

SZTANGISTA



Grzegorz Kleszcz - Życie do udźwignięcia

RTCK

SZTANGISTA

SZTANGISTA

Grzegorz Kleszcz - Życie do udźwignięcia

RTCK

SZTANGISTA. Życie do udźwignięcia

Grzegorz Kleszcz dla RTCK SA

Autor: Grzegorz Kleszcz

Produkcja: RTCK SA

Nowy Sącz 2025

Wydanie I

© RTCK SA 2025

ISBN: 978-83-68230-45-1

978-83-68230-46-8 – EPUB

978-83-68230-47-5 – MOBI

978-83-68230-48-2 – PDF

Redaktor prowadzący: Adam Szymczak

Redakcja: Grzegorz Łabaj, Adam Szymczak

Korekta: Julia Młodzińska

Skład i łamanie: Adam Gutkowski

Projekt okładki: Katarzyna Halota

Zdjęcie na okładce: Dominika Woźniak

Zdjęcia rozdziałowe: Dorota Czoch (1, 2, 6),

Dominika Woźniak (3, 4, 5, 7)

Zdjęcia w książce: archiwum prywatne Grzegorza Kleszcza

Fragmenty Pisma Świętego za: Biblia Tysiąclecia Online,

Pallotinum, Poznań 2003

www.biblia.deon.pl

RTCK Rób to co kochasz



RTCK SA

ul. Grunwaldzka 17 | 33-300 Nowy Sącz

tel. 531 009 119 | kontakt@rtck.pl | www.rtck.pl

Dołącz do społeczności ludzi, którzy chcą robić to, co kochają.

Zapisz się na www.rtck.pl, a będziemy Cię wspierać na tej drodze,

wysyłając wartościowe materiały!

***Mogę zaakceptować swoją porażkę, ale nigdy
nie zaakceptuję tego, że nie próbowałem.***

Michael Jordan

Najlepszy koszykarz XX wieku,
sześciokrotny mistrz NBA i dwukrotny
złoty medalista igrzysk olimpijskich

PROLOG

Podnoszenie ciężarów to jedna z najstarszych dyscyplin sportowych. Kult siły można znaleźć we wszystkich starożytnych kulturach. Już tysiące lat temu ludzie obdarzeni ponadnaturalnymi zdolnościami do podnoszenia dużych ciężarów byli bożyszczami tłumów i zdobywali uznanie ówczesnych władców. Początki tej dyscypliny wiążą się z Chinami, gdzie najstarsze ślady jej uprawiania sięgają 3600 lat przed narodzeniem Chrystusa. W starożytnej Grecji, kolebce olimpizmu, podnoszenia ciężarów nie znajdziemy wśród ówczesnych konkurencji. Był to jednak element treningu, szczególnie dla zapaśników. To w Grecji znaleziono głaz o wadze 143,5 kg, na którym znajdował się napis: „Bybon, ująwszy mnie jedną ręką, przerzucił przez głowę”. Kamień jest obrobiony w taki sposób, aby można go było łatwo chwycić, i przetrwał do dziś. W czasach rzymskich legioniści dźwigali ciężary, aby nabrać tężyzny fizycznej, a różni siłacze zabawiali publikę przed walkami gladiatorów i występowali na arenach cyrkowych. I tak było przez kolejne stulecia.

Dopiero pod koniec XIX wieku zaczęto organizować pierwsze zawody w podnoszeniu ciężarów. W 1920 roku powstała pierwsza międzynarodowa federacja. Polscy sztangiści w okresie międzywojennym zadebiutowali na arenach europejskich, ale w igrzyskach olimpijskich wystąpili dopiero w Helsinkach w 1952 roku. Cztery lata później w Melbourne pierwszy medal dla biało-czerwonych zdobył

Marian Zieliński. Kolejne dekady to znakomita passa polskich ciężarów i wiele sukcesów w mistrzostwach Europy i świata, a także w igrzyskach olimpijskich. Do tej pory nasi sztangiści wywalczyli 34 medale na najważniejszej imprezie sportowej. Więcej w historii startów Polaków zdobyli tylko lekkoatleci i bokserzy.

Żeby było jasne, nie jestem znawcą podnoszenia ciężarów i jakoś nigdy nie była to moja ulubiona dyscyplina sportowa. Od najmłodszych lat byłem zakochany w siatkówce. Urodziłem się i wychowałem w Kędzierzynie-Koźlu, a szkołę średnią skończyłem w Nysie. To wszystko tłumaczy, gdyż oba te miasta przesiąknięte są miłością do piłki siatkowej. Jednak sport zawsze był ważną częścią mojego życia. Za młodu próbowałem kilku dyscyplin, a później, już jako kibic, przeżywałem sukcesy i porażki reprezentantów Polski.

Pierwsze zawody w podnoszeniu ciężarów, które pamiętam z transmisji telewizyjnej, to igrzyska olimpijskie w Barcelonie w 1992 roku i start Krzysztofa Siemiona. Nasz sztangista stoczył zacięty bój z Pirosem Dimasem i choć obaj uzyskali takie same wyniki i mieli taką samą wagę, to regulamin przesądził, że złoto trafiło do Greka, który jako pierwszy zaliczył swój bój. Gdyby to Polak startował pierwszy, to on cieszyłby się ze złota. I jak tu polubić podnoszenie ciężarów, skoro to takie niesprawiedliwe?

Osiem lat później widziałem, jak 35-letni Krzysztof Siemion bił swój rekord na igrzyskach w Sydney, ale to nie wystarczyło do zdobycia medalu. Wtedy też, po raz pierwszy, zobaczyłem na pomoście 23-letniego wówczas Grzegorza

Kleszcza. Do głowy mi nie przyszło, że kilka lat później poznam go osobiście, a nasze drogi życiowe spletną się na dobre.

Pierwszy raz o książce Grzesiek wspomniał mi jakieś dwa, może trzy lata temu. Chciał opisać część swojego życia, głównie tego sportowego. To lata bycia w światowej czołówce, zdobyte medale i puchary, sukcesy i porażki, podróże po świecie, poznawanie ludzi, światła wielkich aren, relacje telewizyjne, zainteresowanie mediów i uwielbienie kibiców. Ale jest i druga strona medalu, rzadko pokazywana i mniej znana miłośnikom sportu. To lata spędzone w salach treningowych, tysiące ton przerzuconych ciężarów, litry wylanego potu, wiele wyrzeczeń, bólu i łez. Zarzynamie ciała i umysłu w imię sukcesu, który nieraz jest nieosiągalny. A kiedy przychodzi złość, zniechęcenie, samotność, poczucie bezsilności czy załamanie, to człowiek może stoczyć się na samo dno. Grzesiek miał wewnętrzną potrzebę pokazania swojej historii i w końcu zrealizował ten plan. Nie każdy z nas miałby odwagę dzielić się z szerokim gronem odbiorców trudnymi, czasem bardzo osobistymi, momentami ze swojego życia. A w tej książce tego nie brakuje.

Drogi Czytelniku, jeśli szukasz tu ciekawych historii rodem z Harlequina, opowieści spod znaku płaszcza i szpady czy intryg szpiegowskich, jak u Iana Fleminga, to się nie zawiedziesz. A tak poważnie – to literatura faktu. Historia z krwi i kości, która wydarzyła się naprawdę. Nie ma tu zmyślonych postaci czy koloryzowanej fabuły, aby bardziej wciągnąć odbiorcę. To żywa opowieść o sportowcu, ale nie tylko dla fanów sportu.

Poznaj człowieka, którego Bóg obdarzył talentem do dźwigania ciężarów. Człowieka, który rozbłysnął, jak gwiazda, ale upadł jak meteoryt. Człowieka, który przez lata walczył o powrót na sportowy szczyt, ale to mu się już nie udało. Człowieka, który po zakończeniu kariery sta-
czał się w otchłań, ale znalazł Siłę, która wyniosła go na powierzchnię.

Grzegorz Łabaj

Redaktor naczelny tygodnika

Nowa Gazeta Lokalna

i portalu Lokalna24.pl

w Kędzierzynie-Koźlu

rozdział pierwszy

DESTROY





MISTRZ ŚWIATA!

To było dokładnie 10 maja 1996 roku w hali sportowej Wojskowej Akademii Technicznej w Warszawie. Ubrany w biało-czerwony dres z napisem „Polska” z orzełkiem na piersi i złotym medalem na szyi, przepychałem się przez tłum kibiców, gratulujących mi sukcesu. Dziennikarze z wielu stacji radiowych i telewizyjnych prosili o wywiady. Byłem na topie, bo właśnie przed chwilą stałem na najwyższym stopniu podium, z głośników popłynęły dźwięki Mazurka Dąbrowskiego, a flaga państwowa poszybowała w górę. Miałem 19 lat, a kariera sportowa stała przede mną otworem.

Tego dnia media sportowe piały z zachwytem, gdyż po siedmiu latach posuchy Polak został mistrzem świata juniorów w podnoszeniu ciężarów. Byłem w rewelacyjnej formie sportowej, a dodatkowo zostałem uznany przez Międzynarodowe Stowarzyszenie Prasy Sportowej (AIPS) za najlepszego sztangistę zawodów w Warszawie. Dziennikarze przypominali, jak rok wcześniej, schodząc z pomostu w hali „Torwar” na takiej samej imprezie, wykrzyczałem do kamery, że „...za rok będę mistrzem świata!”. Prowadzący główne wydanie „Wiadomości” w TVP 1 komentował: „...a słowo stało się ciałem, Grzegorz Kleszcz został mistrzem świata!”. Na nagraniu widać mnie stojącego na podium, a prezes Polskiego Komitetu Olimpijskiego (PKOl) Stefan Paszczyk wręcza mi medal. Na ekranie moja twarz, wokół kamery i mikrofony, a dziennikarz pyta: „Co dalej,

bo za kilka miesięcy igrzyska olimpijskie w Atlancie?”. Nieco skołowany nie zaprzeczam, że w takiej formie sportowej i na fali sukcesu będę walczył o medal olimpijski. Zrobiło się o mnie głośno.

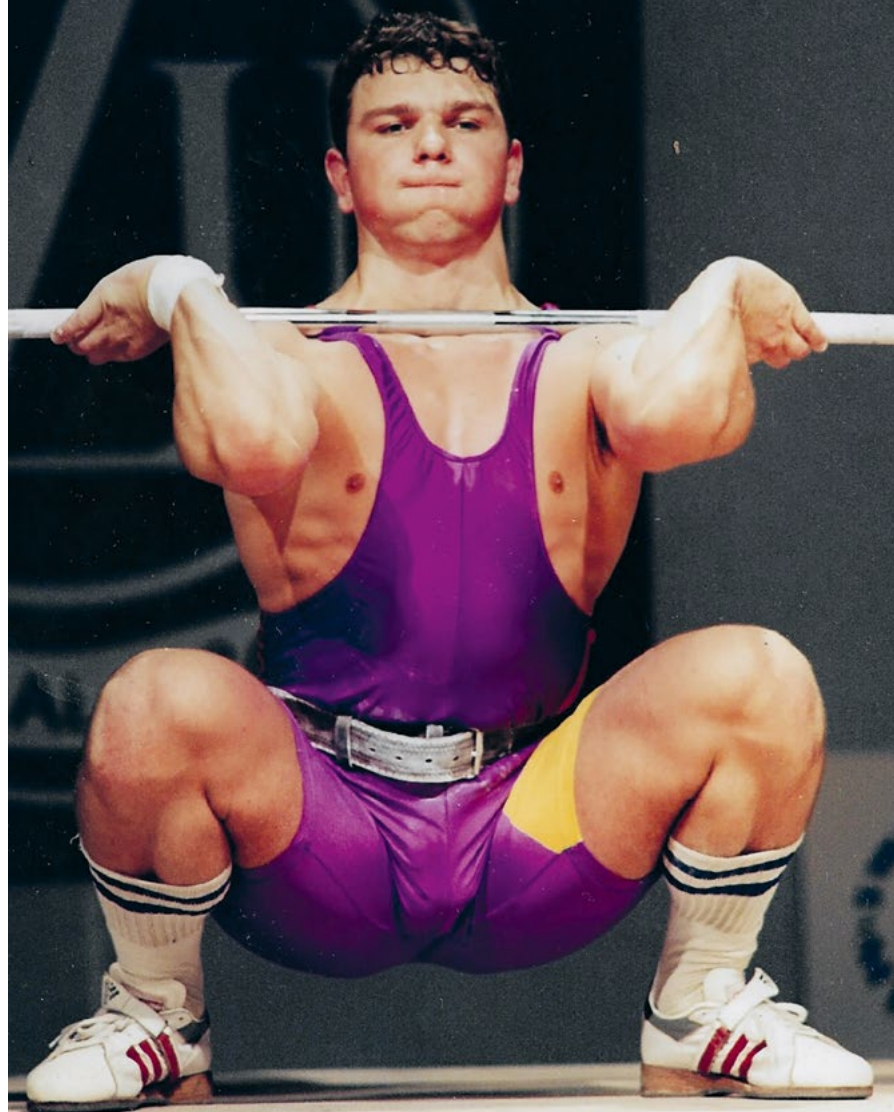
Czy wtedy mogłem przypuszczać, co się ze mną stanie? Że właśnie nadciąga tsunami i że będzie o mnie jeszcze głośniej, tylko zupełnie z innego powodu. Że skandal, który wisiał w powietrzu, eksploduje z siłą dynamitu i rozbija mnie na tysiąc kawałków. Że przez wiele miesięcy będę się zbierał, aby wstać z kolan i wrócić do sportu i normalnego życia.

CO BRAŁEŚ?!

W drugiej połowie czerwca 1996 roku przyjechałem do klubu Budowlani Opolo przy ulicy Dubois 39, gdzie od sierpnia 1994 roku mieszkalem i trenowałem. Hala wraz z internatem dla sportowców schowana jest w kwadracie między kamienicami ulic Ozimskiej i Kościuszki z wjazdem od ulicy Dubois. Lokalizacja ośrodka pozwalała mi na dotarcie pieszo w ciągu paru minut do teatru, kina lub pubów na urokliwym rynku, więc czas wolny od szkoły i treningów mogłem spędzać w ciekawych miejscach, spotykając się z kolegami lub z dziewczynami.

Tego dnia nie miałem do tego głowy. Siedziałem na fotelu w biurze trenera i dyrektora klubu, który chwilowo przestał być szkoleniowcem kadry narodowej z powodu

Mistrzostwa
Europy 1995



dyskwalifikacji trzech czołowych sztangistów: Sergiusza Wołczanieckiego – brązowego medalisty igrzysk olimpijskich z Barcelony, Sławka Zawady – multimedalisty wielu imprez, trzeciego zawodnika igrzysk olimpijskich w Seulu, oraz Mariusza Rybki – bardzo mocnego zawodnika w kadrze olimpijskiej, których zawieszono w 1993 roku. Wybuchła afera. Trener musiał podać się do dymisji. Gdyby nie to, trwałby na stanowisku w układzie zamkniętym, jakim był wtedy Polski Związek Podnoszenia Ciężarów.

Znajdowaliśmy się w małym gabinecie, którego ściany wyłożone były boazerią, a na nich liczne zdjęcia Ryszarda Szewczyka, bo tak nazywał się siedzący za biurkiem, 58-letni wówczas mężczyzna. Na jednej z fotografii prezydent Aleksander Kwaśniewski wręcza order trenerowi za igrzyska olimpijskie w Barcelonie w 1992 roku, gdzie trzech sztangistów zdobyło medale. Srebrne padły łupem Krzysztofa Siemiona i Waldemara Malaka, który krótko po igrzyskach zginął w wypadku samochodowym. Z kolei brązowy krążek trafił do wspomnianego wcześniej Ukraińca o polskich korzeniach, Sergiusza Wołczanieckiego.

Trener Szewczyk, ubrany jak zwykle w ciemnoszarą marynarkę, patrzył na mnie, lekko mrużąc oczy, i pewnie zastanawiał się, jak powiedzieć to, co wisiało w powietrzu jak trzystukilogramowy ciężar i miało za chwilę spaść mi na głowę. Po chwili oczekiwania, trwającej zbyt długo jak dla mnie, bo napięcie było tak ogromne, że było mi niedobrze, powiedział z nutą bólu w głosie: „Kontrola antydopingowa wykryła w próbkach twojego moczu pobranego na mistrzostwach świata w Warszawie niedozwoloną substancję.

Będziesz zawieszony i zostanie odebrany ci tytuł mistrzowski”. Dalszych słów już nie słyszałem.

Cios był potężny, jak prawy sierpowy ówczesnego mistrza świata wagi ciężkiej w boksie Riddicka Bowe’a. Gdybym nie siedział w fotelu, runąłbym na podłogę, jak znokautowany. Sparaliżowało mnie, a trzymana w dłoniach czapka bejsbolówka spadła cicho na podłogę. Ogarnęła mnie mgła i siedziałem zamroczony. Nie wiem, jak długo to trwało. W końcu spojrzałem na Szewczyka. Siedział, uważnie wpatrując się we mnie. Zastanawiał się nad tym samym, co ja – takie przynajmniej odniosłem wrażenie, bo po chwili zapytał: „Co brałeś na obozie w Spale przed zawodami?”. Jego wzrok zdawał się przeszywać mnie na wylot. Z szybkością błyskawicy myśli przelatywały przez moją głowę. Przypominałem sobie każdą tabletkę i każdy zastrzyk, który mi podano, ale za nic w świecie nie mogłem sobie przypomnieć substancji o nazwie metandienon, bo właśnie taką wykryto w moim moczu.

POZAMIATANE

W lipcu 1996 roku rozpętała się burza w mediach. W telewizji i w radiu przez cały dzień podawano wiadomość o wykryciu dopingu w próbkach pobranych ode mnie po zawodach. W kolejnych dniach wszystkie gazety podchwyciły temat i było pozamiatane. Na każdym ujęciu w serwisach informacyjnych znowu moja postać na podium i prezes

PKOL Stefan Paszczyk wręczający mi medal, co było dla niego nieszczerólnie zabawne, a dla mnie tym bardziej.

Trzy lata później w czasie naszego buntu sztangistów, kiedy wszyscy kadrowicze wyjechali ze zgrupowania w Cetniewie, sprzeciwiając się szkodliwym dla zdrowia metodom treningowym, a także tyrańskiemu i grubiańskiemu traktowaniu zawodników przez trenera Szewczyka, i kiedy odmówiliśmy powrotu do szkolenia centralnego, dopóki nie nastąpi zmiana trenera, Stefan Paszczyk – pełniąc rolę mediatora między zawodnikami a władzami Polskiego Związku Podnoszenia Ciężarów (PZPC), które stały murem za Szewczykiem – wypomniał mi podczas spotkania zawodników z władzami PZPC wydarzenia z mistrzostw świata i moją dyskwalifikację. Chciał wytrącić mnie z równowagi, gdyż byłem wówczas w składzie grupy zawodników, która pierwsza wyjechała ze zgrupowania w Cetniewie. Od początku byłem prowodyrem i od wielu miesięcy namawiałem kolegów z kadry do buntu. W każdym ze spotkań z władzami PZPC ostro krytykowałem trenera Szewczyka i związek, co było dość ryzykowne dla mnie. Atakowałem ludzi, którzy mogli mi bardzo zaszkodzić. Dodatkowo miałem już duży minus u szefa PKOL-u, więc jak przy każdym buncie przeciwko władzy sytuacja nie przedstawiała się kolorowo, szczególnie dla mnie, ale o tym później.

Teraz jesteśmy w Opolu i w sytuacji mocno kryzysowej, bo za kilka tygodni rozpoczynają się igrzyska olimpijskie w Atlancie. Jestem „bohaterem” miesiąca ze swoją wpadką dopingową, co na pewno nie pomogło dyscyplinie podnoszenia ciężarów, która już od dłuższego czasu była na *pole*

position wśród innych dyscyplin, jeżeli robimy zestawienie największych skandali sportowych.

Przepadł wyjazd na igrzyska olimpijskie. Mogłem zapomnieć o startach na arenach międzynarodowych przez najbliższe dwa lata, medalach, nagrodach i pieniądzech. Natomiast byłem „sławny” i to mnie wykańczało najbardziej. W ciągu niespełna dwóch miesięcy wzbiłem się jak orzeł w przestworza i spadłem na ziemię z wielkim hukiem. Doświadczenie przykrości, które czułem całym sobą, i wszystkie konsekwencje błędu, który zrobiłem, doprowadzały mnie na skraj przepaści. Obwinałem siebie każdego dnia i wyzywałem od najgorszych za każdym razem, gdy pojawiał się jakiś zły dzień. We wszystkim widziałem karę za moje winy. Było naprawdę źle.

GŁUPIA WPADKA

Kontrole Światowej Komisji Antydopingowej, WADA*, odwiedzały nas na zgrupowaniach regularnie. Bywało, że w czasie jednego dnia po obiedzie wyjeżdżała komisja z Polski, a wieczorem przyjeżdżała komisja zagraniczna. Jeżeli ktoś decydował się na stosowanie zakazanych leków, to były to sporadyczne przypadki, nie było to powszechne ani częste, gdyż wiązało się z dużym ryzykiem. Oczywiście były sposoby na wypłukanie się niektórych substancji, a inne

* WADA – World Anti-Doping Agency (przyp. red.).

przez pewien czas były niewykrywalne. Niemniej jednak wyścig trwał i laboratoria WADA znajdowały sposoby i lepsze metody badawcze, aby łapać tych, którzy do tej pory skutecznie się ukrywali.

Przyznaję się, że zdarzało mi się wcześniej przyjmować leki niedozwolone, które pomagały szybciej wyleczyć kontuzję czy zregenerować się po katorżniczych treningach. Te jednak wychodziły bardzo szybko z organizmu i zagrożenie wypadki było minimalne. Jednak to, co wydarzyło się w Warszawie, było całkowicie poza wszelkimi normami zdrowego rozsądku i logicznego myślenia. Metandienon w leku Metanabol był od dawna nieużywany przez kadrowiczów w okresie przedstartowym i we wszystkich dyscyplinach, ponieważ bardzo długo pozostawał w organizmie. Po serii wpadek w 1995 roku, kiedy WADA wprowadziła nowe metody badań, zaprzestano stosowania tego środka w sporcie olimpijskim przed zawodami. Warto wspomnieć, że jest to lek wspomagający ogólny stan organizmu, który poprawia wydolność psychofizyczną. Jest stosunkowo bezpieczny, gdyż stosuje się go w leczeniu dzieci.

Zatem skąd ta substancja znalazła się w moim organizmie? Zastanawiałem się nad tym bardzo długo i przypomniała mi się pewna sytuacja. Podczas jednego z treningów kolega poczęstował mnie batonem energetycznym zagranicznej produkcji. Nie widząc w tym żadnego niebezpieczeństwa, ugryzłem kawałek, ale że był niesmaczny, to nie zjadłem całego. To jedyna sytuacja, gdy nieświadomie mogłem przyjąć zabroniony metandienon. Wiem, strasznie głupia wpadka i dlatego bardzo boli.

Z niedozwolonym wspomaganiem w sporcie sprawa wygląda jak z polityką – oficjalnie „nikt nie bierze”. Bardzo dużo mówiło się o tym, co działo się w Związku Radzieckim, a później w Rosji, w dawnym NRD czy nawet w Stanach Zjednoczonych, ale tak naprawdę sprawa ta dotyczyła większości dyscyplin i większości krajów. Wyścig trwa do dziś, tylko metody są bardziej wyszukane. Obecnie dużo mniej słyszy się o wypadkach dopingowych. Doping genowy owiany jest tajemnicą, a był już znany w 2004 roku. Można by długo o tym opowiadać, ale prawda jest taka, że bez ciężkiej pracy, wrodzonych predyspozycji i iskry Bożej doping jest dobry na łupież. Owszem, można poprawić wyniki sportowe, szybkość, siłę itd., ale najważniejsza jest ciężka praca, sumienne i wytrwałe dążenie do celu, mądry plan treningowy i wiele innych czynników składających się na sukces sportowy.

Żeby zrozumieć, dlaczego tak wielu sportowców zażywa niedozwolone leki, kokainę, przetacza krew lub stosuje kuracje genowe, trzeba od podstaw poznać sport zawodowy. Może wtedy stanie się to mniej oburzające. Dlaczego niektórzy z nas tak bardzo ryzykowali i narażali się na tak ogromne niebezpieczeństwo? Żeby odpowiedzieć na to pytanie, trzeba zacząć od początku.

O AUTORZE



GRZEGORZ KLESZCZ

Mąż Agnieszki, ojciec czwórki dzieci: Michała, Jagódki, oraz bliźniaków Mirona i Mikołaja.

Trzykrotny olimpijczyk w podnoszeniu ciężarów (Sydney 2000, Ateny 2004, Pekin 2008). Brązowy medalista mistrzostw Europy (Trencin, 2001). Akademicki mistrz świata (Emmitsburg, USA, 2004). Wielokrotny mistrz i rekordzista Polski.

Po zejściu z podestów wpadł w poważną depresję. Ból życia znieczulał alkoholem, narkotykami, zgłębiał ezoterykę. Po kilku latach wziął udział w rekolekcjach, które odmieniły jego życie. Zaczął pracować z młodzieżą w oparciu o doświadczenie duchowe i psychologiczne.

SPIS TREŚCI

Prolog	5
--------	---

rozdział pierwszy

DESTROY / 9 /

Mistrz świata!	11
Co brałeś?!	12
Pozamiatane	15
Głupia wpadka	17

rozdział drugi

PRZEPRASZAM, CZY TU BIJĄ? / 21 /

Zaczęło się...	22
„Proszę o chrzest”	23
Ogień na skórze	25
Amatorzy nocnych wrażeń	27
„Metka” w dużych ilościach	29

rozdział trzeci

TOMEK W KRAINIE KANGURÓW / 32 /

Kiewicz i „Czarny Afgan”	33
Powódź tysiąclecia	36
Kłusownicy i awanturnicy	38

Bagaż doświadczeń	40
Moja „Sally”	44

rozdział czwarty
LOT NAD KUKUŁCZYM GNIAZDEM / 46 /

W psychiatriku	48
„Lobotomia” kadrowa	50
Katorżniczy plan	55
Szaleństwo bez końca	57
Co tu tak śmierdzi?!	61
„Gwiezdny pył”	65
Za jaką cenę?	66

rozdział piąty
GRUPA OTWOCKA /72 /

Znak zapytania	73
Tajne spotkanie	74
Koniec marzeń o medalu	77
Łódzka dziesiona	83
Twarzą na parkiecie	89
Brak precyzji	93
Tajemniczy Chińczyk	97
Zabawny staruszek	103
Magazyn śledczy	107
Koniec kariery	109

rozdział szósty
TO TYLKO ZŁY SEN / 112 /

Gdzie popełniłem błąd?	113
Ta noc nie będzie spokojna	119
Zanosiło się na jatkę	125
Fala uderzeniowa	128

rozdział siódmy
TOTUS TUUS / 136 /

Panna Agnieszka	138
Zgodziła się!	144
Nowy etap	149
Nogi się pode mną ugięły	154
Próba w ogniu	156
„Nie zgadzam się na to!”	158
Sprawy sądowe	163
Siła przykładu	166
Wielu zaczęło się modlić	169
Wartość wychowawcza	172
Rozpalanie nadziei	176
Kultura życia	178
Epilog. <i>Good day, good luck</i>	183
O autorze	191

SZTANGISTA

Poznaj człowieka, którego Bóg obdarzył talentem do dźwigania ciężarów. Człowieka, który roz-
błysnął jak gwiazda, ale upadł jak
meteoryt. Grzegorz Kleszcz, były
olimpijczyk – przez lata walczył o
powrót na sportowy szczyt, ale to
mu się już nie udało. Po zakończe-
niu kariery sportowej stoczył się w
otchłań, ale znalazł Siłę, która wy-
niosła go na powierzchnię.

Dziś opowiada swoją historię, za któ-
rą stoi bardzo potrzebne przesłanie:

Nieważne, jak bardzo dostałeś
w kość, jak bardzo jest pod górkę –
Twoje życie jest do udźwignięcia!

Sztangista to żywa opowieść o spor-
towcu, ale nie tylko dla fanów sportu.
To historia z krwi i kości, która wyda-
rzyła się naprawdę. Napisana w barw-
nym, skrzącym się humorem stylu,
podnosząca na duchu, dająca na-
dzieję na wyjście z kryzysów, wzru-
szająca i do bólu szczerą.

Nie każdy z nas miałby odwagę
dzielić się z szerokim gronem od-
biorców trudnymi, czasem bardzo
osobistymi, momentami ze swo-
jego życia. W tej książce tego nie
brakuje.

Kim jest Grzegorz Kleszcz

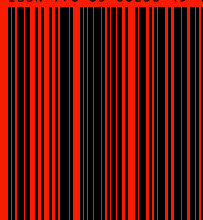
Mąż, ojciec czwórki dzieci. Trzykrotny
olimpijczyk w podnoszeniu ciężarów.
Brązowy medalista mistrzostw Europy,
akademicki mistrz świata. Po zejściu
z podestów wpadł w poważną depresję.
Ból życia znieczulał alkoholem, narko-
tykami, zgłębiał ezoterykę. Po kilku la-
tach wziął udział w rekolekcjach, które
odmieniły jego życie. Zaczął pracować
z młodzieżą w oparciu o doświadczenie
duchowe i psychologiczne.



WYDAWNICTWO

RTC

ISBN 978-83-68230-45-1



ludzie o żywym sercu