

› WIE DER „MARATHONPATER“ 1,8 MILLIONEN SAMMELTE ‹

# — DER LÄUFER DES HERRN —

*Der Duisburger Pater Tobias Breer ist als „Marathonpater“ mittlerweile eine Marke: Allein 2022 lief Gottes eiligster Diener 31 Marathons – und sammelte dabei über 110.000 Euro für Kinder- und Sozialprojekte. **Seit seinem ersten Marathon, Berlin 2006, waren es über 1,8 Millionen.***

LÄUFER  
—  
LEUTE

Text: Tom Rattenberg | Fotos: Daniel Elke (4), privat (1)



↳ **Eine Frage kann man sich bei Pater Tobias eigentlich sparen. Obwohl es jene ist, die man jemandem, der gerne, viel und weit läuft in der Regel sehr bald stellt: Die nach der Zahl der „gefinishten“ Wettbewerbe. Insbesondere die nach den Marathons.**

Langdistanzläufer strahlen dann. Dann nennen sie eine Zahl – und erzählen. Und mit jedem Satz wird das stolze, glücklich Leuchten ihrer Augen stärker. Das gilt für Läuferinnen natürlich genauso: Wer je auch nur einen Marathon gelaufen ist, kennt und versteht das. Tobias Andreas Breer ist in dieser Hinsicht ein ganz normaler Läufer. Trotzdem kann man sich in einem Interview mit Deutschlands „Marathonpater“ die Frage sparen. Nicht, weil Pater Tobias prahlt oder flunkert. Auch nicht, weil er es nicht genau wüsste. Sondern aus einem ganz anderen Grund: Zu dem Zeitpunkt, zu dem man die Zahl, die der Duisburger Geistliche nennt, dann niederschreibt, ist sie mit ziemlicher Sicherheit falsch. Und in dem Moment, in dem du sie hier liest, gehört sie schon lange der Vergangenheit an. Wieso? Weil Pater Tobias so viel, so oft läuft: Am 19. Februar 2023 – am Tag an dem dieser Text entsteht – absolvierte Pater Tobias seinen 170. Marathon. Den „Balkanstraßen-Marathon“ in Opladen. 4:26:44 Stunden. Seinen ersten lief er 2006 – in Berlin. In praktisch der gleichen Zeit (knapp über 4:25 h). Aber um Zeiten geht es ihm, nicht: Was zählt ist die Häufigkeit sowie die Freude an jedem einzelnen Lauf.

### **IM SCHNITT ÜBER ZEHN MARATHONS IM JAHR**

Pater Tobias läuft viel: Im Schnitt waren es von Ende 2006 bis Februar 2023 über zehn Marathons im Jahr. Aber 2022 war dann sogar für den bald 60 Jahre alten Geistlichen extrem: Da kam er 31-mal über die Zielinie. Das schaffen andere in einem ganzen Läuferleben nicht. Und mancher wäre froh, so viel zu verdienen, wie der Seelsorger der Neumüller Herz-Jesu-Gemeinde im Vorjahr an Spenden erlief: Rund 110.000 Euro. Wobei eines wichtig ist: Deutschlands fittester Ordensmann steckt das Geld

nicht selbst ein – er läuft für karitative Institutionen, meist Kinder- und Sozialprojekte. Dass ihm das Laufen auch Freude und Spaß macht, stellt da aber keinen Widerspruch, keine Unvereinbarkeit dar, betont Duisburgs eiliger Pater. Alleine schon, weil jeder Läufer, jede Läuferin weiß, dass Marathon-Form nicht aus dem Nichts kommt. Sondern jeder Wettkampf, gerade aber ein Marathon, immer auch eine Übung in Demut und Erdulden ist. Training wie Wettbewerb: Egal wie schön, egal wie glücklich man unterwegs ist – es ist auch ein Leidensweg, eine „via dolorosa“.

### **BEIM LAUFEN GOTT NAHE**

Es gibt ein Ziel, Erlösung. Eine Erlösung, die nicht gewiss, nicht garantiert ist. An die man aber dennoch glaubt, die Kraft und Zuversicht gibt. Und für die man alles – nicht nur Entbehrung und Verzicht, sondern auch Schmerzen – annimmt und erträgt. „Ja, natürlich tut es manchmal weh“, sagt Pater Tobias und lächelt. Der Frage, ob Laufen also per se katholisch ist, weicht er aus: „Beim Laufen ist mir Gott, bin ich Gott nahe. Ich spüre ihn, ich rede mit ihm. In Gebeten – aber oft auch in der Stille.“ Vermutlich sollte diese Geschichte aber anderswo anfangen. Denn auch wenn Pater Tobias Andreas Breer OPraem (so der volle Name) heute zu Deutschlands bekanntesten Priestern gehört, obwohl Tausende dem umtriebigen Geistlichen auf seinen Instagram- oder Facebook-Seiten folgen, obwohl er Dauergast in Podcasts und Talkshows ist, obwohl sein Lauf-Buch („60.000 Kilometer gegen die Armut“) über 5000-mal verkauft wurde, kennt kaum jemand den Mann in der Soutane wirklich. Geschweige denn seine Geschichte. Denn als Ultra- oder Mehr-als-100-Marathonläufer wird man ebenso wenig geboren, wie als Priester. Beides ist ein Talent, eine Berufung – aber das anzunehmen und zu leben ist alles andere als selbstverständlich: Man muss aus Zeitgeist und gesellschaftlicher „Normalität“ ausscheren. Das braucht neben Kraft und Mut die Überzeugung, das einzig Richtige zu tun. Pater Tobias taugt in beiden Rollen als Beispiel. Geboren wurde er als Andreas Breer 1963 in Werne an der Lippe, ei-

ner 30.000-Einwohner-Gemeinde im Kreis Unna im südlichen Münsterland. Als zweitjüngstes von sechs Kindern durchlebte er eine sorglos-normale Kindheit auf einem Bauernhof. Religion, die Kirche, spielte eine Rolle – aber keine, die einen Weg geprägt oder eine Berufung vorhersagbar gemacht hätte. Als Andreas 14 war, verlor er seine Mutter – und den Glauben.

### **VON BMW ÜBER DIE BUNDESWEHR ZUR KIRCHE**

Der Weg zurück dauerte Jahre: Andreas Breer lernte Groß- und Einzelhandelskaufmann, arbeitete bei BMW, ging zur Bundeswehr, holte das Abi nach ... nichts Außergewöhnliches. Doch mit 21 „fand ich Gott wieder“. 1984 mit 24, trat er den Prämonstratensern der Abtei Hamborn als Novize bei – hieß ab jetzt Tobias. Tobias studierte Theologie. Wurde 1993 Diakon – und 1994 zum Priester geweiht. Sportler? „Nein“, lacht Pater Tobias, Sportler war er keiner. Eher im Gegenteil – bis in die Mitte der sogenannten „Nullerjahre“. Der Priester hatte in der Zwischenzeit auch Personalentwicklung und Change Management studiert. „Ich habe Führungskräfte gecoacht. Sie gefragt ‚wie kümmert Ihr euch um Seele und Körper?‘ – und am Abend in den Spiegel geschaut: Ich hatte 92 Kilo – und fragte mich, wie ich andere auffordern kann, auf sich und ihre Gesundheit zu achten, wenn ich selbst nichts mache.“ Pater Tobias entdeckte noch etwas: „Wenn ich mir etwas Gutes tue, wenn ich gesund bin und mich wohl fühle, kann ich besser Gutes tun. Besser für andere da sein.“ Der Schlüssel, erkannte der Da-Noch-nicht-Läufer, lag in Ernährung und Bewegung. „Ich suchte eine Sportart, die zu mir passte.“ Laufen entpuppte sich als perfekt: „Ich kann aus dem Büro loslaufen, den Kopf frei bekommen – und nach dem Lauf erfrischt weiterarbeiten.“ Freilich: Schon bald ließ der Pater eine Dusche einbauen. Und wenn man heute bei ihm vorbeischaute, ist auf den ersten Blick manchmal nicht klar, ob das wirklich der Arbeitsplatz eines Kirchenmannes ist – oder doch ein Sport-Laden? Der Marathonpater schmunzelt, wenn er an seine Anfänge als Läufer zu-



## **OUTFIT-WECHSEL**

Soutane und Laufklamotten: Zwei Seiten von Pater Tobias. Beim Laufen ist er wie alle anderen Läuferinnen und Läufer. Dann plant er seine nächsten Starts, trainiert und trägt ganz normale Funktionskleidung

rückdenkt: Auch wenn es zunächst „nur“ Gesundheitslaufen war, spürte er rasch die Veränderung. Im Körper – und im Kopf: „Ich habe 5000 Menschen in meiner Gemeinde. Oft ist es alles andere als einfach, mit den privatesten Sorgen, Ängsten und Nöten umzugehen. Laufen ist der perfekte Ausgleich: Es hilft mir, aufzutanken. Ich kann abschalten.“ Oft schaltet der Priester beim Laufen aber auch ein.

Damals wie heute: Das Mobiltelefon hat der eilige Pater nicht dabei, um erreichbar zu sein – sondern als Diktiergerät: „Ich sortiere Gedanken, plane und strukturiere meine Predigt.“

### **ERSTER MARATHON SCHRECKT AB – ABER NUR KURZ**

Der nächste Schritt war – im Nachhinein – logisch: „Ich habe gelesen, dass jeder Mensch einmal im Leben einen

Marathon gelaufen sein sollte. Ich begann also, gezielt auf dieses Ziel hin zu trainieren.“ Drei Monate später – am 26. September 2006 – lief Pater Tobias Breer in Berlin seinen ersten Marathon. Er kam nach viereinhalb Stunden stolz, aber mit einem einzigen Gedanken im Kopf, ins Ziel: „Nie wieder!“ Doch schon tags darauf sah die Welt ganz anders aus. „Die Euphorie! Der Stolz! Das war der Kick!“ Pater Tobias



meldete sich für Hamburg an – und dann wurde aus einem laufenden Pater der „Marathonpater“. Dass da auch „zehn oder elf Ultras“ dabei sind, erwähnt Tobias eher am Rand. Obwohl er auf diese Läufe mächtig stolz ist. Besonders auf den 172-Kilometer-Lauf durch die Wüste von Oman 2018: „Die Wüste verändert dich. Du denkst, spürst und fühlst ganz anders: Jesus war 40 Tage in der Wüste – ich nur drei oder vier. Aber das ist etwas ganz Besonderes.“ Pater Tobias ist ein ganz normaler Läufer: So wie Tausende andere auch fiebert er dem nächsten und dem übernächsten großen Lauf entgegen. Plant, trainiert und tüftelt an Budgets, Zeit- und Reisemanagement. Hat die Marathon Majors (Tokio, der letzte Lauf der Serie, kam im März 2023 dazu), einen Zusammenschluss von sechs großen Marathons weltweit, auf dem Radar. Träumt von Läufen, die er noch auf seiner „Bucketlist“ abhaken will: Ein

Marathon in der Antarktis. Ultras in Vietnam und Peru. Da gibt es einiges. „Ich liebe es, die Natur, die Schöpfung so zu erleben.“ Kurze Pause. „Aber ich laufe auch sehr gerne in Städten.“ Nur ist da noch etwas. Etwas Zentrales: Nur Finisher-Shirt und Medaille wären Pater Tobias zu wenig. Das könnte er auch still und bescheiden – nur für sich. Aber er spricht darüber. Laut. Eitelkeit steht aber niemandem gut zu Gesicht. Einem Mann Gottes schon gar nicht. Doch Pater Tobias läuft eben nicht „nur so für sich“: Schon bei seinem ersten Marathon, 2006 in Berlin, sammelte er Geld. Etwa 5000 Euro für Projekte seiner Gemeinde sagten regionale Firmen vorab zu. „Die lokale Presse hat das aufgenommen“, erinnert er sich. Auch an ein Detail, das er anfangs nicht bedacht hatte: „Wenn die schreiben, dass ein Priester läuft, um Projekte zu finanzieren, muss ich liefern.“

### 1,8 MILLIONEN EURO FÜR DEN GUTEN ZWECK ERLAUFEN

Dieses System funktioniert. Das sah Pater Tobias rasch. Wie sehr, das überrascht ihn aber mitunter noch heute: Seit seinem Marathondebüt hat der Läufer des Herrn über 1,8 Millionen Euro erlaufen. Mehr noch: „Zu zeigen, dass man mit eigenem Einsatz für andere Gutes tun kann, motiviert immer auch andere, selbst aktiv zu werden.“ Deshalb geht Pater Tobias mit dem – natürlich kaum je offen formulierten – Vorwurf, er rücke sich für einen Mann Gottes zu sehr in den Vordergrund, entspannt um: Das Ergebnis zählt. Dass diese „Marke“ nicht jeder leben kann, ist klar: Jemand mit Angst vor Kameras und Öffentlichkeit wäre in der Rolle falsch. Nur: Ist es eine „Rolle“, wenn jemand das Laufen liebt und erkennt, dass er damit etwas verändern kann? Ist es dann nicht genau richtig, diese Karte systematisch zu spielen?

## TOKIO: EIN SECHSTER STERN FÜR PATER TOBIAS BREER

Die Sechs-Sterne-Medaille, das ist das Ziel vieler Läuferinnen und Läufer. Sie bekommt, wer alle sechs Marathons der World Marathon Majors gefinisht hat. Zu ihnen gehören neben dem Berlin-Marathon auch die Marathons in New York, Boston und Chicago in den USA, in London und in Tokio. Sechs der größten und bedeutendsten Marathons der Welt. Pater Tobias Breer hat am ersten März-Wochenende nun die begehrte Sechs-Sterne-Medaille bekommen, nachdem er den noch fehlenden Marathon in Japan gelaufen ist. Jahrelang hatte sich Pater Tobias Breer um einen Startplatz beim Tokio-Marathon bemüht. Zunächst schaffte er es aufgrund der hohen Nachfrage nicht. 2020 konnte sich der Marathon-Pater aus Duisburg dann endlich anmelden. Doch weil sich das Coronavirus damals ausbreitete, wurde das Feld reduziert. Pater Tobias verlor sein Startrecht. Auch 2021 und 2022 konnte er wegen der Pandemie sein großes Ziel nicht verwirklichen. Und auch dieses Jahr gab es einige Hürden zu überwinden. Pater Tobias musste bis zur letzten

Minute damit rechnen, dass ihm die Teilnahme verweigert würde. „Es gab sehr strenge Regeln“, berichtet Pater Tobias. Jeden Tag musste der 59-Jährige zweimal seine Körpertemperatur messen und die Werte in eine App eingeben. Hinzu kamen regelmäßige Corona-Tests. Kurz vor dem Start musste der Marathon-Pater dann noch sein Smartphone zücken, um zu dokumentieren, dass er alle Voraussetzungen für die Teilnahme erfüllt. „Ich habe alles mit großer Aufregung geschafft“, sagt er, „den Lauf selbst habe ich sehr genossen und bin gut durchgekommen.“ Bei seinem Start sammelte er 10.000 Euro an Spendengeldern für Kinder, die aus wirtschaftlich benachteiligten Familien im Duisburger Norden stammen. Mit ihnen möchte er Ausflüge machen, die sich die Familien meist nicht leisten können. „Für Kinder ist es wichtig, Abenteuer mit Gleichaltrigen zu erleben“, sagt Pater Tobias. „Und jeder Ausflug wird für sie zu einem Abenteuer.“



Also sieht man Pater Tobias auf Fotos auch mit wehender Soutane und Laufschuhen. Natürlich ist das inszeniert. Doch welches Bild würde die Geschichte des laufenden Gottesmannes kompakter, griffiger erzählen? Abgesehen davon stimmt es sogar. Auch wenn Pater Tobias beim Laufen aussieht wie ein ganz normaler Läufer, ist er schon im „Dienstgewand“ 42,2 Kilometer gelaufen: „Da hat eine Stiftung 10.000 Euro geboten, dass ich den Rhein-Ruhr-Marathon in der Kutte laufe.“ Es hatte 25 Grad – aber der Pater lief trotzdem ganz in Weiß. „Ich hatte drunter kurze Hosen und T-Shirt an. Für den Fall, dass es unerträglich wird.“ Und dann erzählt er eine geradezu biblisch anmutende Geschichte eigener Schwäche: „Ich habe dreimal versucht, das Gewand unterwegs loszuwerden – aber niemand wollte es nehmen.“ Der Ordensmann

kam im Dienstock ins Ziel. Der Sponsor zahlte. Pater Tobias würde es wieder tun: „Auch für weniger als 10.000 Euro – es geht um die Sache.“ Und das nicht nur als Spenden sammelnder Selbst-Läufer: Dass Laufen, dass Sport vielen Menschen hilft, Sinn in ihrem Leben zu finden, wird heute gerne als Problem und Krise von Kirche, Religion und Spiritualität betrachtet. Als Flucht in die Oberflächlichkeit des „optimierten Körpers“ angeprangert.

### LAUFEN MIT VERIRRRTEN SCHÄPFCHEN

Tobias versucht, darin eine Chance zu sehen – und geht mit verirrtten Schäfchen laufen. Dass er längst zertifizierter Lauftrainer und Ernährungscoach ist, versteht sich von selbst. Sei es, wenn er – seit 2015 – mit Geflüchteten läuft, mit ihnen die Gegend „bespricht“, so oft erste Deutsch-

kenntnisse vermittelt und „nebenbei Menschen, die oft lange zur Untätigkeit gezwungen wären, in Kopf und Körper beschäftigt.“ Einige seiner Schützlinge von 2015 haben mittlerweile ihren zehnten Marathon in den Beinen. Manchmal läuft der Seelsorger auch mit Jugendlichen aus Firmgruppen: „Einige haben sich das gewünscht, wir sind dann jeden Sonntag gemeinsam gelaufen: Da redet man anders. Denkt, beobachtet anders. Und das macht einen Unterschied.“ Nicht nur bei den ganz Jungen: „Viele Menschen sind auf der Suche. Natürlich wäre es fein, wenn sie in die Kirche kämen. Aber in Wirklichkeit geht es um etwas Anderes: Wichtig ist es, das Christsein im Alltag zu leben. Sich zu fragen, wie man miteinander umgeht, mit sich selbst – aber auch den Menschen die um einen herum sind. Laufen hilft dabei.“

## LaufCampus Akademie

Freie Plätze bei folgenden Seminaren:

### Laufcampus Trainerschein C

26.03.2023 München	09.09.2023 Stuttgart
24./25.04.2023 Euskirchen	21.09.2023 Berlin
13.05.2023 Hamburg	24.09.2023 Hannover
11.06.2023 Frankfurt	29.10.2023 Leipzig
25.06.2023 Nürnberg	06./07.11.2023 Euskirchen

### Leistungsdiagnostik (Euskirchen)

03. bis 04.04.2023	30.11. bis 01.12.2023
01. bis 02.06.2023	18. bis 19.12.2023
04. bis 05.09.2023	

### Trainingsplanung (Euskirchen)

26. bis 27.04.2023	13. bis 14.09.2023
10. bis 11.05.2023	08. bis 09.11.2023

### Athletiktraining (Euskirchen)

12. bis 13.05.2023	15. bis 16.09.2023
--------------------	--------------------

### Laufkurs- und Lauftreffkonzepte

27. bis 28.03.2023 München
08. bis 09.05.2023 Euskirchen
11. bis 12.09.2023 Euskirchen

[www.laufcampus.com](http://www.laufcampus.com)

## Jetzt Lauftrainer werden



Die Laufcampus Akademie ist mit 12 Dozenten und über 20 Seminaren der führende private Anbieter für die Aus- und Weiterbildung von Lauftrainern und Personal Trainern mit Schwerpunkt Laufen. Zu Laufcampus Trainern lassen sich Läuferinnen und Läufer aller Leistungsklassen ausbilden, die ihr Wissen und ihre Laufleidenschaft auf nebenberuflicher Ebene mit anderen Läuferinnen und Läufern teilen möchten. Das Laufcampus Trainernetzwerk umfasst aktuell (November 2022) über 700 Trainer im deutschsprachigen Raum. Melden Sie sich jetzt an.

Laufcampus GmbH • Eifelring 28 • 53879 Euskirchen • +49 225 1 813050