

2012년 1월 16일 보낸 편지입니다.(1,265조회)

좋은 날
いい日

좋은 날은
いい日は

얼마든지 있을 수 있다.
いくらでもありえる

그러나 좋은 날이라 해서 훌륭한 삶을
しかし、いい日でも立派な人生を

살기는 힘들다. 감각으로만 경험한 좋은 날들로
生きるのは難しい。感覚だけで経験したいいい日々で

이루어진 삶은 충분하지 않다. 시간은 풍요롭고
なりたった人生は十分ではない。時間は豊富で

그 흐름은 달콤하다. 책을 읽으면서 보내는
その流れは甘ったるい。本を読みながら過ごす

하루를 좋은 날이라고 부를 사람이 누가
一日をいい日だという人が、だれが

있겠는가? 그러나 책을 읽으면서
いるでしょうか?しかし本を読みながら

보내는 삶은 훌륭한 삶이다.
過ごす人生は、立派な人生だ

- 애니 딜러드의《창조적 글쓰기》중에서 -
- アニー・ディラードの〈創造的物書き〉より -

* 좋은 날이
* いい日が

늘 좋은 것만은 아닙니다.
ずっと良いことではありません

아무리 날씨가 좋아도 놀며 허송 세월을 하면
いくら天気がよくても、遊びながら無意に年月を過ごせば

차라리 날씨가 나쁜 것이 더 나을 수도 있습니다.
むしろ天気が悪いことが、よい場合もあります

긋은 날씨 덕에 책을 많이 읽을 수도 있으니까요.
悪い天気のおかげで、本をたくさん読むこともできるからです

인생에 좋은 날, 긋은 날은 따로 없습니다.
人生にいい日、悪い日は別々ではありません

내가 어떻게 관리하느냐에 따라
私がどう管理するかによって

매일 '좋은 날'이 됩니다.
毎日'いい日'になります

그런 일은 항용 있을 수 있다. → 항용 출처:두산동아
そんな事はいつでもあり得る。

놀:다2

1. [타동사] 遊ぶ。

2. [타동사] する。

허송 [虚送]

1. [명사·하다형 타동사] 時を空しく[無意に]過ごすこと。

긋다2

1. [형용사] 天気が悪い。

2. [형용사] 忌まわしくて気にかかる。

Annie Dillard

2012년 1월 17일 보낸 편지입니다.(3,446조회)

“엄마, 저와 함께 걸으실래요?”
“ママ、私と一緒に歩こうか?”

“엄마, 저와 함께 걸으실래요?”라고
“ママ、私と一緒に歩こうか?”と

말해보세요. 엄마와 함께 걸으면 당신의 가슴은
いってみてください。ママと一緒に歩けばあなたの胸は

사랑으로 충만할 것입니다. 당신은 자유로워지며,
愛で満たされるだろう。あなたは自由になって

엄마 또한 자유로워집니다. 엄마가 당신 안에,
ママも自由になります。ママがあなたの中に、

당신 몸의 모든 세포 안에 있기 때문입니다.
あなたの体の全ての細胞の中にあるからです

이것은 기쁨입니다. 충실한 보상입니다.
それは喜びです。充実した報償です

저는 이것이 어려운 일이 아니라고
私はそれが難しいことではないと

확신합니다.
確信します。

- 틱낫한의《엄마》중에서 -
- テイク・ナット・ハンの<ママ>より -

* 엄마와 언제 함께 걸어보셨나요?
* ママといつ一緒に歩きましたか?

엄마와 함께 걷는 것만으로도 행복합니다.
ママと一緒に歩くことだけでも幸せです

함께 걷는다는 것은 함께 살아간다는 것입니다.
一緒に歩くことは共に生きていくということです

함께 숨쉬고 함께 사랑하고 있다는 뜻입니다.
一緒に息を吸って、一緒に愛しているという意味です

숨쉬는 동안만 함께 걸을 수 있습니다.
息をするあいだけ一緒に歩くことができます。

둘이 하나가 될 수 있습니다.
二つがひとつになることができます

사랑할 수 있습니다.
愛することができます

충실 [忠實]
1. [명사·하다형 형용사] 忠実。
보:상 [補償]

20120117.txt

1. [명사·하다형 타동사] 補償。
2. [명사·하다형 타동사] 損失などを埋め合わせること; 償い。

Thích Nhất Hạnh

2012년 1월 18일 보낸 편지입니다.(3,369조회)

한 발 물러서서
一歩下がって

어떤 생각에도
どんな考えにも

다른 생각으로 동조하거나
他の考えで同調したり

저항해서는 안 된다. 그리고
抵抗するのはいけない。そして

쓸모없는 부정적인 생각의 그물에
くだらない否定的な考えの網に

다시 걸려들 때는 한 발 물러서서 이런
また引っかかるときは、一歩下がってそんな

상태를 가만히 지켜본다. 그러면 제 아무리
状態をだまって守ってみる。そうすれば、私のいくら

끈적끈적하게 둘러붙어 있던 생각이라도
べっとりくっついてきた考えも

곧 떨어져 나가고 만다.
すぐ離れてしまうだろう

- 가이 핀리의《내려놓고 행복하라》중에서 -
- ガイ・フィンレイの〈おろして幸せになりなさい〉より -

* 생각이 다를 때,
* 考えが異なるとき

생각이 서로 부딪칠 때,
考えがお互いぶつかるとき

바로 그때가 틈이 생기기 쉬운 순간입니다.
まさにそのときが、隙が生じやすい瞬間です

그때는 얼른 한 발 물러서서 다시 생각하는 것이
そのときは、すぐ一歩下がってまた考えることが

좋습니다. 동조도 저항도 아닌, 상대의 다른 생각을
よいです。同調も、抵抗でもない、相手のほかの考えを

있는 그대로 이해하면 풀립니다. '다른 생각'이
あるがまま理解すれば、ほどけます。'他の考え'가

'틀린 생각'은 아닙니다. 생각의 그물에
'違った考え'ではありません。考えの網に

걸릴 때마다 한 발만 물러서면
かかるときごとに、一歩だけ下がれば

부딪칠 일이 없습니다.
ぶつかることはありません

저:항 [抵抗]

1. [명사·하다형 자동사] 抵抗。
2. [명사·하다형 자동사] 逆らうこと。

くだら-ない [下らない]

1. [연어] 시시하다. 하찮다. 쓸모없다. [동의어]くだらぬ·くだらん.
그물

1. [명사] 網。

2. [명사] 糸·なわ·針金などで目をあらく編んで作った道具。

돌러-볼다

1. [자동사] くつつく; 取り入る。

끈적-끈적

1. [부사·하다형 자동사] ねばねば; 베타베타; ねちねち。

틈

1. [명사] すき間; 割れ目; 裂け目; 間隔; 亀裂。

2. [명사] 暇; 手間; 間; 余暇。

(Guy Finley)

2012년 1월 19일 보낸 편지입니다.(2,665조회)

꿈을 이루는 두 가지 방법
夢をかなえる二つの方法

돈이든, 사랑이든,
お金でも、愛でも

기회든, 사업이든, 삶에서
機会でも、事業でも、人生で

추구하는 것을 얻을 수 있는 방법은
追求することを得られる方法は

딱 두 가지다. 하나는 목표를 세워놓고
たった2つだ。ひとつは目標を立てて

그것을 향해 달려가는 것이고, 다른 하나는
それに向かって走っていくことで、もうひとつは

목표가 자연스럽게 당신을 찾아오게 하는 것이다.
目標が自然にあなたを訪れるようにすることだ。

- 탈렌 마이데너의《꿈꾸는 스무살을 위한 101가지 작은 습관》중에서
- タレン・ミーダナー〈夢見る20歳のための101つの小さな習慣〉より -

* 꿈을 이루는 두 가지 방법,
* 夢をかなえる2つの方法

거듭 들어왔지만 너무도 중요한 이야기입니다.
再び聞いたが、とても重要な話です

핵심은 '목표가 자연스럽게 찾아오게 하는 것'입니다.
核心は'目標が自然におとづれるようにすること'です

그저 손쉽게 굴러들어온다는 뜻이 결코 아닙니다.
ただたやすく転がってくるという意味では決してありません

피눈물 나는 노력과 끈기와 준비를 거친 이후에
血の涙がでる努力と、根気と準備を経た後に

우연처럼, 행운처럼 찾아오는 것입니다.
偶然のように、幸運のように訪ねてくるでしょう

모든 성취는 노력의 선물입니다.
すべての成就是努力の賜物です

거듭

1. [부사·하다형 타동사]重ねて; 再び; 繰り返し。

들어-오다

1. [자동사] 入る; 入って来る。

2. [자동사] 加わる。

그저

1. [부사] ただ; ひたすら; ひとすじに。

2. [부사] いつもの通りに; 何の変りもなく; (ずば抜けたこともなく)まあまあ; 先ず先ず; (大したもののでなく)ほんの。

손-쉽다

1. [형용사·ㄴ 불규칙 활용] たやすい; 容易だ。

르다1

1. [자동사·르 불규칙 활용] ころころ転がる; 転ぶ。

2. [자동사·르 불규칙 활용] はね返る; 後ろへはねる。[준말] 굴다

거치다

1. [자동사·타동사] ふれる; すれる。

2. [자동사·타동사] 立ち寄る; 経る; 経由する。

Talane Miedaner

2012년 1월 20일 보낸 편지입니다.(1,468조회)

어울림
付き合い

사회적 휴식은 강력하다.
社会的休息は強力だ

사회적 휴식은 사회적 연결을 증가시키고,
社会的休息は、社会的つながりを増加かせ

심장마비와 뇌졸중과 암을 예방하고,
心臓麻痺と脳卒中とガンを予防して

생존율을 높이며, 개인에게 의미를
生存率を高め、個人に意味を

부여하고, 평생 기억될 단순하고
付与し、一生記憶される単純で

깊은 즐거움을 줄 수 있다.
深い楽しさを与えることができる

- 메튜 에들런드의《휴식》중에서 -
- マシュー・エドランドの<休日>より -

* '사회적 휴식'은 쉼터, 놀이터, 공원 같은
* '社会的休息'は憩いの場、遊び場、公園のような

단순한 공간의 의미에 머물러 있지 않습니다.
単純な空間の意味に留まっていますはいけません

링컨학교 학생들이 "실컷 놀아서 좋았다"고 말합니다.
リンカーン学校の学生たちが"十分に遊んでよかった"といえます

빡빡한 일정 속에 엄청난 공부를 시켰는데도 놀았다고
窮屈な日常の中で、すさまじい勉強をさせたのに遊んだと

생각하는 것입니다. 좋은 사람들과 어울리는 것보다
思うのです。いい人たちと、付き合うことより

더 큰 휴식은 없습니다. 사랑하는 사람의 품보다
さらに大きな休息はありません。愛する人の胸より

더 좋은 휴식 공간은 없습니다.
さらによい休日空間はありません

- 증가 [増加]
1. [명사·하다형 자·타동사] 増加; 数量がふえること, またふやすこと.
- 놀이터
1. [명사] 遊び場; 行楽地。
- 쉼터 憩い場
- 머무르다
1. [자동사·르 불규칙활용] 止まる; 停止する; 停泊する。
 2. [자동사·르 불규칙활용] とどまる; 居残る。
- 실컷

20120120.txt

1. [부사] 十二分に; 存分; 飽きるほど; いやと言うほど; さんざん。
뽁뽁-하다
1. [형용사·여 불규칙 활용] かさかさだ; ぼそぼそとする; 強い。
2. [형용사·여 불규칙 활용] ぴったりとくっついて窮屈だ。

Edlund
エドランド

2012년 1월 21일 보낸 편지입니다.(638조회)

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 조송희님께서 보내주신 아침편지입니다.
今日は、チョ・ソンヒさまから、送っていただいた朝の手紙です。

사랑하게 되면...
愛するようになれば

시타르 연주자에게
シタール演習者に

가장 중요한 덕목이 있다면 무엇인가?
一番重要な徳目があるすればなんだろうか?

그는 음악을 깊게 듣는 것이라고 말하는군요.
彼は音楽を深く聴くことだというでしょう

음악을 섬세하게 듣고 그 음악에 빠져드는
音楽を繊細に聞いて、その音楽におぼれる

것이라고 말이지요. 음악을 사랑하게 되면
ことでしょう。音楽を愛するようになれば

모든 것이 해결된다고 말했습니다.
総てのことが解決されるといいました。

- 곽재구의《우리가 사랑한 1초들》중에서 -
- カク・ジエグの〈我々が愛した1秒たち〉より -

* 음악뿐만이 아닙니다.
* 音楽だけではありません

풀, 꽃, 강, 바람...
草、花、川、風...

깊고 섬세하게 들여다보면
深く繊細に振り返ってみれば

세상에는 반짝이지 않는 것이 없습니다.
世の中には光り輝かないものはありません

하물며 사람은 더 말할 나위도 없겠지요.
まして、人はいうまでもありませんね

그를 사랑하고 그에게 깊이 귀기울이면
彼を愛して、深く付き合えば

그는 세상에서 가장 아름다운 연주를 들려줍니다.
彼は、世の中で一番美しい演奏を聞かせます

나의 사랑이 그를 최고의 연주자로 만듭니다.
私の愛が、彼を最高の演奏者に作ります

시타ール [sitar, 시타르]

『음악』

1. 목 부분이 길고 동체가 작은 인도의 발현악기(撥絃樂器).

연:주-자 [演奏者]

1. [명사] 演奏者。

덕목 [德目]

1. [명사] 德目; 徳を分類した個々の名称(忠·孝·仁·義·礼·智など)。

섬세 [纖細]

1. [명사·하다형 형용사] 纖細。

2. [명사·하다형 형용사] かぼそく優美であること。

하물며

1. [부사]まして; なおさら; いわんや。

연:주 [演奏]

1. [명사·하다형 타동사] 演奏。

들려-주다

1. [타동사] 聞かせる。