



 **Žena.cz**



14:59 | 7. 3.

Zbylé odpovědi o víkendu!

Jak využít podvědomí - Online radí doktor Prokopjuk

Klíčová slova: kouření, podvědomí, psychologie

Podvědomí je to, co se děje v našem mozku, když o tom nevíme. Jeho sílu využívá k léčbě psycholog Rostislav Prokopjuk.

Proslavil se jako ten, kdo "záračně" **odnaučil kouřit** mnohé české celebrity - **Jiřího Bartošku** nebo **Michaela Kocába** aspoň na čas. Jiné - a těch je většina od **Jiřiny Bohdalové** po **Borise Hybnera** - už natrvalo. Sám Rostislav Prokopjuk však slovo "zázrak" odmítá: "Neočekávejte ode mě žádný zázrak. Naučím Vás tím zázrakem být," říká na svých webových stránkách.

Zpět do reality

Podvědomí však dokáže mnohem víc, než jen zošklivit lidem kouření. Pomáhá zhubnout, zbavit se různých závislostí a vyřešit i mnohé další osobní problémy. Doktor Prokopjuk ale vyvrací představu, že se jedná o hypnózu - svému originálnímu postupu říká "zpečtní realita".

Ptejte se online!

Domníváte se, že by psycholog Prokopjuk mohl pomoci i vám s řešením vašich problémů? Online rozhovor už po třech hodinách skončil, a přesto zbylo množství dotazů, jež svědčí o vašem obrovském zájmu. **Doktor Prokopjuk byl tak laskav, že si je nechá poslat a zodpoví je postupně - radu "právě pro vás" zde najdete zhruba o víkendu.**



Rostislav Prokopjuk pochází z Ukrajiny a v ČR působí už dlouho. První ordinaci otevřel před 20 lety v Táboře, od roku 1998 působí v Praze, kde má Centrum zdraví Aura. Pacientům dokonce poskytuje roční "záruku" na změny, které v jejich podvědomí probudil.

foto: Profimedia.cz (úvodní), R. Prokopjuk

Otázky již není možné přidávat. Děkuje.

6:31 | 8.3. autor: J. *Otázka*:

6:33 | 8.3. autor: [hlad](#) *Otázka:*

prosím poradte mi jak se zbavit závislosti na sladké a přejídání se. před 7 lety jsem přestala kouřit a zhruba 6 let mám tento problém. je to opravdu hrozné to si uvědomuji a špatně se mi s tím žije ale bojuji s tím každý den, měsíc i rok do další chuti a dalšího hladu. je mi 47 let tak si myslím že rozumem to nebude. Děkuji
Blanka

6:37 | 8.3. autor: [Riki](#) *Otázka:*

Dobrý den pane doktore, vím, že naši realitu si utváříme sami našimi myšlenkami. Pojem čas je relativní - existuje pouze přítomnost. Ale prosím poradte mi, zda-li se podvědomím dá ovlivnit i početí a neplodnost a případně jak. Moc děkuji za vaši odpověď a přeji spoustu úspěchů a spokojenosti nejen Vám, ale i vašim klientům.

6:51 | 8.3. autor: [dvojče](#) *Otázka:*

Dobrý den, jsem z jednovaječných dvojčat a máme velký problém ve vzájemném vztahu. Sestra- starší- mě celý život doslova nenávidí. Velmi mě to trápí. Zde si myslím, že by nám oběma práce s podvědomím mohla pomoci k urovnáním vztahu. Můžete mi prosím pomoci?

7:09 | 8.3. autor: [Rozum](#) *Otázka:*

Lidé nevěřte na zázraky. Jemu jde jen o peníze. Kolik berete na hodinu ???

7:19 | 8.3. autor: [veruna](#) *Otázka:*

Dobrý den.
Přibrala jsem postupem času cca 12 kg. Mám dost pohybu, můj problém je spíš v chuti na jídlo. je možné Vaší metodou omezit chuť k jídlu? je mi 51 let a zhubnutí vlastní vůlí se mi nedaří. Děkuji.

7:45 | 8.3. autor: [Monča](#) *Otázka:*

Dobrý den, vadí mi, že ve stresu brečím, neumím to zastavit ani po ukončení problému- nemám důvod a ani nechci, ale stále brečím, docela mi to komplikuje život. Vědomé pokusy zaměřené na sebevědomí a posílení psychiky mi selhaly. Mohu to nějak podvědomě ovlivnit?

7:49 | 8.3. autor: [člověk](#) *Otázka:*

Dobrý den, můj každodenní problém je v tom, že se neustále obviňuji, v ničem si nevěřím, což způsobuje, že nemohu najít práci, stále přešlapuji na jednom místě, jsem velmi přehnaně zranitelná. Děkuji za odpověď

8:13 | 8.3. autor: [Ali](#) *Otázka:*

Ne často, ale mívám sny které se mi po dlouhém čase splní. Dostanu se do určité situace a mám pocit, že už jsem to prožil. Pak si uvědomím že před časem sem o tom zdálo. Znamená to něco?

8:15 | 8.3. autor: [filippi](#) *Otázka:*

Zdravím Vás. Občas mám jakoby zadřený mozek, představuji si ho jako dřevěná ozubená kolečka, která se najednou zaseknou a strojek se zastaví, nebo se jentak občas pootočí. Existuje nějaká metoda, jak pomocí podvědomí provést "defragmentaci" mozku. Když provádím defragmentaci notebooku, představuji si, že bych něco podobného měl udělat se svým mozkem. Jedna z příčin je u mne osobně právě ta zahlcenost informacemi, ale to je pouze jedna příčina... mějte příjemný den... Jan Bohatý

8:19 | 8.3. autor: [Dendis](#) *Otázka:*

Dobrý den, trápí mě deprese spojené s velkou únavou a sníženou imunitou, na kterou beru již asi 8 let bezúspěšně léky. Vyzkoušel jsem všechno možné, přes meditace, Silvovu metodu využití mysli, detoxikační léčbu Mudr. Jonáše atd.. Můžete prosím pomoci? Moc děkuji

8:26 | 8.3. autor: [baculka](#) *Otázka:*

Pěkný den, jsem málo pohyblivá a snažím se delší dobu hubnout. Chtěla bych znát váš názor na podprahovou hudbu, která je určená na snížení nadváhy. Velice děkuji za odpověď.

8:31 | 8.3. autor: [henys](#) *Otázka:*

Dobrý den, chtěla jsem se zeptat, jakým způsobem by mi práce s podvědomím mohla pomoci zhubnout? Víím, že mi v omezeném prostoru nemůžete dát konkrétní návod, ale prosím poradte, kde se k nějakému postupu dopracuji. Je možné ho někde přečíst, nebo Vás navštívit? Děkuji za odpověď. Hanka z Mostu.

8:37 | 8.3. autor: [lakyta](#) *Otázka:*

jak mi pomůže podvědomí, když chci přestat kouřit - resp. jak mám postupovat a v čem spočívá Vaše pomoc při odvykání .

Děkuji, Rast'o

8:40 | 8.3. autor: Tazatel *Otázka:*

Dobrý den,

je mi 34 let a od dětství trpím kinetózou. Jízda na kolotoči či horské dráze by mě zřejmě zabila, ale velice často mi vadí i pouhá jízda v autě či autobuse - vyvolává u mě pocit ospalosti či závratí, sucho v ústech, někdy i mravenčení rukou a nohou (podobné příznaky jako při hypoglykémii, aniž bych byl diagnostikován jako diabetik). Dosud jsem nikde a od nikoho nezjistil, zda se jedná o psychickou poruchu, nebo např. metabolickou. Prosím netušíte, zda by se mohlo jednat o nějaký léčitelný psychický problém?

Děkuji

9:23 | 8.3. autor: Stanki *Otázka:*

Dobrý den,

mám přečtených pár knížek o síle podvědomí, myšlenek atd. Čtou se velmi pěkně, naplňují člověka optimismem, že vše jde, nic není nemožné... Nicméně u mne to zatím nějak nefunguje, nedokážu myslet pořád jen pozitivně :o) Opravdu si myslíte, že je možné si silou myšlenek, podvědomí, přitáhnout do života práci, určitou osobu atd.? Jak na to, aby se mi přání/touhy zhmotnily? Máte nějaký svůj osvědčený recept?

Děkuji, S.

9:25 | 8.3. autor: [já](#) *Otázka:*

Dobrý den.Chtěla bych se zeptat na moji 7letou dceru,je to velice živé dítě,ve škole neudrží pozornost(ve 4 letech měla problémy s nočním pomočovááním).Nyní ve škole problémy s písmem,neudrží úpravu,nevzhledné písmo,někdy chybí i písmenka.Jsou zde předpoklady po otci na dysgrafii.Dalo by se s tímto také něco dělat?Děkuji.P.Č.

9:26 | 8.3. autor: [Hanička](#) *Otázka:*

Dobrý den,

je mi 56 let a od mládí se potýkám s nadváhou. Prosím poradte mi jak ovládnout chuť a zhubnout. Cvičím každý den 20 minut a kila nejdou dolů jen se mi upravila postava. Děkuji

9:27 | 8.3. autor: [Michall898](#) *Otázka:*

Dobrý den,

mám problémy s hyperfunkcí štítné žlázy. Myslíte, že Vaší metodou by se dal tento stav zlepšit?

9:35 | 8.3. autor: [Jonas](#) *Otázka:*

Dobře ráno,prosím o radu,bude-li to v mém případě možné- jak se zbavit problému s alkoholem. Cele dlouhé měsíce nemám chuť se napít. A potom po nějakém case přijde chvíle, kdy si jakoby reknu už jsem vydržel dost, kdy přijde jakýsi "starting point". Ja jdu a vypiju 1-2 piva a skleničku. Druhy, třetí den už 2-3 piva a dvě skleničky a během týdne se v tom zmitám. Několik následujících dní/tydnu piju. Jsem z toho zoufalý...Důsledky-vždy problém v zaměstnání, ztrata důvěry u manželky...Naposledy jsem v tom "jel" měsíc. Naraz jsem přestal a po 24hodinách jsem se zachvatem skončil na týden na psychiatrické klinice. Muze s tím něco mé podvědomí udelat? Ja sam se toho problému chci zbavit, ale ne pod bicem, zadne "musis-nesmis", rad bych zase zil svobodne ve smyslu tohle "chci-nechci"...Predem dekuji za odpoved.

9:47 | 8.3. autor: [Helena](#) *Otázka:*

Dobrý den, trpím vekou únavou a chronickou rýmou, která není alergického původu....,taky se u mě projevují stavy náměšičnosti...Kde hledat příčinu a co s tím...
Děkuji Helena

9:55 | 8.3. autor: silný kuřák *Otázka:*

Dobrý den přeji,jak tedy odnaučit silného kuřáka,nekouřit?

Děkuji Petr

9:58 | 8.3. autor: [bukos](#) *Otázka:*

Dobrý den,

jak se dá u Vás objednat,máte oficiální stránky?

Děkuji Bukos

10:01 | 8.3. autor: Karel z Brna *Otázka:*

Několik měsíců po jednom z Vašich vystoupení v České televizi před několika lety jsem zjistil, že jsem zřejmě také schopen několikaminutovými promluvami kuřáky odrazovat od kouření, jež jim poté nechutná, a obdobně aktivizovat vnitřní zdroje trpícího člověka k eliminování anebo alespoň ke zmírnění jejich různých zdravotních potíží, což spolu s následujícími údaji uvádím pokud možno co nejskromněji. Jsem docela obyčejný, lékařsky nevzdělaný člověk a vedu prostý život, ale prostupuje mnou neobyčejně účinná léčivá síla. Například, když ji po několik málo minut zaměřím na strádající osoby, bezprostředně poté u nich (mimo jiné) polevuje či dokonce mizí zánět nebo bolest (včetně bolesti hlavy a zad), případně i nevolnost, urychluje se či nastartuje uzdravování, někdy i zlepšuje zrak, zmírňuje se či ustává dlouhodobý tinitus, posilují se oslabené části těla, urychluje se hojení, výrazně se zmírňuje kašel, uvolňují se zátaras, atp. Bylo pomůženo téměř všem jedincům, na které jsem takto působil, přestože mnozí z nich byli nevěřící, někteří i skeptičtí. Mohl bych Vám vzhledem k těmto schopnostem osobně asistovat při Vašich léčivých působeních?

10:02 | 8.3. autor: Majka *Otázka:*

Dobrý den, mám problémy se spaním, špatně usínám, když usnu stejně se v noci probouzím. Nechci užívat prášky na spaní a tak prosím, jak by bylo možno tento problém odstranit. Děkuji

10:13 | 8.3. autor: honza *Otázka:*

Dobrý den,

máte, prosím, nějakou formulku na navození dobré nálady? A kdy je nejlépe ji říkat?

Děkuji.

10:28 | 8.3. autor: orka *Otázka:*

Dobrý den, chtěla jsem se zeptat co by jste 'mi doporučil. Už asi tři měsíce každý večer když jdu spát mám tlukot srdce panickou úzkost strach nemohu popadnout dech někdy i třes, beru někdy v případě potřeby neuro(dle lékaře)prý je to vegetativní dystonie, ale nic jiného či nějaká doporučení veškerá žádná, už toho začínám mít pomalu dost. Mám malé děti a potřebuji fungovat celý den a noc a né pořád čekat že když to na mě zase přijde zachrání mě prášek. Prosím porad'te.Děkuji.

10:32 | 8.3. autor: Agnes *Otázka:*

Je možné se touto cestou zbavit nutkání sebedestrukce (kouření,alkohol, přejídání).

10:33 | 8.3. autor: nešťastná *Otázka:*

Je možné doufat v podvědomý pocit nečistého svědomí otce rodiny z jeho špatného zachování se vůči této jeho rodině (dětem, manželce)?

10:34 | 8.3. autor: Ema *Otázka:*

syn 12 let - panická porucha.
Dokážete mu pomoci, aby se PP zbavil ??
Děkuji

10:41 | 8.3. autor: slipka *Otázka:*

hezký den, prosím vás jak se vyléčit ze závislosti na partnerovi? Děkuji
Slipka

10:43 | 8.3. autor: Andy *Otázka:*

Dobrý den,
mám 3,5 letého syna a přestože na něj celá rodina neustále hovoříme, čteme atd. nechce stále mluvit. Všem, co mu řekneme plně rozumí a pokyn splní, ale nechce sám mluvit. Co myslíte jak postupovat? Nechce ani do školky, nechce být sám bez někoho z naší rodiny. Jak toto řešit?
Děkuji Andy

10:49 | 8.3. autor: Martasek *Otázka:*

Dobrý den, chtěla bych se zeptat, jestli se pomocí podvědomí dá zbavit studu? Jsem na tom, už o mnoho lépe než dříve, ale stále mám v určitých věcech problém, stydím se.

Děkuji Martasek

10:49 | 8.3. autor: Zuzana *Otázka:*

Dobrý den,
jak bych mohla využít své podvědomí, abych se zbavila alergie na jarní pyly? Miluji přírodu, hory ..
Děkuji Zuzana

10:53 | 8.3. autor: Zuzana *Otázka:*

Dobrý den,
co s dospělou dcerou, která si cucá palec?
Děkuji Zuzana

10:55 | 8.3. autor: TEKLA *Otázka:*

Dobrý den,zhubla jsem 10 kg a po starostech ,dnes už vím zbytečných, sem je nabrala zase.Jsem po těžké nemoci,jsem ráda že jsem zvládla chůzi bez holí.Poradíte kde začít,jak na tu hlavu vyžrát.Děkuji a zdravím .Nashledanou Ola

11:00 | 8.3. autor: Zandi *Otázka:*

Dobře dopoledne,
Chtěla bych se zeptat, jak spolupracujete s pacientem, který chce zhubnout?
Děkuji a hezky den

11:05 | 8.3. autor: vojta *Otázka:*

je možné pomocí podvědomí zbohatnout?

11:09 | 8.3. autor: Růt *Otázka:*

Dobrý den, zajímalo by mě, zda se tím dá ovlivnit dislexie, či jiné poruchy dis...

11:09 | 8.3. autor: Michaela Psotova *Otázka:*

Dobry den,
rada bych se vas zeptala jaka je u vaseho typu odnaucovani koureni uspesnost pacientu kteri prestanou nadobro kourit. Dekuji

11:10 | 8.3. autor: Květa *Otázka:*

Dobrý den,
mám artrózu 4. stupně pravé kyčle - normálně chodím, bolesti mám spíš při změně počasí. Domníváte se, že byste mi mohl také pomoci - chtěla bych se vyhnout operaci.

11:10 | 8.3. autor: Petra *Otázka:*

Dobrý den pane Prokopjuku,
máme s manželem dlouhodobé neshody, špatná komunikace mezi námi, agresivita ze strany manžela namířená proti mně i dětem, tyto neshody vyústily až v averzi z mé strany k manželovi. Rozchodem situaci řešit nechci, hledám cestu, jak nám pomoci. je to možné Váší metodou?
Děkuji za odpověď a přeji Vám hezký a klidný den.
Petra

11:26 | 8.3. autor: Barbara *Otázka:*

Dobry den preji, muzete mi prosim odpovedet, jestli je mozne, ze si stale "podvedome" vybirame stejnny spatny typ muzy pro vyber partnera a jakym zpusobem se toto da zmenit? Je mi 33 let a stale mam spise kratkodobe vztahy tak by me zajimalo, jestli nekde delam chybu ja (ackoliv ve svem pristupu k muzum jsem uz ledacos vylepsila a naopak neco uplne prestala praktikovat) a nebo je to jen mozna spatny vyber ktery se u me stale opakuje? (podotykam ze nemam problem se vzhledem, ani s tim, ze bych snad mela kolem sebe "spatne" lidi, jen ty vztahy jsou doted spise povrchni nez plnohodnotne). Dekuji a preji krasny den

11:31 | 8.3. autor: Petr *Otázka:*

Vážený pane doktore,
Již přibližně 18 let se u mě střídají dvě odlišná období:

1.období,kdy jsem schopen relativně normálně fungovat ve všech důležitých oblastech života/práce,rodina,koníčky/ a cítím se zdrav po stránce fyzické i duševní.Obecně jsem v tomto období docela spokojený a přiměřeně aktivní.

5.4.2011

Jak využít podvědomí - Online radí do...

2.období provází velká únava, která neodchází ani po spánku a častém odpočinku, velmi špatná paměť, soustředění, výbavnost, schopnost přemýšlet, deprese, úzkosti, soc. izolace, špatně snáším i minimální stres, hluk, časté bolesti v krku, kloubech, hlavy, stěhovavá bolest v dutině břišní a v oblasti ledvin, bolest za očima, rozmazané vidění, nesnášenlivost na alkohol atd.

Za toto dlouhé období jsem měl v podstatě 2 diagnózy :DEPRESE, ÚNAVOVÝ SYNDROM. Vzhledem ke svým stavům a potížím jsem byl 4 x hospitalizován v psychiatrických léčebnách na psychoterapii, navštívil spoustu různých odborníků, léčitelů. Nicméně účinek je vždy pouze přechodný a po určité době se potíže zase vrátí. Bohužel poslední roky už převažují spíše nepříznivá období. Antidepresiva mi nezabírají.

Nyní jsem opět od jara 2010 v druhém období a přiznám se, že jsem ze svého stavu poměrně zoufalý a nevím jak z toho ven. Potýkám se z nízkým sebevědomím, jelikož se v tomto stavu necítím prospěšný a užitečný/spíše naopak/, nefunguji ani v jedné důležité oblasti života/rodina, práce, koníčky/.

Pokud je to možné rád bych obdržel Váš názor

Předem děkuji za odpověď.

Přeji pohodový zbytek dne Petr

11:32 | 8.3. autor: [lenka](#) *Otázka:*

dobry den, MATE ZKUSENOSTI S LIDMI PO PORANENI MOZKU?? pred 2 lety jsem mela vaznou autonehodu... celkem dobre se davam postupne dohromady... celkem to urychlil EEGbiofeedback... je mi 34 a rada bych mela s manzelem deti, snazim se, co to jde, ale nejsem si uplne jista, ze to v soucasnem stavu zvladnu (plny invalidni duchod)... MAM SE K VAM OBJEDNAT? myslite, ze je mi pomoci??? a jak a kam? moc dekuji lenka

11:34 | 8.3. autor: [karin](#) *Otázka:*

dobry den,muzeme se k vam s priatelem objednat(koureni, prejidani). Jsou nejake metody, které muze clovek pouzit sam na sobe? Literatura? Dekuji moc. Karin

11:35 | 8.3. autor: [javaho](#) *Otázka:*

Jestliže si vložím do podvědomí informaci např. zhubnu, ale nezměním nic jiného: nepřestanu se cpát, nebudu se hýbat nebo se nic nezmění v příčině, proč používám jídlo nebo jinou závislost (např. stres nebo nepříjemnou životní situaci), bude mít tato informace stejný výsledek, pomůže mi?

11:37 | 8.3. autor: [tlusťoška](#) *Otázka:*

Dokážete mě zhubnout v pár řádcích tady? Myslím to vážně, dokážete pro mě tohle udělat? Třeba by nějaká konkrétní rada zabrala.

11:47 | 8.3. autor: [Sally](#) *Otázka:*

Zdravím Vás,můžu se zbavit podvědomím socialní fobie?Myslím,že se to tak jmenuje.Jde o to,že když mě kontroluje policista,nové seznámení,něco napsat rychle před ostatními,či jen před lidmi vystoupit,hrozně se mi roztřesou ruce a snad nejsem schopen v tu chvíli se ani podepsat,možná i třeba spočítat jednoduchý úkol. Děkuji Sally muž 34 let.

11:52 | 8.3. autor: [Petra](#) *Otázka:*

Dcera (8 let) má divný pocit z knoflíků. Pokud je na někom vidí, nemůže jíst a má pocit na zvracení Sama knoflíky nenosí a nikoho by, kdo by měl na sobě košili s knoflíkami, neobejmula. Jaký způsobem jí mohu pomoci? Děkuji

11:57 | 8.3. autor: [Jana B.](#) *Otázka:*

Dobrý den,

dlouho se trápím panickými úzkostmi. Dá se s tím něco dělat?

[poslat přes icq](#) [poslat emailem](#)

autor: [uzi](#) reklama
reklama



UPC Internet

399

OBJEDNEJTE
ONLINE

Za pouhých
399 Kč
měsíčně
na celý rok

Navíc modem zapůjčíme zdarma!

upc

Zena.cz

Nejoblíbenější ženský portál na českém internetu

[Zena.cz v mobilu](#) [Zena.cz na facebooku](#) [Přidat mezi oblíbené položky](#) [Audiovizuální mediální služby](#) [RSS](#) [Archiv](#) [Tiráž](#) [Napište nám](#)

1999 – 2011 © centrum holdings [O nás](#) | [Volná místa](#) | [Reklama](#) | [Audiovizuální mediální služby](#) | [Všeobecné podmínky](#) | [Nápověda](#)