

2009년 9월 21일 보낸 편지입니다.(3,814조회)

객관적으로 바라보기
客観的に眺める

때때로
時々

자신의 삶을 바라보십시오.
自身の人生を眺めてください。

자신이 겪고 있는 행복이나 불행을
自身が経験している幸福や、不幸を

남의 일처럼 객관적으로 받아들일 수 있어야 합니다.
他人の仕事のように客観的に受け入れられるようにしなければなりません。

자신의 삶을 순간순간 맑은 정신으로 지켜보아야
自身の人生を、瞬間瞬間の清い精神で見守ら

합니다. 그렇게 하면 행복과 불행에
なければなりません。そうすれば、幸福と不幸に

휩쓸리지 않고 물들지 않습니다.
飲み込まれず、染まりません。

- 법정의《일기일회(一期一會)》중에서 -
- 法頂の<一期一會>より -

* 자신을 객관적으로 보기 위해서는
* 自身を客観的に見るためには、

첫째, 조금 떨어져서 바라보아야 합니다.
はじめに、ちょっとなれて、眺めて見なければなりません。

멀리서 봐야 '나'의 위치를 바로 볼 수 있습니다.
離れてみてこそ、'私'の位置を、まさに見ることができます。

둘째, 한 계단 높은 곳에 올라서서 보아야 합니다.
2番目に、1つ階段の高いところに登って、見なければなりません。

그려야 욕심의 그림자까지 볼 수 있습니다.
そうしてこそ、欲の影まで見ることができます。

셋째, 잠깐 멈춰서서 보아야 합니다.
3番目に、ちょっととまって、見なければなりません。

그러면 나의 '속사람'도 보입니다.
そうすれば、私の'中の人'も見えます。

'잠깐 멈춤'이 곧 명상입니다.
'ちょっと止まる'がまさに瞑想です。

♪ 오늘 아침편지 배경 음악은...
♪ 今日の朝の手紙のバックミュージックは、

20090921.txt

피아니스트 김정원 연주의 '쇼팽 녹턴 E♭ 장조 작품 9-2'입니다.
ピアニスト キムジョンウオンの'ショパン ノクターンE♭ 長調作品9-2'です。

오늘도 많이 웃으세요.
今日もたくさん笑ってください。

겪다

<1> [타동사] (苦難などを)経験する;(辛苦を)なめる;遭う;味わう。

<2> [타동사] (客を)もてなす。

맑다

<1> [형용사] (水や空気などが)清い;濁りがない;きれいだ。

<2> [형용사] (心や頭が)すっきりしている。

지키다

<1> [타동사] 見張る;監視する;番をする。

<2> [타동사] 看護して守る;看病する。

휩쓸리다

[자동사] 荒らされる;押し流される;巻き込まれる;のまれる。

물들다

[자동사] 染まる。

<1> [자동사] 色がつく;色づく。

떨어지다

<1> [자동사] (上から)落ちる;落下する。

<2> [자동사] (付いていたものが)分離する;取れる;離れる。

장조 [長調]

[명사] 『음악』長調。

2009년 9월 22일 보낸 편지입니다.(1,632조회)

고추 농사
唐辛子の農業

고추가 풍년이 들려면
唐辛子が豊作になろうとすれば、

고추가 익는 8~9월에 비가 오지 않아야 한다.
唐辛子が実る8~9月に、雨が降ってはいけない。

그러나 이 시기에 비가 안 오면 배추는 타격이 크다.
しかし、その時期に、雨が来なければ、白菜は打撃が大きい。

도토리가 많이 달리는 해에 벼농사는 흉년이 든다.
どんぐりがたくさん実がつく年に、稲作は、凶作になる。

도토리나무가 꽃피는 5월경에 비가 적으니
どんぐりの木が、花咲く5月頃に、雨が少ないから

꽃가루받이는 잘 되지만, 가물어 모를 낼 수 없으니
(どんぐりは)よく受粉するが、日照りで(稲の)苗は植えることができないので

벼농사는 흉년이다. 반대로 이 시기에 비가 많이 내리면
稲作は、凶作だ。反対にこの時期に、雨がたくさん降れば、

도토리나무 꽃가루는 비에 젖어 날릴 수 없으니
どんぐりの木の花粉は、雨にぬれて飛ばすことができないので

도토리는 흉년이 될 수밖에 없다.
どんぐりは、凶作になるしかない。

- 이완주의《흙을 알아야 농사가 산다》중에서 -
- イワンジュの<土を知って、農業が生きる>より -

* 자연의 이치가 그러합니다.
* 自然の道理がそうです。

모든 작물이 다 풍년이 들 수는 없는 것이지요.
すべての作物が、すべて豊作になることはできないでしょう。

사람 사는 세상의 이치도 고추 농사와 같습니다.
人が住む世界の道理も、唐辛子の農作業と同じです。

풍년이라고 너무 좋아할 것도 없고, 흉년이라 해서
豊作としても、とてもいいことでもなく、凶作だとしても

너무 슬퍼할 것도 없습니다. 한 쪽이 안 좋을 때,
あまり悲しむこともありません。一つのほうがよくないとき

다른 쪽의 좋은 면을 바라보며 사는 것이
他のほうのいい面を、ながめて生きることが

기쁨이고 행복입니다.
喜びと、幸せです。

풍년 [豊年]

[명사] 豊年; 収獲の多い年; 豊作の年。[반의어] 흉년(凶年)

들이다1

[타동사] ‘들이다4’의使役。

<1> [타동사] (中へ)入らせる; 入れる。

익다1

<1> [자동사] (果実が)熟する; 実る; 熟れる。

<2> [자동사] 生のものが加熱されてその性質や味がかわる。

타:격 [打撃]

[명사] 打撃。

도토리

[명사] 『식물』도ング리(ブナ科のカシ, クヌギ, ナラなどの果実の総称)。

달리다3

<1> [자동사] ‘달리다2’의受動。

1. [자동사] ぶら下がる; 掛かる; (木の実などが)なる; 付いている。

벼-농사 [一農事]

[명사] 稲作。[동의어] 쌀농사

흉년 [凶年]

[명사] 凶年; 凶作の年。

가물다

[자동사] かんばつが続く; 日照りが続く。

모1

[명사] 苗。

<1> [명사] 稲の苗。

젖다2

<1> [자동사] 濡れる; 湿る。

<2> [자동사] (ある状態に)浸る; 染まる。

날리다1

<1> [자동사] ‘날다’의受動:(空中に)飛ばされる。

<2> [자동사] (風に)ひるがえる; ひらめく。

이:치 [理致]

[명사] 理致; 道にかなった趣旨; すじみち; 道理。

2009년 9월 23일 보낸 편지입니다.(368조회)

베스트 드레서
ベストドレッサー

회사에서의 서열은
会社での序列は

의상을 보아도 알 수 있다.
衣装を見ても分かる。

여사장은 고급 브랜드의 우아한 정장을 입고,
女性社長は、高級ブランドの優雅な正装をきて

여비서는 블라우스와 치마를 입는다. 당신과
女性秘書は、ブラウスとスカートを着る。あなたと

직급이 같은 동료들과 똑같은 수준으로 옷을 입어라.
職責が同じ同僚たちと、同じ水準で服を着なさい。

여기에서 너무 크게 벗어나면 호감 점수를 잃는다.
そこから、あまり大きく離れば、好感の点数をなくす

동료들보다 시원찮게 입으면 무성의하고 철철치
同僚たちより、芳しくないように着れば、誠意がなく、だらしく

못해 보인다. 가장 안전한 것은 평균보다
見える。一番安全なことは、平均より

살짝 수준 높게 입는 것이다.
こっそり、水準を高く着ることだ。

베스트 드레서가 되려 하지 마라.
ベストドレッサーにならないようにしなさい。

- 프랑크 나우만의《호감의 법칙》중에서 -
- フランク・ノウマンの〈好感の法則〉より -

* 옷이 날개라고 하지요?
* 馬子にも衣装というでしょう?

옷은 맵시도 드러내지만 센스도 드러냅니다.
服は、身なりも表すが、センスも表します。

'베스트 드레서가 되지 말라'는 말은 '옷 하나를 입어도
'ベストドレッサーになるな'という言葉は'服一つを着ても

잘 살펴서 입으라'는 뜻이겠지요. 그 사람의 격(格)과
よく察して、着なさい'という意味でしょう。その人の格と

내면까지 드러내 보여주는 것이 옷이니까요.
内面まで、表して見せてくれることが、服だからです。

그런 점에서 겉옷보다 속옷을, 속옷보다
その天から、上着より、下着を、下着より

마음 속 내면의 옷을 멋지게 입어야
心の中の内面の服を素敵に着てこそ

진짜 베스트 드레서입니다.
本当のベストドレッサーです。

서:열 [序列]

[명사] 序列;一定規準に従って並べた順序。

의상 [衣裳]

<1> [명사] 女の上着のチョゴリとチマ。

<2> [명사] 衣服;着物。

우아 [優雅]

[명사·하다형 형용사] 優雅;上品で美しいこと。

정:장 [正裝]

[명사·하다형 자동사] 正裝;儀式などに出るための正式の服装, またそれを着ること。

직급 [職級]

[명사] 職級;職務をその種類や責任によって段階的に分類し格付けしたもの。

점수 [點數]

[명사] 点数。

<1> [명사] (成績)의 評点;得点数;点。

시원-찮다

[형용사] ‘시원하지 아니하다’의 縮約形:かんばしくない;はかばかしくない;思わしくない;さえない;すっきりしない。

무-성의 [無誠意]

[명사·하다형 형용사] 誠意のないこと。

しだら-ない

[형용사] 칠칠치 못하다. 하는 짓이 야무지지 못하다.

[동의어]だらしない. 【문어형】しだらなし {ク 활용}

살짝

<1> [부사] (人が気づかぬように)すばやく;そと;こっそり;ひそかに。

<2> [부사] たやすく;軽く;うまく;巧みに;さっと。

날개

<1> [명사] (昆虫)의 羽;(鳥)의 翼。

<2> [명사] (飛行機)의 翼;機翼;ウイング。

ま-ごにも衣装

누구든 외양을 꾸미면 훌륭하게 보인다. 옷이 날개.

맵시

[명사] 着こなし;格好;身なり;きれいなこと;すっきりしていること;美しいこと。

드러-내다

<1> [타동사] 表に出して示す;表わす;目立たせる;露にする;さらけ出す。

<2> [타동사] (名を世に)揚げる;とどろかす。

살피다1

<1> [타동사] 注意してよく見る;うかがう;見回す;調べる。

<2> [타동사] 觀察する;推察する;探る。

멋-지다

<1> [형용사] なかなか粋だ;なかなかすてきだ;なかなかいかす。

<2> [형용사] すばらしい;すてきだ;見事だ。

겉-옷

[명사] 外側に着る衣類;外衣。

속-옷

[명사] 肌着;下着。[동의어]내복·내의

Frank Naumann ??
フランク・ノウマンかな...

2009년 9월 24일 보낸 편지입니다.(4,530조회)

꿀씨의 손
びりの手

“자네는 자네의 그늘을 인정해야 하네.
”君は君の影を認めなければならない

하지만 그 그늘만큼 빛이 있다는 것도 믿어야 해.
しかし、その影ほど、光があることも信じなければならない

그늘이 있다는 것은 가까운 곳에 빛이 있다는 거니까...
影があることは、近くに光があることだから。。

내가 자네에게 기대를 해도 괜찮겠지?”
私が君に期待をしてもいいだろう?”

꿀씨의 손을 잡아준 지도교수를 실망시켜 드리고 싶지 않았다.
びりの手をつかんでくれた指導教授を失望させたくなかった。

사람을 꿈꾸게 하는 건 기쁨이 아니었다.
人を夢見るようにすることは喜びではなかった。

사람을 꿈꾸게 하는 건 아픔이었다.
人を夢見るようにすることは、痛みだった。

- 이철환의《눈물은 힘이 세다》중에서 -
- イ・ Cholファンの<涙は力が強い>より -

* 꿀씨는 낙오자가 아닙니다.
* びりは落伍者ではありません。

그늘에 가려진 능력을 발견하지 못해
影につつまれた能力を発見できず

잠시 뒤쳐졌을 뿐입니다. 누군가 그의 손을 잡아
しばらく劣っているだけだ。誰かが、彼の手をつかみ

꿈을 꾸게 하면 그를 가린 그늘은 빛으로,
夢を見るようにすれば、彼を包んだ影は光で

그가 겪은 아픔은 기쁨으로 바뀌고,
彼が味わった痛みは、喜びに変わり

세계에 하나뿐인 존재가 됩니다.
世界に一つだけの存在になります。

꿀씨도 희망입니다.
びりも希望です。

꿀씨
[명사] びり;しんがり;いちばん終わり;どんじり;最後;ラスト。
그늘
<1> [명사] 日陰;陰。
<2> [명사] (社会的に)陽の当たらない場所;陰。
인정 [認定]

20090924.txt

[명사·하다형 타동사] 認定。

<1> [명사·하다형 타동사] 正しいと信じて決定すること;認めること。

가리어-지다

[자동사] 遮られる;隠される;塞がる;包まれる。〔준말〕가려지다

뒤치다

[타동사] ひっくりかえす;寝返りを打つ。

겪다

<1> [타동사] (苦難などを)経験する;(辛苦を)なめる;遭う;味わう。

<2> [타동사] (客を)もてなす。

2009년 9월 25일 보낸 편지입니다.(5,391조회)

꽃병이 깨졌을 때
花瓶が割れたとき

산산조각난 꽃병 자체가
散り散りになった花瓶自体が

우리에게 상처를 입히는 것이 아니라,
私たちに、傷を覆う(つける)ことではなく

우리가 자신을 꽃병과 동일시하여
私たちが自身を花瓶と同一視して

꽃병이 깨져서는 안 된다고 생각하고
花瓶が割れてはいけないと考えて

온 마음으로 꽃병에 집착하는 것이
すべての心で、花瓶に執着することが

상처를 입힌다.
傷を覆う(つける)。

- 안젤름 그륀의《너 자신을 아프게 하지 말라》중에서 -
- アンゼルク・グレンの〈あなた自身を痛くしないで〉より -

* 사람도 꽃병처럼 깨질 수 있습니다.
* 人も花瓶のように割れることもできます。

작은 상처 하나에 어느 순간 산산조각날 수 있습니다.
小さい傷一つに、ある瞬間ちりちりなることができます。

그러면 대부분 땅을 치며 신음하고 울부짖게 됩니다.
そうすれば、ほとんどの地を打ちながら、うめき、泣き叫ぶようになります。

그러나 사람이 꽃병과 전혀 다른 것이 있습니다.
しかし、人が花瓶と全然違うことがあります。

꽃병은 한번 깨지면 다시는 못쓰게 되지만
花瓶は1度割れれば、もう使えないようになるが

사람은 부딪히고 깨지고 산산조각나면서
人は、ぶつかって、割れて、散り散りになりながら

깊이 영글고 익어갑니다.
深く実のって、熟していきます。

꽃-병 [一瓶]

[명사] 花瓶。[동의어] 화병

깨:-지다

<1> [자동사] (かたい物が)壊れる;割れる;碎ける。

<2> [자동사] (ぶつかって)傷つく;ひび割れする。

산,산-조각 [散散—]

[명사] こっぱみじん;散り散りばらばら;ばらばら;こなごな。

자체 [自體]

[명사] 自体;人や物の本体;それ自身;そのもの。

입히다1

[타동사] (物の表面に)上塗りをする;かぶせる;覆う。

집착 [執着]

[명사·하다형 자동사] 執着;ある物事に深く心がとらわれて離れないこと。

땅1

[명사] 土地。

<1> [명사] 陸地;地;地面;土。

신음 [呻吟]

[명사·하다형 자동사] 呻吟。

<1> [명사·하다형 자동사] (病氣などで)呻くこと, また呻くほどに苦しむこと。

울:-부짚다

[자동사] 泣き叫ぶ;ほえたける。

부딪히다

[자동사] ‘부딪다’의受動:ぶつけられる;ぶつかる。

영글...実るらしい

안젤름 그룬(Anselm Grun)

アンゼルス・グリューン(Anselm Grun)

1945年生まれ。

19歳で聖ベネディクト会修道院に入る。

1970年代より古代教父思想を研究し、特に現代の心理学との関係に関心を持っている。

現在、聖ベネディクト会ミュンスターシュヴァルツァッハ修道院院長。

スピリチュアル・カウンセラーやセミナーの指導者としても活躍中。

魂の安らぎと希望を与える著作を300以上も執筆。

30カ国語に翻訳され、1400万部が世界中で読まれている。

20090926.txt

2009년 9월 26일 보낸 편지입니다.(494조회)

매주 토요일엔 독자가 쓴 아침편지를 배달해드립니다.
毎週土曜日には、読者が書いた朝の手紙を配達いたします。

오늘은 이영숙님께서 보내주신 아침편지입니다.
今日は、イ・ヨンスクさまから、送っていただいた朝の手紙です。

그 자리에서 머뭇거릴 순 없다
そのイスに躊躇することはない

뇌과학에서는
脳科学では

펭귄 이야기가 자주 등장한다.
ペンギンの話が、よく登場する。

펭귄은 물에 들어가야 먹이를 구할 수 있다.
ペンギンは、水に入らなければ、食べ物をとることができない。

하지만 물속에서는 바다표범 등 무서운 사냥꾼이
しかし、水の中では、フイリアザラシなど怖い狩人が

기다리고 있다. 펭귄 입장에선 주저할 수밖에 없다.
待ってる。ペンギン(は)入場には躊躇するしかない。

모두들 주춤거리고 있는데 한 마리가 뛰어든다.
みなしり込みしているが、1匹が飛び込んだ。

이것이 첫번째 펭귄이다.
それが、最初のペンギンだ。

불확실의 위험을 감수한 용감한 놈이다.
不確実の危険を甘受した勇敢なヤツだ。

그제야 다른 펭귄도 따라 뛰어든다.
やっと、他のペンギンもついて飛び込む。

- 이시형의《공부하는 독종이 살아남는다》중에서 -
- イ・シヒョンの<勉強する悪い人が生き残る>より -

* 사람이 살아가는 데 있어서는
* 人が生きていくとき、あるのは

결단도 필요하고, 행동을 위한 용기도 필요하지요.
決断も必要で、行動のために勇氣も必要でしょう。

우선순위를 먼저 정해서 일단 시도해 보는 것이
優先順位をまずきめて、一旦試してみることが

안하고 후회하는 것보다 낫다고 생각합니다.
しなくて、後悔することよりましだと思います。

모든 분들 힘내시고 "아자!아자!"입니다.
すべての方々力を出して"アジャ!アジャ!"です。

좋은 글 주신 이영숙님께
いい文章を下されたイ・ヨンスク様に

감사와 축하의 인사를 드립니다.
感謝と祝賀の挨拶をいたします。

머뭇-거리다

[자동사] ‘머무적거리다’의 縮約形。

머무적-거리다

[자동사] ためらう;もじもじする;ちゅうちよする。

펭귄 [penguin]

[명사] 『조류』ペンギン(ペンギン科に属する鳥の総称)。

등장 [登場]

[명사·하다형 자동사] 登場。

<1> [명사·하다형 자동사] 舞台や演壇に現れること。

바다-표범 [一豹一]

[명사] 『동물』フイリアザラシ(アザラシ科の哺乳類)。

사냥-꾼

[명사] 獵人;獵師;かりうと;狩獵家。

독종 [毒種]

<1> [명사] 性質の悪い人。

<2> [명사] (動植物の)性質の悪い品種。

주저 [躊躇]

[명사·하다형 자·타동사] 躊躇;決心がつかずまようこと;ためらうこと;ぐずぐずすること;渋ること

주춤-거리다

[자동사] たじたじする;後込みする。