

## Was ist Hass?

Zurzeit mache ich mir intensive Gedanken über das negativste Gefühl eines Menschen. Der Hass. Hass wird oft von Fanatismus und Motivation getrieben.

Oft hört man in den Medien davon, aber haben wir uns schon mal klar darüber Gedanken gemacht, was Hass eigentlich wirklich ist?

Hass ist das tiefste Gefühl höchster Verachtung, eine starke Antiphatie gegen Personen oder Dingen. Es ist das intensivste Gefühl und hinterlässt Schäden.

Hass wird durch Situationen, Gerüche, Gefühle, Personen oder Dingen ausgelöst und bewirkt mit der Person, die dieses Gefühl empfindet, sehr viel. Sie hat den Wunsch, den Auslöser zu vernichten und ihm Schaden zuzufügen.

Dieses Gefühl kann kurzzeitig auftreten oder bleibt lange Zeit.

Oftmals geht Wut in Hass über, die Schwelle wird schnell überschritten.

Hass entsteht häufig durch eine tiefe seelische Verletzung, einem Trauma oder das Gefühl ausgeliefert zu sein und sich nicht wehren zu können. Der Betroffene fühlt sich hilflos und ohnmächtig.

Der Betroffene denkt, dass er sein Hassgefühl überwindet, indem er sich selbst, dem Auslöser oder einer unbeteiligten Person Schaden und Leid zufügt.

Nur hat diese Methode keinerlei Nutzen. Das Ausleben seines Hasses, treibt einen nur weiter in die Selbst-oder Fremdverletzung.

Wenn jemand hasst, gibt er "gute" Gründe an. Er sieht eine Bedrohung und diese nimmt ihm im Alltag viel Platz. Oftmals konzentriert sich der Betroffene nur noch auf dieses Gefühl, es ist das einzige, was ihn morgens aus dem Bett bringt und ist die einzige Motivation aus dem Haus zu gehen.

Oftmals erkennt man hassende Menschen an aggressiven Verhalten. Doch auch ruhige, in sich gekehrte Menschen können von Hass geprägt sein.

Wer hasserfüllt ist, ist gegenüber positiven und guten Argumenten feindseelig und fühlt sich nicht verstanden. Hass wirkt sich negativ auf unser Befinden und unseren Körper aus. Man ist feindseelig, chronisch angespannt, finden keinen Frieden mit uns selbst und schadet sich damit am meisten.

© **opyright by MrsMara**

Diese PDF wurde erstellt durch das [Schreiber Netzwerk](#)