

2010년 6월 7일 보낸 편지입니다.(2,677조회)

영혼의 우물
靈魂の井戸

명상을 통해 오는 기쁨은
瞑想を通じてくる喜びは

너무나 엄청난 것이었다. 눈둔덕에서의
あまりにもとてつもないことだ。目のまえでの

어릴 적 경험이 자꾸 되살아났고, 만물은 저마다
幼いときの経験がよくよみがえり、万物はおのおの

나름대로의 완전함 속에서 아름답게 빛나고 있었다.
それなりに完全さの中に、美しく輝いていた

세상 사람들이 추악하다고 보는 것 속에서도 나는
世の中の人々が醜悪だと見えることの中にも、私は

영원한 아름다움을 보곤 했다. 이러한 영적인 사랑은
永遠な美しさをみたりした。このような靈的な愛は

내 모든 지각을 가득 채웠다. 여기와 저기,
私のすべての知覚をいっぱい満たした。これとそれ

그때와 지금, 너와 나라는 모든
あのときと今、君と国はすべて

경계선이 사라졌다.
境界線がなくなった

- 데이비드 호킨스의《의식혁명》중에서 -
- デヴィッド・ホーキンスの<意識革命>より -

* 명상은 잠시 멈춰서서
* 瞑想は、しばらく立ち止まって

영혼의 우물을 깊이 파는 것입니다.
靈魂の井戸を深く掘ることです

자기 영혼의 우물이 얕거나 말라 있으면
自分の靈魂の井戸が浅かったり、遠かったりすれば

자신의 삶도 기운도 사랑도 함께 메말라 버립니다.
自分の人生も機運も愛も一緒に干からびてしまいます。

영혼의 우물이 깊고 물이 가득 넘치면
靈魂の井戸が深く、水がいっぱいにあふれば

삶도 사랑도 함께 넘쳐, 사랑과
人生も、愛も一緒にあふれ、愛と

기쁨의 사람이 됩니다.
喜びの人になります。

저-마다

<1> [부사] 人毎に;おのあの;各自;口々に。

<2> [부사] (名詞的に)各自;おのあの。

나름대로 それなりに

추악 [醜惡]

[명사·하다형 형용사] 醜惡;顔だちや姿などの醜いこと;行ないや心などのけがらわしく憎むべきこと。

지각 [知覺]

[명사] 知覺。

<1> [명사] 感覺器官を通じて外部の物事を意識する働き(視覺·聽覺·觸覺·味覺·嗅覺など)。

메-마르다

<1> {형용사·르 불규칙 활용} (土地が)干からびている;地味がやせている;不毛だ。

<2> {형용사·르 불규칙 활용} (皮膚などが)かさかさしている;やせている;乾いている。

데이비드 호킨스(DAVID HAWKINS)

デヴィッド・ホーキンス

2010년 6월 8일 보낸 편지입니다.(1,341조회)

이 고비를 넘기고 나면
この峠を越えて出れば

'이 고비를 넘기고 나면,
'この峠を越えて出れば

이 고생을 끝내고 나면, 이 과정이 지나고 나면,
この苦勞を終わらせれば、この過程が過ぎれば

사람들을 울리고 웃길 이야깃거리가 또 많이 나오겠구나.
人々を泣かせて、笑わせる話の種がまさたくさん出てくるね

이게 다 내 자신이며 내 능력의 토양이 되어줄 거다'라고
これがすべて、私自身であり、私の能力の土壌になることができるだろう'と

생각한다. 그리고 그 과정을 기꺼이 받아들이며
おもった。そして、その過程を喜んで受け入れながら

순간순간을 넘긴다.
瞬間瞬間を越える

- 김미경의《꿈이 있는 아내는 늙지 않는다》중에서 -
- キム・ミギョンの<夢がある嫁は老いない>より -

* 누구든, 무슨 일이든,
* 誰でも、どんなことでも

반드시 고비가 있습니다.
必ず峠があります。

나락으로 떨어지는 위기의 순간이자
奈落に落ちる危機の瞬間でもあり

더 높이 솟구쳐 오르는 절호의 기회이기도 합니다.
高くこの上ない昇に絶好の機会でもあります。

그래서 고비는 많은 이야기(story)를 만들어 냅니다.
だから峠はたくさんのストーリーを作り出します。

고비가 많을수록 이야기가 해지고, 이야기가
峠が多いほど、ストーリーになって、ストーリーが

풍성한 사람이 삶도 풍성하게 됩니다.
豊かな人が、人生も豊かになります。

이 고비를 넘기고 나면 또 하나의
このとおげを超えてみれば、さらにひとつの

멋진 이야기가 탄생합니다.
素敵なストーリーが誕生します。

고비3
[명사] (ものごとの)야마;사카리;峠;瀬戸ぎわ。
이야깃-거리

[명사] 言い草;語り草;話の種。

기꺼-이

[부사] 喜んで;快く。

이자2

[조사] 子音で終わる体言の後に付いて二つ以上の事柄を同じ資格でつなぐ接続助詞(母音のあとでは‘이’を省くこともある):…でもあり。

솟구-치다

[자동사][타동사] (勢いよく)跳ね上がる;突き上がる。

절호 [絶好]

[명사·하다형 형용사] 絶好;(あることを行うのに)この上なく好都合であること。

풍성 [豊盛]

[명사·하다형 형용사] 豊かで多いこと;ふんだんにあること;豊富。

2010년 6월 9일 보낸 편지입니다.(254조회)

“화려한 보석에 둘러싸여 살아왔어요”
豪華な宝石に囲まれて生きてきた

“나는 평생 동안
”私は生涯の間

화려한 보석들에 둘러싸여 살아왔어요.
豪華な宝石たちに囲まれて生きてきました

하지만 내가 정말 필요로 했던 건 그런 게 아니었어요.
しかし、私が本当に必要にしてきたことは、このようなものでありませんでした。

누군가의 진실한 마음과 사랑, 그것뿐이었어요.”
誰かの真実な心と、愛、それだけでした”

- 엘리자베스 테일러
- エリザベス・テイラー

- 이옌의《천만명의 눈물》중에서 -
- イ・エニの<千万名の涙>より -

* 엘리자베스 테일러는
* エリザベス・テイラー

세기적인 미모와 '화려한 보석'의 상징입니다.
世紀的な美貌と'豪華な宝石'の象徴です

보석이 아무리 화려해도 진실한 마음과 사랑이 없으면
宝石がいくら、豪華でも真実な心と愛がなければ

값비싼 돌조각에 지나지 않습니다.
高い石のかけらに過ぎません

헛되고 헛된 보석보다 진실된
むなしくなる宝石より、真実な

사랑에 둘러싸여 사십시오.
愛に囲まれて生きてください

둘러-싸이다
[자동사] '둘러싸다'의受動:取り巻かれる;囲まれる。

조각

<1> [명사] 切れ;切れ端。

<2> [명사] かけら;破片。

헛-되다

<1> [형용사] むなしい;甲斐がない;無駄である。

<2> [형용사] でたらめで信じられない。

엘리자베스 테일러
Elizabeth Taylor

エリザベス・テイラー - Wikipedia

エリザベス・テイラー (Dame Elizabeth Taylor , DBE,

本名 : Dame Elizabeth Rosemond Taylor, DBE, 1932年2月27日 -)は、

20100609.txt

イギリス出身の女優。愛称は「リズ(Liz)」

2010년 6월 10일 보낸 편지입니다.(1,293조회)

사람의 혀, 사람의 말
人の舌、人の言葉

말은 그 말에 해당하는 것을
言葉はその言葉に該当することを

끌어당기는 에너지가 있습니다.
引き寄せるエネルギーがあります

말은 병을 낫게도 하고 병에 걸리게도 합니다.
言葉で、病気をよしたり、病気にかかたりします

말은 부자가 되게도 하고 가난뱅이가 되게도 합니다.
言葉で、お金持ちになったり、貧乏になったりします

한가지 놀라운 사실은, 우리는 과거에 말한 대로
ひとつの驚くべき事実は、私たちは過去に言ったように

현재를 살고 있다는 것이지요. 따라서 오늘 아니,
現在を生きています。よって、今日、いや

이 시간에 어떤 말을 하느냐가 미래의 운명을
この時間にどんな言葉をお話すかが、未来の運命を

결정한다고 해도 과언은 아닐 것입니다.
決定するとしても過言ではないだろう

- 한창희의《혀, 매력과 유혹》중에서 -
- ハン・チャンヒの〈舌、魅力と誘惑〉より -

* '사람의 혀'는
* '人の舌'は

'사람의 말'을 해야 합니다.
'人の言葉'を話さなければなりません

그러나 이따금 짐승의 말을 하고
しかし、時々鳥獸の言葉を話し

때로는 악마의 말을 하기도 합니다.
時には、悪魔の言葉を話したりします

말은 씨앗과도 같습니다. 혀가 뿌린대로 거둡니다.
言葉は種子と同じです。舌が撒かれるほど育ちます

사람이 천사의 말을 하면 천사가 되고
人が天使の言葉を言えば、天使になって

사랑과 감사와 축복의 말을 하면
愛と感謝と祝福の言葉を言えば

그 말 그대로 열매가 맺힙니다.
その言葉のままに実を結びます

해당 [該當]

[명사·하다형 자동사] 該當;条件などにあてはまること;相当。

끌:어-당기다

[타동사] 引き寄せる;引きつける;手繰り寄せる。

유혹 [誘惑]

[명사·하다형 타동사] 誘惑;誘って心を惑わすこと;悪事に誘い込むこと。

짐승

<1> [명사] 鳥獸の総称。

<2> [명사] 獸;けだもの。

뿌리다

<1> [자동사][타동사] (水や物を)撒く;振り掛ける。

<2> [자동사][타동사] (雨·雪などが)降る;ばらつく。

거두다

<1> [타동사] (散らばっているものを)取り入れる;回収する;徴収する。

<2> [타동사] 育てる;面倒を見る;養う。

2010년 6월 11일 보낸 편지입니다.(6,546조회)

공유
共有

“그 대신,
”その代わりに

부인과 저는 어떤 것을 공유했어요.
夫人と私はあることを共有した

다른 누구와도 공유할 수 없는 소중한 것을.
ほかの誰とも共有できない大切なことを

다른 어디서도 얻을 수 없는 것ですよ.”
ほかのどこでも得ることが出来ないことを”

- 무라카미 하루키의《1Q84》중에서 -
- 村上春樹<1Q84>より -

* 음식을 함께하면 식구가 됩니다.
* 食事を一緒にすれば、家族になります

배움과 경험을 함께하면 벗이 됩니다.
学びと経験が一緒になれば友になります

꿈과 비전, 꿈너머꿈을 함께하면
夢とビジョン、夢を超えた夢を一緒にすれば

평생의 동반자가 됩니다.
生涯の同伴者ができます。

눈이 오나 비가 오나...
雪が降っても雨が降っても...

벗:2
[명사] 友。
<1> [명사] 友達;友人;朋友。

2010년 6월 12일 보낸 편지입니다.(444조회)

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 김보라님께서 보내주신 아침편지입니다.
今日は、キム・ボラさまから、送っていただいた朝の手紙です。

그건 내 잘못이야
それは私の過ちだ

세상을 살아가는 데
世の中を生きているが

꼭 필요한 요소는 세 가지가 아니라 네 가지인 것 같다
必ず必要な要素は、3つではなく4つようだ

의식주 외에 '누군가 탓할 사람' 말이다.
衣食住の他に'誰かとがめる人'だ

남을 탓하는 것도 하나의 성격이다.
他人をとがめることも、ひとつの性格だ

어떤 일이 잘못됐을 때
あることが間違ったとき

책임을 지려는 사람이 있는가 하면
責任を負おうとする人がいるかと思えば

남을 탓하기에 바쁜 사람이 있다.
他人をとがめるのに忙しい人もいる。

- 에이브러햄 J. 트위스키의《그건 네 잘못이 아니라 네 성격 탓이야》중에서 -
- エイブラハム・J・ツワルスキーの<それは君の過ちではなく君の性格のせいだ>より -

* 어떤 일이 잘못될 때면
* あることを間違うとき

핑계부터 찾는 내 모습이 눈에 보이기 시작했습니다.
弁明から探す私の姿が目に見え始めます。

그러면 내 마음은 잠시 편해지는 듯했다가도
そうすれば、私の心は、しばらく楽になるようだったとしても

내 존재는 한없이 작아지는 것만 같고
私の存在は、限りなく小さくなることだけのようで

내일이 되면 또 한없이 부끄럽습니다.
明日になれば、さらに限りなく恥ずかしいです

오늘은 남을 탓하면서 잠깐 피해가는 하루보다는
今日は、他人をとがめながら、ちょっと避ける一日よりは

내 잘못임을 말하면서 나를 키워나가는
私の過ちを言いながら、私を育てていく

하루가 되면 좋겠습니다.
一日になれば、いいと思います。

좋은 글 보내주신 김보라님께
いい文章を書いてくださったキム・ボラさまに

감사와 축하의 인사를 드립니다.
感謝と祝賀の挨拶をいたします。

좋은 주말 보내시고
いい週末を送って

오늘도 내일도 많이 웃으세요.
今日も明日もたくさん笑ってください。

탓
<1> [명사] (失敗・不首尾に終わった)理由;わけ;せい;ため。
<2> [명사] (ある結果を)恨むこと;責めること。
핑계
[명사·하다형 타동사] 口実;言い訳;言い逃れ;弁明;弁解。
작:다
<1> [형용사] (大きさが)小さい;大きくない。
<2> [형용사] (背が)低い;小さい。

에이브러햄 J. 트워스키(Abraham Twerski)
エイブラハム・J・トワースキ、エイブラハム・J・ツワルスキー(Rabbi Dr. Ab(v)raham
J. Twerski, M.D.)はハシディズムのチェルノビル派 Chernobyl のラビで、精神科医。
薬物乱用 substance abuse とその心理に関する専門家。
1951年にラビの資格を取得。ピッツバーグにゲートウェイ・リハビリテーション・センター
を創設。
セルフヘルプ(自助; 自立生活運動 self-help)、ユダヤ教に関する本を書いている。
特に、チャールズ・M・シュルツとともに、スヌーピーの漫画を使った心理分析関係
の本を書く。