikke vigtigt for eleverne hvilket niveau, vi lærere er certificeret på, men det er selvfølgelig en sikring i forhold til at vi ikke gør noget, som vi ikke har styr på. Men eleverne vælger lige så meget efter personlig stil, så vær den bedste version af den, du er med din viden, forberedelse og samvittighed.

Hvad vil du med dit yogaliv herfra?

I løbet af det næste halve år omstrukturerer vi og skærer ned. Min mand Claus og jeg har 50% af lokaletiden i centret i København fra 1. februar 2022. Vores online undervisning, weekend- og sommerkurser køres fra Liseleje. Så må vi se, hvor tingene lander, når vi finder den nye normal.

Om 7 år håber jeg, at nogen har vokset sig stærke nok til at de kan tage over, og jeg kan trække mig i baggrunden, men jeg tror ikke jeg holder op med at undervise nogensinde. Det forpligter at have haft elever så længe. Jeg venter på at dørene åbnes, og så går jeg ind.

Om Jette Bering



60 år, fra Glostrup. Bor på Nørrebro i København og Liseleje

Indehaver og daglig leder af BKS Iyengar yoga Centre Copenhagen (tidligere yogaskolen) siden 1986.

Uddannet Iyengar yoga lærer, level 3, med tillægsuddannelse i yoga therapy ved Stefanie Quirk

Fokus – Iyengar Yoga undervisning, læreruddannelse, lærer mentoring samt daglig ledelse og drift af BKS Iyengar Yoga Centre Copenhagen

Lærere – BKS Iyengar, Geeta Iyengar, Patricia Walden, Lois Steinberg, m.fl.