

## "Govindas magisches Friedensalphabet"

Ein Kurs für Friedensbotschafter



"Govindas magisches Friedensalphabet" ist ein liebevoll illustriertes Kartendeck mit 44 Karten, gleichermaßen für Kinder als auch für Erwachsene geeignet - gerade in diesen herausfordernden Zeiten. Mit Govinda, dem weisen Friedenselefant, lernt man von Karte zu Karte die verschiedenen Qualitäten kennen, mit denen Frieden möglich sein kann. Eine weise, humorvoll innige Unterstützung für jeden Tag auf dem Weg zu innerem und äußerem Frieden. Herrlich humorvoll, heiter, leicht und farbenfroh führt Govinda mit seinen Freunden in die Tiefen der Kräfte, die es für den Frieden braucht.

### Tipps zur Anwendung der Karten

Man nimmt sich eine verdeckte Karte aus dem Stapel, dreht sie um und schaut sie an ... und da beginnt das Geheimnis: Vielleicht fallen einem Situationen ein, in denen die Friedenskarte bei einem Thema weiterhilft, das einen gerade beschäftigt. Man kann sich am Morgen eine Karte ziehen und sich von dieser Friedenskraft durch den ganzen Tag begleiten lassen.

Das Kartenset entstand begleitend zu den beiden EUKITEA Theaterstücken zur Friedensbildung: „Viola und das magische Friedensalphabet“ (6- 10 Jahre) und „Five Little Pieces for Peace“ (9- 12 Jahre). Es ist sowohl zur Vertiefung und Nachbereitung der Theaterstücke gedacht als auch für den alltäglichen persönlichen Gebrauch. Diese Karten sind so ansprechend gestaltet, dass viele Kinder, Eltern sowie Lehrer und Pädagogen damit vergnügt und spielerisch das gerade jetzt so wichtige Thema Frieden immer mehr in den Alltag integrieren können.



#### Atem

Wenn du aufgeregt, wütend oder traurig bist, gib es ein wunderbares Mittel, das dir hilft, um dich wieder wohl in dir zu fühlen.

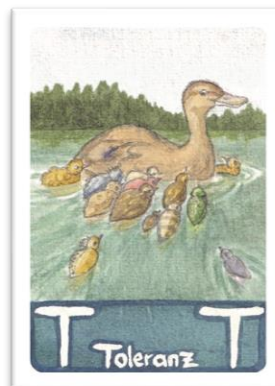
Den Atem ... und das ist ganz einfach.

##### Govinda zeigt es dir:

Schließe deine Augen und spüre deinen Atem. Stell dir vor, du hast einen langen Rüssel, so wie ich, und der Atem fließt langsam den Rüssel hin durch.

Du atmest tief ein und langsam wieder aus. Beim Einatmen lächelst du, beim Ausatmen entspannst du dich.

Mach das fünfmal hintereinander und genieße es: Wie fühlst du dich jetzt?



#### Toleranz

Siehst du, für Entenmama Madira ist Toleranz ganz normal.

Alle Küken, die zu ihr kommen, nimmt sie unter ihre kuschelig wärmenden und beschützenden Federn. Küken in allen Farben und von verschiedenen Enteneltern. Alle werden liebevoll versorgt.

**Für dich als Friedensbotschafter ganz wichtig:** Toleranz heißt: Niemanden ausschließen, andere Meinungen akzeptieren und allen Menschen aus fremden Erdteilen, mit verschiedenen Hautfarben und Religionen mit Freundlichkeit begegnen. Jeder Mensch ist ein Wunder, einzigartig und unendlich wertvoll... wie du.



### "Govindas magisches Friedensalphabet"

Ein liebevoll illustriertes Kartendeck mit 44 Karten, gleichermaßen für Kinder als auch für Erwachsene geeignet.

**Text: Stephan Eckl**

**Illustration: Veronika-Marie Eckl**

**Preis: 14,95 EUR - unverbindliche Preisempfehlung, zzgl. Versand**

**ISBN: 978-3-00-063746-9**

**www.eukitea.de**

**Stephan Eckl** ist Schauspieler, Regisseur und Theaterleiter von EUKITEA sowie langjähriger Yoga-, Atem-, und Laut-Lehrer. Er ist Life-Coach und leitet seit über 30 Jahren Seminare zu den Themen persönliches Wachstum, Kreativität und Meditation. Bisherige Buchveröffentlichungen: „Durch die Wut gehen – Umgang mit starken Gefühlen“ (2013), „Theaterspiel schafft Lebenssinn“ (2014) und „Vom Mut Ich selbst zu sein“ (2016). Zudem entwickelte und schrieb er über 50 erfolgreiche Theaterstücke, u.a. „Viola und das magische Friedensalphabet“ und „Five little Pieces for Peace“.

**Veronika-Marie Eckl** ist Illustratorin und Künstlerin. Sie lebt und arbeitet in Wellington/ Neuseeland, der südlichsten und windigsten Hauptstadt der Welt. Seit ihrem Kunststudium in Madrid, Istanbul und Barcelona arbeitet sie als freischaffende Illustratorin und Grafikdesignerin. [www.veroemar.com](http://www.veroemar.com)

**Theater EUKITEA** ist ein professionelles Theater, das seit über 35 Jahren begeistert und inspiriert und mit seinen Theaterstücken, im Speziellen für Kinder und Jugendliche, deutschlandweit und international Beachtung und Anerkennung findet. Zentrale Lebensthemen wie Resilienz, Ökologie und der achtsame Umgang mit starken Gefühlen liegen EUKITEA besonders am Herzen.

**Diese Friedenskarten sind im Handel erhältlich, man kann sie auch unter [info@eukitea.de](mailto:info@eukitea.de) bestellen. Weitere Informationen: [www.eukitea.de](http://www.eukitea.de)**

©Theater EUKITEA gGmbH 2020