

SPIRITUALITÄT IM KIRCHENKREIS GREIZ

Jahresprogramm 2026



Neues wagen

ANMELDUNG Kurs 1-10

Infos und Anmeldung

Pfarramt Triebes

Zeulenrodaer Str. 3

07950 Zeulenroda-Triebes

Tel: 036622 51325

Mail: pfarramt@kirche-triebes.de

Kurs - Nummer:

.....

Ich melde mich zum Kurs an

Name:

Adresse:

Mail:

Tel.:

„KOMM“- INNERE STÄRKE DURCH INNERE RUHE



Ein geistlicher Übungsweg für
Neugierige und Einsteiger.

Unsere Zeit ist hektisch und
schnelllebig. Alltagsexerzitien sind
Übungen, die zum Innehalten und
Stillwerden anleiten. Wer sich selbst
gut spürt, kann leichter Gott auf die
Spur kommen.

Wir wollen uns miteinander auf einen
5-wöchigen geistlichen Weg
begeben. Am ersten Abend erfolgt
eine Einführung in das Übungsheft
und in die erste Stilleübung.

Termin: Dienstags

6.1., 13.1., 20.1., 27.1.,
3.2., 10.2., um 19:30 Uhr

Ort: Gemeindesaal Triebes,
Zeulenrodaer Str, 3

Teilnehmer: 8

Kosten: 10-20 €

Leitung: Tanja Lagaude
geistl. Begleiterin

Anmeldung: 01707673299
tanja.lagaude@web.de

„IN DAS WUNDER HINEINSTELLEN“ Zeulenroda

Pro Abend werden wir uns ein bis maximal zwei Wundergeschichten der Bibel zuwenden.

In einer systemischen Aufstellung stellen wir uns im wahrsten Sinne des Wortes mitten hinein und werden wahrscheinlich verschiedene Dynamiken der Geschichte neu spüren. Und nicht zuletzt die Relevanz in Bezug auf uns selbst.

Da eine gewisse Anzahl an Beteiligten für diese Art der Bibel-Begegnung wichtig ist, bitte ich (Ingolf Herbst) um Voranmeldung.

Zeulenroda

Leitung: Pfarrer Ingolf Herbst
07937 Zeulenroda-Triebes
Tel: 036628 64076

Mail: ingolf.herbst@ekmd.de

Termin: 8.1. und 22.1.
um 19:00 Uhr

Ort: Gemeindesaal,
Kirchstraße 17, Zeulenroda

Teilnehmer: 6-12

„JESUS UND DAS REICH GOTTES“



In Gleichnissen von Jesus spielt das Reich Gottes eine große Rolle. Wir lesen dazu ausgewählte Texte. Neben Sachinformationen stehen geistliche Übungen und Austausch. Das Verhältnis von Jesus zu den Pharisäern wird anhand neuerer Erkenntnisse betrachtet, da das Reich Gottes dort Thema ist. Der Kurs ist für Menschen im (ehrenamtlichen) Verkündigungsdienst geeignet, aber auch für andere geistlich und biblisch Interessierte.

Termin: 13.02.(17:00 Uhr) -
15.02.2026 (13:00)

Ort: Allianzhaus Bad Blankenburg,
Esplanade 5-10a
07422 Bad Blankenburg

Teilnehmer: 10

Kosten: Ü/V:196 € EZ, 172 € DZ,
je mit Dusche/WC, Kurs 105 €
nach Selbsteinschätzung gern auch
mehr oder weniger

Leitung: Cornelia Gebhardt

Kontakt und Anmeldung:
corneliagebhardt@web.de

Weitere Informationen:
innehaltenweitergehen.jimdofree.com

„WAGEMUT“. GOTT IM ALLTAG ERLEBEN

1

Im Glauben geht es nicht nur um Wissen, sondern um Begegnung. Nur in der tiefen Begegnung mit dem Auferstandenen wird Glauben wachsen. Dafür kann sich Zeit genommen werden im Hören, Lesen, Beten, in der Stille.

Der Kurs soll eine Hilfe darstellen, den Glauben im Alltag zu leben. Ziel ist es, neu Glauben zu entdecken, Gott zu hören, sein Wirken zu spüren und die eigene Seele atmen zu lassen. An den Abenden geht es um Impulse, Gespräche, Beten, Reden, Stille, Singen, persönliche Begleitung, Abendmahl. Dazu sollte man 15-20 Minuten am Tag für persönliches Gebet einplanen.

Termin: Dienstags

24.2., 3.3., 10.3., 17.3.,

24.3., 31.3., um 19:30 Uhr

Ort: Gemeindesaal,

Zeulenrodaer Str, 3

07950 Zeulenroda-Triebes

Teilnehmer: 10-12

Kosten: 10-20 €

Leitung: Michel Debus

„WAGEMUT“

GOTT IM ALLTAG ERLBEN Zeulenroda

Beschreibung siehe Kurs 1!

Zeulenroda

Leitung: Pfarrer Ingolf Herbst
07937 Zeulenroda-Triebes
Tel: 036628 64076
Mail: ingolf.herbst@ekmd.de

Termin: Donnerstags
19.2., 26.2., 5.3., 12.3.,
19.3., 26.3., um 19:00 Uhr

Ort: Gemeindesaal,
Kirchstraße 17, Zeulenroda

Kosten: 10-20 €



ökumenische **Alltags**exerzitien

„WAGEMUT“

ALLTAGSEXERZITIEN Reudnitz

Beschreibung siehe Kurs 1!

Auch in Reudnitz gibt es die Möglichkeit an den Exerzitien im Alltag teilzunehmen. Anmeldung bitte über:

Heidi Rudolph

heidirudolph@gmx.net

Termin: Donnerstags

26.2., 5.3., 12.3., 19.3., 26.3., 2.4.

um 19:30 Uhr

Ort: „Haus Reudnitz“,

Burg 10

07987 Mohlsdorf-Teichwolframsdorf

Teilnehmer: ca. 20

Kosten: 20 €

Leitung: Heidi Rudolph, Ines Greschok

„LEBENDIGE BIBEL“ BIBLIOLOG-ABENDE

2

Bibliolog ist ein Weg, gemeinsam eine biblische Geschichte zu entdecken. Die Teilnehmenden versetzen sich dabei in die biblischen Gestalten hinein. In diesen Rollen füllen sie die „Zwischenräume“ der Texte mit ihren Erfahrungen und ihrer Phantasie, indem sie auf Fragen antworten, die in der Bibel offen bleiben. Sie gewinnen dadurch einen lebendigen Zugang zum Text und entdecken die Bedeutung der Bibel für ihr Leben heute. Eine Anmeldung ist erwünscht, aber nicht erforderlich. Es können auch nur einzelne Abende besucht werden.

Termine & Ort:

- 3.3. Pfarrhaus Triebes, Zeulenrodaer Str. 3, 07950 ZR-TR
- 5.5. Pfarrhaus Pohlitz, Pohlitzer Straße 137, 07973 Greiz

jeweils um 19:30 Uhr

Leitung:

Michel Debus
und Uwe Großer



STARK IM GLAUBEN – STARK IM LEBEN RESILIENZ, DIE TRÄGT

BS

Krisen, Unsicherheiten und Belastungen gehören zum Leben – aber wir müssen ihnen nicht hilflos ausgeliefert sein. In diesem Gemeindeseminar entdecken Sie, wie Glaube zur Kraftquelle wird: biblische Geschichten, Gebet und Gemeinschaft schenken Halt und neue Perspektiven. Ganz praktisch lernen Sie Wege kennen, Hoffnung zu bewahren und innere Stärke zu entwickeln. Gemeinsam mit anderen finden Sie Impulse, die tragen – im Alltag, in der Familie, in der Gemeinde. Werden Sie Teil dieser Reise zu mehr Resilienz durch Glauben. Anmeldung im Pfarramt Tschirma: 036625/20435

Termin: 14.3., 10-17 Uhr

Ort: Pfarrhaus Tschirma

Teilnehmer: max. 20

Kosten: 25 €

Leitung: Donata Gries

ist Theologin u. systemische Beraterin. In den letzten 25 Jahren hat sie mehr als 5000 Führungskräfte und Mitarbeitende in Wirtschaft und Verwaltung begleitet. Über 1000 Menschen hat sie im Thema Resilienz geschult – nun bringt sie diese Erfahrung in die Kirche ein.

RESILIENZGOTTESDIENST

STARK IM GLAUBEN – STARK IM LEBEN

BS

Krisen, Unsicherheiten und Belastungen gehören zum Leben – aber wir müssen ihnen nicht hilflos ausgeliefert sein.

Wir entdecken im Gottesdienst, wie biblische Geschichte, Liturgie, Gebet und Musik Halt schenken und Hoffnung geben, uns innerlich stärken.



Termin: 15.3., 10 Uhr

Ort: Kirche Tschirma

Leitung: Donata Gries
und Beate Stutter

Christliche Familienaufstellung

Jeder Mensch ist Teil eines Systems. Egal ob die Herkunftsfamilie im Blick ist oder aber auch die Menschen, mit denen wir arbeiten und leben: Wir stehen damit in einem Kraftfeld, in das uns Gott hineingestellt hat. Die Aufstellung kann Probleme und Blockaden sichtbar machen. Lösungen kommen in den Blick. Ganz bewusst geschieht das im heilenden Raum, den Christus durch seinen Geist eröffnet. Er ist die Ressource für Kraft und Schritte in die Freiheit. An diesem Tag können Sie ein Problem aufstellen oder als Repräsentant daran teilnehmen.

Termin: 21.3., von 14:00
bis ca. 18:00 Uhr

Ort: Triebes, Gemeindesaal

Teilnehmer: mind. 8

Kosten: 20-60 € je nachdem,
ob ein eigenes Thema aufgestellt
wird.

Leitung: Michel Debus

EXERZITIEN IM ALLTAG

BS

Exerzitien im Alltag sollen helfen, dem eigenen Glauben mitten im Leben nachzuspüren, ihn neu zu entdecken. Dazu sollten Sie während des Kurses ca 15-20 min pro Tag einplanen. Wöchentlich treffen wir uns in den Begleitabenden zum Austausch, Gebet, Stille, Singen.

Zur Anmeldung oder wenn Sie Fragen haben, melden sie sich bitte im

Pfarramt Tschirma:

036625/20435

Termin: Dienstags

8.4., 15.4., 22.4., 29.4.,
6.5., 13.5., um 19:30 Uhr

Ort: Pfarrhaus Tschirma
Tschirma 25

07980 Berga-Wünschendorf

Teilnehmer: 10

Kosten: keine

Leitung: Beate Stutter

BEGLEITETE PILGER- WANDERUNG · VIA REGIA

4

Eine alte Form, den Glauben zu leben ist das Pilgern. Unterwegssein mit dem Gott, der mitgeht. Santiago muss es nicht sein, aber dahin führen viele Wege, auch der ökumenische Pilgerweg von Görlitz bis Vacha.

Wir pilgern auf dem Weg von Erfurt bis Vacha.

Als Gruppe werden wir mit maximal 6 Teilnehmern pilgern. Am Beginn des Tages gibt es die

Möglichkeit für ein persönliches Gespräch

Zur Vorbereitung der Pilgerwanderung treffen wir uns im Vorfeld noch ein mal nach Vereinbarung.



Termin: 28.4.-3.5.

Ort: Erfurt-Vacha

Teilnehmer: 6

Kosten: 170-230 €

(Pilgerführer, Bahn, Übernachtung, zusätzlich: Kosten für Essen)

Leitung: Michel Debus

BEGLEITETE PILGERWAN- DERUNG · VIA BALTICA

5

Die Via Baltica, auch der Baltisch-Westfälische Weg genannt, ist die nördlichste Ost-West-Verbindung im deutschen Jakobswegenetz. Sie stellt damit die Brücke von den baltischen Ländern nach Santiago de Compostela in Spanien dar. Der Abschnitt, der dieses Jahr gepilgert wird, ist Harsefeld bis Bremen.

Als Gruppe werden wir mit maximal 6 Teilnehmern pilgern. Am Morgen und Abend wird es einen geistlichen Rahmen geben und auf dem Weg die Möglichkeit zum Gespräch.

Zur Vorbereitung der Pilgerwanderung treffen wir uns im Vorfeld noch einmal nach Vereinbarung.

Termin: 16.6.-21.6.

Ort: Harsefeld -Bremen

Teilnehmer: 6

Kosten: 280-320 €

(Pilgerführer, Bahn, Übernachtung,
zusätzlich: Kosten für Essen)

Leitung: Michel Debus

STAUNEN & GEWAHRSEIN ACHTSAMKEITSTRAINING

6

In einer immer schneller werdenden Welt tut es gut, innezuhalten, den Augenblick bewusst wahrzunehmen und Kraft zu schöpfen. In der gemeinsamen Zeit lernen wir einfache Übungen aus der Achtsamkeitspraxis kennen – Atemübungen, kurze Meditationen und achtsame Körperwahrnehmung. Ziel ist es, mehr Ruhe, Klarheit und Gelassenheit in den Alltag zu bringen.

Das Training richtet sich an alle, die neugierig sind und einen achtsamen Umgang mit sich selbst und anderen entdecken möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Termin & Ort:

12.8. von 10:00 bis 16:00 Uhr
Gemeindesaal Triebes

Kosten: 30-50 €
inkl. Mittagessen
und Kaffee

Leitung:
Michel Debus



„MIT GOTT REDEN“

KURS - BETEN LERNEN

7

Das Gebet ist eine wichtige Grundlage des Glaubens. Beten scheint ganz einfach zu sein:

Hände falten und mit Gott reden. Doch Gebet kann so viel mehr sein als das.

Im Kurs werden aus der christlichen Tradition verschiedene Gebetsformen vorgestellt und eingeübt. Für die erfahrenen Beter kann es eine Horizonterweiterung sein, für die Ungeübten eine kleine Hilfe, das Gebet zu entdecken und beten zu lernen. Themen sind:

- Beten mit vorformulierten Gebeten
- Zwiesprache mit Gott
- das einfache Gebet
- Meditation und Kontemplation

Termin: 1.9., 8.9., 15.9., 22.9., 29.9.
um 19:30 Uhr

Ort: Pfarrhaus Pohlitz, Pohlitzer
Straße 137, 07973 Greiz

Teilnehmer: 12

Kosten: 10-30 €

Leitung: Michel Debus

Beim meditativen Tanz kannst du dich durch einfache, wiederholende Bewegungen und Musik ganz sammeln. Es eine der schönsten Formen des Gebetes – gemeinsam mit anderen und ganz einfach im Kreis. So kann es auch zu einer Kraftquelle für Leib und Seele werden. Die Tänze sind einfach zu lernen und werden wiederholt, so dass keine Vorkenntnisse nötig sind.

Termin: 12.9.

Ort: Gemeindesaal, Triebes

Teilnehmer: 20

Kosten: keine

Leitung: Tanja Lagaude

FRAUEN-PILGERN SaS

Beginn am Freitag um ca. 15:00 Uhr in Teichwolframsdorf, dann 1. Pilgertour nach Reudnitz, gemeinsames Abendessen im Haus Reudnitz. Am Samstag 8.00 Uhr Frühstück, danach eine Pilgertour mit meditativen Haltepunkten, Länge max. 18 km, Kirchenführung, abends Vorbereitung des Gottesdienstes. Sonntag nach dem Frühstück Aufbruch nach Fraureuth – dort gestalteter Frauentag, mit Vortrag, Lunch und Abschlussgottesdienst in der Kirche, Reisesegen um 15:00 Uhr. Mit Gepäcktransport, Nutzung des Hallenbades in Reudnitz, Gebete, Stille Zeit, Austausch.

Termin: 23.-25.10.

Ort: „Haus Reudnitz“ und Umgebung

Teilnehmer: 12

Kosten: 120-140 €

Leitung: Sabine Scheffel-Achtelstädter

Kontakt und Anmeldung:
sscheffelachtel@t-online.de
oder auch mobil:
01716730241 bis 30.6.26

BIBLISCHE GESCHICHTEN ENTDECKEN „JOHANNES WUNDER“

9

An einem Wochenende sollen vier bis fünf biblische Geschichten im Mittelpunkt stehen. In der Stille und in der Gruppe können die alten Geschichten neu entdeckt werden. Dabei soll die systemische Aufstellung neue Sichtweisen der bekannten Abschnitte ermöglichen. Einzelübungen, Gespräche und Gebet sind ebenfalls ein wichtiger Bestandteil des Wochenendes. Wir werden auch gemeinsam kochen und im schönen Weidatal einen Schritt aus Hektik und Alltag machen. Übernachtet wird in Einzel- und Doppelzimmern.



Termin: 23.10.-25.10.

Ort: Staitz, Weidatal

Teilnehmer: 12

Kosten: 170-200 € EZ 150-180 € DZ

Leitung: Michel Debus

WHISKY · EXERZITIEN „WASSER DES LEBENS“

10

„Whisky“ heißt übersetzt „Wasser des Lebens“. Es soll nicht nur dem Wasser des Lebens in alkoholischer Form nachgespürt werden, sondern auch dem spirituellen „Wasser der Lebens“ - Christus und seiner Bedeutung für das eigene Leben.

Dem Entstehungsprozess des Whiskys folgend darf auch das eigene Leben nach Herkunft, Zusammensetzung und Reifung betrachtet werden in Stille, Gespräch und gemeinsamem Nachdenken. Zu jedem Treffen werden zwei bis vier Whiskys verkostet. In den Wochen zwischen den Treffen gibt es für jeden Tag einen Impuls. Dafür kann man ca. 15 min für Stille und Gebet einplanen.

Termine: montags 26.10., 2.11.,
9.11., 16.11. und 23.11.
um 20:00 Uhr

Ort: Hohenleuben, Pfarrhaus

Teilnehmer: 12

Kosten: 70-90 €

Leitung: Michel Debus

KONTAKT

Pfr. Michel Debus

Spiritual, christozentrisch-systemischer
Aufsteller, Bibliologe, Achtsamkeits- und
Resilienztrainer, Tel: 036622 51325
Mail: michel.debus@ekmd.de

Uwe Großer

Kantor, Prädikant, Bibliologe
Tel: 036625/506300
Mail: uwegro77@t-online.de

Cornelia Gebhardt

Geistliche Begleiterin, Mediatorin, Coach,
Prädikantin Tel. 017644267027
innehalten.weitergehen@web.de

Pfr. Ingolf Herbst

Geistlicher Begleiter, Tel: 036628 64076
Mail: ingolf.herbst@ekmd.de

Sabine Scheffel-Achtelstädter

ordinierte Prädikantin
Mail: sscheffelachtel@t-online.de
Tel: 01716730241

Tanja Lagaude

Geistliche Begleiterin Tel: 01707673299
Mail: tanja.lagaude.@web.de

Pastorin Beate Stutter

Geistliche Begleiterin
Tel: 036625 20435
Mail: kirchspiel-tschirma@gmx.de

ÜBERSICHT

- 6.1.-10.2. Innere Stärke durch innere Ruhe - Triebes
- 8.1. & 22.1. In das Wunder hineinstellen Zeulenroda
- 13.2.-15.2. Jesus und das Reich Gottes Bad Blankenburg
- 19.2.-26.3. „Wagemut“ - Gott im Alltag erleben - Zeulenroda
- 24.2.-31.3. „Wagemut“ - Gott im Alltag erleben - Triebes
- 26.2.-2.4. „Wagemut“ - Gott im Alltag erleben - Reudnitz
- 3.3. Bibliologabend Triebes
- 14.3. Stark im Glauben - Stark im Leben - Resilienz, die trägt Tschirma
- 15.3. Resilienzgottesdienst Tschirma
- 21.3. Systemische Aufstellung Triebes
- 8.4.-13.5. Exerzitien im Alltag - Tschirma
- 28.4.-3.5. Pilgerwanderung Via Regia
- 5.5. Bibliologabend Pohlitz
- 16.6.-21.6. Pilgerwanderung Via Baltica
- 12.8. Achtsamkeitstraining - Triebes
- 1.9.-2.9. Kurs- Beten Lernen - Pohlitz
- 12.9. Tanzoase - Triebes
- 23.-25.10. Frauen-Pilgern- Reudnitz
- 23.-25.10. Biblische Geschichten entdecken - Staitz
- 26.10.-23.11. Whisky-Exerzitien Hohenleuben

**Kirchgemeinde Triebes
Zeulenroder Str. 3
07950 Zeulenroda-Triebes
www.kirche-triebes.de**