

## 他人から受けた心の傷は

なかなか忘れることができない

自分が言ったこと 行ったことは忘れてる

意識して覚えたことでも、時間が経つにつれて記憶が薄れ、さだかではなくなります。そして、いつか忘れ去ってしまいます。他の人に対して言ったことや行なったことについても、覚えていることはとても少ないものです。

まして、小さい頃の記憶は、なおさらのことと言えます。特に、いじめたり、意地悪をしたことについて覚えていることは、ほとんどなくなります。同級会等で、突然、お前に、あの時こんなことをされたとか、あんなことがあったとか言われることがあります。私自身にはまったく記憶がなく、言われてどのように返答したら良いのか戸惑うばかりです。しかし、受けた相手にとっては、時間が経っても忘れることのできない、心の傷として記憶されたものに違いがありません。

私たちは、うれしいことや楽しいことの経験だけではなく、嫌なこと、辛いこと、寂しいこと、悲しいこと、苦しいことなどの経験や体験もたくさんしています。幸いなことに、人間には、辛いことや寂しいこと、悲しいことの経験や体験の記憶が、時間の経過につれて薄まり忘却されることによって、再び新しい歩みを始めることができる力が備えられています。反面、忘却できないために、ストレスをためたり、不幸になる事があります。

他人の心を傷つけるような言動は、これを行った本人は忘れても、受けた相手方にとっては一生心の傷として残るものであることは、忘れてはならないことです。他人との関わりは、できる限り、後々まで楽しかった、うれしかった記憶にできるようにしたいものです。

