

12.08.2026 um 00:01 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Johanna Fröhlich,

Evangelische Pfarrerin, Gießen

Monsterliebe

Ich liebe Monster. Und Monstergeschichten. Manche mögen das, weil sie sich gruseln wollen. Ich lese Schauergeschichten, weil sie mich beruhigen. Ich liebe düstere Märchen von seltsamen Dingen und schaue gerne Filme mit fremdartigen Wesen. Manche Geschichten gehen tief.

Frankenstein als Schöpfung

Zum Beispiel der Klassiker Frankenstein. In dieser Geschichte erschafft der ehrgeizige Arzt Victor Frankenstein ein Wesen aus toter Materie und erweckt es zum Leben. Doch bald fürchtet er sich vor dem Monster, das er ins Leben gerufen hat und verstößt es. Das Monster will zu seinem Schöpfer zurückfinden, wird aber von ihm gejagt.

Das Monster als Spiegel

Mich fasziniert vor allem dieses Monster. Es wird erst durch Ablehnung und Einsamkeit zu dem, was es dann ist. Es sucht seinen Platz. Es will verstehen, wer es ist.

Verstoßene Teile in mir

Genau darin spüre ich etwas von mir selbst. Denn auch in mir gibt es solche verstoßenen Teile. Seiten, die ich lieber wegdrücke, weil sie nicht glänzen, nicht freundlich sind, nicht gut ankommen. Zum Beispiel eine harte Stimme in mir, die mich quält. Manchmal Wut, die andere trifft. Scham, die sich versteckt. Die Neigung, mich selbst abzuwerten. Das alles gehört zu mir. Und doch möchte ich es oft am liebsten loswerden.

Die eigentliche Monsterjagd

Vielleicht ist das die eigentliche Monsterjagd: dass ich in mir selbst auf alles losgehe, was mir peinlich, fremd oder unangenehm ist. Dass ich diese Seiten verjage, statt sie mir anzuschauen. Aber gerade das macht sie oft nicht kleiner, sondern nur einsamer. Und manchmal auch lauter.

Monsterliebe üben

Diesen Sommer übe ich Monsterliebe. Ich übe Mitgefühl für die dunklen Teile in mir, die ihren Sinn haben und ihren Weg suchen. Wenn ich mal wieder eine monsternmäßig schlechte Laune habe: Dann will ich mich nicht noch selbst bestrafen und drüber ärgern. Besser wäre: ich kümmere mich darum. Frage mich, woher die Monsterlaune kommt und tu mir etwas Gutes: Vielleicht gibt es dann ein Happy End für meine eigene Monstergeschichte – mit mehr Mitgefühl für das Monster in mir.