



רוץ מודי רוץ

ראובן זלץ

מה עושה אדם שפתאום הרופאים מבשרים לו כי יש לו סרטן והוא במצב אנוש. אם תשאלו את מודי רובינשטיין, זה נורא פשוט, לחייך, לעשות ספורט ולנצח. גם עובדי התאחדות הבקר לא נותרו אדישים לסיפורו המרגש כששמעו את הרצאתו במסגרת הנופש השנתי. אנחנו במערכת החלטנו כי מודי אמנם לא רפתן אך הסיפור שלו מרגש ויכול להעצים גם אותנו •

מודי רובינשטיין, איש כדורעף, מאמן, שחקן, אדם מיוחד, בעל כריזמה כובשת, גבר מרשים הלוקח את החיים בשמחה ובטוב. קשה לעמוד בפניו, האנרגיה, האופטימיות, שמחת החיים, הוא כובש אותך מהרגע הראשון. נשוי ארבעה ילדים כולם גולשי גלים, מתגורר בתל אביב ובעצם חי ונושם סביב הספורט. כשמודי מספר את סיפורו קשה להישאר אדישים "לפני 5 שנים בערך, התחלתי להרגיש גרוע, נחלשתי, התעייפתי והיה לי מאוד קר. אלו היו התסמינים. אישתי אמרה לי שנלך לעשות בדיקות אבל אני לא הקשבתי לקולות האלה ואז אחרי כחודש, באיזה יום חמישי אחד, נכנעתי והלכתי לעשות בדיקת דם שגרתית. בשעה שש בערב הגיע טלפון מהרופאה בקופת חולים שאמרה לי כך, צא מהבית במהירות וטוס למיון ב' איכילוב יש לך סרטן ומצבך אנוש. עניתי לה בחצי חיוך כי אלך למיון, רק שהערב יש משחק של מכבי בכדורסל ואני לא מפספס אותו בשום אופן ומחר ארוחת שישי ואני לא מפספס גם את זה בשום אופן ואני מבטיח שביום ראשון אלך. הרופאה התעצבנה מאוד ואמרה לי, יש לך שתי אפשרויות, או שאתה מתפנה במהירות או שאני שולחת לך הביתה אמבולנס וניידת. ככה התאשפזתי עם לוקמיה חריפה אקוטית שהלוקמיה הזו היא מאוד קטלנית, הגעתי לבית החולים, איך אומרים אצלנו, בזמן פציעות. התחלתי לעבור טיפולי כימותרפיה אגרסיביים מאוד ובעין הסערה כשאני מאוד רזה וחלש, קירח ותשוש, מצאתי במחלקה הליכון לריצה. עליתי על ההליכון או כמו שזה נקרא, סרט ריצה, התחלתי לרוץ ונכנסתי למצב שבו כל יום רצתי על הסרט בערך כשעה, עושה תרגילי כוח בחדר ולמעשה תוך שבועיים שוחררתי מבית החולים וכיום אני בריא טפו טפו וחזק, מאמן ומתאמן. זה הסיפור". מודי הוזמן להרצות במסגרת הנופש של אנשי ההתאחדות באילת, ההרצאה שלו נקראת, איך לא, ספורט כדרך מצילת חיים. מודי מחייך ואומר "יש בהתחלת ההרצאות שלי איזו אווירה לא נעימה שאני בא בקטע של מחלה ולאנשים אתה יודע קשה לפעמים להתמודד עם זה ופתאום האופטימיות כובשת את כולם וההרצאה מלווה בהומור ובהרבה מחוקים. אני למעשה מפיץ את בשורת הספורט כדרך חיים".

בסופו של דבר זה העוצמות הנפשיות והמסוגלות שלך להילחם במחלה ולא להישבר



הספורט מנצח הכל. מודי ברייטמן





אדמה מכתשים
תברואה ווטרינריה

סניור



תרכיז מיימי להדברת קרציות,
פרעושים וזבובים במבני משק
(כגון מלונות כלבים) ובחצר
הצמודה אליהם.

לפרטים נוספים:
רפי חפץ: 052-6056047
www.adama.com/mcw



הים הוא התרופה שלי. מודי

אתה באמת מאמין שהספורט הציל אותך?
"לגמרי ללא ספק בכלל"

תשמע, זה בעצם סוג של סטארט אפ?
"זה בהחלט סטנדרט אפ ולכן כיום אני נמצא במוד של שליחות ועובד עם חולים, חולי סרטן מכל מיני סוגים ומאמן אותם להתאמן. זה אומר שאני נפגש איתם ובאיזו צורה של קסם יוצא איתם לאימון או בפארק או בים ויש גם אנשים שאני עובד איתם בתוך הבית".

תפרט, הרי אנשים חולים, הדבר האחרון שהם רוצים זה לעשות ספורט?

"בדיוק ולכן כאן מתחיל תפקידי כמאמן אישי הלוקח את הספורט כאמצעי להחלמה ועובד גם על הצד המנטלי. פגשת בן אדם שזה מה שהוא עושה. ספורט וכל הקטע המנטלי שקשור לספורט. אני מביא היום אנשים שבאמצעות האימון הספורטיבי כל אחד מהם לוקח את זה לכיוון האישי שלו ולניצחון האישי שלו". מודי לא עובד רק עם חולים ורוב האנרגיה שלו הולכת בעיקר לפן המנטלי ולספורט כגורם מעצים, מחזק ומשחרר.

מה אומרים הרופאים עליך?

מודי מחייך "אגיד לך משהו שלא יאומן, הרופאים מתים עלי, הם פשוט לא מבינים מה קרה איתי. בכל הקשור לרמה הרפואית הם אמרו לי דבר פשוט, ברגע שאתה מתחיל להריץ את מחזור הדם שלך, אז הגוף מתגבר על הדלקת ויודע לספוג את התרופות וביחד עם השינוי המנטלי ולשמור על אופטימיות ולא להיכנס לתודעה של מסכנות, כל זה תורמים לנצח את המחלה. בסופו של דבר זה העוצמות הנפשיות והמסוגלות שלך להילחם במחלה ולא להישבר".

אתה עושה בדיקות שגרתיות?

"לא עושה כלום, הרופא ביקש ממני לבוא לעשות ספירת דם וענית לוי שאני עושה רק את ספירת העומר. אני מרגיש מעולה וחי את חיי".

מילה לסיום?

"הייעוד שלי זה לשמח כמה שיותר אנשים ולגרום לכמה שיותר בני אדם להתאמן ולעסוק בספורט דבר שיעצים את חייהם ושירגישו בריאים חזקים שלווים ושמחים יותר. החזון שלי, מדינה ספורטיבית, שנלמד לאהוב ספורט מגיל צעיר ולחנך לספורט ואז לדעתי הכל יסתדר וגם יגיע שלום". ▲

