

[2013년12월16일 오늘의 아침편지]

살이 찌는 이유
太る理由

'키리에엘레이송' 이라고 외치며
'キリエ・レイソン' と叫びながら

십자가에 못 박히신 예수님의 뒤틀린 몸,
十字架に釘で撃たれたイエス様のよじれた体

그리고 조국을 걱정하며 벌거벗고 물레를 돌렸던
そして祖国を心配しながら、裸になって糸車を回した

마하트마 간디의 몸을 생각하면서 내 스스로
マハトマ・ガンジーの体を思いながら、私自ら

나의 안이한 삶에 대해 용서를 빌었습니다.
私の安易な人生について許しを乞いました

정말 내가 나의 조국이나 인류의 괴로움과
本当に私が私の祖国や人類のつらさと

슬픔을 하루라도 내 몸처럼 걱정했더라면
悲しみを一日でも私の体のように心配したなら

이렇게 살이 찌 수 있겠습니까.
このように太ることができるでしょうか

- 이어령의 《지성에서 영성으로》 중에서 -
- イ・オリョンの<知性で靈性で>より -

* 살이 찌는 이유,
* 太る理由

여러가지가 있을 겁니다.
いろいろあるでしょう

살 찌는 것이 다 나쁘다 할 수도 없습니다.
太ることがすべて悪いことではありません

그러나 자신의 '안이한 삶' 때문에 살이 찌다면
しかし自分の'安易な人生'のために太るなら

한 번쯤 깊이 생각해 볼 필요가 있습니다.
一回くらいは深く考えてみる必要があります。

안이한 개인적 삶에서 벗어나 때로는
安易な個人的な人生を離れたまには

나의 조국, 인류의 슬픔도 생각하며
私の祖国、人類の悲しみを思いながら

살아야 나도 건강해집니다.
いきて、私も健康になります

살찐 틈이 없습니다.
太る暇はありません

찌다1

[자동사] 肥える; 太る.

뒤틀리다

[자동사]

[‘뒤틀다’ の受け身]

ねじれる; よじれる; 歪む; ひねくれる; 干反る.

理に反する.

벌거벗다

[자동사]

裸になる.

(山が) 木や草がなくなる; はげる. [작은말] 발가벗다. [센말] 뺄. . .

물레

[명사] 糸撚り[糸繰り]車; 糸車. (=방차(紡車))

돌리다4

[타동사]

[‘돌다 [자동사]’ の使役]

回す.

(돌게 하다).

안이하다 (安易—)

[형용사] 安易だ.

빌다

[자동사][타동사]

(구걸) 物乞いする. (→빌어먹다)

(기원) 祈る.

(용서를) 謝る; 詫びる; (許しを) 乞う.

「キリエ」(もしくは「キリエ・エレイソン」)はキリスト教の礼拝における重要な祈りの一つ。

[2013년12월17일 오늘의 아침편지]

칼국수
カルククス

가장 소박한 음식 중에 하나인
一番素朴な食事の一つである

칼국수를 가장 소박하고 진실한 정성을 다해
カルククスに一番素朴な真心をつくして

만드는 일이란 얼마나 아름다운가. 나는 요즘도
つくることは、どれだけ美しいか。私は今も

칼국수가 그리워지는 날이면 그 집을 찾아가곤
カルククスが恋しくなる日には、その家をたずねたり

한다. 거기에 세상에서 가장 아름다운 국물이
する。そこに、世界で一番美しいのだが

나를 기다리고 있으므로, 사람이 사람을
私を待っているから、人が人を

생각하는 마음보다 맛있는 음식이란
思う心より、おいしい食事は

세상에 없다.
この世にない

- 최인호의 《인연》 중에서 -
- チェ・イノの〈因縁〉より -

* 칼국수 잘 만드는
* カルククスをよく作る

단골집 하나만 있어도 사는 게 즐겁습니다.
行きつけの店一つだけでも、生きるのが楽しいです

소박하고 정겨운 칼국수 한그릇에 그날 하루가
素朴で、愛情深いカルククス一皿に、その日一日が

행복합니다. 음식은 입으로만 먹는 것이 아니라
幸せです。食べ物は口だけでだべるのではなく

마음으로 먹습니다. 사람이 사람을 생각하며
心で食べます。人が人を思いながら

만든 음식이 좋은 음식입니다.
つくる料理がいい食事です

사람을 살립니다.
人を生かします

정성 (精誠)
[명사] 精誠; 真心; 丹念; 誠.

국물

[명사]

つゆ; 出し; 出し汁; 液汁; 煮出し.

余得; 役得; おこぼれ.

단골집

[명사] 行きつけの店; なじみの店; 常得意の家[店]...

정겹다 (情—)

[형용사] 情愛にあふれている; 愛情深い.

[2013년12월18일 오늘의 아침편지]

마음이 상하셨나요?
心が傷ついていますか?

마음이 상하는 일을
心が傷つくことを

피할 수 있는 사람은 세상에 없다.
避けることができる人は世界にいない

다만 그것을 덜 상처받는 쪽으로 받아들이는
だた、これをできるだけ傷つかないように受け入れる

안정된 자존감을 가진 사람이 있을 뿐이다.
安定した自尊心を持った人がいるだけだ。

그들은 완벽한 사람도, 한 번도 상처받을
彼らは完璧な人でも、一度も傷つく

일이 없었던 사람도 아니다. 상처를
ことがない人ではない。傷を

받았으나 한 번도 받지 않은 것처럼,
受け入れたり、一度も受けないことのように

堂堂하게 살아가는 사람이다.
堂々と生きていく人だ

- 베르벨 바르테츠키의 《너는 나에게 상처를 줄 수 없다》중에서 -
- ベルベル・ヴァルデツキーの〈あなたは私に傷つけられない〉より -

* 마음이 상하셨나요?
*心が傷ついていますか?

상처 때문에 힘들어 하십니까?
傷のためにつらいですか?

그걸 어떻게 다스리고 있으신가요.
それをどう治めていますか?

혹 술로 다스리나요? 더 망가집니다.
もしかしてお酒で治めていますか?さらに壊れます

약으로? 더 고약한 후유증이 올 수 있습니다.
薬で?さらに厄介な後遺症が来たりします

마음은 마음으로 다스려야 합니다.
心は心で納めなければなりません

그것이 명상이고, 힐링입니다.
それが瞑想であり、ヒーリングです

힐링이 필요한 시대입니다.
ヒーリングが必要な世の中です

상하다 (傷—)

[자동사]

(물건이) (物が) 壊れる; 傷む; 傷つく.

(몸이) (体が) 傷つく; けがをする.

[자동사] [타동사] (마음·기분이) 心が痛む; 傷つく; 損なう; 損ねる.

덜

[부사] ある限度に満たない意を表わす語.

つぶれる [潰れる] 발음 재생 매우중요

7. 망가지다; 못쓰게 되다. 8. 엉망이 되다. 9. 허비[낭비]되다; 잃게 되다.

2013년 12월 19일 보낸 편지입니다.

손끝 하나의 친밀함
指先一つの親密感

때론 손끝 하나에
たまには指先ひとつに

친밀감이 피어난다.
親密感が咲く

자, 이때 반드시 지켜야 할 것이 있다.
さあ、このとき必ず守らなければならないことがある。

얼굴을 맞대고 천천히 말하기, 손끝이라도
顔を合わせて、少しづつ話すこと。指先でも

신체 접촉을 유지하기, 아무리 힘들어도
身体接触を維持すること、いくら辛くても

얼굴을 돌리지 말기, 힘들 때 서로의
顔をそむけないこと、辛い時お互いの

눈을 들여다보기, 이 네 가지를
目をみることに、この4つを

실천하는 것이다. 진정한
実践するのだ。本当の

친밀감이 시작된다.
親密感が始まる

- 랜디 건서의 《사랑이 비틀거릴 때》 중에서 -
- ランディ・ギュンダーの〈愛がよろめく時〉より -

* 몸이 힘들 때
* 体がつらい時

누군가의 손끝 하나가 씻어줍니다.
誰他の指先一つが清めてくれます

마음이 힘들 때도 손끝의 따뜻한 기운이
心がつらい時も指先の温かい気運が

모든 시름을 쓸어내 줍니다. 손끝 하나에
全ての患いを吐き出してくれます。指先ひとつの

위로와 격려, 사랑과 치유의 힘이 담겨
慰労と激励、愛と治癒の力がこもって

있습니다. 언제든 손을 펼 수 있고
います。いつでも手を広げることができます

언제든 위로할 수 있습니다.
いつでも慰労することができます

손끝

[명사]

指先; 手先.

手を触れるかいじくったために生じる有毒な結果(...)

手際; 手並み. (=손끝으로 물만 튀긴다)

신체 (新體)

[명사] 新體; 新しい体裁.

접촉 (接觸)

[명사]

接触.

触ること; 触れること.

들여다보다

[타동사]

のぞく.

(안을) (中を) のぞき見る; うかがう.

(들르다) (ちょっと) 見る; ちょっと立ち寄って見る.

비틀거리다

[타동사] よろめきながら歩く; よろける; たじろぐ; よろめく; ふらつく; ひよろ...

씻다

[타동사]

(물로) (水などで) 洗う; 流す.

(물기를) ぬぐう; 拭く.

(오욕을) すすぐ; そそぐ; 清める.

시름

[명사] 心配; 憂い; 憂さ; 悩み.

쓸다1

[타동사]

(비로) 掃く.

(바닥을 스치다) (床などを) ずるずると引きずって歩く.

(가볍게 문지르다) 手で軽くなでる.

2013년 12월 20일 보낸 편지입니다.

문제아
問題児

많은 창조자들의
たくさんの創造者の

어린 시절은 그리 '모범적' 이지 않다.
幼い時節は、そう'模範的'ではない

이유는 단순하다. 여느 아이들과는 좀
理由は単純だ。並の子供たちとはちょっと

다른 생각을 갖기에 다른 행동을 하게 되어
違う考えを持ってるので、違う行動をするようになり

평범해 보일 수가 없다. 예술이든 과학이든
平凡に見えることができない。芸術でも、化学でも

새로운 것은 남들과는 다른 생각과 행동에서
新しいことは、他人とは違う考えと行動から

나오게 되어 있다. 그 다른 생각과
出るようになる。その違う考えと

다른 행동이 곧 창조 의 문을 여는
違う行動が、まさに想像の門を開く

열쇠가 되는 것이다.
カギになるのだ

- 홍영철의 《너는 가슴을 따라 살고 있는가》 중에서 -
- ホン・ヨンチョルの〈あなたは心にしたがって生きているか〉より -

* 어린 시절의
* 幼い時節の

'문제아' 중에 인물이 많습니다.
'問題児'の中に、人物が多いです

돌이켜 보면, 수업시간에 탄jit한다고
振り返ってみれば、授業時間に他のことをしていると

선생님 꾸중을 도맡았던 친구들이 지금은
先生のお咎めを引き受けた友達たちが、今は

오히려 더 잘 되어 주변을 끌어가고 있습니다.
むしろさらによくできて、周りを引っ張っています。

'모범적'이 되도록 가르치는 것이 교육이지만
'模範的'になるように、教えることが教育だが

'문제아'에게 더 큰 사랑을 주는 것이
'問題児に'さらに大きな愛を与えることが

진정한 참 교육입니다.
本当の教育です。

창조 (創造)

[명사] 創造.

여느

[관형사]

通常の; 普通の; なみの.

その他の.

へいぼん [平凡] 발음 재생 중요

평범. (↔非凡)

돌이키다

[타동사]

振り返る.

(고개를) (首を) 振り向く; 顧みる.

(과거를) 顧みる; 反省する.

みちくさ [道草·路草] 발음 재생

길 가는 도중에 딴짓으로 시간을 보냄; 지정거림.

꾸중

[명사] ‘꾸지람’의 尊敬語; お叱り; お小言; おとがめ

도말다

[타동사] (一手に) 引き受ける; 引き継ぐ.

2013년 12월 21일 보낸 편지입니다.

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 전태영님께서 보내주신 아침편지입니다.
今日はさまから、ジョン・テヨンさまから送っていただいた朝の手紙です

들꽃은 햇빛을 찾아 옮겨 다니지 않는다
草花は日光を探して、移らない

“들꽃은 햇빛을 찾아 옮겨 다니지 않는다.”
“草花は日光を探して、移らない”

그렇다!
そう!

햇빛도 들꽃을 찾아 두리번거리지 않는다!
日光も草花を探してきよろきよろしない!

모든 때가 지금이고, 모든 곳이 여기다.
全ての時が今で、すべてのことがここだ

무엇을 따로 하러, 누가, 어디로,
何を別にして、誰がどこに

갈 것인가?
行くのか?

- 이현주의 《공》 중에서 -
- イ・ヒョンジュの〈0〉より -

* 행복해지는 최선의 길은
* 幸せになる最善の道は

'지금 이 순간'에 충실하는 것이라고 하지요.
'今この瞬間'に充実することでしょう

단지 생각만으로 더 나아 '보이는' 그 무엇을 동경하며
ただ考えだけでも、さらに'みえる'そのなにかを憧れて

현재의 순간을 무심히 지나치는 것보다는 지금 내가
現在の瞬間を、無心にすぎるより、今私が

마시는 차 한 잔, 읽고 있는 책 한 구절, 바라보는
飲むお茶1杯、読んでいる本1節、眺める

풍경 한 조각이 내가 누릴 수 있는 최선임을 알고
風景ひとかけらが、私が享受することができる最善をわかって

그 순간에 온 마음을 다해 몰입할 때 어느새
その瞬間に、来た心について没入するとき、いつの間にか

행복이 환하게 깃들어 있음을 비로소
幸せが明るくとどまっていることを

깨닫게 됩니다.
気付くようになります

옮기다

[타동사]

[‘옮다1’의使役] (자리를) (物の位置を)変える; 移...
(거처 등을) 移転する; 移す; 引き移す.
(행보·실천) 転ずる; 移す.

다니다

[자동사]

通う.

(왕복) (一定の場所を)行き来する.

[타동사] (ある目的で)歩き回る; ...して回る.

두리번거리다

[타동사] きよろきよろ見回す; きよろつく. [작은말] 도리반거리

따로

[부사]

別に; 離して.

(떨어져) 別れて; 離れて.

(별도로) ほかに; 別途の[に].

충실 (充實)

[명사]

充実.

(몸의) (体が)元気で力の充滿していること; ...

(알참) (中味·設備が)十分に備わっていること...

구절 (句節)

[명사]

句と節.

句; 文章や言葉のくぎり.

누리다1

[타동사] (富貴·長寿などを)うける; 享受する.

어느새

[부사] いつの間にか; もはや; もう; はや; すでに.

환하다

[형용사]

明るい.

広広としている; (前方が)ぱっと開けている; 見通(み...

(中身や織り目などが)透けて見える.

깃들다

[자동사] 宿る; 留まる.