

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Sendetitel:	Lass gut sein
Übertragungsort:	Kühlungsborn, Konzertgarten
Mitwirkende:	Pastorin Elina Bernitt, Pastor Markus Haaks, Birgit Kobert
Musikalische Gestaltung:	Duo „Me & the Lion“ - Anika Sieg und Leo Sieg Keyboard: Uwe Pilgrim Bläserklasse des Schulzentrums Kühlungsborn Leitung: Christian Paplowski
Konzeption:	Stephan Fritz
Redaktion:	Mahnas Rassapur
Produktionsleitung:	Steffen Heinemann
Regie:	Florian Beau
1. Kamera:	Annika Meyer
Technische Leitung	Herbert Rösch
Kontaktadresse zur Gemeinde:	Pastor Markus Haaks Ev.-Luth. Kirchengemeinde Kühlungsborn Schlossstraße 19 18225 Kühlungsborn Tel. 016091352703 markus.haaks@elkm.de

26. Juli 2026 Open Air Kühlungsborn Konzertgarten
Lass gut sein

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Vorfilm

Pastorin Elina Bernitt: Mein Gott, ist das schön. Es ist Sonntag, die Sonne scheint, das Meer rauscht und die Möwen lachen vom Himmel. Guten Morgen. Ich bin Elina Bernitt. Ich bin Pastorin und arbeite als Seelsorgerin im Krankenhaus in Güstrow. Ganz hier in der Nähe. In Kühlungsborn bin ich zur Schule gegangen. Und deshalb freue ich mich so, dass wir heute hier zusammen Gottesdienst feiern.

In wenigen Minuten füllt sich hier der Strand mit Urlaubern, die nach Ruhe und Erholung suchen. Das kann ein perfekter Urlaubstag werden mit Baden, Buddeln, Eis und Pommes. Aber manchmal ist es so, dass es den Urlaubsgästen gar nicht so leicht fällt, den Alltag und den Stress hinter sich zu lassen. Man nimmt seine Gedanken ja oft auch mit in den Urlaub. Und manchmal kann sogar der Urlaub selbst zum Stress werden. Wenn alles durchgeplant werden soll oder wenn es den Anspruch gibt, dass die Zeit jetzt auf jeden Fall toll werden muss und alle es genießen sollen.

Im Gottesdienst wird es gleich genau darum gehen: Um Alltagsstress und Urlaubsdruck, um den hohen Anspruch, den wir oft an uns selbst haben. Und natürlich auch darum: Loslassen, zur Ruhe kommen, Durchatmen. Und die Dinge einfach mal gut sein lassen.

Dona nobis pacem

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Eröffnung

Pastorin Elina Bernitt: Im Namen Gottes des Vaters, des Sohnes und der Heiligen Geisteskraft. Amen.

Pastor Markus Haaks: Wie kommt das eigentlich: ein neuer Tag beginnt und statt das Fenster aufzumachen und mich zu freuen, rattern die Gedanken.

Ich gehe den Tag durch, meine Termine, und überlege, wie ich am besten alles hinbekomme.

Pastorin Elina Bernitt: Manchmal fühlt sich mein Tag an wie eine einzige To-Do-Liste. Aufgaben über Aufgaben, die mir das Gefühl geben, ich müsste erst liefern, um den Tag überhaupt „verdient“ zu haben.

Und wenn abends noch offene Punkte bleiben? Zack, direkt das Gefühl: „Ich hab nicht gereicht.“

Pastor Markus Haaks: Muss es eigentlich so sein?
Erst wenn wir etwas geschafft haben fühlen wir uns okay?
Das Leben ist doch so viel mehr als das, was wir schaffen und leisten.

Pastorin Elina Bernitt: Ja, da wollen wir nicht stehen bleiben. Wir wollen schauen, wie es gelingen kann, aus dem berühmten „Hamsterrad“ auszusteigen.

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Lied „Morgenlicht leuchtet“ EG 455

Aus Gründen des Urheberrechts kann der Text nicht abgedruckt werden. *

T: Jürgen Henkys (1987) nach dem englischen
„Morning has broken“ von Eleanor Farjeon (vor 1933)
M: Gälisches Volkslied vor 1900

Gebet nach Psalm 23

Pastor Markus Haaks: Eines der bekanntesten Gebete der Bibel ist der Psalm 23: „Der Herr ist mein Hirte“. Hier im Norden gibt es eine maritime Abwandlung dieses Gebetes.

Pastorin Elina Bernitt: Gott ist mein Lotse.
Ich werde nicht untergehen.
Gott leitet mich auf dunklen Wassern
und führt mich auf der Fahrt meines Lebens.

Pastor Markus Haaks: Gott gibt mir neue Kraft und hält mich auf
rechtem Kurs.
Weil Gottes Name es verspricht.
Und geht es auch durch Unwetter und hohe See, fürchte ich mich nicht.
Denn Du bist bei mir.

Pastorin Elina Bernitt: Dein Versprechen ist mein Segel
und deine Liebe ist mein Wind.
Bei dir kann ich ankern und ausruhen.
Du glättest die Wogen, die mich bedrängen
und lässt mich sicher fahren.

26. Juli 2026 Open Air Kühlungborn Konzertgarten
Lass gut sein

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Du stellst mir am Ufer Lichter auf,
an denen ich mich orientieren kann.

Pastor Markus Haaks: Und ich werde bleiben in deinem ewigen Hafen
immerdar. Amen.

Kyrie

Pastorin Elina Bernitt: Gott, bei dir kann ich ankern und ausruhen
und trotzdem bin ich manchmal so aufgewühlt und ruhelos. Wir rufen
zu dir.

Gemeinde, Anika:

Kyrie, Kyrie eleison.

Kyrie, Kyrie eleison.

Gloria

Pastor Markus Haaks: Gott, du hast du zu uns längst „Ja“ gesagt. Du
schenkst uns den weiten Horizont und Schätze, die wir wie Muscheln
am Strand sammeln. Wir loben dich.

Gemeinde, Anika:

Gloria, gloria in excelsis Deo. Gloria, gloria, Halleluja,

Halleluja.

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

*Gloria, gloria in excelsis Deo. Gloria, gloria, Halleluja,
Halleluja.*

Text: Lukas 2,14
Musik: Jacques Berthier
© Ateliers et Presses de Taizé

Gebet

Pastorin Elina Bernitt: Gott, unser Leben ist wie das Meer. An manchen Tagen sind wir ganz ruhig und sehen klar. An anderen Tagen sind wir aufgewühlt, wie wenn die großen Wellen auf den Strand zurollen und an den Buhnen brechen.

Wir kommen vor dich, so wie wir heute sind. Du siehst uns ins Herz. Du weißt, ob wir Stürme in uns tragen oder eine zufriedene Stille.

Komm zu uns in diesem Moment, lass uns spüren, dass du mit uns im Boot bist.

Amen.

„Wir strecken uns nach dir“

Aus Gründen des Urheberrechts kann der Text nicht abgedruckt werden. *

Text: Friedrich Karl Barth 1985
Melodie: Peter Janssens 1985

„Problem“-Beschreibung 1

Pastorin Elina Bernitt: Es klingt oft so einfach: „Lass gut sein“, „Denk nicht so viel drüber nach“, „Nimm die Dinge nicht so schwer“.

26. Juli 2026 Open Air Kühlungborn Konzertgarten
Lass gut sein

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Aber was so schnell dahingesagt ist, lässt sich oft nicht so leicht umsetzen.

Es gibt viele Situationen, in denen ich merke, dass ich unter Druck stehe - manchmal von außen, manchmal ist es auch selbst gemachter Druck.

Pastor Markus Haaks: Ich kenne das von Kindergeburtstagen. Unsere Tochter ist bei anderen Kindern eingeladen und abends erzählt sie freudestrahlend, was sie alles so erlebt hat: Schwimmbad, Hüpfburg, Mc Donalds.

Und während sie spricht, merke ich, wie ich anfangen zu überlegen. Wie sollen wir da mithalten, wenn wir die Feier ausrichten?

Die Latte liegt hoch. Spiele im Garten werden wohl nicht genügen. Ich fühle mich, als müsste ich etwas mindestens genauso Tolles liefern.

Pastorin Elina Bernitt: Ja ich habe den Eindruck, wir sind oft am Vergleichen und Bewerten.

Pastor Markus Haaks: Das fängt spätestens in der Schule an. Da werden diese 6 Zahlen eingeführt, die unserer Leistung einen Wert geben.

Pastorin Elina Bernitt: Und das zieht sich dann weiter durch, dass wir viel darauf achten, was andere über uns sagen. Wie andere uns bewerten, unser Auftreten, unsere Leistung und Aussehen.

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Pastor Markus Haaks: Und dann im Beruf. Verdienne ich genug? Mache ich, was mir auch Spaß macht? Erreiche ich meine Ziele?
Geht da noch was mehr?

„Lass gut sein“

Anika:

Es ist gut, es ist gut, es ist gut. Lass gut sein.

Es ist gut, es ist gut, es ist gut. Lass gut sein.

Text und Melodie: ME & THE LION (2025)
Rechte bei den Autoren

„Problem“-Beschreibung 2

Pastorin Elina Bernitt: Und was unser Äußeres angeht. Da ist so viel Druck, vor allem bei den Frauen. Ich scrolle durch Instagram und sehe Urlaubsbilder in Traumkulisse, wunderschöne Körper in Szene gesetzt und dazwischen Werbung für Beautyprodukte und Schönheits-OPs. Kein Wunder, dass wir uns unser Leben lang fragen, ob wir schön genug sind. Da wird die Latte so hoch gelegt für das, wie wir Frauen - und zunehmend auch Männer - aussehen sollen, wie wir unser Leben gestalten sollen, was wir alles brauchen, damit unser „Wert“ hoch ist.

Pastor Markus Haaks: Und was ist, wenn ich das nicht erreichen kann? Oder will? Oder wenn mir der liebe Gott einen Körper gegeben hat, der den Idealen nicht entspricht? Und was, wenn wir eben älter werden und den Vorgaben nicht mehr entsprechen?

26. Juli 2026 Open Air Kühlungborn Konzertgarten
Lass gut sein

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Pastorin Elina Bernitt: Es gibt so vieles, was irgendwie kontrolliert und bewertet wird. Da haben die Smartwatches auch nochmal dazu beigetragen. Da wird das Essverhalten analysiert, die Schritte gezählt.

Pastor Markus Haaks: Und sogar der Schlaf wird auseinandergenommen. Morgens gibt es als erstes den Blick auf das Display: Wie viele Stunden? Mir wird sogar mitgeteilt, wie die Qualität meines Schlafs war.

„Lass gut sein“

Anika:

Es ist gut, es ist gut, es ist gut. Lass gut sein.

Es ist gut, es ist gut, es ist gut. Lass gut sein.

Text und Melodie: ME & THE LION (2025)
Rechte bei den Autoren

„Problem“-Beschreibung 3

Pastor Markus Haaks: Birgit arbeitet beim Hospizdienst und begleitet Menschen am Ende ihres Lebens. Aus diesen Begegnungen hat sie eine ganz andere Perspektive auf das gewonnen, was wir jetzt gerade für wichtig halten.

Birgit Kobert: Meine Arbeit mit Sterbenden hat viele Facetten und ist gar nicht so tieftraurig, wie viele Leute oft denken. Aber manchmal schwingt eine Traurigkeit mit, wenn Menschen auf ihr Leben

26. Juli 2026 Open Air Kühlungborn Konzertgarten
Lass gut sein

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

zurückblicken und sich wünschen, sie hätten etwas anders gemacht.
Doch es ist erstaunlich: Sie bedauern dann nicht etwa, dass sie nicht die tollsten Unternehmungen gemacht haben, besonders angesehen oder besonders erfolgreich waren. Sondern sie bedauern, dass Träume nicht gelebt wurden;
dass sie sich Wünsche nicht erfüllt haben;
dass Beziehungen nicht gepflegt wurden und zerbrachen;
dass Worte unbedacht gesagt und andere nie gesagt wurden;
dass man nicht da war, wo doch der Partner, Kinder, Freunde einen gebraucht hätten;
dass Entscheidungen nicht korrigiert wurden, obwohl man es gekonnt hätte.

Lied „Lass gut sein“

*Ich wach auf und hab gleich meine
To-Do-Liste im Kopf
Dieser Tag ist schon jetzt so voll
Erster Blick in den Spiegel,
wer mich anschaut ist mir fremd
Ich weiß gar nicht, wo ich anfang'n soll.*

*Mein Blick richtet sich nach oben.
Auf einmal zieht die Ruhe in mir ein.*

Es ist gut. Es ist gut. Es ist gut. Lass gut sein.

Es ist gut. Es ist gut. Es ist gut. Lass gut sein.

26. Juli 2026 Open Air Kühlungborn Konzertgarten
Lass gut sein

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

*Höher, schneller weiter
Immer mehr und nie genug
Unsre Kinder machen es uns nach
Und so dreh'n wir unsre Runden
Taub und blind im Hamsterrad
So hat Gott sich das nicht ausgedacht*

*Mein Blick richtet sich nach oben.
Auf einmal zieht die Ruhe in mir ein.*

*Es ist gut. Es ist gut. Es ist gut. Lass gut sein.
Es ist gut. Es ist gut. Es ist gut. Lass gut sein.*

*Und auch Gott machte Pause
als er unsre Erde schuf.
Er hat auch dich geschaffen
- einer seiner besten Moves.
Jedes Haar auf deinem Schopf
hat er im Mutterleib gezählt
Du bist wunderbar gemacht.
Gott hat dich auserwählt.*

*Es ist gut. Es ist gut. Es ist gut. Lass gut sein.
Es ist gut. Es ist gut. Es ist gut. Lass gut sein.
Es ist gut. Es ist gut. Es ist gut. Lass gut sein.*

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Lesung Genesis 1,31 - 2,4

Pastor Markus Haaks: Lass gut sein - dazu passt ein Abschnitt aus der Schöpfungserzählung. Es ist das Ende der Geschichte. Es wurde schon von 5 Schöpfungstagen erzählt. Da wurde das Licht geschaffen, der Himmel und die Erde dazu die Pflanzen, die Tiere und Menschen. Doch etwas fehlt noch. Hören Sie.

Pastorin Elina Bernitt: Gott sah alles an, was Gott gemacht hatte:
Es war sehr gut.
Es wurde Abend und wieder Morgen - der sechste Tag.
So wurden Himmel und Erde vollendet
mit allem, was darin ist.

Pastor Markus Haaks: Am siebten Tag vollendete Gott das Werk, das Gott gemacht hatte.
An diesem Tag ruhte Gott aus von all der Arbeit, die Gott getan hatte.
Gott segnete den siebten Tag und erklärte ihn zu einem heiligen Tag.
Denn an diesem Tag ruhte Gott aus von all den Werken, die Gott geschaffen und gemacht hatte.
Das ist die Entstehungsgeschichte von Himmel und Erde: So wurden sie geschaffen.

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Predigt 1

___**Pastorin Elina Bernitt:** Ich habe mir das so schön vorgestellt: Ich feiere meinen Geburtstag, lade alle meine Lieblingsmenschen ein. Wir machen einen Brunch. In der Küche baue ich ein Buffet auf mit Nudelsalat und Couscoussalat, dazu Brötchen und Aufstrich. Und wenn man reinkommt riecht es schon nach frischem Kaffee. Im Wohnzimmer der gedeckte Tisch. Eine lange Tafel mit Kerzen und Servietten, aus denen ich Seerosen falte. Die Wohnung ist picobello und ich bin es auch. Ich stehe in der Tür und begrüße meine Gratulanten. Klingt toll oder? Hach wäre das schön. Doch jetzt ist es ganz anders. Ich stehe in Küche Panik steigt in mir auf. Mir wird heiß. In 15 Minuten kommen die Gäste und nichts ist auch nur annähernd fertig. Die Salate haben noch kein Dressing, die Brötchen sind noch gefroren und die Aufstriche stecken noch immer in ihren hässlichen Plastikverpackungen. Da stehe ich nun mit meinen frisch lackierten Fingernägeln in meiner Leoleggins und bin der Verzweiflung nahe. Ich wollte doch alles perfekt machen. Mitten im Küchenchaos höre ich, was meine beste Freundin jetzt sagen würde: „Elina, lass gut sein“.

Pastor Markus Haaks: Lass gut sein. Das kann richtig erlösend sein. Was wäre denn schlimm daran, wenn die ersten Gäste noch ein bisschen mithelfen und ihr den Tisch gemeinsam deckt. Vielleicht wird es ja gerade so ganz nett. Und oft gibt es in der Küche sowieso die besten Gespräche.

___**Pastorin Elina Bernitt:** Aber auf die Idee muss ich in so einer Situation erst mal kommen. Und dann muss ich dafür erst mal etwas

26. Juli 2026 Open Air Kühlungborn Konzertgarten

Lass gut sein

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

loslassen: nämlich den Anspruch, dass alles perfekt sein muss. Und die Angst, was meine Gäste über mich denken könnten.

Ich finde das gar nicht so leicht. Dabei gibt es ja eine ganze Reihe von Sachen, die erst dann richtig gut werden, wenn man loslässt, wenn man es - zumindest erst einmal - gut sein lässt.

___**Pastor Markus Haaks:** Der Brotteig, zum Beispiel, der in der Kühle der Nacht langsam geht. Kein Drängen, kein Zerren hilft - irgendwann muss man aufhören zu kneten und den Teig einfach lassen. Mit der Zeit entfaltet er seine Luftigkeit, entwickelt sein Aroma. Der Wein in den Kellern tief unter der Erde kennt dieses Geheimnis ebenfalls. Und denken wir an Käse, der in feuchten Kellern reift.

Auch abseits der Küche zeigt sich dieses Prinzip. Ein Streit, dem man Raum gibt, sich zu setzen, verliert oft die Schärfe, die im Eifer des Gefechts noch brannte.

Worte und Gedanken sortieren sich leise im Hintergrund, wenn man schweigt, statt zu drängen. Alte Freundschaften, die auf Eis liegen, blühen manchmal gerade dann wieder auf, wenn man sie nicht erzwingt, sondern ihnen die Zeit lässt, von selbst zu heilen.

Sogar Ideen und Träume wollen manchmal ruhen.

Lassen ist manchmal besser als machen.

___**Pastorin Elina Bernitt:** Untätigkeit hat einen schlechten Ruf in unserer Gesellschaft. Dabei ist sie alles andere als schwach oder faul. Sie ist heilig. In der Schöpfungsgeschichte haben wir es vorhin gehört: Gott segnete den siebten Tag und erklärte ihn zu einem heiligen Tag. Denn an diesem Tag ruhte Gott aus. Ausruhen heißt auf Hebräisch

26. Juli 2026 Open Air Kühlungborn Konzertgarten
Lass gut sein

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Schabat. Der jüdische Ruhetag trägt bis heute diesen Namen. Gott selbst nimmt sich Ruhe. Gott lässt also gut sein. Erst die Ruhe machte die Schöpfung komplett. Sie ist ein fester Teil der Erzählung. Sie ist nicht optional, sie ist die Krönung der Geschichte, der Höhepunkt. Wie wäre es also, wenn wir uns ein Beispiel an eben niemand Geringerem als Gott selbst nehmen? Es ernst meinen mit der Ruhe.

Ich lasse die Schultern sinken. Ich lasse den Kiefer locker. Ich richte mich auf und spüre in mich hinein. Ich bin einfach nur da, jetzt in diesem Moment. Und ich atme. Ein und Aus. Festhalten und Loslassen. Der Atem kommt und geht, so wie die Wellen, wenn sie auf den Strand rollen und sich wieder zurückziehen. Ich atme, ohne dass ich dafür etwas tun muss.

Die Ruhe neu fühlen lernen.

Denn sie ist heilig, weil Gott selbst ruhte.

Pastor Markus Haaks: Es gibt eine Zeit, die keiner Uhr folgt. Eine Zeit jenseits von To-do-Listen, Perfektionsansprüchen und Terminkalendern. Eine Zeit, die nicht drängt, nicht fordert, sondern einfach da ist - wie die stille See im Morgengrauen. Untätigkeit. Das sind die Momente in denen das Leben eine Chance hat, zur Ruhe zu kommen und Gedanken zum Fließen kommen.

Freunde haben mich zum Feiern eingeladen. Eigentlich habe ich überhaupt keine Zeit, aber ich sage zu. Und obwohl ich es mir eigentlich nicht leisten kann, sitzen wir zusammen am Strand, hören die Wellen rauschen und spät in der Nacht sitzen wir dann am Lagerfeuer. Nichts groß sagen, einfach nur die Flammen leuchten und knistern hören.

26. Juli 2026 Open Air Kühlungborn Konzertgarten
Lass gut sein

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Pastorin Elina Bernitt: Es gut sein lassen, das hat auch etwas mit Segen zu tun. Im Lateinischen heißt Segnen „Bene Dicere“. Wenn man das wörtlich übersetzt, bedeutet es: „Gut sprechen“. Im Bibeltext haben wir es vorhin gehört, bei der Schöpfung segnet Gott alle seine Geschöpfe. Diesen Segen können wir auch heute noch spüren. Wenn wir gesegnet werden, spricht Gott uns gut. Und das Schöne, das Einzigartige ist, dass wir uns das überhaupt nicht verdienen müssen. Segen ist ein Geschenk. Wir können ihn immer und überall bekommen. Nicht erst, wenn wir unsere To-do-Liste geschafft haben. Nicht erst, wenn wir so und so aussehen und die beste Version unserer selbst geworden sind. Gott folgt einer anderen Logik als unsere Leistungsgesellschaft. Und im Segen wird genau das deutlich, damit wir es bis unter die Haut spüren können. Indem dir zugesprochen wird: Du musst nicht erst gut werden. Du bist es schon längst. Gott hat Gefallen an dir, Du bist gut und wertvoll und wunderschön. Segen ist somit also das Gegenteil von einer To-Do-Liste. Am Ende vom Gottesdienst können wir genau das erleben. Das Ende vom Gottesdienst ist der Segen. Und der Segen ist der Anfang deines neuen Lebens.

Pharell Williams, Happy

Predigt 2

Birgit Kobert: Gut sein lassen - darüber können wir auch etwas von den Menschen lernen, die am Ende ihres Lebens stehen.

26. Juli 2026 Open Air Kühlungborn Konzertgarten
Lass gut sein

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Eine Frau sagte einmal zu mir: „Mädchen, mache es besser als ich. Lebe jetzt und nicht erst im Angesicht des Todes“! Das habe ich nicht vergessen. Und ich habe von ihr und den anderen Begegnungen gelernt. Eine wichtige Weisheit: man kann immer neu mit dem Leben anfangen. Noch sind nicht alle Türen verschlossen.

Es gibt die Chance, offene Türen zu sehen und durch sie zu gehen. Sich selber zu vergeben und seinen Frieden mit dem eigenen Leben zu machen.

Indem ich auch auf das Schöne und Gute in meinem Leben schaue, es mir in die Gegenwart hole. Ich kann bis zum Schluss schauen, was noch möglich ist und es versuchen.

Ich kann mich trauen, endlich die ungesagten Worte der Liebe, der Versöhnung und des Stolzes auszusprechen

Ich kann üben, menschliche Begegnungen mit Nähe, Berührungen oder Umarmungen zuzulassen.

Leben dürfen und können wir bis zum letzten Atemzug. Eine Tür ist immer offen.

Von meinen Begegnungen ausgehend blicke ich anders auf mein Leben.

Ich stelle mir Fragen:

- Lebe ich oder werde ich gelebt?
- Wer oder was ist mir wichtig in meinem Leben?
- Und was bedeutet mir, im Jetzt und Hier zu leben?
- Sind da noch Träume oder Wünsche, die gelebt werden wollen?
- Wo gibt es Unstimmigkeiten, die ich klären könnte?
- Was macht mich eigentlich glücklich?

Denn ich bin Gestalter meines Lebens! Ich gebe meinem Leben einen Sinn! Im Jetzt und Hier und nicht irgendwann durch Irgendwen!

26. Juli 2026 Open Air Kühlungborn Konzertgarten
Lass gut sein

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Pastor Markus Haaks: Wie würde es aussehen, wenn wir uns trauen würden, einen Tag so zu leben?

Ich wache auf am Morgen und bleibe noch eine Weile liegen. Bis der Körper bereit ist. Ich gehe zum Fenster und öffne es. Frische Luft strömt in den Raum. Draußen liegt noch Tau auf den Gräsern. Ich atme die frische Luft ein und sage: Danke für diesen Tag. Im Voraus.

Pastorin Elina Bernitt: Wenn wir es einen Tag gut sein lassen, gehen meine Freundinnen und ich ungeschminkt vor die Tür. Einfach so wie wir sind. Und wir sparen so viel Zeit. In dieser überschüssigen Zeit sehe ich uns, wie wir ein paar Zeilen in einem Buch lesen und die Katze streicheln.

Pastor Markus Haaks: Ich sehe To-Do-Listen, die in die Schublade wandern. Unter den Reiseführern und den Kochzeitschriften dürfen sie warten, bis ihre Zeit wieder dran ist. Und statt der To-Do-Listen schreiben die Menschen Dankbarkeits-Listen. Für das, was da ist und gut ist.

Pastorin Elina Bernitt: Ich sehe die Gäste zu meinem Fest eintreffen. Ich rufe ihnen schon im Treppenhaus zu: ich bin noch nicht ganz fertig geworden. Es macht ihnen nichts aus. Wir sitzen in der Küche und schnippeln zusammen Gurken und Tomaten. Die ersten Gespräche entstehen. Wir lachen. Und es entsteht diese vertraute Stimmung, die nur in der Küche zustande kommt.

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Pastor Markus Haaks: An einem Tag, an dem wir es gut sein lassen können, würden wir den Kindern ganz viel Raum geben. Kein Herumerziehen und kein „Hast Du schon geübt?“, „Ist dein Zimmer aufgeräumt?“. Stattdessen würden wir sie in den Arm nehmen und ihnen sagen: weißt Du eigentlich, wie stolz ich auf dich bin und wie lieb ich dich habe?

Pastorin Elina Bernitt: Und vielleicht würden wir dann am Abend etwas spüren, das sich so anfühlt wie Segen. Und der sagt zu uns: Es ist gut - auch wenn noch nicht alles gut ist. Aber das hat Zeit bis morgen. Amen.

Pastor Markus Haaks: Das Duo „Me & the Lion“ singt uns jetzt ein Lied. In dem geht es um die Frage, für was wir uns entscheiden: das Helle oder das Dunkle. Und am Ende heißt es: Setze Glaube über die Furcht. Wahrheit über die Lüge. Liebe über den Hass. Licht über das Dunkle.

Light over dark

Aus Gründen des Urheberrechts kann der Text nicht abgedruckt werden. *

Fürbitten

Pastorin Elina Bernitt: Wir beten.

26. Juli 2026 Open Air Kühlungborn Konzertgarten
Lass gut sein

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Gott, wir feiern dich für alles, was du geschaffen hast. Vieles ist gut und dafür danken wir dir. Wir legen dir unsere Gebete an dein Herz.

Anika: Du bist da, du bist da,
bist am Anfang der Zeit,
am Grund aller Fragen
bist du.

Gemeinde:
bist am lichten Tag,
im Dunkel der Nacht,
hast du für mich schon gewacht,
bist am lichten Tag,
im Dunkel der Nacht,
hast du für mich gewacht.

Pastor Markus Haaks: Wir bitten dich für alle, die sich keinen Urlaub leisten können. Lass uns als Gesellschaft hingucken und dafür eintreten, dass es gerechter zugeht unter uns. Schenke allen, die zu Hause Urlaub machen, Momente des Glücks und der Weite.

Pastorin Elina Bernitt: Wir bitten dich für alle, die in Selbstoptimierung und Leistungsdruck gefangen sind und denen der Blick für das schöne Leben verborgen ist. Verwandle Enge in Lebendigkeit.

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Anika: Du bist da, du bist da, bist am Anfang der Zeit, im Arm einer Mutter bist du.

*Anika, Gemeinde:
bist am lichten Tag,
im Dunkel der Nacht,
hast du für mich schon gewacht,
bist am lichten Tag,
im Dunkel der Nacht,
hast du für mich gewacht.*

Birgit Kobert: Wir bitten für alle Menschen, die dem Tode nahe sind: Gib ihnen Kraft und Zuversicht, damit sie inneren Frieden finden. Stell ihnen Menschen an die Seite, die deine helfende Hand spürbar machen und stärke sie mit Geduld und Ausdauer.

*Anika:
Du bist da, du bist da,
bist am Anfang der Zeit,
das Rätsel im Leben
bist du.*

*Anika, Gemeinde:
bist am lichten Tag,
im Dunkel der Nacht,
hast du für mich schon gewacht,*

26. Juli 2026 Open Air Kühlungborn Konzertgarten
Lass gut sein

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

*bist am lichten Tag,
im Dunkel der Nacht,
hast du für mich gewacht.*

M: Gerd-Peter-Münden 2004
T: Jan von Lingen 2004

Pastorin Elina Bernitt: Für uns selbst bitten wir: Schenk uns Gelassenheit und Weite, wo wir uns selbst Druck machen.

Pastor Markus Haaks: Und schenk uns Klarheit und Mut, dort anzupacken, wo wir Ungerechtigkeit und Leid nicht hinnehmen wollen. Lasst uns gemeinsam beten:

Vaterunser

*Vater unser im Himmel,
geheiligt werde dein Name,
dein Reich komme, dein Wille geschehe
wie im Himmel so auf Erden.
Unser tägliches Brot gib uns heute.
Und vergib uns unsere Schuld,
wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.
Und führe uns nicht in Versuchung,
sondern erlöse uns von dem Bösen.
Denn dein ist das Reich und die Kraft
und die Herrlichkeit in Ewigkeit.
Amen.*

26. Juli 2026 Open Air Kühlungborn Konzertgarten
Lass gut sein

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Lied „Wie hast du uns so reich beschenkt“

Aus Gründen des Urheberrechts kann der Text nicht abgedruckt werden. *

T: Peter Spangenberg
M: August Harder vor 1813
(„Geh aus mein Herz“ EG 503)
© (Text) Strube Verlag GmbH, München-Berlin

Verabschiedung und Segen

Pastor Markus Haaks: Wie schön, dass Sie mit uns heute in
Kühlungsborn Gottesdienst gefeiert haben. Wir wünschen Ihnen allen
einen gelassenen Sonntag.

Pastorin Elina Bernitt: Und nun geht in diesen Tag, geht in die Zeit,
die vor euch liegt, unter dem Segen Gottes:
Gott segne dich und behüte dich.
Gott segne dein Tun, Gott segne dein Lassen.
Gott schenke dir Sonntagsruhe vom Schopf bis zu den Fußspitzen.
Amen.

Richard L. Saucedo „Scorpion!“

*Texte von Kirchenliedern, sind bis 70 Jahre nach dem Tod des Urhebers
(Komponist/Textdichter) urheberrechtlich geschützte Werke, die nur mit
Zustimmung des Urhebers veröffentlicht werden dürfen. Übersetzt oder ändert man
einen Liedtext (Kürzung, Textänderung) liegt eine Bearbeitung oder Umgestaltung
des urheberrechtlichen geschützten Werks vor, die, selbst wenn dadurch ein neues
Werk geschaffen wird, gemäß § 23 UrhG auch nur mit Zustimmung des Urhebers
veröffentlicht oder verwertet werden darf.

26. Juli 2026 Open Air Kühlungsborn Konzertgarten
Lass gut sein

Ihr ZDF Gottesdienst zum Nachlesen

Unter die unerlaubte Veröffentlichung fällt sowohl das Einstellen von Liedtexten im Internet zum Download als auch das Versenden von Texten auf Anforderung.

Schriftlich erhalten Sie den kompletten Gottesdienst zum Herunterladen in der Regel nach dem Gottesdienst auf:

www.zdf.fernsehgottesdienst.de und www.rundfunk.evangelisch.de

Herzlichen Dank für Ihr Interesse !