

Sie sind herzlich eingeladen zu unseren **Gottesdiensten**:

- jeden Sonntag 10.00 Uhr in der Aula/Kirche des Bethesda Spitals
- 14täglich am Donnerstag um 15.00 Uhr im Alterszentrum Gellert Hof
- 14täglich am Montag um 16.00 Uhr im Alterszentrum Wesley Haus

Die Gottesdienste aus der Aula/Kirche des Bethesda Spitals werden live übertragen:

- per Livestream unter [www.bethesda-spital.ch/gottesdienst](http://www.bethesda-spital.ch/gottesdienst)
- im Hauskanal 4 des Spitals

Sie können an folgenden **Tagzeitengebeten** teilnehmen:

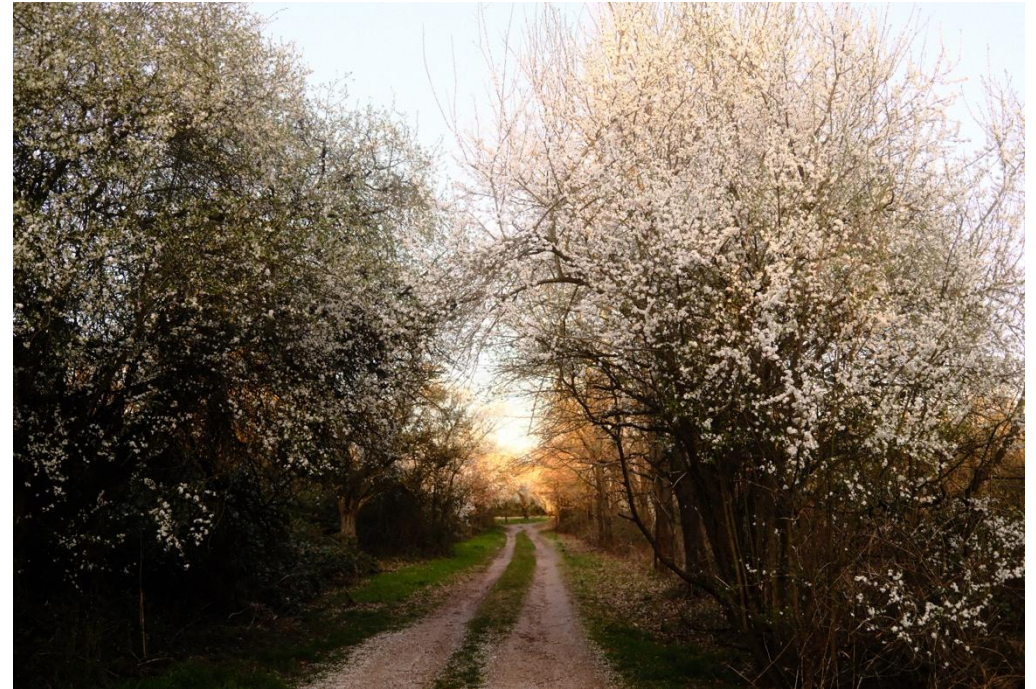
- Mittagsgebet Mo – Fr 12.10 – 12.30 Uhr im Raum der Stille des Bethesda Spitals (Trakt G 1)
- Morgengebet in der Regel Mo und Do 07.30 – 07.50 Uhr in der Kapelle der Casa Bethesda.  
Konkrete Termine unter [www.casa-bethesda.ch](http://www.casa-bethesda.ch)

Sie können telefonischen **Kontakt mit der Seelsorge** aufnehmen:

- im Spital: 061 315 - 21 30 / - 21 45 / - 21 15
- im Gellert Hof: 061 695 44 57
- im Wesley Haus: 061 686 66 55
- in der Casa Bethesda: 061 315 24 76

**Basler Tele-Bibel: 061 262 11 55**

Gedanken zu Texten aus der Bibel  
täglich frisch – Tag und Nacht



# *Ein Wort zum Leben*

**bethesda**   
**STIFTUNG**

E-Mail: [seelsorge@bethesda-spital.ch](mailto:seelsorge@bethesda-spital.ch)  
[www.bethesda.ch](http://www.bethesda.ch)

Wenn ich Angst habe  
– Gott begegnen

03. – 17. April 2026

---

# Wenn ich Angst habe -

---

## Gott begegnen

---



Es ist Frühling, die Sonne zeigt sich immer wieder ganz anders und viel intensiver als zur selben Zeit ein paar Tage zuvor. Die Welt um uns herum ist in ein besonders schönes Licht getaucht. Täglich bleibt es etwas länger hell, und ich merke, wie diese Bewegung auch mich erfasst. Ich freue mich und habe etwas neuen Schwung. Bin gern in Bewegung und einfach von Kleinigkeiten erfreut!

Der Frühling erwacht, die Pflanzen beginnen zu spriesen, und immer mehr Blumen zeigen sich von ihrer bunten und schönen Seite. Dies macht mir Hoffnung. Es ist einfach schön.

Und doch gibt es auch die andere Seite: Es ist weiterhin regnerisch und kalt, der Nebel steigt wabernd empor. Es ist einfach ungemütlich, und so mag ich es dann doch nicht wirklich. Aber nicht nur in der Natur, sondern auch im Leben gibt es sie - die Nacht, in welcher man nicht zur Ruhe kommen konnte; die Gedanken, welche sich immer und immer weiterdrehen.

Gesundheitlich geht es, aber alles ganz gut ist es doch nicht. Manchmal selbst an Kleinigkeiten spürbar. Wünschen würde ich es mir anders. Nach aussen ist dies vielleicht gar nicht so sichtbar, und es bekommt auch nicht gleich jemand mit. Und doch ist es ein Teil des Lebens und die Seite, welche nicht dem entspricht, was ich schön und wünschenswert finde.

In solchen Momenten lese ich bewusst den Psalm 56 und spüre, wie ich mit dem Schrei-

ber mitsprechen kann, wenn er in Vers 4 schreibt:

**"Doch gerade dann, wenn ich Angst habe, will ich mich dir, Gott, anvertrauen."**

(nach Hoffnung für alle)

Das, was mir Angst macht, ist nicht weggeschoben. Es darf sein und gehört zum Leben - zumindest zu meinem Leben dazu. Die Herausforderungen dürfen sein, und es gibt sogar einen Ort, an dem ich dies aussprechen kann. Ich darf mich Gott anvertrauen.

Hier im Bethesda kann es mehr als ein Gedanke sein. Es gibt praktisch einen Ort, an dem für solche Gedanken, Begegnungen und Überlegungen die Türe offen ist.

Der Raum der Stille – die Kapelle – lädt Sie ein, sich ganz reell auf den Weg zu machen, dort zur Ruhe zu kommen oder auch den Psalm 56 selbst zu lesen. Mir tut es gut, zu wis-

sen wohin ich gehen könnte. Meine Herausforderungen und Ängste werden ernst genommen, und so kann ich doch in dem Wissen, nicht allein zu sein, die Hoffnung haben und damit mutig weitergehen.

**"Doch gerade dann, wenn ich Angst habe, will ich mich dir, Gott, anvertrauen."**

(Psalm 56,4)

*Martin Pfeifer,  
Leiter Diakonie und Seelsorger*

