

„Rom war ganz besonders“

Mehr als 250 Kilometer in den Beinen für den Dienst an den Armen: Pater Tobias war 2011 bei sechs Marathons am Start

Für die katholischen Gläubigen in Neumühl ist er der engagierte Seelsorger der Pfarrei Herz-Jesu. Für seine Brüder in der Hamburger Abtei ist er der Prämonstratenser-Pater Tobias O'Praem und für viele Menschen im Ruhrgebiet einfach der Marathon-Pater: In den Räumen seiner Agentur in Sachen Mitmenschlichkeit, dem „Projekt Lebenswert“, sprach der kirchliche Tausend-sassa Pater Tobias mit Redakteur Christian Balke über die Lust am Laufen und die Liebe zum Helfen.

Wie viel wiegen sie derzeit?

Pater Tobias: Gute Frage zu Beginn. Knapp 80 Kilo, glaube ich...

Und wie viel Gewicht verliert man bei einem Marathon? Oder, wie in ihrem Fall bei sechs Marathons, die Sie 2011 gelaufen sind?

Pater Tobias: Gewichtsverlust bei einem Marathon sind zwei bis drei Kilo, viel Flüssigkeit halt. Also 18 Kilo in diesem Jahr, wenn sie so wollen.

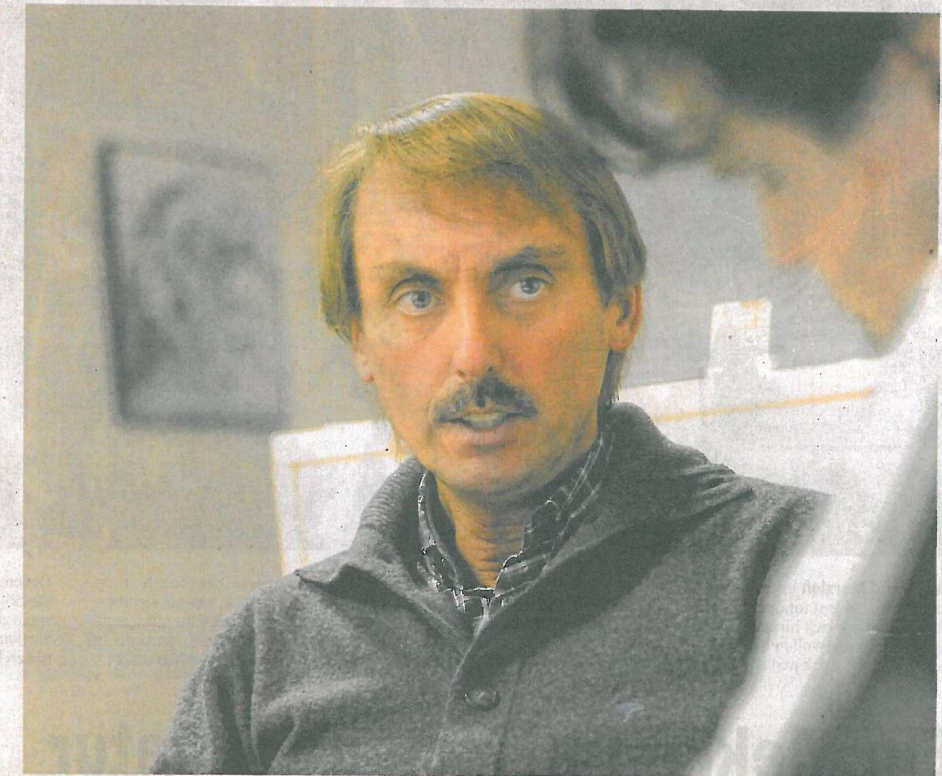
Freizeitsportlern empfehlen Ärzte maximal zwei Marathons pro Jahr, sie laufen dreimal so viel für die gute Sache. Wie laden sie die Akkus wieder auf?

Pater Tobias: Denke ich eigentlich auch selten drüber nach. Aber es stimmt schon, nach einem Lauf sind die Blutwerte erst mal im Keller. Vitaminreich essen, Kohlenhydratspeicher auffüllen, dann sind die Blutwerte nach vier Wochen wieder im Lot. Außerdem werde ich ja ständig medizinisch betreut.

Wie kamen Sie auf die Idee, Marathons für den guten Zweck zu laufen?

Pater Tobias: Mit Anfang 40 will man sich als Mann selbst etwas beweisen, also habe ich vor fünf Jahren mit Marathonlauf begonnen. Drei Monate Vorbereitung habe ich für meinen ersten Marathon gebraucht, dann war ich anschließend aber auch total fertig. Mittlerweile ist es eine sensationell tolle Erfahrung, so fit zu sein, sich selbst zu überwinden. Diese Erfahrung gebe ich auch bei den Motivationsseminaren weiter, die ja auch anbieten.

Wie kam es dazu, dass Sie angefangen haben, durch das Laufen Geld für hilfsbedürftige Mitmenschen zu



„Höhepunkt 2012 wird der Marathon in Jerusalem“: Pater Tobias, Redakteur Balke im Büro des „Projekt Lebenswert“.

Foto: Lars Fröhlich

sammeln? Eigentlich, sagten Sie ja gerade, dass ihre Motivation egoistisch war...

Pater Tobias (lacht): Ich habe Berichte über andere Sportler gesehen, die etwas ähnliches machten und da dachte ich mir, das kann ich doch auch! Hätte natürlich auch schiefgehen können. So aber erlaube ich pro Jahr 20.000 bis 25.000 Euro für den guten Zweck.

Sie sprechen es gerade an – die Belastung für ist doch enorm. Laufen Sie sich nicht krank? Wo sind Sie 2011 überall gelaufen?

Beim letzten Marathon in 2011, in Frankfurt am Main, da bin ich krank an den Start gegangen, das war nicht klug. Deswegen war die Zeit auch schlecht. Außerdem bin ich in Marrakesch, Rom, Duisburg, beim Ultramarathon in Biel und in Essen am Baldeneysee gelaufen. Wäre alles unmöglich ohne meine Sponsoren und Unterstützer. Dank an alle!

Was was der Höhepunkt?

Duisburg war ein super Heimspiel, aber Rom war natürlich ganz besonders. Der Papst hatte vom Projekt Lebenswert und von mir gehört und hat mir schriftlich mitteilen lassen, dass er meine Arbeit wertschätzt und unterstützt. Das ist ganz fantastisch.

Was steht 2012 an und welches wäre ihr Traumziel als Marathon-Mann?

Der Höhepunkt 2012 wird der Marathon in Jerusalem sein. Mein Traumziel wäre der Boston-Marathon, der Marathon schlechthin, wo nur Läufer teilnehmen dürfen, die schneller als 3,30 Stunden laufen.

Apropos Träume: Viele Hilfsbedürftige, denen Sie und ihre Mitarbeiter im „Projekt Lebenswert“ helfen, können sich dank ihrer Hilfe Dinge leisten, von denen sie sonst nur träumen könnten. Welche Schicksale haben sie 2011 besonders bewegt?

Pater Tobias: Prinzipiell natürlich alle Menschen, denen es schlecht geht, Kinder besonders, denn die sind unsere Zukunft. Aber das Schicksal der Familie, deren Haus an Weihnachten 2010 abgebrannt ist, war schon besonders schlimm. Die habe ich immer vor Augen, wenn ich laufe. Gerade vor dem Hintergrund sind unsere neuen „Lebenswert“-Projekte „Kinderpatenschaft“ und „Jugendarbeitslosigkeit verhindern“ enorm wichtig.

Der Kampf um den Erhalt von Herz-Jesu war für Sie und ihre Gemeinde fast wie ein Marathon. War es nicht ein Pyrrhussieg, weil jetzt andere Kirchen geschlossen werden sollen?

Mit blutet das Herz bei jeder Kirche, die geschlossen wird und ich habe Verständnis für Alle, die an ihrer Kirche hängen. Allerdings wird sich in Zukunft vieles in der katholischen Kirche ändern und wir müssen die Gläubigen dafür begeistern und mitnehmen.

„KINDERPATENSCHAFTEN“

Über das Bildungspaket hinaus

In 2012 starten neue Kampagnen im „Projekt Lebenswert“ (Info: www.projekt-lebenswert.com). Mit „Kinderpatenschaften“ sollen arme Duisburger Kinder gezielt gefördert werden. Es ist angedacht, eine Datenbank von bedürftigen Kindern zu erstellen, so dass zielgenau vermittelt werden

kann. Das Spektrum der Förderung setzt dort an, wo das Förderangebot für Kinder der Bundesregierung aufhört. Während das Bildungspaket der Regierung Merkel bedürftigen Kindern maximal Vereinsbeiträge finanziert, wollen der Pater & Co etwa für Sportzubehör und Sportbekleidung sorgen.



Ganz der Extremsportler: Der Marathon rund um den Baldeneysee war einer von Sechsen (!) in 2011. Foto: privat



Ganz der katholische Geistliche: Der Pater segnet nach dem Gottesdienst im Mai vor der Herz Jesu Kirche in Neumühl die verschiedensten Fahrzeuge. Foto: Kerstin Bögeholz