

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerziten
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerziten im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch

Heilige Sophia

Exerzitien
im Alltag
im Bistum St.Gallen
2026

die göttliche Weisheit



Was sind Exerzitien im Alltag?

- * Stille suchen
- * Auf das Wort Gottes hören
- * Gott im Alltag entdecken
- * Sich anderen öffnen
- * Allein und gemeinsam unterwegs
- * Gott erfahren

Thema der Exerzitien:

Heilige Sophia

die göttliche Weisheit

Das Titelbild dieser Exerzitien im Alltag zeigt eine Ikone von der Hl. Sophia, der göttlichen Weisheit. Diese Ikone und biblische Texte, die von der Weisheit Gottes sprechen, sind der rote Faden dieser Exerzitien. Es gibt eine faszinierende Vielfalt, wie die Weisheit im Alten und im Neuen Testament beschrieben wird:

Die Weisheit ist Mutter und Lehrerin aller Künste, Wissenschaften und Tugenden. Sie ist Tochter Gottes, Retterin der Welt, Weggefährtin im Leben, Helferin und Trösterin in Not, Fundament der Religion. Häufig tritt die Weisheit als Person auf. Sie heisst zum Beispiel Frau Weisheit im Buch der Sprichwörter. Die Weisheit wird in diesem Buch auch als Kind Gottes bezeichnet, das bei der Schöpfung zugegen ist. Die Weisheit wirkt als Busspredigerin und Mahnerin. Sie ist aber auch Gastgeberin. Sie baut ihr Haus mitten unter den Menschen, kommt denen, die sie suchen entgegen und ist wie eine Mutter oder Ehefrau. Als bevorzugte Tochter Gottes nimmt sie Wohnung in Israel. Schliesslich spricht der Apostel Paulus darüber, dass in Jesus die ganze Weisheit Gottes sichtbar wird. Darum dürfen wir beim Betrachten der Ikone von Sophia, der göttlichen Weisheit, auch Jesus sehen.

Möge Gottes Weisheit bei uns Wohnung nehmen.

Elemente der Exerzitien:

- Regelmässige Zeiten der Stille und der Betrachtung zuhause
- Gruppenabende mit Impuls und Austausch
- Möglichkeit von Begleitgesprächen
- Gemeinsame Feier in der Kathedrale St. Gallen

Daten der Gruppenabende:

**jeweils am Mittwoch um 19.30 Uhr
im Foyer der Kirche Maria Himmelfahrt Jona**

21. Oktober 2026

28. Oktober 2026

4. November 2026

11. November 2026

Gemeinsamer Anlass in St. Gallen

**Montag, 16. November 2026 um 18.15 Uhr:
Gottesdienst mit Bischof Beat Grögli
in der Kathedrale St. Gallen.**

Anschliessend stellt Hildegard Aepli alle Gruppen vor, die Exerzitien gemacht haben oder dran sind.

Alle Gottesdienstbesuchenden sind herzlich eingeladen zu Brot und Wein.

Unkostenbeitrag: Fr. 10.-

Leitung:

Esther Rüthemann, Seelsorgerin

Niklaus Popp, Seelsorger

Wir bitten um eine **Anmeldung bis spätestens 19. Oktober 2026**

Im Sekretariat der Kath. Kirche in Rapperswil-Jona

Friedhofstrasse 3, 8645 Jona | 055 225 78 00 | sekretariat@krj.ch