

Veranstaltungsort
Triyoga Center Erfurt
Johannesstr. 146, 99084 Erfurt

zu erreichen Erfurt ab Hbf., Willi Brandt-Platz,
Strassenb.N1, Richtung Europaplatz
bis Haltestelle Augustinerkloster,
2 min. Fußweg Johannesstr./Triyoga Center.

Infos und Anmeldung
bei Ruth Nurah Jäger, 10715 Berlin
Email ruthja12@gmail.com
Tel. 030-91481515
H. 0157-8782 6838

Veranstaltungszeiten
Beginn: Samstag, 21. März von 11.00 - 20.00 Uhr mit Pausen
Sonntag, 22. März von 10.00 -13.00 Uhr

Kursgebühr Euro 115.--
Ermäßigung auf Anfrage möglich

Anzahlung
€ 45.- Überweisung auf das Konto Ruth Jäger
Kennwort: Frauen-WE Erfurt 26
DE90 8601 0090 0369 6119 04

Extras
Für unser gemeinsames Büffet in der Mittagspause
am Samstag bitte etwas zu Essen und Trinken mitbringen.
Kleine Teeküche ist vorhanden.



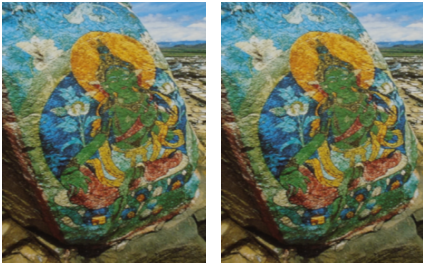
FRAUENWOCHENENDE IN ERFURT
IM TRIYOGA CENTER

GRÜNE TARA
Grosse Mutter des Mitgefühls



von Samstag 21. März 2026 ab 11.00 Uhr
bis Sonntag 22. März 2026 13.00 Uhr

mit Ruth Nurah Jäger, Berlin
Gitarre Ellen Siegert



GRÜNE TARA

Der Name ‚Grüne Tara‘ bedeutet Befreierin, Befreierin von Schmerz und Leid, sie steht für Mitgefühl und weibliche Weisheit. Sie wird auch ‚Leitstern des Himmels‘ genannt

Tara ist ein vollständig entwickeltes Wesen. Ihre Weisheit ist völlig entfaltet. Sie ist erwacht. Aus diesem Grund hat sie auch die Kraft, uns zu völliger Zufriedenheit und zu umfassendem Erfolg zu führen. Sie lädt uns ein, unser Herz immer mehr zu öffnen zu uns selbst und jeden Menschen, so anzunehmen wie er ist. ‚Indem wir andere unterstützen – aus einer Haltung des Mitgefühls heraus - wachsen wir selbst, auch über uns selbst hinaus.‘ **Das ist das Herzstück in der Tarapraxis**

Und Tara lädt uns ein, vom Kopf ins Herz zu kommen. Das Leben ist nichts Intellektuelles, es ist ein Geheimnis. Das Glück lässt sich nicht im Kopf ausdenken. Das Leben ist immer neu

Tara ist nicht nur Leitstern des Himmels, sie ist auch die Befreierin von Festlegungen, wie eine Frau zu sein hat, deshalb hat Tara auch den Beinamen

Freie Frau

Sie ist die, die Dich unterstützt,
die zu sein, die Du bist.

Mit Liedern und Tänzen, mit Meditation und in der Stille, mit Partnerinnenübungen und in der Gemeinschaft werden wir uns mit Tara verbinden, uns gegenseitig nähren und genährt werden und unsere weibliche Kraft feiern.



**‚Tara – Grosse Mutter des Mitgefühls
Mutter aller Buddhas.
Löse den Schmerz auf,
löse die Verwirrung auf,
verwandle Unwissenheit in Weisheit‘**