

2009년 11월 2일 보낸 편지입니다.(1,605조화)

자기 용서, 자기 사랑  
自己容赦、自己愛

나는 먼저  
私はまず

나 자신을 용서해야 했다.  
私自身を許さなければならなかった。

자신을 비난하지 말고, 지나간 일들로부터  
自身を非難せず、過ぎた事々から

배워야만 했다. 내가 남을 받아들이고 남한테  
学ばなければならなかった。私が他人を受け入れて、他人に

진실해지고 남을 사랑할 수 있으려면, 먼저 나 자신을  
誠実になって、他人を愛することができるようになるには、まず、私自身を

받아들이고 나한테 진실해지고 나 자신을 사랑해야  
受け入れて、私に誠実になって、私自身を愛さなければ

한다. 그것이 얼마나 중요한 일인가를  
ならない。それがどれだけ大切なことなのかを

참사람 부족이 내게 가르쳐 주었다.  
真人間の不足が私に教えてくれた  
→ 眞実の人、部族がわたしに教えてくれた  
※この本は「眞実の人」アボリジニについて書いた本  
(aiさんに教えてもらいました)

- 말로 모건의《무탄트 메시지》중에서 -  
- マルコ・モーガンの<ミュータントメッセージ> -

\* 살다보면 실수도 하고  
\* 生きてみれば、失敗もして

이런저런 허물도 드러내게 됩니다.  
あれこれ欠点もあらわれるようになります。

그런 자신을 용서하지 못하면 한 걸음도 나가지 못합니다.  
そんな自身を許さなければ、一つの歩みも出ることができません。

중요한 것은 스스로 용서한 행동을 다시는 하지 않도록  
重要なことは、自ら許す行動を、二度としないように

최선을 다해 노력하는 것입니다. 그것이 바로  
最善を、尽くして努力することです。それがまさに

진정한 자기 용서, 자기 사랑입니다.  
本当の自己容赦、自己愛です。

용서 [容恕]  
[명사·하대형 타동사] 容赦; 勸弁; (過ち·罪などを)許すこと.  
참-사람

[명사] 真人間。

말로 모건(Marlo Morgan)

マルロ・モーガン

出版社/著者からの内容紹介

何も持たずに生まれ、何も持たずに死ぬ。灼熱の大地で目撃した最高に豊かな人生。オーストラリアのアボリジニ(真実の人)族とともに旅した一二〇日間。私は文明人に伝えるべく人類五万年の生きる知恵を託された。

内容(「BOOK」データベースより)

一人の白人女性が、ふとしたことから、アボリジニ部族とともに砂漠を歩く旅に出た。言葉を介さず通い合う心、手を触れるだけで癒される体—灼熱の大地で体験する目をみはるような出来事の数々。その中で、ひとつずつ気づかされていく本来の地球と人類の姿。そして120日間の旅の末に彼女が到達したものとは…。物質文明にまみれた我々ミュータントへの強烈なメッセージがこめられた、衝撃的な作品。

2009년 11월 3일 보낸 편지입니다.(2,297조회)

함부로 땅을 뒤엎지 말라  
やたらに土地をひっくり返すな

야생초 화단을 관리할 때  
野生草の花壇を管理するとき

특히 주의할 점은 함부로 땅을 뒤엎지 말라는 것이다.  
特に注意する点は、やたらに土地をひっくり返すなということだ。

씨앗을 심더라도 심을 자리만 살짝 들어내어 심는다.  
種子を植えても、植える分だけ、こっそり持ち出して植える。

땅을 뒤엎으면 토양생태계가 혼란에 빠지고  
土地をひっくり返せば、土壤生態系が混乱に陥り

결국은 화단 전체에 영향을 미치게 된다.  
結局は花壇全体に影響を及ぼすようになる。

토양 속에는 지상에서보다 훨씬  
土壌の中には、地上からよりずっと

다양한 생명들이 서로 얽히고설켜어  
多様な生命たちが、お互いあちこちに絡まって

복잡한 생명의 그물을 이루고 있기 때문이다.  
複雑な生命の網をなしているためだ。

- 황대권의《민들레는 장미를 부러워하지 않는다》중에서 -  
- ファン・デグォンの〈タンポポは、バラをうらやんだりしない〉より -

\* 땅의 이치가 그러합니다.  
\* 土地の道理がそうです。

한 번에 통째로 갈아엎어야 할 땅이 있고,  
一度に丸ごと耕さなければならぬ土地があつて

부드럽고 조심스럽게 어루만져야 할 땅이 있습니다.  
柔らかく、注意深くなでなければならぬ、土地があります。

'야생초 꽃밭'은 잘 어루만져야 하는 땅입니다.  
'野生草花壇'はよく(柔らかく、注意深く)なでなければならぬ土地です。

'사람의 마음밭'은 더 조심해야 합니다.  
'(人の)心の花壇'もより、注意しなければなりません。

함부로 뒤엎지 마십시오.  
むやみにひっくり返さないでください。

함부로  
[부사] むやみに; やたらに; みだりに; 見境なく; 無作法に; むちゃに。  
뒤-엎다  
[타동사] ひっくりかえす; 覆す。  
씨앗

[명사] 穀物や野菜の種。[동의어] 종자(種子)

심 [心]

[명사] 心; 芯。

살짝

<1> [부사] (人が気づかぬように)すばやく; そっと; 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。

들어-내다

<1> [타동사] 持ち出す; 運び出す。

<2> [타동사] (人を)追い出す; 追い払う。

영:향 [影響]

[명사] 影響。

얼히고-설키다

[자동사] あちこちにもつれている; 非常にこんがらかっている。

그물

[명사] 網。

<1> [명사] (魚や鳥を捕らえるために)糸·なわ·針金などで目をあらく編んで作った道具。

이루다

<1> [타동사] ある状況や結果になるようにする; 成す; つくる。

<2> [타동사] (事)을遂げる; 果たす; 完成する; 完了する。

민들레

[명사] 『식물』탄포포(キク科の多年草)。

이:치 [理致]

[명사] 理致; 道にかなった趣旨; すじみち; 道理。

통:짜

[부사] 丸ごと; 丸のまま。

갈아-엮다

[타동사] すき返す; すき起こす; ほり返す。

꽃-밭

<1> [명사] 花畑; 花壇。[동의어] 화전(花田)。

<2> [명사] 若い女性の多い所の俗っぽい語。

어루-만지다

<1> [타동사] 撫でさする; 撫でる; さする。

<2> [타동사] 労わる; 慰める。

2009년 11월 4일 보낸 편지입니다.(3,150조회)

완전함으로 가는 길  
完全で行く道

완전함으로 가는 길은 쉬운 길이 아니다.  
完全で行く道は、簡単な道ではない

늘 고통스럽다. 완전함을 지향하면서 행동하는 것은  
ずっと苦痛だ。完全を目指しながら行動することは

그렇지 않은 경우보다 훨씬 더 어렵다.  
そうでない場合より、さらに難しい。

완전함을 이루기란 늘 고통스러우므로,  
完全をなすというのは、ずっと苦痛だから

개혁은 혁명보다 훨씬 더 어렵다.  
改革は革命よりずっと難しい。

- M. 스캇 펙의《아직도 가야 할 길 끝나지 않은 여행》중에서 -  
- M・スコット・ベックの<まだ行かなければならない道終わらない旅行>より -

\* '완전함'은 없습니다.  
\* '完全'は有りません

다만, 그 완전함을 향해 가는 것입니다.  
ただ、その完全を目指していくことです。

그런 목표, 그런 지향점을 가지고 가다 보면  
そのような目標、そのような志向点をもっていってみれば

완전함을 뛰어넘는 그 무엇을 발견하게 됩니다.  
完全を乗り越える何かを発見するようになります。

조금씩 채워가는 기쁨, 한 뼘씩 자라나는 충만감,  
ちょっとずつ詰めていく喜び、1ピョム(おやゆびと中指の間の距離)ずつ育てる充実感

부족함이 있음을 알기에 드리는 기도와 명상,  
不足があることを、わかってあげる祈りと瞑想

그 모든 것들이 우리를 보다 완전한 길로  
そのすべてのことが私たちをより、完全な道に

한걸음 한걸음 이끌어 갑니다.  
一步一步、導いていきます。

지향 [志向]  
[명사·하다형 자·타동사] 志向;心がある目的を目指していること;心の向かうところ;意向。

개:혁 [改革]  
[명사·하다형 타동사] 改革;制度や組織などの悪いところを改めてよくすること。

혁명 [革命]  
[명사·하다형 자·타동사] 革命。

뛰어-넘다  
<1> [타동사] 飛び越える;飛び越す;乗り越える。  
<2> [타동사] (順序などを)飛ばす;抜かす;途中を省く。

채우다3

<1> [타동사] (いっぱい)満たす;詰める。

<2> [타동사] (欲望などを)満たす;充足させる;肥やす。

뺨:

<1> [명사] (指で物の長さをはかるときの)親指と中指をいっぱいに広げた長さ;指尺。

<2> [명사] ⇒장뺨

충만 [充滿]

[명사·하다형 형용사] 充滿。

이끌다

<1> [타동사] 引く;引っ張る。

<2> [타동사] (ついてくるように)導く。

M. 스캇 펙(Margan Scott Peck)

M・スコット・ペック

2009년 11월 5일 보낸 편지입니다.(3,379조회)

새 지도를 만든다  
新しい地図をつくる。

“잘못 든 길이 지도를 만든다.”  
“間違って入った道が地図を作る”

아직 나 있지 않은 길을 가서 길을 만들어낸다는 뜻이다.  
まだ、(世に)でてない道をいって、道を作り出そうという意味だ。

창의성은 새로운 길을 내는 것이다. 가끔 절벽을  
創意性は新しい道を出すことだ。たまに絶壁に

만나기도 한다. 그렇지만 새로운 길을 찾으려면  
会うこともある。しかし、新しい道を探すなら

그런 위험을 무릅쓰는 수밖에 없다.  
そんな危険をいとわないしかない。

- 박웅현의《인문학으로 광고하다》중에서 -  
- パク・ウンヒョンの<人文学で広告する>より -

\* 길을 잘못 들었다고 낙심할 것 없습니다.  
\* 道を間違えて入ったと、落胆することはありません。

나 있지 않은 길을 간다고 두려워할 것 없습니다.  
(世に)でてない道を行くと、恐れることもありません。

절벽도 만나고 돌밭도 걸지만 그 고통과 수고 덕분에  
絶壁にもであって、荒れた畑も歩くが、その苦痛と苦勞のお陰で

없던 길이 생겨나고 새로운 지도가 만들어집니다.  
なかった道が、生じて新しい地図がつけられます。

그 길, 그 지도를 따라 많은 사람들이  
その道、その地図にしたがってたくさんの人々が

편안한 마음으로 오고갑니다.  
平和な心で行き来します。

창:의 [創意·勗意]

[명사·하다형 자동사] 創意:新しい思いつき。

절벽 [絶壁]

<1> [명사] 絶壁。

<2> [명사] 耳が遠かったり事理にうとかったりして話が通じないこと, またそのような人をたとえていう語。

무릅쓰다

[타동사] (困難·苦しみ·恥などを)耐え忍ぶ;押し切る;冒す;いとわない。

광고 [廣告]

[명사·하다형 타동사] 広告。

<1> [명사·하다형 타동사] 世の中に広く知らせること。

돌-

<접두사> 一部の名詞に付いて、品質が劣ったり野生のものであることをあらわす語。

밭

<1> [명사] 畑:はた。

<2> [명사] ある物がいっぱい広がっている所。

2009년 11월 6일 보낸 편지입니다.(1,434조회)

뼈저린 외로움  
骨身にしみるさびしさ

외로움을 겁내지 말라.  
さびしさを恐れるな

그대가 어디서 무엇을 하더라도  
あなたが、何処で何をしても

그대의 뼈저린 외로움은 물리칠 방도가 없으리니.  
あなたの骨身にしみるさびしさは、追い払う方法がないから

외로움은 평생의 동반자, 비록 그대가 마침내  
さびしさは、一生の同伴者、例えあなたが、ついに

성인(聖人)의 반열에 오른다 하더라도  
成人の序列に登ったとしても

그놈은 한평생 그대 곁을  
ヤツは一生あなたのそばを

떠나는 법이 없으리라.  
離れることはないだろう

- 이외수의《여자도 여자를 모른다》중에서 -  
- イ・ウエスの〈女性も、女性を知らない〉より-

\* 외로움이 없으면 산 사람이 아닙니다.  
\* さびしさがなければ、生きた人ではありません。

살아있는 사람만이 외로움에 뼈가 시립니다.  
生きている人だけが、さびしさに骨がしびれます。

너무도 춥고 아리지만 그 외로움 때문에 그리움과  
とても寒くても痛い、そのさびしさのために、懐かしさと

사랑을 배우고 사람의 소중함을 알게 됩니다.  
愛を学び、人の大切さをわかるようになります。

그리고 그 외로움 때문에 예술이 탄생되고  
そしてそのさびしさのために、芸術が誕生して

둘도 없는 걸작품이 태어납니다.  
またとない傑作品が生まれます。

외로움을 겁내지 마십시오.  
さびしさを恐れなくて下さい。

뼈-저리다

[형용사] 骨髓にしみる;痛切に感じる。

겁-내다 [怯—]

[타동사] 恐れる;怖がる;びくびくする;臆する;びくつく。

물리-치다

<1> [타동사] 受け取らない;はねつける;拒む;拒絶する。

<2> [타동사] (敵を)撃退する;追い払う。

비록

[부사] たとえ;もしそうであっても。

마침-내

[부사] 遂に;いよいよ;到頭;結局。

반열 [班列]

[명사] 位階の序列;身分・等級の順序。

시리다

[형용사] しびれるほど冷たい;冷たく感じる。

아리다

<1> [형용사] 舌の感触がひりひりする;ぴりっと辛い。

<2> [형용사] 傷口がちくちくと痛む;刺すように痛む。

돌도 없다

《관용구》 二つとない;またとない;掛け替えのない。

2009년 11월 7일 보낸 편지입니다.(333조회)

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 김은미님께서 보내주신 아침편지입니다.  
今日は、キム・ウンミさまから、送っていただいた朝の手紙です。

다른 사람을 긍정해 주기 위해 산다  
他の人を肯定してあげるために生きる

다른 사람들의  
他の人々の

자존감을 재건하는 일을 돕는  
自尊心を再建することを助ける

일을 자기의 거룩한 소명으로 삼고  
ことを自身の尊い召命だとみなし

그 일에 집중하는 사람들이 있다.  
そのことに集中する人々がいる

이 사람들은 다른 사람들을 긍정해 주기 위해 산다.  
この人々は、他の人を肯定してあげるために生きる

- 에드 영의《나의 가치를 찾아 떠나는 여행》중에서 -  
- エド・ヤングの＜私の価値を探し旅立つ旅行＞より -

\* '다른 사람을 긍정해 주기 위해 산다'는 말.  
\* '他の人を肯定してあげるために生きる'という言葉

참 멋지고 위대한 말입니다.  
とても、すてきで、偉大な言葉です。

큰 도전이 되는 말입니다.  
大きな挑戦になる言葉です。

다른 사람을 생각하고,  
他の人を思って、

다른 사람을 위해 살아가기 위해서는  
他の人のために、生きていくためには

먼저 자기 자신부터 행복하고 밝고 따뜻한  
まず自分自身から幸せで、明るく、美しい

긍정의 에너지들로 충만해져야겠지요?  
肯定のエネルギーで充滿させるべきでしょう?

좋은 글 주신 김은미님께  
いい文章を下されたキム・ウンミ様に

감사와 축하의 인사를 드립니다.  
感謝と祝賀の挨拶をいたします。

긍:정 [肯定]

[명사·하다형 타동사] 肯定;ものごとをそのとおりだと認めること;是認。[반의어] 부정(否定)

자존 [自尊]

[명사·하다형 자동사] 自尊。

<1> [명사·하다형 자동사] 自分で自分を相当なものと思うこと;自負;うぬぼれ。

재:건 [再建]

[명사·하다형 타동사] 再建;建て直すこと。

돕:다

<1> {타동사·ㄹ 불규칙 활용} (人のために)助力する;手伝う;援助する。

<2> {타동사·ㄹ 불규칙 활용} (危険などから)助け出す;救助する;助ける。

거:룩-하다

{형용사·여 불규칙 활용} 神々しい;神聖だ;尊い;立派だ;偉大である。

소명 [召命]

[명사] 召命。

<1> [명사] 王が臣下に下す命令。

삼:다1

<1> [타동사] (縁を結んで自分とある関係に)…する。

집중 [集中]

[명사·하다형 자·타동사] 集中;精神や物事をひと所に集めること, または集まること。

<2> [타동사] (…を…に[と])する;見なす。

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。

충만 [充満]

[명사·하다형 형용사] 充満。

에드 영(Ed Young) エド・ヤング