

WIR AM NIEDERRHEIN



Comeback der Woche
Zuhause ist es doch am schönsten. Der Sommer kehrt aus dem Urlaub zurück. **Bis 26°**

KOMPAKT

Landleben

AUS DER REGION

Floriade: Viel Interesse am Niederrhein

Am Niederrhein. Ein zufriedenes Fazit der Niederrhein-Woche auf der Floriade zieht Brigitte Odinius, stellvertretende Geschäftsführerin der Niederrhein Tourismus GmbH: „Zwischen 2000 und 3000 Besucher“ kamen zum NRW-Pavillon. Betriebe der Genussregion Niederrhein stellten ihre regionalen Produkte vor, zum Beispiel Biedericher Bier. Beate Hettmer, Gästeführerin aus Dinslaken, kündigte für das kommende Jahr eine neue Stadtführung an: „Fairtrade Stadt Dinslaken“. Dabei geht es um fairen Handel und Anbieter von fairen Produkten in Dinslaken.

Spaziergang durchs kaiserliche Moers

Moers. „Die Stadt befindet sich im Aufwind, die Wirtschaft läuft und das geliebte Stadttor Mattorn muss der Straßenbahn weichen.“ Das waren noch Zeiten, an die Bernhard Schmidt bei einer Führung am Sonntag, 2. September, durchs „kaiserliche Moers“ erinnert. Start ist um 11 Uhr vor dem Kreisständehaus, dem ehemaligen Landratsamt, am Kastellplatz. Die Teilnahme kostet vier Euro für Erwachsene, Kinder zwischen sechs und vierzehn Jahren zahlen die Hälfte. Anmeldungen bei der Stadtführung am Kö unter Ruf: 02841 / 88 22 60.

Lesung über das Leben der Gräfin Dönhoff

Voerde. Friedrich Graf von Dönhoff liest aus der Biografie seiner Tante, Marion Gräfin Dönhoff. Sie war nicht nur eine politisch engagierte Journalistin und Herausgeberin der ZEIT, auch erhielt sie viele Auszeichnungen wie den Friedenspreis des Deutschen Buchhandels. Die Lesung ist am Mittwoch, 5. September, 20 Uhr, in der Buchhandlung Daniel & Haibach, Bahnhofstraße 61. Eintritt: 14 Euro, ermäßigt neun Euro pro Person. Kartenvorbestellung unter Ruf: 02855 / 79 58.

Führung für Kinder durch Heide und Moor

Wesel. Sabine Engler von der Biologischen Station führt durch das Heide- und Mooregebiet Aaper Venekes am Stadtrand. Dabei zeigt sie seltene Pflanzen wie den fleischfressenden Sonnentau und geht auf Entstehung und Ökologie des Gebietes ein. Die kostenlose Wanderung ist besonders für Kinder geeignet. Donnerstag, 6. September, 17.30 Uhr. Treffpunkt: Wanderparkplatz „Am Reitplatz“. Dauer: zwei Stunden. Anmeldung unter Ruf: 0281 / 96 25 20.

IMPRESSUM

NIEDERRHEINREDAKTION
Hombberger Str. 4, 47441 Moers
Leitung: HEIKE WALDOR-SCHÄFER
Telefon: 02841 1407-80
Telefax: 02841 1407-89
E-Mail: niederrhein@nrz.de

Pater, lass deine Fußsohlen qualmen...

Die Prämonstratenser-Abtei Hamborn ist ein Ort der Stille, Zeit spielt keine Rolle, oder etwa doch?

Duisburg-Hamborn. Der Mann hat sich ein paar Minuten verspätet, mit raumgreifenden Schritten stürmt er ins kleine Besprechungszimmer des altherwürdigen Klosters, mitten in Hamborn. Draußen türmt sich der Alltag des Duisburger Nordens auf die Industriekulisse von Thyssen Krupp, die Moschee, die Autobahn, die Notfall-Zufahrt für den Rettungswagen fürs gegenüberliegende Krankenhaus. Wenn man über die Bedeutung von Zeit und Raum sinnieren will, dann tut man das am besten in einem Kloster, dem Ort, wo es am meisten davon gibt. Das war die Überlegung.

Türe zu, Handy aus

„Tschuldigung“, sagt Pater Tobias Breer, legt das Black Berry auf die umhänkelte Tischdecke, die Türe schließt sich - schwupp - alles wird ruhig, entspannt sich, die Zeit steht tatsächlich still - wenn da dieses Black Berry nicht penetrant rot blinken würde und Pater Tobias gleich noch ein paar Taufen hätte...

Pater Tobias, 49, Mitglied der Seelsorger- und Chorherrengemeinschaft der Prämonstratenser, Finanzchef der Abtei Hamborn, Coaching-Experte für Gestresste und out-burn-Manager, Pfarrer in Herz-Jesu Neumühl, Geschäftsführer des Projektes „LebensWert“ und durchtrainierter Marathonläufer - wenn einer mit seiner Zeit umgehen kann, dann wohl dieser Dauerläufer.

„Pater Tobias, was ist Zeit?“ Die Antwort kommt im Bruchteil einer Sekunde, ohne nachzudenken, aus voller Seele: „Das Kostbarste. Und meine viertelstündige Mittagspause.“ Das sei vielleicht etwas egoistisch gedacht, schiebt der Mann im weißen Habit nach, „aber freie Zeit für mich zu haben, Zeit, wo ich auf tanken kann, wo ich beten kann - das ist unersetzlich.“ Und mit einem verschmitzten Augenzwinkern schiebt er hinterher: „Dann schalte ich sogar mein Handy aus.“

Nun hat der Mann mit den vielen fröhlichen Fältchen um die Augen nicht wirklich viel Freizeit, ein Blick auf den Terminkalender... „Man muss seinen Tag strukturieren“, sagt er und schon plumpst man in Lektion 1 des Kurses „wie entschleunige ich richtig.“ „Man muss sich



Im Ziel. Pater Tobias lässt die „Fußsohlen qualmen“ - für bedürftige Kinder.

FOTO: MICHAEL GOHL

selbst entwickeln, die Frage stellen: wie gehe ich mit mir selbst um, wann nehme ich mir Zeit für mich selbst...“

Das fange morgens mit ein bisschen Meditation an - „die Zeit dafür

findet jeder.“ Das könne ein Gebet sein, Musik, ein paar Atemzüge am Fenster. Dann komme die Mittagspause - das mit Handy aus und Türe zu. Und abends der Rückblick auf den Tag. „Ich stelle mir immer einen

ICE vor mit vielen Waggons. Die weißen Waggons, das sind die positiven Dinge, die schwarzen sind die negativen. Ich versuche, nicht einzusteigen, den Tag vorbeifahren zu lassen - das bringt Ruhe und Kraft.“

Und wenn er dann nicht runterkommt, oder wenn er so richtig auf 180 ist - „dann bete ich. Wer das Vaterunser spricht, kann nicht mehr ausrasten. Da steckt so viel Kraft drin.“

Manchmal tickt die Uhr auch für Pater Tobias unerbittlich - wenn er im Viertelstundentakt zwischen seinen drei Büros und seinen Terminen pendelt oder dann, wenn er den weißen Habit mit dem schwarzen Laufdress tauscht. Pater Tobias hat sich den Titel „Marathonmann Gottes“ erlauben. Der Anfeuerungsspruch seiner Gemeinde ist schon zum Markenzeichen geworden. „Pater, lass Deine Fußsohlen qualmen.“

Der Pater - in Straßenschuhen - lächelt still - und freut sich. „Ich laufe seit sechs Jahren - und ich laufe für bedürftige Kinder.“ Allein bei den letzten drei Events sind 10.000 Euro zusammengekommen - „das ist Ansporn genug, sich immer bis ins Ziel zu schleppen.“ 25 Marathons hat er schon hinter sich - in New York, in Stockholm, Berlin, Jerusalem, Amsterdam...

Bestzeit? „3:36 für die 42,195 Kilometer.“

Wunschzeit? „Die 3:30 knacken und dann vielleicht noch die 3:20 schaffen - mit 49 kann man das noch hinkriegen.“

In seinem Zimmer steht ein Laufband, auf dem er die Zeit besiegen will. Wenn er seinen Trainingslauf macht (oft bis zum Gasometer Oberhausen und zurück) und die Leute ihn ansprechen, schüttelt er den Kopf und hechtet ein: „Bin im Training“ heraus - „die Leute verstehen das - sonst komme ich ja ganz aus dem Rhythmus.“ Pater Tobias ist bekannt - er hat eine eigene website, man findet ihn auf facebook.

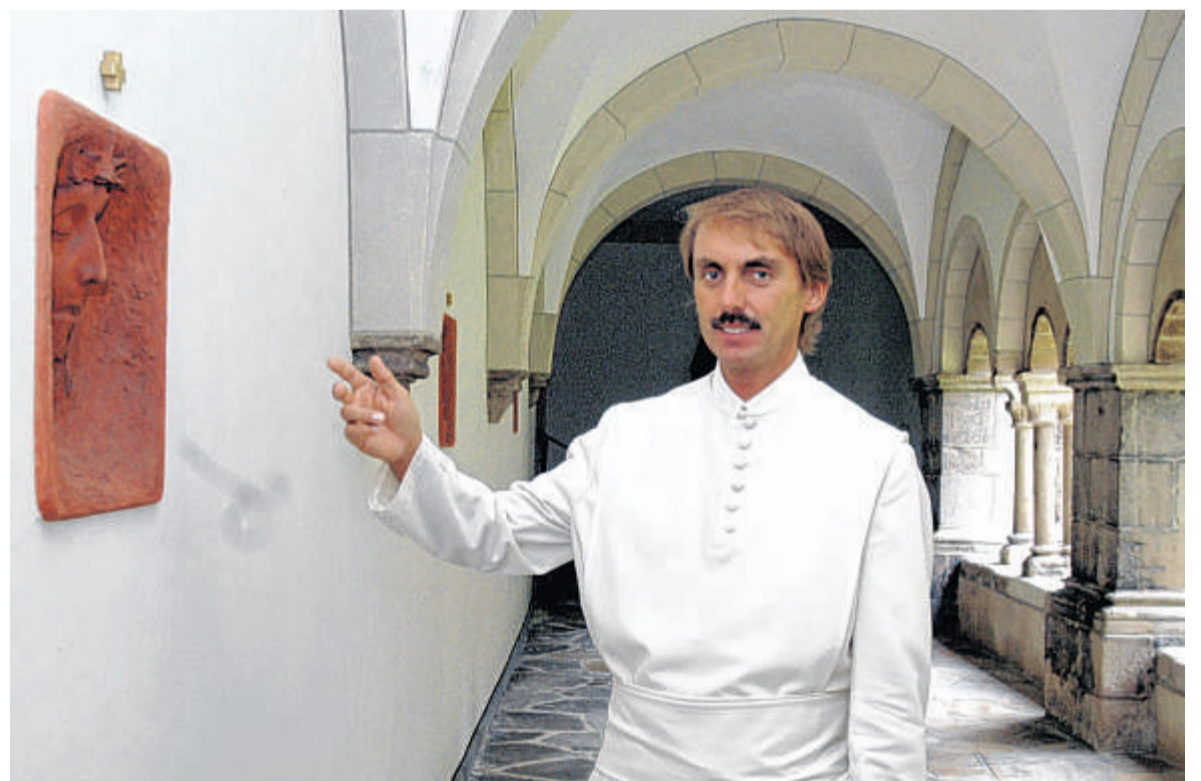
Seine Seminare für Gestresste und Stille Suchende sind gefragt. Wer sich Zeit nimmt für die Vesper in der Klosterkirche, der spürt, wo Pater Tobias die Ruhe her holt - die Ordensleute versammeln sich um den Altar, der Abt singt „Dixit Dominus meo“, der Chor antwortet „Alleluja“. Alles andere ist plötzlich weit weg. Falls Sie trotz allem keine Zeit für den lieben Gott finden, nunja, Pater Tobias, lächelt. „Kein Problem, ich bete für Sie.“

„KOMM UND SIEH!“ - EIN BESUCH IN DER ABTEI HAMBORN

Seit fünf Jahren hat die Abtei Hamborn auch ein Tourismusbüro - „damit die Menschen etwas über uns erfahren“, so Pater Tobias. Monatlich etwa 500 Besucher gucken sich den Kreuzgang an, die Schatzkammer, die Klosterkirche. „Eigentlich müsste jeden Tag ein Bus hier stehen“, sagt Pater Tobias. „Wir haben so viel zu zeigen.“
Davon können Sie sich, liebe Leserinnen und Leser, nun überzeugen. Wir laden Sie herzlich ein zu einer exklusiven Führung durch die Abtei Hamborn mit Pater Tobias.

Termin: Samstag, 15. September, 10.30 bis 12 Uhr. Anschließend besteht die Möglichkeit an der Messe der Prämonstratenser in der Abteikirche teilzunehmen. Wir verlosen 24 Plätze (12 mal 2) für die Sonderführung.

Schreiben Sie an NRZ-Niederrheinredaktion, Hombberger Str. 4, 47441 Moers, oder per Mail: niederrhein@nrz.de. Stichwort Pater Tobias. Einsendeschluss: Donnerstag, 30. August. Das Los entscheidet, der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Im Konvent in Hamborn leben heute 28 Männer, Durchschnittsalter: 50 Jahre.

FOTO: MILBRET, UDO

Anzeige

Trauringstudio Fine ART
Riesenauswahl über 8.000 Ringe zu besten Preisen
Größtes Trauringstudio am Niederrhein
Moers, Steinstr. 2, (Fußgängerzone) Tel. 02841 - 888 777 0
Gold-Ankauf zu fairen Preisen - seit 20 Jahren