

2010년 1월 18일 보낸 편지입니다.

휴식의 시간
休息の時間

앤드류는 하루에 12시간씩 일하지만
アンドリューは1日に12時間づつ働くが

저녁식사는 가족이나 친구들과 함께 한다.
夕食は家族や友たちと一緒にやる。

자신의 일을 좋아한다는 자체가 엄청난 에너지의
自身の仕事を好きだという自体がとてつもないエネルギーの

원천이 되지만, 휴식을 취하는 시간과 친한 사람들과의
源泉になるが、休息をとる時間と、親しい人々との

만남도 소중한 여긴다. 주말에는 한가하게 시간을
出会いも、大切に思う。週末にはのんびり時間を

보내고 정기적으로 여행을 즐긴다.
すごして、定期的に旅行を楽しむ。

-줄리 모건스턴의《능력있는 사람의 시간관리》중에서-
-ジュリー・モーゲンスタンの<能力ある人の時間管理>より-

* 속도의 시대입니다. 빨라야 살아남습니다.
* 速度の時代です。早ければ生き残ります。

경쟁의 시대입니다. 남보다 더 열심히 일하지 않으면
競争の時代です。他よりさらに熱心に仕事をしなければ

낙오자가 됩니다. 그러나 속도와 경쟁만이 능사는
落伍者になります。しかし、速度と競争だけが才能のある人

아닙니다. 휴식을 모르면 위기가 옵니다. 틈틈이
ではありません。休息を知らなければ、危機が来ます。暇暇に

휴식의 시간을 만들어 낼 줄 알아야 어느날 갑자기
休息の時間を作ることができこそ、いつの日かとつぜん

멈춰서는 위기의 순간을 막을 수 있습니다.
立ち止まる危機の瞬間を阻むことができます。

(2004년 1월 20일자 앙코르 메일)
(2004年1月20日付アンコールメール)

줄리 모건스턴(Julie Morgenstern)
ジュリー・モーゲンスターン

자체 [自體]

[명사] 自体;人或物の本体;それ自身;そのもの。

엄청-나다

[형용사] 思いもよらぬ程ひどい;予想外である;とてつもない;とほうもない;度外れた;非常に多い[大きい]。

취;-하다 [取-]

<1> {타동사·어 불규칙 활용} 捨てずに取り上げる。

<2> {타동사·여 불규칙 활용} ある態度を取ったり行動したりする。

한가 [閑暇·閒暇]

[명사·하다형 형용사] 閑暇;暇なこと;ひま。

능사 [能士]

[명사] 能士;才能のある人。

틈틈-이

<1> [부사] すき間ごとに。

<2> [부사] 暇々に;暇あるごとに;片手間に。

ひと-あしごとに立ち止まる → ひと-あし

한 걸음마다 멈춰서다

막다

[타동사] 遮る;ふさぐ。

<1> [타동사] (物の動き·行動を)妨害する;止める。

2010년 1월 19일 보낸 편지입니다.(1,034조회)

훗날을 위하여
後日のために

“작전이 필요할 때
”作戦が必要なとき

작전을 세우면 이미 너무 늦다, 였어.”
作戦を立てるなら、すでに手遅れ、だった”

꽃이 필요한 순간에 꽃씨를 뿌리는 것보다
花が必要な瞬間に、花の種をまくこと

같은 이치라고나 할까.
同じ道理だともいえないか。

“언제나, 꿈을 가진 사람은
”いつも夢を持った人は

훗날을 도모하기 위하여 땅 속에 미리 씨앗들을,
後日を企図するために、地の中にあらかじめ種子を

버리듯이 묻어 놓아야 한다고 했네.”
捨てるように、埋めておかなければならないと言っていた。”

- 최명희의《혼불 10》중에서 -
- チェ・ミョンヒの<魂の土台10>より -

* 개인도 민족도 국가도
* 個人も民族も国歌も

꿈이 있어야 미래가 있습니다.
夢があってこそ未来があります。

그런데, 꿈에도 씨앗이 필요합니다.
しかし、夢にも種が必要です。

먼 옛날 누군가가 훗날을 위해 뿌려놓은
遠い昔誰かが、後日ためにまいておいた

좋은 씨앗 때문에 오늘의 우리가 존재합니다.
いい種子のお陰で、今日の私たちが存在します。

(2006년 10월 3일자 앙코르 메일)
(2006年10月3日付アンコールメール)

이:치 [理致]
[명사] 理致; 道にかなった趣旨; すじみち; 道理.
도모 [圖謀]
[명사·하다형 타동사] 企図; 企て; 企てること; もくろむこと; 図ること.
버리다1
<1> [타동사] (不用の物を)捨てる.
<2> [타동사] (悪い性格・癖などを)なくす; 捨てる.
혼불
[명사][방언] 사람의 혼을 이루는 바탕.

20100119.txt

[名詞][方言] 人の魂を成す土台.

2010년 1월 20일 보낸 편지입니다.(5,704조회)

희망은 있다
希望はある

한 발자국 뒤로 물러서면
1歩後ろに下がれば

절벽 아래로 떨어질 상황이었을 때도
絶壁の下に落ちる状況だったときも

나는 한번도 희망을 놓은 적은 없다.
私は1度も希望をおいたことはない。

돌아보면 사방이 콕콕 막힌 벽이었을 때도
振り返ってみれば、四方がぎっしりふさがれた壁だったときも

잠시 숨을 멈추고 기다렸다.
少し息を止めて待った。

벽이 열릴 때까지.
壁が開かれるまで。

하늘은 스스로 돕는 자를 돕는다고 외치면서.
天は自らを助けるものを助けると叫びながら

- 안효숙의《나는 자꾸만 살고 싶다》중에서 -
- アン・ヒョソクの<私は、しきりに生きたい>より -

* 사람이 한 순간에 무너지는 것은 절벽 때문이 아닙니다.
* 人が一瞬に倒れることは、絶壁のせいではありません。

지레 겁에 질려 희망의 줄을 놓았기 때문입니다.
先立って恐怖に呆然となって、希望の縄をおいたからです。

희망은 기다릴 줄 아는 자의 것입니다.
希望は待つことができる人のものです。

슬기롭게 대비하면서 기다리면
賢く備えながら、まてば、

길은 다시 열립니다.
道はまた開かれます。

(2006년 10월 11일자 양코르 메일)

외:치다

[자동사][타동사] 叫ぶ;喚く;声を張り上げる。

자꾸-만

[부사] ‘자꾸’의強調語:しきりに;ひっきりなしに;何度も何度も;どンドン。

지레2

[부사] あらかじめ;前もって;先だって。[동의어] 미리

겁 [怯]

[명사] おじけ;怖がり;恐怖;臆病。

질리다1

<1> [자동사] 飽き飽きする;いや気がさす;こりる。

<2> [자동사] あっけに取られる;ぼう然となる;あきれる;参る;閉口する。

슬기-롭다

{형용사·ㄴ 불규칙 활용} 賢い;聡い;知恵がある;聡明だ。

대:비 [對備]

[명사·하다형 자동사] 備え;準備すること;防備すること。

꽂-꽂

[부사] 幾度も強く押しついたり, かたく縛るさま:ぎゅうぎゅう。

2010년 1월 21일 보낸 편지입니다.(1,217조회)

몸과 마음과 정신과 영혼의 힘
体と、心と精神と魂の力

몸과 마음과 정신과 영혼의 힘이
体と、心と精神と魂の力が

서로 복잡하게 관계를 맺고 있는 것이 인간이라는 유기체다.
お互い複雑に関係を結んでいることが、人間という有機体だ。

그러니 몸과 마음과 정신과 영혼이 균형 잡혀 있고
しかし、体と心と精神と魂が均衡が取れていて

제구실을 해야 건강하다고 할 수 있다.
自分の役目をしてこそ、健康だということができる。

인간이라는 유기체의 이 네 가지 측면이 탈 없이 움직이고,
人間という有機体の、この4つの側面が事故なく動いて

서로 적절한 관계와 균형을 유지할 때
お互い、適切な関係と均衡を維持するとき

사람은 건강하다고 할 수 있으며,
人は健康だということができ

만족스럽고 보람 있고 성숙한 삶을 살 수 있다.
満足して目的ある、成熟な人生を生きることができる。

- 스코트 니어링의《희망》중에서 -
- スコット・ニアリング<希望>より -

* 몸의 건강이 마음을 지켜주고,
* 体の健康が心を守って

역으로 마음의 건강이 몸을 지켜줍니다.
逆に心の健康が体を守ってくれます。

몸과 마음이 모두 무너졌을 땐 정신이 견져주고
体と心がすべて、崩れたときは、精神が引き上げてくれ

정신마저 지쳤을 땐 영혼이 마지막으로
精神までも、疲れたときは、魂が最後に

다가와 우리를 살려냅니다.
やってきて私たちを生かしてくれます。

(2006년 10월 13일자 앙코르 메일)
(2006年10月13日付アンコールメール)

잡히다1

[자동사] ‘잡다1’의受動。

<1> [자동사] (手などが)つかまえられる;握られる;取られる;つかまる。

제-구실

<1> [명사] 自分のなすべきこと;自分の役目・役割・義務・務め。

<2> [명사] はしかなど幼児のとき、一度は必ずかかる病。

탈: [頃]

<1> [명사] 事故;変事;故障。

<2> [명사] 病氣;病。

건져주다 引き上げてくれる

마저2

[조사] …もまた;…までも;…をも;…さえ;…すら。

지:치다1

[자동사] (力のいる仕事や苦しみなどで)疲れる;へとへとなる;くたびれる;飽き飽きする。

다가-오다

<1> [자동사] 近寄って来る;近寄る;やってくる。

<2> [자동사] (ある時期が)迫ってくる;迫る;近づく。

스코트 니어링(Scott Nearing)

スコット・ニアリング

2010년 1월 22일 보낸 편지입니다.(5,206조회)

깊은 성찰
深い省察

깊은 성찰을 하려면
深い省察をするためには

세부만이 아니라 사소한 것
細部だけではなく、些細なこと

하나하나의 상호관계도 예리하게 관찰해야 한다.
ひとつひとつの相互関係も鋭く観察しなければならない。

“두 그루 나무 어느 하나도 까마귀에게는 똑같지 않네.
”二つの木、どのひとつもカラスには同じではない。

나뭇가지 어느 하나도 굴뚝새에게는 똑같지 않아”라고
木の枝どの一つも、ミソサザイ(鳥の名前)には同じではない”と

데이비드 웨이고너는 이야기했다. 그는 “나무든 가지든
デイビット・ウェークナーは話した。かれは”木でも、枝でも

그 존재를 그대가 잊었다면, 정녕 그것은
その存在は、あなたが忘れたら、まさしくそれは

상실이다.”라고 말했다.
喪失だ”といった。

- 프랜시스 웨슬리의《누가 세상을 바꾸는가》중에서 -
- フランシス・ウェスリーの<誰が世界をかえるのか>より -

* 사람도 어느 하나 똑같지 않습니다.
* 人間もどの一人も同じではありません。

저마다 다른 얼굴과 다른 영혼의 세계를 가지고 있습니다.
私ごとに、他の顔と、他の魂の世界を持っています。

그 존귀한 존재들이 서로 연결되어 아름다운 세상을 만듭니다.
その、尊い存在がお互いつながって、美しい世界を作ります。

가장 깊은 성찰은 자기 자신에 대한 성찰입니다.
一番深い省察は、自分自身に対する省察です。

자기를 먼저 깊이 바라보고, 그 다음에
自身をまず深く、見つめなおして、その次に

다른 사람을 잘 바라보는 것, 그리고
他の人をよく眺めること、そして

그 존귀함을 찾아내 사랑하는 것,
その尊さを探し出して、愛すること

그것이 최고의 성찰입니다.
それが最高の省察です。

성찰 [省察]

[명사·하다형 타동사] 省察;自分で自分の生活・行為などについて反省して考えること。

예:리 [銳利]

[명사·하다형 형용사] 銳利。

<1> [명사·하다형 형용사] 刃物などが鋭くよく切れるさま。

골:뚝-새

[명사] 『조류』 초센미소사라이(미소사라이科の小鳥)。

존귀 [尊貴]

[명사·하다형 형용사] 尊貴;尊いこと。

상실 [喪失]

[명사·하다형 타동사] 喪失。

프랜시스 웨슬리.

Francis Wesley

2010년 1월 23일 보낸 편지입니다.(436조회)

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 조정아님께서 보내주신 아침편지입니다.
今日は、チョ・ジョンアさまから、送っていただいた朝の手紙です。

가장 강한 힘
一番強い力

나는 깨달았다.
私は悟った。

세상에서 가장 설득하기 힘든 것이 자기 자신이지만,
世の中で一番説得しづらいのが自分自身だが

일단 자기 자신과 합의가 이루어지면,
一旦自分自身と合意に到れば

가장 강한 힘을 발휘한다는 것을.
一番強い力を発揮するということを

- 서진규의《나는 희망의 증거가 되고 싶다》중에서 -
- ソ・ジンギュの<私は希望のあかしになりたい>より -

* 저도 저 자신과 합의를 이루어
* 私も自分自身と合意に至って

스스로에게 담대한 힘을 갖게 해달라고 다짐합니다.
自分自身に大胆な力をもつようにしゅくと約束します。

비록 합의를 이루었다 해서 저 스스로에게 너무
ようやく合意にいたったとしても、自分自身にあまり

관대하지 말라고, 그러나 끝까지 믿어 달라고,
寛大にならず、しかし最後まで信じてくれと

그래서 가장 강한 힘을 발휘하게 해달라고,
それで、一番強い力を発揮してくれと

간절히 기도하고 다짐해 봅니다.
切に祈って、約束してみます。

좋은 글 주신 조정아님께
よい文章をくださったチョ・ジョンアさまに

감사와 축하의 인사를 드립니다.
感謝と祝賀の挨拶をいたします。

증거 [證據]

[명사] 証拠; 事實を証明する材料; あかし; 証左。

담; 대 [膽大]

[명사·하다형 형용사] 胆大; 胆が大きいこと; 胆力が大きいこと; 大胆; 豪胆。

간; 절-히 [懇切-]

20100123.txt

[부사]懇切に;切実に;ねんごろに。