

mag+s circle: Reflexion in einer Gruppe

„magis“ ist lateinisch und bedeutet „mehr“ – mehr erleben, tiefer in eine Erfahrung einsteigen, feiner erspüren und besser verstehen, worum es geht. Die eigenen Grenzen sind oft weiter, als es scheint – deswegen können wir großzügig Herausforderungen annehmen: challenge your limits!

Um aus jeder Erfahrung möglichst viel zu lernen, hilft, sie zu reflektieren. Dazu ist der mag+s-circle eine Hilfe. EinE BegleiterIn kann diese einfache und wirksame Reflexion in fünf Schritten anleiten.

Findet einen Ort, wo ihr für euch seid und euch gut in einen Kreis setzen könnt. Es soll ein Ort sein, an dem ihr gerne diese Zeit der Reflexion verbringt – vielleicht tut ein Ortswechsel gut, nachdem ihr den ganzen Tag gearbeitet habt? Oder passt vielleicht gerade der Raum für euch, in dem ihr heute bei eurem Engagement zusammen wart?

– Ihr könnt den mag+s circle mit einem kurzen Gebet beginnen und beenden, das alle kennen – zum Beispiel mit dem Kreuzzeichen.

1) In einem Moment der Stille kann ich den Tag wie einen Film vor mir ablaufen lassen – oder die gelebte Zeit dieses Tages wie eine Handvoll Sand mit Steinchen und Goldkörnchen darin in den Händen bewegen. Wie man Steinchen und Goldkörner aus dem Sand sibt, kann ich die wichtigen Momente des Tages vor mir deutlich Gestalt annehmen lassen.

2) Runde* 1 – ich mit mir selbst. Wie war mein Tag? Was war für mich heute interessant? Was hat mich im Lauf des Tages am meisten bewegt (auf angenehme oder auch unangenehme Weise)?

– *Jedes Gruppenmitglied kann einen Satz (oder auch etwas mehr) in die Runde sagen. Alle anderen hören zu – in allen Runden des mag+s circle. Nachdem diese Reflexionszeit mit dem Gebet abgeschlossen ist, kann dann alles ausführlich diskutiert werden.

3) Runde 2* – ich und (das Wort) Gott(es). Wie ist mir heute Gott begegnet? Gab es Botschaften, die bei mir angekommen sind, die mich bewegen? Gab es vielleicht ein konkretes Bibelwort, das mir in Erinnerung ist? Und wie fühlt es sich an, jetzt auf den Tag zurück zu schauen und die Frage zu hören: wo war Gott dabei?

4) Runde 3* – ich mit anderen. Gab es heute Begegnungen, die mich bewegt haben? Gespräche? Was war mir dabei wichtig? Was bewegt mich heute am meisten von dem, was andere hier in der Runde mitgeteilt haben?

5) Runde 4* – Zusammenfassung. Ich versuche in einem Wort oder einem Satz auszudrücken, wie es mir jetzt geht.

–Beendet den mag+s circle zum Beispiel mit einer kurzen Segensbitte und dem Kreuzzeichen.

MAG+S

Mag+s ist eine Bewegung junger Christinnen und Christen, die von Ordensgemeinschaften mit ignatianischer Spiritualität unterstützt wird. Sie fördert das Engagement junger Menschen im sozialen, sportlichen, ökologischen und künstlerischen Bereich und nutzt Methoden aus den Geistlichen Übungen des Ignatius von Loyola, um

Erfahrungen zu vertiefen und zu reflektieren. Mehr Infos bei katharina.fuchs@thz.kirchen.net und auf den websites der mag+s-Programme zum Weltjugendtag 2016 <http://magis2016.org/> und 2019 <https://www.magis2019.org/en/multimedia>