

## Die Stimmen der Bundespräsidenten

Schirmherren der Welthungerhilfe

### Frank-Walter Steinmeier:

»Ihr langjähriges Engagement möchte ich zum Anlass nehmen, Ihnen meinen Dank zu übermitteln. Machen Sie weiter so und spenden Sie weiter Hoffnung mit ‚Paul‘.«

### Joachim Gauck:

»Pauls Kindheit ist ebenso von Erdverbundenheit gezeichnet wie sein Alter. Aber auch in der Zwischenzeit hebt er nicht ab. Wer die Gedichte aufmerksam liest, kann die Freude über das Verbunden-Sein mitempfinden.«

### Christian Wulff:

»Wer sich auf die Gedichte einlässt, kann mit Paul durch viele Welten schreiten.«

### Horst Köhler:

»Paul erlebt Glück und Leid, ist fröhlich und verzweifelt. Aber Paul gibt nie auf. Wir können viel von ihm lernen. Ich wünsche Paul eine lange und erlebnisreiche Zukunft.«

### Johannes Rau:

»Pauls lyrische Biographie - mit ihren mal heiteren, mal nachdenklichen, immer aber zutiefst menschlichen Versen.«

### Roman Herzog:

»Hintersinnig, lehrreich und für die Menschen in der Dritten Welt im wahrsten Sinne des Wortes helfend.«

Spendenkonto der Welthungerhilfe

DE15 3705 0198 0000 0011 15

Stichwort: Paul

[www.welthungerhilfe.de](http://www.welthungerhilfe.de)

## Manfred Sestendrup und die Welthungerhilfe

Alle Erlöse fließen in Entwicklungs- und Hilfsprojekte

PAUL, dem die lyrischen Biographien auf den Leib gedichtet wurden, „bekommt in jedem Band ein neues Leben: Paul wird geboren, er wächst, er liebt, er lebt, er stirbt. Unterwegs gibt es allerhand zu lachen, zu bedenken, zu entdecken“ (WDR 5, Scala).

PAUL gibt sein Bestes (*lyrische Biographie I*)

PAUL in Reimkultur (*lyrische Biographie II*)

PAUL zur Zeit bereit (*lyrische Biographie III*)

PAUL hilft weiter (*lyrische Biographie IV*)

PAUL tageweise (*lyrisches Tagebuch V*)

PAUL sprichwörtlich gut (*lyrische Biographie VI*)

PAUL zum Glück bereit (*lyrische Biographie VII*)

PAUL & Paula (*lyrische Biographie VIII*)

**BEST of PAUL (Auswahl der lyr. Biogr. I - VIII)**

Manfred Sestendrup erhielt:

1994 Dankmedaille der Welthungerhilfe

2004 Kulturplakette der Stadt Dülmen

**2008 Bundesverdienstkreuz**

2013 NRW-Lyrikerpreis postpoetry

2019 Ehrenpreis der Welthungerhilfe



### Manfred Sestendrup

48249 Dülmen, Overbergstr. 11

Tel. 02594/ 84975

M.Sestendrup@t-online.de



### Deutsche Welthungerhilfe

53173 Bonn, Friedrich-Ebert-Str. 1

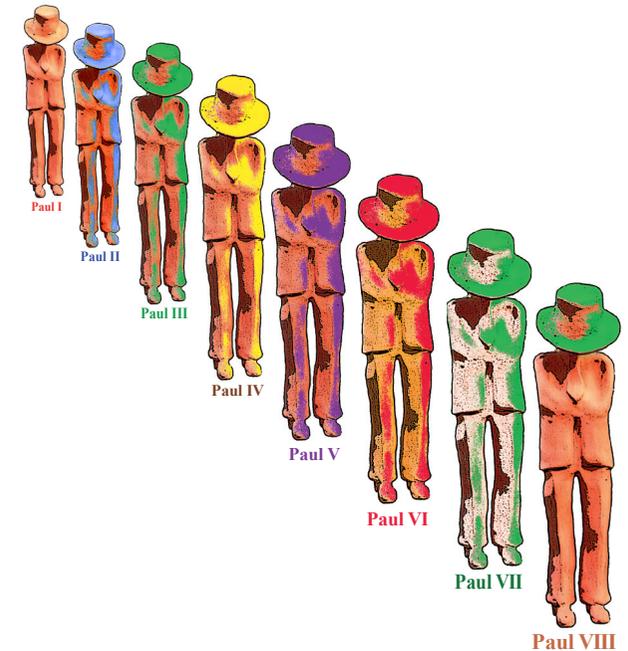
Tel.: 0228/2288/0

info@welthungerhilfe.de

[www.paulgedichte.de](http://www.paulgedichte.de)

# PAUL

Das »Poetische Projekt Paul«  
für die Welthungerhilfe von  
**Manfred Sestendrup**



**Die besten Gedichte aus 8 PAUL-Leben**  
Kindheit · Liebe · Alltag · Literatur  
Krieg · Politik & Karriere · Alter & Tod

### **kleinsein**

*Pauls frühe weltkontakte*

kleinsein heißt knie wund  
kleinsein heißt sand im mund  
kleinsein heißt wasser spritzen  
kleinsein heißt barfuß flitzen  
kleinsein heißt blumen pflücken  
kleinsein heißt gras am rücken  
kleinsein heißt insgeheim  
der erde  
näher sein

### **welthungerhilfedicht**

zumeist reicht Paul es absolut  
wenn er die dinge gut tut  
doch besser noch ist Paul zumut'  
wenn er gute dinge tut

### **Paul und die liebe**

es gebietet die liebe  
von sich etwas wegzugeben  
wie von einem ballon  
den ballast  
um etwas zu gewinnen  
an leichtigkeit

### **der mai ist gekommen**

und im mai reißt der himmel auf  
wie eine prall gefüllte einkaufstüte  
und um Paul rum  
liegen äpfel plätzchen ein buch eine flasche  
auf seiner ausgebreiteten decke

### **frühmorgens am offenen fenster**

Paul hört das erste licht  
bevor er es sehen kann

die sonne knipst den tag  
zuerst in den vögeln an

### **falsch gelaufen**

jemand hat mit Paul krach  
Paul trägt ihm das nach  
Paul will dessen nähe jetzt meiden  
doch wer nachträgt  
kann nicht mehr  
die richtung entscheiden

### **nach 50 jahren**

vorn verwaisten bienenhaus  
hat Paul kurz verharrt  
und hinter der tür  
die noch wie früher knarrt  
opas bienenstöcke  
für die der gelebt  
und leere honiggläser  
an denen immer noch  
kindheit klebt

### **satt zum erbrechen**

nach einer verschwenderisch üppigen mahlzeit  
trägt Paul die bratenreste zum mülleimer  
auf dem abfall liegt eine zeitung  
wie eine ohrfeige  
klatscht die soße einem hungernden kind  
ins gesicht

»Manfred Sestendrup's Lyrikbücher sind mittlerweile weltweit bekannt« *Westfälische Nachrichten*

»Manfred Sestendrup versteht auch etwas von globaler Gerechtigkeit: An seinen Büchern und Lesungen verdient er keinen Cent, er spendet alles der Welthungerhilfe« *WDR 5 (Scala)*

»Alltagsgeschichten mit Sprachwitz und Ironie« *WDR-Fernsehen*

»Die Sprache seiner Lyrik ist angenehm lakonisch und ohne Schnörkel« *Berliner Morgenpost*

»Literaturkritiker vergleichen Sestendrup's Gedichte mit denen von Erich Kästner, Wilhelm Busch und Herman van Veen« *Die Glocke*

»Was Paul auch erlebt, die Hoffnung, dass kein Leben vergeudet ist, bleibt« *Neue Osnabrücker Zeitung*

»Funkelnde Wortkunstwerke, die die Paul-Fans so lieben« *Dülmener Zeitung*

»Mit viel Zwinkern und abgeklärtem Weltwissen eines großen Erfahrungsschatzes« *WAZ*

»Paul verkörpert einen authentischen Alltagshelden, der in seinem leben Probleme, Höhen, Tiefen und Glücksmomente auf seine ganz eigene Art bewältigt« *RuhrNachrichten*

»Wenn der Abdruck von seinen Gedichten in deutschen Schulbüchern ein Zeichen von Anerkennung ist, dann ist der ... Dülmener auch ein erfolgreicher deutscher Lyriker« *Rheinische Post*