

2010년 11월 22일 보낸 편지입니다.(1,174조회)

나를 발가벗겨 전시하다
私をすっかり展示する

“내가 하려고 하는 일은
“私がしようとしていることは

일찍이 전례가 없는 일이며,
かつて前例がないことであり

앞으로도 흉내 내는 사람이 없을 것이다.
これからも真似する人はいないだろう

그것은 사람 하나를 발가벗겨 세상 사람들에게
それは、ひと一人をすっかり世の中の人々に

전시하는 일이다. 그리고 그 인간이 바로
展示することだ。そして、その人間がまさに

나 자신이다.”(루소 '참회록')
私自身だ”(ルソー'懺悔録')

- 박범신의《산다는 것은》중에서 -
- パク・ポムシンの<生きるということは>より -

* 없던 길을 새로 내는 사람,
* なかった道を、新しく作る人

꿈을 말하고 꿈을 만들어가는 사람도
夢を話し、夢を作っていく人も

자신을 발가벗겨 전시하는 사람의 하나입니다.
自身をすっかり展示する人の一人です

때로 엄청난 수모와 모멸감을 견뎌 내야만 하고,
たまには、大きい屈辱を受け、侮蔑感に堪えて出して

그러면서도 꼼짝없이 자기 자리를 지켜야만 합니다.
それでも、微動だにせず自分の場所を守らなければなりません

그러나 그 길밖에 없습니다. 내가 먼저 한 올도
しかし、その道しかありません。私が初めにした一すじも

남김없이 진심을 드러내야 또 다른 진심을
あますことなく、本心をだしてこそ、他の本心に

만날 수 있으니까요. 진심과 진심은
会うことができるからです。本心と本心は

서로 통합니다.
お互に通じます。

발가-벗기다

<1> [타동사] 丸裸にする。

<2> [타동사] (他人の財産などを)すっかり奪い取る;丸裸にする。

일찍-이

<1> [부사] (遅れないように)早く;早々;早めに。

<2> [부사] 以前;これまで;かつて。

흉내

[명사] 真似;模倣。

참회-록 [懺悔錄]

[명사] 懺悔錄。

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;度外れだ;非常に多い[大きい]。

수모 [受侮]

[명사·하다형 자동사] 侮辱を受けること;侮られること;さげすまれること。

올2

[의존명사] 糸や紐などのすじを数える単位;すじ。

모:멸 [侮蔑]

[명사·하다형 타동사] 侮蔑;輕蔑。

남김-없이

[부사] 余すところなく;残りなく;ありっただけ。

2010년 11월 23일 보낸 편지입니다.(1,135조회)

옆드려 고개를 숙이면 더 많은 것이 보인다
腹ばいになって頭を下げれば、たくさんのが見える

나는 여행이라는 스승을 통해,
私は旅行という師匠を通し

삶에 대해 더 낮아질 것을 배운다.
人生について低くなることを学んだ

옆드려 고개를 숙이면 더 많은 것이 보이는 것이다.
腹ばいになって頭を下げれば、たくさんのが見えるのだ

지독하게 여행을 떠나고 싶어질 때는 언제나
ひどいく旅行に旅立ちたくなるときはいつも

더는 내가 나를 낮추고 있지 않을 때였고,
私が私を低めていないときで

스스로 그 직립이 피로할 때였고,
自らその直立が疲労しているときで

피로함으로 인해 아무것도 보지
疲労感によって、何も見えなく

못하고 있을 때였다.
なっているときだ

- 오소희의《바람이 우리를 데려다주겠지》중에서 -
- オ・ソヒの<風が私たちを連れて行ってくれる>より -

* 더 낮추어야 할 때,
* さらに低くしなければならぬとき

좀 더 내려놓아야 할 때,
もうちょっとおろさなければならぬとき

너무 지친 몸과 마음에 쉼이 필요할 때,
とても疲れた体と心に、休みが必要なとき

그때마다 저도 '스승'을 찾아 여행을 떠납니다.
そのときごとに私も'師匠'を探しに旅行に旅立ちます

그리하여 낮은 자리에서 더 높은 것을 바라보고,
そして低い場所から、さらに高いところを眺めて

더 많은 배움과 영감과 힘을 얻고 돌아옵니다.
さらに多くの学びと、靈感と力を得て振り返ってきます

그것이 놀랍고도 신비로운 여행의 힘,
それが驚くべき、神秘的な旅行の力

좋은 스승의 힘입니다.
よい師匠の力です

엎드리다

[자동사] 腹ばいになる;うつぶせになる。

고개(를) 숙이다

《관용구》頭を下げる。

<1> 《관용구》おじぎをする。

지독-하다 [至毒-]

{형용사·여 불규칙활용} とてもひどい;もの凄い;猛烈だ;残酷だ。

2010년 11월 24일 보낸 편지입니다.(6,150조회)

사람은 '감정'부터 늙는다
人は'感情'から年をとる

일본의 스테디셀러 가운데
日本のロングセラーの中で

<사람은 '감정'부터 늙어간다>는 책이 있다.
<人は'感情'から年をとる>という本がある

오랫동안 고령자들의 임상 경험을 가지고 있는
長い間高齢者たちの臨床経験を持っている

와다 히데키라는 정신과 의사가 그 저자다.
和田秀樹という精神科医師がその著者だ

그에 따르면 인간의 노화는 지력이나
それによれば、人間の老化は知力や

체력에 앞서 우선 감정에서부터
体力に先立ち、まず感情から

시작된다.
始まる

- 김찬호의《생애의 발견》중에서 -
- キム・チャノの<生涯の発見>より -

* 감정이 늙어가는 징조가 있습니다.
* 感情が老いていく兆候があります

눈물이 메말라 버립니다. 웃음이 없습니다.
涙が枯れてしまいます。笑がありません

표정이 어둡고 사나워집니다. 꽃을 보아도 소용없고
表情が重く悪くなります。花を見ても関係なく

아름다운 새소리마저 시끄러운 소음처럼 들립니다.
美しい鳥の鳴き声さえ、うるさい騒音のように聞こえます

그리고는 어느날 갑자기 바싹 늙은 자신의 모습을
そしていつの日か突然、カサカサに老いた自身の姿を

발견하고 놀라게 됩니다. 좋은 곳에서 좋은
見つけて、驚きます。いいところで、いい

사람들과 어울려 함께 웃고 함께 울고
人たちと交わって、共に笑って共に泣いて

함께 노래하며 재미있게 사십시오.
共に歌いながら、楽しく生きてください。

몸은 늙어도 감정은 늙지 않게!
体は老いても感情は老いないように!

늡다

<1> [자동사] 年をとる;老いる;老ける。

<2> [자동사] (盛りを)過ぎる;古くなる。

스테디셀러 롱그세러

임상 [臨床]

[명사] 臨床;実際に病人を診療・治療すること。

징조 [徵兆]

[명사] (起こりそうな)きざし;前ぶれ;兆候。

사:납다

<1> {형용사-ㅁ 불규칙 활용} (性質・行動などが)荒い;荒々しい;荒っぼい;たけだけしい。

<2> {형용사-ㅁ 불규칙 활용} (顔つきが)けわしい;(人相が)悪い...

바싹

<1> [부사] 水氣が全然なく乾き切るさま,または完全に焼けたさま:からから;ばさばさ;かさかさ。

<2> [부사] 間近に詰め寄る...

어울리다

<1> [자동사] 似合う;釣り合う;調和する;しっくりする。

<2> [자동사] 交わる。

소:용-없다 [所用-]

[형용사] 必要でない;役に立たない;無駄である;駄目である;しようがない。

와다 히데키(和田秀樹)

2010년 11월 25일 보낸 편지입니다.(5,269조회)

차근차근
きちんきちん

현대 사회엔 자극이 너무 너무 많아요.
現代社会には刺激がとても多いです

그런 게 정신의 평안을 빼앗아 가지요.
そのようなものは精神の平安を奪います

집에선 텔레비전이 '왕왕'거리고, 자동차에선 라디오가
家ではテレビが'がんがん'して、自動車にはラジオが

떠들어 대고, 광고로 도배된 버스와 시도 때도 없이
騒ぎたて、広告で壁塗りされたバスといつも

울리는 휴대 전화... 그러니 시간을 갖고
なる携帯電話...だから時間を持って

차근차근 생각을 하는 게 불가능해요.
きちんきちん考えるのは不可能です

사람들의 생각은 짧게 '톡 톡'
人々の考えは短く'ぽつりぽつり'

끊어져 버리지요.
断ち切られてしまうでしょう

- 티찌아노 테르짜니의《네 마음껏 살아라》중에서 -
- ティツィアーノ・テルツァーニの<君の心行くままに生きろ>より -

* 어수선한 때일수록
* 慌しいときほど

덜덜아 왕왕대면 안됩니다.
付和雷同して、騒いだらいけません

그럴수록 차근차근 생각을 가다듬으며
そうするほど、きちんきちん考えを取り直しながら

더욱 차분하고 냉철하게 대처해 가야 합니다.
さらに沈着で、冷徹に対処していかなければなりません

톡 톡 끊기는 것들에 맥없이 끌려다니면
ぽつりぽつり切れていることをわけもなく引き込まれば

자기 인생도 톡 톡 끊기게 됩니다.
自分の人生もぽつりぽつり切れてしまいます

차근차근 걸어가십시오.
きちんきちんと歩いていってください。

그게 빠른 길입니다.
それが早い道です。

차근-차근

[부사]<하다형 형용사> 物事に細心の注意を払い丁寧にこなうさま:じゅんじゅん;きちんきちん;丹念に。

マイクでがらがらがなり-た-てる → がなり-た-てる

마이크로 왕왕 떠들어대다.

-거리다

<접미사> 擬音語・擬態語に付いて同じ動作を繰り返すことを表わす:…する。

도배 [塗糟]

[명사·하다형 타동사] 壁や天井などを紙ではりつけること;上張り。

시도때도없이 いつも

특1

<1> [부사] 固くない物体が地面などに落ちるさまやその音:ぼとり;ぼたっと。

<2> [부사] あまり固くない長い物が断ち切れた...

끊어-지다

<1> [자동사] (物が)切れる;断ち切れる;切断される。

<2> [자동사] (關係が)断ち切れる。

어수선-하다

<1> {형용사·여 불규칙 활용} 取りちらかしている;ごちゃごちゃしている;もつれている。

<2> {형용사·여 불규칙 활용} 気が散って落ち着かない;慌ただしい。

덩-달아

[부사] 尻馬に乗って;付和雷同して。

가다듬다

<1> [타동사] (そわそわした心を)落ちつける;整える;きちんとする;とり直す。

<2> [타동사] (興奮を)静める;落ちつける。

자분-하다

{형용사·여 불규칙 활용} 沈着だ;落ち着いている;物静かだ。

맥없-이 [脈-]

<1> [부사] 元気がなく;ぐったりと;しょんぼりと;しおれて。

<2> [부사] 訳もなく;たやすく。

티찌아노 테르짜니(Tiziano Terzani).

2010년 11월 26일 보낸 편지입니다.(1,326조회)

사람은 가끔 시험 받을 필요가 있다
人はたまに試験を受ける必要がある

자기 의지를 단련하기 위해
自分の意思を鍛錬するために

사람은 가끔씩 시험을 받을 필요가 있다.
人はたまに試験を受ける必要がある

스승들은 제자를 시험함으로써 참된 수행을 할 수
師匠たちは、弟子を試験として真の遂行をすることができる

있게 만들고, 점차 홀로 일어설 수 있도록 가르친다.
ようにして、だんだん一人で立つことができるように教える

제자가 얼마나 진보했는지를 알아보기 위해서
弟子がどれだけ進歩したかを調べるため

시험을 해 보는 것은 매우 중요하다. 시험은
試験をするのはとても重要だ。試験は

또한 제자들로 하여금 자신의 진보를
また、弟子たちにとって自身の進歩を

평가하고 의식적으로는 알지 못하는
評価して意識的に分からない

잘못을 자각시키는 데 도움을 준다.
間違いを自覚させる手助けになる。

- 스와미 라마의《히말라야 성자들의 삶》중에서 -
- スワミ・ラーマの<ヒマラヤ聖者たちの生>より -

* 우리 모두는
* 私たちみな

크고 작은 시험 속에 살아갑니다.
大なり小なり試験のなかで生きていきます

그리고 그 시험에는 반드시 뜻이 있습니다.
そして、その試験には必ず意味があります

때로는 무서운 고통과 위기로 다가오기도 합니다.
たまには、恐ろしい苦痛と危機が近づいたりします

시험을 잘못 넘기면 돌이킬 수 없는 화가 되지만
試験を過ちで超えれば、振り返ることができない火になるが

잘 치르면 오히려 복이 되어 찾아옵니다.
うまく終えれば、むしろ福になって訪れます

개인도, 가정도, 국가도..
個人も、家庭も、国家も

제:자 [弟子]

[명사] 弟子;教え子。

참-되다

[형용사] (心や行動が)いつわりがなく正しい;誠実で実がある;まことである。

점:차 [漸次]

[부사] 漸次;物事がゆっくりと変わるようす;だんだん;次第に。

하여금

[부사] ‘-로 하여금-으로 하여금’の形で, 使役の意を表わす:…をして;…せしめる。

스리 스와미 라마(Sri Swami Rama)

20101127.txt

2010년 11월 27일 보낸 편지입니다.(517조회)

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 석해령님께서 보내주신 아침편지입니다.
今日は、ソク・ヘリョンさまから、送っていただいた朝の手紙です。

정답은...바로...
正答は…まさに…

“괜찮다. 괜찮아. 흥아,
”大丈夫、大丈夫、ホン

네 나이 때는 정답을 못 찾는 게 정답이야.
お前の年のときは、答えを見つけられないのが答えだ

모범 답안으로만 살면 진짜 무엇이
模範解答だけで生きれば、本当に何が

옳은지 모르는거야.”
正しいかわからない”

- 공지영의《사랑 후에 오는 것들》중에서 -
- コン・ジョンの〈愛の後で今日のこと〉より -

* 26살.
* 26歳

이미 시작한 것들과
すでに始めたものなどと

새로운 시작을 위해 고민하던 때에
新しい始まりのために悩んだときに

정답을 찾았습니다. 내 인생의 정답은
答えを見つけました。私の人生の正答は

내 삶이 다양한 경험과 관계로 풍족해지는 것입니다.
私の人生の多様な経験との関係で豊かになるのです。

그러면 정말 풍족한 삶이 될 수 있겠지요.
そうすれば本当の豊かな人生になることができるでしょう

풍족 [豊足]
[명사]〈하다형 형용사〉豊かで不足のないさま;不足することなく豊かなさま。