

2010년 9월 27일 보낸 편지입니다.(1,094조회)

청춘 경영
青春経営

남보다 잘하려고
他人よりよくしようと

노력하는 사람은 경쟁이 곧 상쟁(相争)이다.
努力する人は、競争がまさに相争だ

타인을 밟고 일어서야 내가 이길 수 있기 때문이다.
他人を踏んで立って私が勝つことが出来るからだ

전보다 잘하려고 노력하는 사람에게는 경쟁이 곧 상생(相生)이다.
前よりよくしようと努力する人には、競争がまさに相生だ

자신을 포함한 모든 사람이 경쟁 상대로 모두가
自身を含むすべての人が競争相手みなが

승리하는 게임을 하기 때문이다. 전보다
勝利するゲームをしているからだ。前より

나아지려고 노력하는 사람은 언제나
よくなるかと努力する人は、いつも

전과는 다른 모습으로 스스로를
前とはちがう姿で自らを

변화시켜 나간다.
変化させていく

- 유명만의《청춘 경영》중에서 -
- G・YONMANの〈青春経営〉より -

* 젊었을 때
* 若い時

제대로 경쟁하는 법을 배워야 합니다.
ちゃんと経営する方法を学ばなければなりません

다른 사람과 경쟁하는 법도 필요한 일이지만
他の人と競争する方法も必要なことだが

자기 자신과 싸우는 법을 익히는 것이 더 중요합니다.
自分自身と戦う方法になじむことが、さらに重要です

끊임없이 자기 내면의 거울을 바라보며 어제보다
途切れなく自分自身の内面の鏡をながめて昨日より

오늘 좀 더 나아진 자신을 만들어 가는 방법,
今日はちょっとさらによくなった自分を作っていく方法

그래서 서로 공존하고 상생하는 법을
だから、お互い共存して相生する方法を

배워야 '청춘 경영'을 잘 했다,
学んでこそ'青春経営'をよく出来た

말할 수 있습니다.
ということが出来ます

청춘 [青春]

[명사] 青春。

영 [經營]

[명사·하다형 타동사] 經營。

<1> [명사·하다형 타동사] 方針·規模などを定めて研究し,ものごとを行なうこと。

전:과 [戰果]

[명사] 戰果;戦争や戦闘,または運動競技などであげた成果。

공:존 [共存]

[명사·하다형 자동사] 共存;二つ以上のものがいっしょに存在すること。

2010년 9월 28일 보낸 편지입니다.(1,084조회)

벽은 열린다
壁は開かれる

어떤 상황에서도
どんな状況でも

사람을 강하게 하는 것은 희망이다.
人を強くするのは希望だ

반면 사람을 나약하게 만드는 것은 절망이다.
反面人を薄弱にするのは絶望だ

어떤 상황에서 막혀있는 벽을 열 수 있다는
どんな状況でも塞いでいる壁を開くことができる

강렬한 의지와 희망이 있다면, 그 벽은 열린다.
強烈な意思と希望があれば、その壁は開かれる

그러므로 우리가 보다 나은 삶을 살기 위해서는
それゆえ、私たちがよりよく生きるためには

어떤 상황에서건 희망을 잃지 않고
どんな状況でも希望を忘れず

그 희망을 유지해야 한다.
その希望を維持しなければならない

- 최복현의《책 숲에서 사람의 길을 찾다》중에서 -
- チェ・ボッキョンの本の森で人の道を探す>より -

* 누구든 인생길에 벽을 만납니다.
* 誰でも人生の道で壁にあいます

때로는 너무 높아서 넘어설 힘도, 열 엄두도 나지 않습니다.
たまには、とても高く越す力も、開く考えも出てきません

바로 그때 필요한 것이 희망입니다. 막힌 벽을 열게 하는
まさにその時必要なことが希望です。塞がれている壁を空けようとする

유일한 것이 희망이고, 희망을 갖는 사람에게만
唯一のことが希望で、希望を持つ人にだけ

벽은 열립니다. 하나만 열리는 것이 아니라
壁は開かれます。一つだけ開かれるのではなく

열 개, 백 개의 벽이 열립니다.
10個、100個の壁が開かれます

희망이 곧 길입니다.
希望がまさに道です

나;약 [懦弱·慳弱]
[명사·하다형 형용사] 懦弱なこと;いくじがないこと;柔弱なこと。
강렬 [強烈]

20100928.txt

[명사·하다형 형용사] 强烈;強くはげしいさま。

넘어-서다

<1> [타동사] (ある限界などを)越す;越える;通り越す。

<2> [타동사] 越す;越える;脱する。

엄두

[명사] 何かをなそうとする意欲;考え。

2010년 9월 29일 보낸 편지입니다.(1,023조회)

걷기 자세
歩く姿勢

잠시 당신의 자세를 점검하라.
しばらくあなたの姿勢を点検しなさい

코는 약간 위로 올리고, 눈은 지평선 위
鼻は若干上に上げて、目は地平線の上

먼 곳을 바라보고, 어깨는 편안하게 뒤로 젖혀졌는가?
遠いところを眺めて、肩は楽に後ろにそったか?

그렇다면 이제 뻣뻣하지 않게 자연스럽게 부드러운
そうすれば、これからはこわばらないように、自然で、やわらかい

발걸음으로 걸어가면서 이 자세를 유지한다.
歩みで、その姿勢を維持する

새로운 걷기 자세 덕분에 당신의 자신감도
新しい歩みの姿勢のおかげであなたの自信感も

커지는 것이 느껴지는가?
大きくなることに気づくか?

승자의 기분을 만끽하라.
勝者の気分を満喫しなさい

세상은 당신 것이다.
世の中はあなたのものだ

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

* 걷는 자세 하나만으로
* 歩く姿勢ひとつで

그 사람의 많은 것을 알 수 있습니다.
その人のたくさんのがわかります

그가 살아온 과거가 보이고, 그가 살아갈 미래가
彼が生きてきた過去が見えて、彼が生きていく未来が

보입니다. 흐트러진 자세로 건들건들 걷는 사람과
見えます。乱れた姿勢でゆらゆら歩いている人と

바른 자세로 당당하고 자신있게 걷는 사람은
正しい姿勢で堂々と自信が有るように歩く人は

미래가 다릅니다. 사람 앞에 서는 사람은
未来が違います。人の前に立っている人は

특히 걷는 자세부터 살펴봐야 합니다.
特に歩く姿勢から見守らなければなりません

걸는 자세도 인격입니다.
歩く姿勢も人格です。

자:세 [姿勢]

[명사] 姿勢。

<1> [명사] 体の構え方。

胸がそる → そる

가슴이 뒤로 젖혀지다.

뻗뻗-하다

<1> {형용사·여 불규칙 활용} (物または手足などが)こちこちだ;こわばっている;

こわい;硬直している。

<2> {형용사·여 불규칙 활용} (糊気が多くて)こわい;硬い。

승:자 [勝者]

[명사] 勝者;競争や勝負に勝った者。[만:꺾 [満喫]

[명사·하다형 타동사] 満喫。

<1> [명사·하다형 타동사] 十分に飲み食いすること。반의어]패자(敗者)

흐트러-지다

[자동사] 乱れる。

건들-건들

<1> [부사·하다형 자·타동사] (わりに大きい物体が)ゆらゆらゆれ動くさま:ゆらゆら。

<2> [부사·하다형 자·타동사] 風が軽やかに涼しく吹くさま:そよそよ。

프랑크 나우만(Frank Naumann)

2010년 9월 30일 보낸 편지입니다.(1,098조회)

마음은 산산조각이 나고
心は散り散りになって

지나친 스트레스와 무기력은
度が過ぎたストレスと無気力は

정신적 건강을 손상시킨다. 마음은 말 그대로
精神的健康を損傷させる。心は言葉そのままに

'산산조각 나고', '고장 나고', '갈기갈기 찢어진다'.
'ちりぢりになって' '故障して' 'ずたずたにさける'

이러한 변화를 겪는 동안 우리의 뇌에는 신체적 손상과
このような変化を経験する間、私たちの脳には身体的損傷と

맞먹는 충격이 남는다. 이것은 살을 에는 듯한 급성적인
匹敵する衝撃が残る。それは、それは肉をえぐるような急性的な

고통을 불러일으키기도 하고, 오랜 기간에 걸쳐
苦痛を呼び起こし、長い期間かけて

정신 건강을 조금씩 좀먹는 만성적인
精神の健康をすこしずつ慢性的な

고통을 야기하기도 한다.
苦痛を引き起こしたりする

- 일레인 N. 아론의 《사랑 받을 권리》중에서 -
- エレーヌ・N. アーロンの〈愛を受ける権利〉より -

* 열심히 사노라면
* 熱心に生きてみれば

마음이 산산조각 나는 일이 있습니다.
心がちりぢりになることがあります

그럴 때일수록 더욱 조심해야 합니다.
そんな時ほど、さらに気をつけなければなりません

갈기갈기 찢어지는 순간의 고통이 만성으로 이어져
ずたずたにさける瞬間の苦痛が慢性に到って

정신까지 망들지 않도록 얼른 추스려야 합니다.
精神まで蝕まないように、すぐに動かなければなりません

'좋은 뜻이 있을 것이다', '더 좋은 일이 생길 것이다'
'よい意味があるだろう', 'さらにいいことが起きるだろう'

그런 믿음과 확신을 가지고, 하늘을 향해
そんな信頼と確信を持って、空のほうに

더 크게 웃어야 합니다.
さらに大きく笑わなければなりません

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。

손:상 [損傷]

[명사·하다형 자·타동사] 損傷; 損ない傷つくこと。

맞-먹다

[자동사] (数量や程度が) 互角だ; 匹敵する。

남:다

<1> [자동사] 余る; 残る; 浮く。

<2> [자동사] 残る; 残留する; 残存する。

에:다1

<1> [타동사] えぐる; えぐり出す; 切る。

<2> [타동사] (心痛させる) えぐる; 突きさす。

걸치다1

[자동사] ‘걸다1’의 受動。

<1> [자동사] (長い物の両端が) 高い物にかけて置かれる; 掛かっている。

좀-먹다

<1> [자동사][타동사] しみが食う; むしばむ。

<2> [자동사][타동사] ある事に少しずつ損害を及ぼす。

야:기 [惹起]

[명사·하다형 타동사] 惹起; ひき起こすこと。

멍-들다

<1> [자동사] あざが出来る。

<2> [자동사] 打撃を受ける; いたむ; むしばむ。

주스르다

<1> [타동사·르 불규칙 활용] 物を軽くゆすぶる。

<2> [타동사·르 불규칙 활용] (物を) 持ち上げる; ずり上げる。

찢어-지다

[자동사] 破れる; 裂ける。

일레인 N. 아론 Elaine N. Aron

2010년 10월 1일 보낸 편지입니다.(1,220조회)

5분 청소
5分清掃

5분간의 청소가
5分の清掃が

어떤 의미 있는 역할을 할까?
どんな意味ある役割をするか?

청소하는 양 자체는 그리 많지 않을 것이다.
掃除する量自体は、それほど多くないでしょう

그러나 5분이라는 시간은 당신을 '움직이게' 만든다.
しかし5分という時間はあなたを'動くように'します

그리고 이것은 가장 어려운 부분이기도 하다.
そして、それは一番難しい部分でもある

하기 싫은 일을 시작하는 것이 그것을 지속하는 것보다
したくないことをはじめることが、それを続けることより

더 어려운 법이다. 아마 당신은 주변이 생각보다
さらに難しいものです。たぶん、あなたは周りが思っているより

빨리 깨끗해지는 것을 보고 놀랄 것이다.
はやく、きれいになることをみて、驚くでしょう

싱크대 청소에서 시작했지만 곧이어
シンク台掃除から初めたが、まもなく

욕실과 거실도 깨끗해져
浴室と個室もきれいになって

있을 테니까.
いるだろうから

- 칩 히스의《스위치 Switch》중에서 -
- チップ・ハースの〈スイッチ〉より -

* 청소는 창문을 여는 것부터 시작됩니다.
* 掃除は窓を開くことから始まります

열린 창을 통해 묵은 공기를 내보내고 맑은 공기를
開かれた窓を通じて、よどんだ空気を送り出して、清らかな空気を

방안에 가득 채우는 것이 청소의 시작입니다.
部屋の中いっぱい満たすことが掃除の始まりです

몸과 마음도 깨끗한 공기가 필요합니다.
体と心もきれいな空気が必要です

마음의 창을 활짝 열어 탁하고 부정적인
心の窓を目ぱっと開けて、にごって否定的な

생각들을 끌어내고 해맑고 긍정적인
考えを追い出して、白くきれいな肯定的な

생각으로 채우면, 5분이 행복하고
考えで満たせば、5分が幸せで

더불어 인생이 행복합니다.
それとともに、人生が幸せになります

자체 [自體]

[명사] 自体;人或物の本体;それ自身;そのもの。

곧이어 まもなく

탁-하다 [濁—]

<1> {형용사·여 불규칙활용} 濁っている。

<2> {형용사·여 불규칙활용} 顔色がくもっている。

말끔하게 끌어내다. → 말끔-하다

きれいに掃き出す。

해:-맑다

[형용사] 白くすき通るようである;白くすっきりしている。

칩 히스(Chip Heath)

2010년 10월 2일 보낸 편지입니다.(626조회)

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 박선영님께서 보내주신 아침편지입니다.
今日は、パク・ソニョンさまから、送っていただいた朝の手紙です。

“크게 포기하면 크게 얻는다”
“大きな物をあきらめれば、大きなものを得る”

“크게 포기하면 크게 얻는다”
“大きな物をあきらめれば、大きなものを得る”

캘커타 초링기 지역에서 만난 한 거지는
カルカッタ、チョリング地区で会った1人の乞食は

내가 몇 푼을 줄까 망설이자 그렇게 충고했다.
私が何文やろうかと躊躇していたら、このように忠告した

- 류시화의《하늘 호수로 떠난 여행》중에서 -
- リュウ・シファの〈天の泉を旅だった旅行より〉 -

* 이미 내 손에 있는 것을 놓기가 쉽지 않습니다.
* すでに私の手にあることを、置くのは簡単ではありません

그것을 놓아야만 비로소 더 큰 것을 얻을 수 있는데도
それを置いてこそ、ようやくさらに大きなことが得ることが出来るが

늘 망설이게 됩니다. 포기란 단순히 포기가 아니라
ずっとためらうようになります。放棄とは、単純に放棄ではなく

더 큰 것, 더 나은 길로 가기 위해 감수하고
さらに大きなこと、さらによい道に行くために甘受して

희생해야 할 부분입니다.
犠牲にしなければならない部分です。

캘커타 칼카ッタ

푼: [←分]

<1> [의존명사] 昔のお金の単位:文(‘돈’의10분의1)。

<2> [의존명사] 少額のお金の単位:文。

망설-이다

[자동사] ためらう;躊躇する;もじもじする;決心がつかない。