

Gedanken zum Sonntag

„Dreifingerregel“ und die Fastenzeit

Aus meinem schulischen Mathematik- und Physikunterricht weiß ich nicht mehr sehr viel. Aber die „Dreifingerregel“, mit der man Vektoren berechnen kann, habe ich zumindest von ihrem Zeigefinger her behalten.

Man nehme die eigene rechte Hand, klappe den „kleinen Finger“ sowie den Ringfinger in die Handinnenfläche



Michael Kammratt Vikar

und lasse den Mittelfinger auf den eigenen Körper zeigen. Anschließend spreize man den Zeigefinger im 90 Grad-Abstand vom Mittelfinger ab und tue dies – vom Zeigefinger aus gesehen – auch mit dem Daumen. Nun zeigen Mittelfinger, Zeigefinger und Daumen in drei verschiedene Richtungen. Auch die Fastenzeit, die am Aschermittwoch begonnen hat, zeigt uns drei verschiedene Richtungen auf, auf die wir achten sollen: Almosengeben, beten und fasten.

Almosengeben? Was heißt das ins Heute übertragen? Zum Beispiel sich folgende Fragen zu stellen: Wie nehme ich meine Verantwortung gegenüber meiner Umwelt war? Wie be-

gegne ich anderen Menschen? Mit einem Lächeln, freundlich, hilfsbereit, solidarisch? Spende ich vielleicht für ein soziales Projekt? Engagiere ich mich ehrenamtlich? Die „Almosenrichtung“ wird, wenn wir die „Dreifingerregel“ christlich interpretieren, durch den Zeigefinger symbolisiert – von mir weg, zu den anderen hin. Der Daumen zeigt bei der „Dreifingerregel“ nach oben. Wie halte ich es mit meinem „Draht nach oben“? Bete ich? Kommt Gott in meinem Leben überhaupt vor?

Der Mittelfinger zeigt bei der „Dreifingerregel“ auf meinen eigenen Körper. Die Fastenzeit lädt mich nicht nur dazu ein, meine Mitmenschen in den Blick zu nehmen und mein Verhältnis zu Gott zu überdenken, sondern auch mir selbst etwas Gutes zu gönnen, z.B. indem ich faste, aber auch, indem ich ein wirklich gutes Buch lese oder indem ich versuche, mir einfach ein bisschen Ruhe zu gönnen.

Die „Dreifingerregel“ hilft mir Vektoren zu berechnen. Die drei Richtungen der Fastenzeit, die ich an einer Hand ablesen kann, wollen mir zu einem gelingenden Leben im Hier und Jetzt verhelfen.

„Eine gute Gelegenheit, um wieder mehr auf sich zu achten“

PBamS-Umfrage: Wie halten es die Paderborner mit der Fastenzeit in diesem Jahr?



Felix Sturm: „Die Fastenzeit ist für mich jedes Jahr eine gute Gelegenheit, für einen begrenzten Zeitraum auf Alkohol und Süßkram zu verzichten. Das ist zwar nicht immer einfach, jedoch macht es stolz, wenn man es geschafft hat. Das erste Bier nach dieser Zeit schmeckt dann umso besser.“



Monika Pannenberg: „Ich verzichte nicht komplett auf etwas. Aber dieses Jahr will ich zumindest weniger Süßigkeiten sowie Alkohol zu mir zu nehmen. Ich gönne mir gerne mal ein Glas Wein abends. Für eine gewisse Zeit zu verzichten, sehe ich als eine gute Gelegenheit, wieder mehr auf sich zu achten.“



Kai Floß: „Nein, ich bin nicht der Typ, der sich an feste Zeiten hält und mache dementsprechend auch nichts während der Fastenzeit. Da habe ich selber einfach kein Interesse dran. Vielleicht brauchen manche Leute so eine Zeit, aber ob es mir irgendwas nützt, stelle ich einfach mal dahin.“



Steven Grimm: „Dieses Jahr habe ich mir ein Großprojekt vorgenommen: Von Aschermittwoch an will ich 40 Tage lang auf Fleisch- und Fischprodukte, sowie auf Fast-Food und süße Getränke verzichten und mich stattdessen mehr von Gemüse ernähren. Mal sehen ob es klappt.“

Umfrage: Daniel Wiechers

Mal so gesehen

Einmal mehr haben viele Paderborner am Freitag ein beeindruckendes Zeichen gegen Rechtsextremismus gesetzt und damit die richtige Antwort auf die in deutlich geringerer Zahl demonstrierenden AfD-Anhänger in der Innenstadt gegeben. Der Sache nicht dienlich waren die Diskussionen



Björn Theis Chefredakteur

im Vorfeld, ausgelöst durch die Aussagen von Paderbunt-Sprecher Reinhard Menne, der einen „Bodensatz des rechts-konservativen Lagers“ in Paderborn ausgemacht hat. Harter Tobak, wörtlich sich CDU-Mann Daniel Sieveke zurecht echaufferte. Menne hatte zuvor bereits die Fraktion und den Bürgermeister für ihr Fernbleiben bei der ersten Demonstration scharf angegangen und jüngst die Volksbank gezeißelt, weil diese den Neuen Platz nicht als Standort für eine der Kundgebungsstätten zur Verfügung stellte. Es wäre dringend empfohlen, verbal abzurufen. Denn um beim gemeinsamen Ziel – in schwierigen Zeiten gegen alle rechten Strömungen mobil zu machen – erfolgreich zu sein, sollte man Menschen einen und nicht neue Gräben aufschütten. leserbriefe@pbams.de

www.pbams.de



Fahrzeugarstellung zeigt Sonderausstattung.

DAS NEUE MINI CABRIO. STAY OPEN.

Einladung zur Premiere am 5. März 2016 bei B&K in Paderborn!

Feiern Sie mit uns die Premiere des neuen MINI Cabrio. Sein charakteristisches Design, das typische Gokart-Feeling und intelligente Technologien werden Sie begeistern. Entdecken Sie zum Beispiel den einzigartigen Regenwarter, das exklusive MINI Yours Ausstattungsprogramm und die Easy-Load Funktion für einfaches Beladen des Kofferraums.

Kommen Sie am 5. März von 10:00 bis 16:00 Uhr und erleben Sie in lockerer Atmosphäre das neue MINI Cabrio und weitere MINI Modelle. Für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt. Wir freuen uns auf Sie!

B&K GmbH & Co. KG
Stedener Feld 2
33104 Paderborn
Tel 05251. 13 52-0
e-mail paderborn@bundk.de
www.bundk.de



Kraftstoffverbrauch (je nach Modell) innerorts: 7,9 bis 4,4 l/100 km, außerorts: 5,1 bis 3,5 l/100 km, kombiniert: 6,1 bis 3,8 l/100 km, CO2-Emissionen (je nach Modell), kombiniert: 142 bis 100 g/km. Angaben gemäß ECE-Fahrzyklus.

Botschafter des Radsports

Christoph Lescher vom RMC Schloß Neuhaus wurde in das Team-Tour 2016 gewählt

Schloß Neuhaus. Christoph Lescher vom RMC Schloß Neuhaus ist in das Team-Tour 2016 berufen worden. Dieses zwölköpfige Team wurde von einer der führenden Radsportzeitschriften Deutschlands aus über 640 Bewerbern zusammengestellt. Das Team wird über die gesamte Radsaison 2016 vom Tour-Magazin begleitet und es stellt so viele in der Breitensportszene bedeutende Radsporterevents vor.

„Ja, ich übe meinen Sport mit Leidenschaft aus und habe Spaß daran, von meinen Teilnahmen an Radveranstaltungen vielen Leuten zu erzählen. Schließlich ist Radfahren zu einer kleinen Passion für mich geworden“, berichtet Christoph Lescher, seit 2014 Vorsitzender vom RMC Schloß Neuhaus, über seine Idee, sich im Team-Tour 2016 für einen der zwölf Plätze zu bewerben.

Große Touren stehen bevor

„Meine anfänglichen Berührungspunkte, in einem ambitionierten Team zu fahren, habe ich zwischenzeitlich abgelegt, vermutlich durch das Vielfahren mit RMC-Vereinskollegen und der letztjährigen Erfahrung im NW-Team Öztaler“, so der 51-jährige Arzt. Wenn man bedenkt, dass er erst seit Ende 2011 auf dem Rennrad und MTB unterwegs ist, kann man erahnen, wie groß sich die Passion mittlerweile entwickelt hat. In einem solchen Team zu



Für Christoph Lescher geht es bald ins Trainingslager auf Mallorca – und dann auch ans Cap Formentor (kl. Foto). Der heimische Radsportler gehört dem Team-Tour an. Foto: Uwe Geißler/TOUR

fahren ist Mühe und auch Spaß zugleich. Mühe, weil natürlich anspruchsvolle Touren für ihn auf der Agenda stehen. Seine Highlights werden neben Lüttich-Bastogne-Lüttich, Rhönmarathon Bimbach, Burning Roads Ochtrup, Tour TransAlp und dem erstmals in Deutschland ausgetragenen Gran Fondo New York (GFNY) in Hameln, auch die beiden German Cycling Cup Events „Rothaus Riderman“ Bad Dürkheim und der Münsterland-Giro quasi vor der Haustür sein. „Andere große Touren habe ich noch in der Planung, was dann daraus

wird, werde ich am Jahresende sehen, erfahrungsgemäß bleibt aber nicht viel liegen“, erklärt Lescher zwinkernd. Und die Mühe vergessend ist der Spaß das Wichtigste, weil natürlich diese Ziele allesamt erlebnisreiche Tage versprechen. Dieser Punkt ist Teil des Versprechens, das Lescher sich beim Entschluss zur Teilnahme am Team-Tour 2016 selber gab: „Diesen Spaß möchte ich gerne auch weitergeben und allen Lust machen, sich persönlichen Herausforderungen zu stellen.“ Ein zusätzlicher Reiz ist sicherlich, dass nicht das Alltagsma-

terial zum Einsatz kommt, sondern ein Super-Teamrad und das komplette Bekleidungsensemble namhafter Hersteller unter dem Team-Tour-Siegel fährt. Das Team startet Ende März/Anfang April ins Trainingslager auf Mallorca. „Mit meiner Wahl ins Team sehe ich mich auch als einen Botschafter für den traditionsreichen RMC Schloß Neuhaus, so wie übrigens alle Aktiven im RMC bei jeder Ausfahrt, RMC-Botschafter on Tour sind“, so Lescher über seine Nominierung. Weitere Informationen unter www.rmc-schloss-neuhaus.de

Suberg's Ü30-Party

Paderborn. Eine lange Nacht und jede Menge Spaß wird wieder die „Suberg's Ü30-Party“ an diesem Samstag, 13. Februar, in der Paderhalle bieten. Ab 20 Uhr zieht die breite musikalische Mischung auf den vier Tanzflächen wieder Partygänger unterschiedlicher Genres gleichermaßen an. Das moderne Licht- und Soundsystem steht für pures Partyfeeling mit vielen Effekten. Bei so viel Programm steht zudem ein leckeres Gastronomie-Angebot, tropische Cocktails oder ein kühles Blondes zur Stärkung bereit. Mehr Infos gibt es unter www.mehr-als-eine-party.de

Viel zu schnell unterwegs

Bad Lippspringe. Bei Überwachungsmaßnahmen im Bereich des Schulzentrums „Im Bruch“ und eines Kindergartens in Bad Lippspringe hat die Polizei in den letzten Wochen massive Tempoverstöße in einem verkehrsberuhigten Bereich festgestellt. Durch eine Verkehrsmessung war zudem eine große Verkehrsdichte und eine hohe Durchschnittsgeschwindigkeit festgestellt worden. Bereits in der nächsten Woche wollen die Beamten weitere Geschwindigkeitskontrollen durchführen, um die Sicherheit der Kinder in diesem Bereich weiter zu erhöhen.

Swingen bei Paderhop

Paderborn. Tanzfreudige Lindy Hopper treffen sich an diesem Sonntag, 14. Februar, zu einem beswingten Nachmittag mit Musik aus den 30er-Jahren. Seit ein paar Jahren erobert der Tanz auch wieder Ballsäle und Jazzkneipen in Deutschland und Europa. Neugierige, Interessierte, Einsteiger und erfahrene Tänzer sind willkommen. Die Veranstaltung findet von 15 bis 18 Uhr in der Cafeteria in der Kulturwerkstatt Paderborn statt. Der Eintritt ist frei. www.paderhop.de

„Spiel & Sport“

Paderborn. Die Versammlung des Vereins „Spiel & Sport International Paderborn“ findet am kommenden Samstag, 20. Februar, um 15 Uhr in der Kulturwerkstatt statt.



Neues vom Stellwerk an der Detmolder Straße in Paderborn: Das markante Gebäude wurde durch die Bezirksregierung Detmold vorläufig bis zum 3. Juni unter Denkmalschutz gestellt. „Innerhalb dieses Zeitraumes soll entschieden werden, ob das Stellwerk in die Denkmalliste eingetragen wird“, erklärt Stadtdenkmalpfleger Thomas Günther auf Nachfrage dieser Zeitung. Eine Nachnutzung soll dies nicht ausschließen. Günther korrigierte außerdem das Baujahr von 1950 (bislang bekannt) auf 1961. Mittlerweile haben sich laut einem Bahnsprecher rund 30 Interessenten bei der DB Netz AG gemeldet, die das Stellwerk entweder mieten oder kaufen möchten: „Die Interessen gehen von einem Abriss, über die Nutzung als Atelier für Künstler oder als Anwaltsbüro bis hin zum Wohnen.“ Die Paderborn am Sonntag hatte erstmals im April über die Zukunft des Stellwerks berichtet. Ursprünglich sollte das Bahngelände mit seiner anspruchsvollen Architektur abgerissen werden. Aufgrund vieler Interessen, die sich nach der Berichterstattung meldeten, entschied sich die Bahn zum Verkauf. Nach Modernisierung der Sennebahn ist die Technik im Schrankenwärterhäuschen bereits seit rund einem Jahr nicht mehr in Betrieb. Das Gebäude steht seitdem leer. Text/Foto: Björn Theis

RABATTAKTION

Landgasthaus Lohre

RESTAURANT
SCHLOSSTERRASSE
GUTSHERREN STUBE
KEGELBAHN
BIERGARTEN

Regionale Spezialitäten und mehr...
Thüler Str. 67 · Salzkotten-Thüle
Tel.: 0 52 58 / 62 82 · Fax: 45 57
www.landgasthaus-lohre.de

GUTSCHEIN

ESSEN ZUM VORZUGSPREIS

Gutschein für 1 Person und nur vor Ort zu verzehren!

Aktion bis 13.03.16

statt **13,90 €** **8,50 €**

„Schnitzelduett“

Schnitzel mit Paprika-Cognac-Rahmsauce und Schnitzel mit frischen Champignons und Sauce Béarnaise dazu Bratkartoffeln und grüner Salat mit Sahnesauce.

bib International College

Von Ausbildung bis Weltweit
anerkannt · praxisnah · individuell

Informatik
Wirtschaft
Mediendesign
Game

Informiere dich jetzt auf www.bib.de

Fürstenallee 5 · 33102 Paderborn · Fon +49 5251 301-01 · info-pb@bib.de
Meisenstraße 92 · 33607 Bielefeld · Fon +49 521 23842-01 · info-bi@bib.de

Info-Termin
16.02.2016
um 18:00 Uhr