

2013년 7월 1일 보낸 편지입니다.(495조회)

“여기 있다. 바라.”
“ここにある。見なさい”

“아름다운 것을 보고 싶으냐?”
“美しいことを見たいか?”

내 삶의 기쁨이 무엇인지, 내가 무엇을 위해 사는지,
私の人生の喜びが何なのか。私がなんのために生きるのか

내 모든 삶을 가치 있게 하는 것이 무엇인지
私のすべての人生を価値あるようにすることが何なのか

보고 싶으냐? 여기 있다. 바라.”
みたいか?ここにある。見なさい”

- 켄 가이어의《영혼의 창》중에서 -
- ケン・ガイアの〈魂の窓〉 -

* 어디선가
* どこかで

“여기 있다. 바라.”
“ここにある。見なさい”

알려주는 순간이 있습니다.
示してくれる瞬間があります

사람을 통해서든, 자연을 통해서든...
人を通じて、自然を通じて...

진정한 삶의 가치와 아름다움을 발견하는 순간입니다.
本当の人生の価値と美しさを発見する瞬間です

눈처럼 희고 깨끗한 '영혼의 창'을 열어
雪のように白く、きれいな'魂の窓'を開いて

새 공기를 마시는 순간입니다.
新しい空気を吸う瞬間です

다시 태어나는 순간입니다.
生まれ変わる瞬間です

(2009년 1월22일자 앙코르메일)
(2009年1月22日付アンコールメール)

2013년 7월 2일 보낸 편지입니다.(309조회)

집중력
集中力

위대한 업적을 남긴 사람들의
偉大な業績を残した人々は

삶에는 한 가지 공통점이 있습니다.
人生に、一つの共通点があるそうです

바로 고집스러울 만큼 강한 집중력을 가졌다는 거예요.
まさに固執するほど、強い集中力を持ったといえます

마치 레이저 불빛처럼 한 가지 목표를 향해 달려갑니다.
まさにレーザービームのように、一つの目標に向かって走っていきます

그들은 목표를 이루기 전까지 단 한 치의
彼らは目標をかなえる前までに、ただ一度も

결눈도 팔지 않습니다.
脇目を振りません

- 켄 블랜차드 외의《춤추는 고래의 실천》중에서 -
- ケン・ブランチャード外の《踊るクジラの実践》より -

* 집중력은 정신력과도 통합니다.
* 集中力は、精神力にも通じます

자신이 세운 선한 목표를 끝까지 이어가는 힘,
自分が建てた善良な目標を最後までかなえていく力

자신의 모든 시간과 삶을 통째로 걸고 결눈 팔지 않는 힘,
自分のすべての時間と人生を同時にかけて、脇目もふらない力

그래서 때로는 경외감마저 불러 일으키는 것,
だから、時には畏敬の念さえ呼び起す力

그것이 바로 무서운 정신력이고
それがまさに、恐ろしい精神力であり

집중력입니다.
集中力です

(2009년 1월 28일자 앙코르메일)
(2009年1月28日付アンコールメール)

업적(業績)

[명사]業績.

치2

[의존명사]

‘이(=方·人)’의 卑語.

指定された多くの物のうちの一つ: 分; 物...

節氣の名などにつけて, その時分には天氣が荒...

선하다(善—)

[형용사]善良だ; よい.(=착하다)(↔악하다)

20130702.txt

경외감对する畏敬の念

2013년 7월 3일 보낸 편지입니다.(376조회)

젊어지는 식사
若くなる食事

우리 몸은
我々の体は

입으로 들어오는 것을 원재료로
口から入るものを原材料として

매일 조금씩 신진대사를 하며 다시 태어나고 있다.
毎日少しずつ、新陳代謝してまた生まれている

따라서 음식과 물이 우리 몸을 새롭게 좋은 몸으로
よって、食事と水が我々の体を新しくいい体に

태어나게 하는 열쇠를 쥐고 있다고 해도 지나친 말이
生まれるようにする鍵を握っているといっても過言では

아니다. 대부분의 사람들은 음식을 먹을 때
ない。大部分の人々は食事を食べる時

영양가나 칼로리에만 신경을 쓰는데,
栄養価やカロリーだけ神経を使うが

그러면 노화 현상을 막을 수 없다.
それでは、老化現象を止めることができない

젊게 살고 싶다면
若くいきたければ

장이 젊어지는 식사를 해야 한다.
腸が若くなる食事をしなければならぬ

- 신야 히로미의《불로장생 탐시크릿》중에서 -
- 新谷 弘實の<不老長寿のトップシークレット>より -

* '장이 젊어지는 식사'.
* '腸を若くする食事'

어찌 보면 해답은 간단합니다.
ともすれば、答えは簡単です

입이 좋아하는 것만을 먹지 않고
口に良い食べ物だけ食べず

장에 좋은 것들을 찾아서 먹는 것입니다.
腸に良いことを探して食べるのです

바로 바로 확인할 수 있는 것이 대소변입니다.
まさに確認できることが、排便、排尿です

대소변이 나빠졌거나 변비가 생겼으면 이미 빨간등이
排便、排尿が悪かったり、便秘になればすでに、赤信号が

20130703.txt

켜졌다는 신호입니다. 먹는 습관부터 바꾸어야
ついています。食べる習慣から変えて

세포가 다시 태어나고 장이 젊어집니다.
細胞がまた生まれて腸が若くなります

장이 젊어지면 몸도 젊어집니다.
腸が若くなれば体も若くなります

(2009년 1월19일자 앙코르메일)
(2009年1月19日付アンコールメール)

불로장생 (不老長生)
[명사]不老長壽.
탐시크릿 トップシークレット

2013년 7월 4일 보낸 편지입니다.(256조회)

엄마의 주름
ママの皺

엄마는 엄마 모습 그대로였다.
ママはママの姿そのものだった

내가 평생동안 알던 엄마. 피부는 기름을 먹인
私が生の間知っていたママ。皮膚は油を塗った

흑단 같고, 웃을 땀 앞니가 하나 없는 모습이다.
黒檀のようで、笑うときは、前歯が1つもない姿だ

엄마는 많은 일을 겪었고 그로 인해 피부에는
ママはたくさんを経験して、それによって肌は

지혜와 고난의 주름이 새겨져 있었다.
知恵と困難の皺が生じていた

이마 주위의 주름은 크나큰 위엄을
おでこの周りの皺は非常に大きな威厳を

느끼게 하며, 그것은 고난이
感じさせ、これは苦難が

근심과는 다르다는 것을
心配とは違うことを

말해준다.
伝えてくれる

- 와리스 디리·잔 다옴의《사막의 새벽》중에서 -
- ワリス・ディリー・ジャン・ダエムの〈砂漠の夜明け〉より -

* 고난과 근심은 다릅니다.
* 苦難と心配は違います

고난은 사람을 강하게 하지만
苦難はひとを強くするが

근심은 사람을 병이 들게 합니다.
心配は人を病気にさせます

특히 엄마의 고난은 자식들을 강인하게 만들지요.
特にママの苦難は子供たちを強靱にします

지혜로운 엄마의 주름에 새겨진 고난의 시간이
賢いママの皺に生じた苦難の時間が

그 딸로 하여금 세계에 영롱히 빛나는
その娘をして世界に玲瓏と輝く

'흑진주'가 되게 했습니다.
'黒真珠'にさせました

(2009년 2월6일자 앙코르메일)
(2009年2月6日付アンコールメール)

주름

[명사]

皺.

衣服のひだ; 折り目.

[식물] キノコのかさの裏のひだ.

먹이다

[타동사]

[‘먹다’의使役]

(음식을) 食べさせる; 食わす; 飲ます.

(사육하다) 飼う; 養う.

흑단 (黒檀)

[명사][식물] コクタン(黒檀); ウブンボク(烏文木)(딴 이름).

前歯が動く[ゆらぐ] 재생 (표제어:움직이다)

앞니가 움직이다

위엄 (威嚴)

[명사] 威嚴.

크나크다

[형용사] 非常に大きい; (ことが)重大だ.

영롱히

[부사] 玲瓏として.

흑진주 黒真珠

2013년 7월 5일 보낸 편지입니다.(574조회)

과거
過去

과거를 자유롭게 놓아주십시오.
過去を自由に離してください

과거를 놓아준 만큼 미래가 열립니다.
過去を離したほど、未来が開きます

과거를 놓아 주면 마음이 유연해집니다.
過去を離してあげれば、心は柔軟になります

익숙한 것과의 이별. 습관과 우리를 신뢰하는
慣れた過去との離別。習慣と我々を信頼する

모든 것과 하루에 몇 번씩이라도 이별을 고하세요.
全てのことと一日何回も離別を告げてください

- 안젤름 그윈의《머물지 말고 흘러라》중에서 -
- アンゼルク・グリューンの〈留まらないで流れなさい〉より -

* 과거 때문에 흔들리는 관계가 참 많습니다.
* 過去のために揺られる関係がとても多いです

특히 친구, 연인, 부부 사이는 더욱 그러합니다.
特に友人、恋人、夫婦の間はさらにそうです。

과거에 매여 있는 한 발걸음을 앞으로 내딛기가
過去に縛られているのを一歩を前に踏み出すのが

어렵습니다. 자기의 과거는 말할 것도 없고
難しいです。自分の過去は言うまでもなく

상대의 과거를 자유롭게 놓아 주십시오.
相手の過去を、自由に離してください

그래야 미래가 새롭게 열립니다.
そうしてこそ未来が新しく開きます

사랑이 회복됩니다.
愛が回復されます

(2009년 2월4일자 앙코르메일)
(2009年2月4日付アンコールメール)

유연 (柔軟)
[명사] 柔軟.
고하다 (告—)
[타동사]
(알리다) 告げる; 知らせる.
(고자질) 告げ口をする.
(아뢴) 申し上げる.
しばる[縛る] 재생
[5단활용 타동사]

20130705.txt

몹다.
매다; 동이다.
결박하다; 붙들어 매다.

[2013년7월6일 오늘의 아침편지]

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 송아랑님께서 보내주신 아침편지입니다.
今日は、ソン・アリムさまから、送っていただいた朝の手紙です。

내 사랑, 안녕!
私の愛、こんにちは！

정리하고 싶은 아련한 사랑의
整理したい朧氣な愛の

추억이 있다면 용기를 내어 추억의 장소에 가
追憶があれば、勇気を出し追憶の場所へ行って

“오갱끼데스까. 와따시와 갱끼데스!”
“おげんきですか。私は元気です！”

심금 올리게 부르짖고 끝내자. 상처를 준
琴線に触れて、叫んでおわろう。傷を与えた

옛사랑이 있다면 “잘 먹고 잘 살아라!”를 외쳐주자.
昔の愛があれば“ちゃんと食べて、ちゃんと生きよう”と叫ぼう

그리고 과거는 훌훌 털어버리고, 훌가분하고 자유롭게
そして過去は、ささとはたいてしまって、さっぱり自由に

새로운 사랑을 시작하는 길로 힘차게 걸어갔으면 좋겠다.
新しい愛を初める道を力よく歩いて行って欲しい。

누군가를 사랑했던 당신은 아름답다. 때가 되어
誰かを愛したあなたは美しい。時がたって

사랑을 보낼 줄도 아는 당신은 더욱 아름답다.
愛を送ることもわかってあなたはもっと美しい

- 김지윤의《사랑하기 좋은 날》중에서 -
- キム・ジユンの〈愛するのによい日〉より -

* 안녕?
* こんにちは？

잘 지내나요?
お元気ですか？

이젠 좀 여유가 생겼나요?
ちょっと余裕ができましたか？

당신은 웃는 모습이 참 예뻐요. 많이 웃어요.
あなたの笑う姿がとてもかわいいです。たくさん笑って。

난 정말 당신이 행복했으면 하는 바람이에요.
私は本当にあなたが幸せだったら、吹く風でしょう

내 사랑, 안녕!
私の愛、こんにちは！

정리 (整理)

[명사]整理; 始末; 取り片付け.

심금을 울리다

[성구·관용구]刺激を受けて感動を起こす; 琴線に触...

부르짖다

[자동사][타동사]

叫ぶ.

(외치다) わめく; 大声をたてる.

(주장하다) 主張する; 唱える.

홀홀

[부사]

鳥などが軽く羽ばたきながら低く飛ぶさま: すいすい...

間を置いて身軽に跳ぶさま: びよんびよん; すいすい.

軽い物をしきりに遠くへ放るさま: ぼらりと; ほんぼ...

털다

[타동사]

はたく.

(붙은 것을) (ついたほこりなどを)払う; 払いのける; 振るい払...

(재물을) (持っている財物を)全部出す; 使い果(...

홀가분하다

[형용사]

(가뿐하다) (氣などが)軽い; さっぱりしている; 気楽だ.

身軽だ.

(간단하다) 簡単だ; 軽い.

もう帰ろうや 재생 (표제어:야)

이젠 가세