

生が苦しくて、重いものになってしまう。

過去から現在、果ては死へと続く直線で人生をとらえてしまうと、その度ごとに遭遇する喜びや哀しみが個別のものとなる。本来は喜びも哀しみも、人生に巡ってくるもの全てに連動性があり、つながっているものなのだ。

私は人生をシンプルな「円」としてとらえている。喜びの反対側に哀しみが、優しさの反対側に怒りがある。辛いことの反対側には楽しいことが、虚しいことの反対側には充実感がある。

「明けない夜はない」とか「やまない雨はない」と言ったりするが、人生もそれと同様、同じ状態が永遠に続くなどありえない。しかし、人生を「線」で考えていると「この苦しみが永遠に続くのではないか」と感じてしまうようになる。人生を「線」ではなく「円」でとらえれば、苦しみも哀しみも、楽しさも喜びも、すべて連続してつながっていることが理解できるはずだ。』

川の水は、上流から下流に流れ、海に辿り着く。これだけだと「線」の考え方だから、上流が良かったとか、下流は嫌だとかあります。しかし実際は、海の水は蒸発して雲となり、やがて雨や雪となって地上に降り、そして地下水や川の水となって再び海に戻ります。つまり循環しているのです。

暑い日や運動した後のコップ一杯の水がこのうえなく美味しく感じるように、悲しい出来事のあと優しくしてくれる人の温かさを知るように、哀しみを乗り越えて立ち上がったときいつも以上に誇らしい気持ちになるように、人生は円のように循環していると捉えれば、この苦しみもいつか役に立つ!この哀しみがあったおかげで強くなれる!という考えになります。

循環にもらせん階段を昇るか降りるかのよう善循環と悪循環があります。この違いは何かと言ったら、「出来事に対する捉え方」です。〇〇のおかげでと思えば昇っていく。〇〇のせいと思えば降りていく。

精神科医の齋藤茂太先生は『「好き」という感情は好循環を生み、「嫌い、イヤだ、だめだ」という感情は悪循環を作り出す。』と話されています。こころの持ち方がらせん階段の方向を決めると思っています。おかげさまの精神で善循環のらせん階段を昇れるよう心がけましょう。

## 無駄がないか、情報は、連携は!

### 鎌田善政社長

6月より新年度が始まりました。社員の皆様には気持ちを新たにしておいて各会社・各部署において頑張ってください。世の中は会社の休日を増やして年間労働日数を減少させる方向に動いている。建設業を例に取れば雨の日など作業が出来ない日もあり、工期や諸々の条件により、法定通りの労働日数を確保する事が難しいのが現状である。しかしながら、日頃の業務改善を行い、無駄な作業がないか、どのようにすれば効率的な仕事ができるかを常に意識してもらえたら改善の余地は多く残されているように感じる。会社全体での情報交換を活発にして連携を深めることで、安全の確保及び原価削減の双方実現も可能である。

鎌田石油やイエローハット等の関連会社にも共通して言えることだが、「お客様が来ないこと」が一番大変な事であり、来店されるお客様、取引先様が如何に喜んで下さるか、もう一度考えてもらいたい。その為には明るくて大きな声でのあいさつと笑顔で対応をする事が必用であり、掃除を徹底して行う事が大事である。それが会社を盛り上げて行く一番の原動力である。29年度は全社員が一致団結して新たな1年を大いに奮起して頑張ってください。



## 人生は善循環のらせん階段

### 鎌田安典副社長

今回は桜井章一さんの「人生を円にとらえる」という話をご紹介します。

『人間、生きていればいろんな困難に直面し、その時々で思い悩む生き物である。』

そう考えると人生には苦悩が付きものであるといえるかもしれないが、幸い私は今まで生きてきた中であまり深刻に悩んだことはない。それは人生をシンプルに考えているからだ。

多くの人々は人生を「線」で考えている。だから人

