

# 『Mind Charging』

第 239 回 発行：入試広報室 発行日：令和 3 年 3 月 18 日

## グレース・ケリーの名言



**Getting angry doesn't solve anything...  
I don't like yelling and fighting and  
I can't quarrel, I prefer to let it drop.**

怒りは何も解決しません。私は声を荒らげたりケンカをしたりすることを  
好まないのです、引き下がることを選びます。

この言葉のように“我慢”を選ぶことが多くなり、ストレスを溜め込んでしまう人を時々見かけます。そんな、落ち込んでいる人に『溜め込まない方がいいよ』と、心配して言う人もいますが、『それができれば苦労しないよ・・・』というのが本音だと思います。『何かできることはない？』と聞く人もいますが、きっと本人にそれを考える余裕はないと思います。では、困っている仲間のピンチを救うためにはどうしたらいいのでしょうか。それは、やはり普段のコミュニケーションだと思います。ちょっとした変化も見逃さない“信頼関係”の構築が重要です。中には感情を表に出せないタイプの人もあります。『いつも笑顔で悩みなんてなさうだね』と言われている人が、実は精神的にかなり追い込まれているということも珍しい話ではありません。この言葉のように“敢えて”引き下がり、自分が我慢することで収めようとする人のストレスは尋常でないと考えます。自分も気づかぬうちに誰かの思いやりに助けられているということはよくあります。感情をぶつけたくなる気持ちは理解できますが、そこで一瞬でも相手の気持ちに『寄り添う心』を正智深谷高校で育てほしいと願っています。(編集委員：入試広報室 鈴木)

グレース・パトリス・ケリー(Grace Patricia Kelly、1929年11月12日 - 1982年9月14日)は、モナコ公国の公妃。アメリカ合衆国の元女優。同時代に活躍した女優マリリン・モンローの明るさとセクシーさを前面に出した美貌とは対照的な、気品に満ちた容姿が「クール・ビューティー」と賛美された。人気絶頂の最中、ヨーロッパの君主と結婚し、女優業から引退した。

(Wikipedia 参照)