

O ÚSPECHU SO SVETLANOU SOPKOVOU

Väčšina ľudí ťa pravdepodobne pozná z tanečnej show – Miliónový tanec, kde si pôsobila ako porodkyňa. Ako berieš túto show s odstupom času?

Beriem ju ako úžasnú skúsenosť, naučila ma trpezlivosti, veľmi intenzívne som začala pracovať na osobnostnom rozvoji. Kedykoľvek by som si to rada zopakovala, bol to pre mňa mimoriadny rok plný nových kontaktov, skúseností...

Stále aktívne tancuješ, ale je to u teba momentálne skôr biznis?

Momentálne prevažuje biznis, ale tanču sa venujem na mojich seminároch, venujem sa dynamickým meditáciám a špeciálnym pohybom, ktoré pomáhajú ľuďom odstrániť veľa blokov, ktoré ich brzdia v dosiahnutí ich cieľov. Pohyb milujem a tanec je najúžasnejšou metódou ako zostať v šťastí, pohode, zdraví. Harmonizuje náš ženský a mužský princíp, omladzuje naše telo a myseľ, zjemňuje senzitivitu...

Máš vlastné centrum zdravia. Môžeš ho našim čitateľom predstaviť? Akí ľudia k tebe môžu chodiť a čo im dokážeš ponúknuť?

Araretama centrum zdravia je miestom, kde ľudia nájdu svetlo sami v sebe. Pracujem s vibračnými esenciami z brazílskeho pralesa, numerológiou, vizualizačnými technikami, hĺbkovými metódami, ktoré pomáhajú každému v akomkoľvek smere. Cestu majú otvorenú všetci, ktorí sa rozhodli pre zmenu vo svojom živote, v akejkoľvek oblasti. Prichádzajú klienti s problémami vo vzťahu, v práci, zdraví alebo len tak sa porozprávať. Vždy je čo zlepšovať, v sebe zdokonaľovať, objavovať nové sféry vlastných možností a schopností.

Ako si sa dostala k centru zdravia? Prečo si vlastne začala pôsobiť v tejto oblasti? Vždy ma táto oblasť zaujímala. Študovala som aromaterapiu, ajurvédu, ľudia sa mi neustále zdôverovali, prosili o radu, čo som teda najskôr nechápala, ale postupom rokov som si uvedomila, že chcem pomáhať ľuďom. Naučila som



sa numerológiu, prešla som araretama vzdelávacím systémom, absolvovala som nesmierne množstvo vzdelávacích kurzov, naučila sa rôzne metódy, z ktorých som si postupne zostavila svoj spôsob práce. Ale tou základnou pohnútkou na vytvorenie centra bola vízia vlastného podnikania. Byť sama sebe pánom, mať slobodu a môj sen sa stal skutočnosťou, pretože moja práca je aj mojím koníčkom.

Dosť úzko teda pracuješ s energiami a s myslou. Ako to vníma tvoje okolie? Pýtam sa preto, lebo viem, že veľmi veľa ľudí na toto neverí a považujú

to za akýsi druh “šarlatánstva”. Mimochodom, stretávaš sa aj s takými ľuďmi?

Toto je výborná otázka. Zo začiatku to bolo veľmi zvláštne, niekedy boli reakcie neprimerané, ale tým, že som prvoaprílový tvrdohlavý baran, práve negatívne reakcie ma posilňovali a paradoxne dávali este väčšiu silu, že idem správnym smerom. Sme duchovné bytosti, ktoré sa

“Pohyb milujem a tanec je najúžasnejšou metódou ako zostať v šťastí, pohode, zdraví... Harmonizuje náš ženský a mužský princíp, omladzuje naše telo a myseľ, zjemňuje senzitivitu...”

“Podľa môjho názoru, MLM je v dnešnej dobe tým najlepším zdrojom príjmu a zároveň jedinou oblasťou, kde máte možnosť vybudovať si pasívny príjem s minimálnou investíciou, o v klasickom biznise nie je možné.”

akože tieto veci nemusia učiť, je to pre nás prirodzené počúvať svoje srdce, len sme na to zabudli a sme zahalení strachom z naozajstnej reality. Veľa ľudí nie je pripravených zobrať zodpovednosť za vlastný život do vlastných rúk.

Organizuješ aj rôzne semináre a školenia z tejto oblasti. Ktoré bude najbližšie? Najbližšie plánujem seminár na jar s názvom “Mandala Bohatstva”.

Aký máš vzťah k MLM? Myslíš, že je to

dobrý zdroj príjmu?

Vzťah k MLM mám maximálne pozitívny. Tým, že sa 10 rokov venujem výžive, prírodným doplnkom, MLM mi dal možnosť mať prístup k tým najlepším a najúčinnejším na trhu.

Podľa môjho názoru, MLM je v dnešnej dobe tým najlepším zdrojom príjmu a zároveň jedinou oblasťou, kde máte možnosť vybudovať si pasívny príjem s minimálnou investíciou, čo v klasickom biznise nie je možné.

Keďže v tomto odvetví aktívne podnikáš, čo ťa na MLM baví najviac?

MLM ma fascinuje, pretože mení životy ľudí, postoj, môžu si zveladiť životné podmienky. Keď školím ľudí v tejto oblasti, nabíja ma to neskutočnou en-

ergiou, lebo vidím, ako sa im otvárajú nové cesty v myslení, zrazu dosiahnutie svojich cieľov vidia jasnejšie... Je toho veľmi veľa, prečo práve MLM.

Myslíš, že MLM môže robiť naozaj každý?

Každý, kto sa rozhodne a je pripravený na každodennú systematickú prácu, disciplínu, pravidelnú prácu na osobnostnom rozvoji, myslení. V MLM pracujeme sami pre seba, potrebujeme mať veľmi jasne zadané, prečo to chceme robiť, je to slobodné povolanie a preto je jedným z tých najnáročnejších a zároveň najúžasnejších.

Myslíš si o sebe, že žiješ aktívne? Čo pre teba znamená aktívny životný štýl?

Myslím si, že žijem aktívne, je to veľmi potrebné pre vnútornú rovnováhu. Pravidelne sa venujem športu, milu-



jem prírodu, venujem sa meditáciám. Dôležitá je aj vyvážená strava, vhodné prírodné doplnky výživy, pozitívne myslenie. Aktívnym životným štýlom je pre mňa aj cestovanie, pretože je to výborné a úplné vypnutie mysle, čo pri mojej akívnej práci s ľuďmi veľmi potrebujem.

Čo ťa na podnikaní najviac fascinuje a čo ti na podnikaní naopak najviac prekáža? Fascinuje ma práve sloboda, ktorú si budujem a naopak mi niekedy prekážajú nekorektné vzťahy, nesprávna komunikácia medzi ľuďmi, príliš veľké ego... Ale to je všetko, čo ma posúva ďalej a nedovolí mi prestať pracovať na sebe.

Venuješ sa naozaj veľa veciam. Čo je k tvojmu srdcu najbližšie?

Tak, ako som už spomenula, keďže moja práca je aj mojim koníčkom, neviem nazvať čo, pretože je to všetko zamerané na pomoc ľuďom, či už v duchovnej oblasti alebo v biznise a je mi to rovnako blízke, lebo sa tieto všetky činnosti spájajú do jedného celku.

Spomenieš si na svoju najhoršiu investíciu?

Žiadna investícia nie je zlá, sú to len skúšky, ktorými som musela prejsť.

Čo považuješ za svoju najlepšiu investíciu?

Všetko, čo ma posunulo a posúva ďalej v dosiahnutí mojich snov, zdravia a rovnováhy. Je to určite vzdelanie, kurzy, knihy, výživa, cestovanie.

Ak by si prišla o celý svoj majetok, ako by si sa zachovala?

Výborné znamenie zanechať minulosť a začať odznova.

Naša stránka sa zaoberá predovšetkým víziami a cieľmi. Máš nejaký svoj zatiaľ nesplnený cieľ?

Všetky ciele sú už splnené, len je otázkou času, kedy sa premietnu do reality. Od prvého momentu, kedy si zadávam cieľ, ho už žijem a cítim, akoby už bol.



Existuje nejaký zážitok, ktorý ťa najviac ovplyvnil na tvojej ceste za úspechom?

Po milionovom tanci v lete v roku 2006 som robila rozhovor do časopisu, čomu sa práve venujem, prípadne čo chcem v budúcnosti. Povedala som, že mojim snom je mať centrum zdravia, načo mi reportérka odpovedala veľmi zvláštne, že či si uvedomujem, že na to treba veľa peňazí a že to nie je možné. Toto bolo mojim absolútnym štartom, že je všetko možné a nie je to otázka peňazí, ale v prvom rade rozhodnutia. A čo sa nestalo – za pár mesiacov som otvárala s priateľkami centrum zdravia, presne aké som si vysnívala, presne na mieste, kde som si želala a so zámerom, ktorý som si zadala.

Kto v živote ťa najviac ovplyvnil a prečo?

Moja rodina, mama, sestry, pretože mi ukázali, že žena môže dokázať všetko, pretože má v sebe nekonečný poten-

ciál sily.

Čo pre teba znamená pojem "pozitívne myslenie"?

Základ života a úspechu.

Čo si na ľuďoch najviac vážiš?

Korektnosť a priamosť.

Aký seminár, prípadne školenie považuješ za najlepšie, čo si kedy absolvovala?

Sú to všetky semináre Sandry Epstein, zakladateľky systému Araretama, ktoré sú jedinečné a nadčasové.

Na našom webe sa vo veľkej miere zaoberáme aj knihami. Aká kniha ti najviac ovplyvnila život?

"Pravidelne sa venujem športu, milujem prírodu, venujem sa meditáciám. Dôležitá je aj vyvážená strava, vhodné prírodné doplnky výživy, pozitívne myslenie."

Louis Hay – Miluj svoj život a Joe Vitale – Život bez hraníc.

Prezradíš nám aj svojho obľúbeného autora / autorku?

To asi nemám – mám kvantum kníh, ktoré milujem a v každom období ma posúva iný autor. Mám rada Doreen Virtue, Joe Vitale, Ester a Jerry Hicksovcov, Zdenku Jordánovú.

Ludí veľmi zaujíma luxus. Zaobstarala si si niekedy, prípadne vlastníš niečo, o čom môžeš povedať, že je to naozaj luxusné?

Všetky veci, na ktoré som si postupne

sama zarobila predstavujú pre mňa luxus, od obyčajných maličkostí, oblečenia, auta, dovoleníek...

Čo by si poradila osobe, ktorá by za tebou prišla a povedala by, že chce dosiahnuť úspech ako ty?

Pre každého z nás je tu pripravený nekonečný úspech a tá cesta k nemu vedie cez každodennú prácu na sebe. Pre mňa je najväčším úspechom, keď su ľudia úspešnejší ako ja, pretože mi to ukazuje dobre vykonanú prácu a vedenie.

Tvoje najobľúbenejšie: Auto? Destinácia? Jedlo? Relax? Hudba?

BMW rada 7, Brazília, zemiakové placky, more, akákoľvek hudba, len nie rock.

Mimo podnikania ako tráviš svoj voľný čas?

Relaxom, čítaním kníh, niekedy upratovaním, dobrou meditáciou.

Na čo si vo svojom živote najviac hrdá?

Na každý jeden úspech, ktorý som dosiahla, ale najviac asi keď ma osobne pani Heribanová pozvala do relácie Anjeli strážni, pretože som to považovala za maximálne uznanie mojej práce ako terapeuta a od toho momentu sa mi pootvárali úplne nové cesty.

Aký máš názor na akademické vzdelanie a čo si vyštudovala ty sama?

Akademické vzdelanie je výborné, dáva nám rozhľad, ale nemyslím si, že je dôležité v dosiahnutí úspechu, ale odporúčam každému. Je to výborná skúsenosť. Ja som vyštudovala angličtinu, pedagogiku a psychológiu.

Ďakujeme za rozhovor a tešíme sa na ďalšiu spoluprácu!

Autor: Tomáš Blažo

“Pre každého z nás je tu pripravený nekonečný úspech a tá cesta k nemu vedie cez každodennú prácu na sebe. Pre mňa je najväčším úspechom, keď su ľudia úspešnejší ako ja, pretože mi to ukazuje dobre vykonanú prácu a vedenie.”

Začnite každý deň
pozitívnou
myšlienkou

Každé ráno od pondelka do piatka dostanete na email citát, ktorý vás povzbudí a naladí na celý deň.



www.vesele-veci.sk