

2015년 7월 20일 오늘의 아침편지

아이의 울음
子供の泣くこと

울음은 빨리 그치게 하는 편이
泣くことは早く止めるようにする方が

좋다는 게 지금까지의 육아 상식이었습니다.
よいというのは、今までの育児常識でした

이것은 잘못된 생각입니다. 울음은 태어남과
これは間違った考えです。泣くことは、生まれることと

동시에 갖춰진 인간만의 자기치유력입니다.
同時に、備わった人間だけの自己治癒力です

눈물과 함께 마음의 상처와 스트레스가
涙とともに心の傷とストレスが

사라집니다. 울고 싶은 마음을
無くなります。泣きたい心を

엄마가 조건 없이 받아주면
お母さんが、条件なく受け入れれば

아이는 스스로 일어섭니다.
こどもは自ら立ち直ります

- 하기하라 코우의 《마음 안기 육아》 중에서 -
- 萩原 光の〈心抱く育児〉より -

* '울고 싶은 아이는 울게 하라.'
* '泣きたいこともは泣かせなさい'

눈물의 자기치유력을 저도 확신합니다.
涙の自己治癒力を私も確信します

아이 뿐만이 아닙니다. 어른도 때로 울어야 합니다.
子供だけではありません。大人も時に泣かなければなりません。

눈물은 몸과 마음과 영혼을 씻어내는 빗물입니다.
涙は体と心と魂を洗う雨水です

'눈에 눈물이 있어야 영혼에 무지개가 뜬다.'
'目に涙があつて、魂に虹が浮かぶ'

시인 류시화의 시귀입니다.
詩人リュ・シファの詩です。

울고 싶거든 아이처럼
泣きたいなら子供のように

실컷 우십시오.
思う存分泣いてください

울음

[명사] 泣[鳴](な)くこと; また, その声; 泣[鳴](な)き.

그치다

[자동사] やむ; 止まる; やまる[속어].

[타동사] 止める; とどめる.

육아 (育兒)

[명사] 育兒; 子育て.

人徳が備わる 발음 재생 (표제어:そなわる)

인덕이 갖춰지다

일어서다

[자동사]

立つ; 立ち上がる.

(기립) 起立する.

(이겨 내다) 立ち直る.

빗물

[명사] 雨水; 天水.

2015년 7월 21일 오늘의 아침편지

눈 뜨면 맨 먼저 보는 사람
目を覚ませば、まず見える人

눈 뜨면
目を覚ませば

제일 먼저 보는 게 너라니, 다행이다.
一番最初に見えるのがあなたとは、幸いだ

자다가 이유 없이 눈을 떠 보면, 그럴 때가 있다.
寝て理由なく目を空けてみれば、そういうときがある

가령 누군가가 나 몰래 다녀간 것 같은 느낌.
例えば、誰かが私にこっそり近づいてきたような感じ

아니면 정말 이 공간에 나 혼자일까, 하는
それとも、本当にこの空間に私一人なのかとおもう

의문이 들거나. 마치 누군가가 나를
疑問がうかんだり。まるで誰かが私を

흔들어 깨운 것 같은 착각.
ゆすって起こしたような錯覚

그럴 때가 있었다.
そんなときがあった

- 변종모의 《같은 시간에 우린 어찌면》중에서 -
- ビョン・ジョンモの〈同じ時間に我々はひよっとすると〉より -

* 정말 그럴 때가 있습니다.
* 本当にそういうときがあります

눈 뜨면 맨 먼저 마주 보는 사람.
目を覚ませば、一番先に向きあって見える人

그 사람이 가장 가까운 사람입니다.
その人が一番近い人です

가장 사랑하는 사람입니다. 그 사람이
一番愛する人です。その人が

흔들어 깨운 기척에 새로운 하루가 시작되고,
ゆすって覚ます気配に、新しい一日が始まり

그 사람이 남긴 감미로운 손길에
その人が残した、甘い指先に

어제와는 전혀 다른 사람으로
昨日とは全然違う人で

다시 태어납니다.
また生まれます

맨1

[관형사] ‘一番·最も’の意を表わす語.

눈뜨다

[자동사]

目覚める.

(잠을 깬) (眠りから)覚める.

(깨닫다) 目を覚ます; 悟るようになる.

자다

[자동사]

眠る; 寝る.

(動いていたものが)止まる; やむ; なく.

[타동사] 睡眠をとる.

가령 (假令)

[부사]

たとえ; たとい; よしんば; いやしくも; 仮に. (=가사(假使))

예えば. (=이르테면)

깨우다

[타동사] [‘깨다’ [자동사] 1. ’의使役] 起こす; 覚ます.

어쩌면

[부사]

(혹시) どうかすると; ひょっとしたら; ひょっとすると; 事によると; ...

どうして; どんなにして. [준말] 어쩔.

[감탄사] 意外なことに感嘆する語: あれまあ; あらまあ; ああら. [...]

마주

[부사] 向き合って; 向かい合って.

기척

[명사] 気配.

감미롭다

[형용사] 甘い; とろけるように甘い.

2015년 7월 22일 오늘의 아침편지

당신이 '예술작품'이다
あなたが'芸術作品'だ

예술 작품이
芸術作品が

시나 그림, 책이나 건축물처럼 만드시
詩や、絵、本や建設物のように必ず

볼 수 있는 것이어야 한다고 생각하지 말고
見ることができなければならないと考えず

당신 자신의 삶을 예술작품으로 만들 생각을 하자.
あなた自身の人生を芸術作品として作っていく考えをしよう

우선 당신에겐 자기 자신이 있고, 자신을 가꾸어갈
まず、あなたのために自分自身がいて、自分を育てていく

얼마나 될지 모를 시간이 있다. 미래 당신의
どれだけになるかわからない時間がある。未来のあなたの

모습을 우선 능력껏 이루고, 그다음
姿を、まず能力の限りをなし、その次に

솔직한 자기평가를 거친 뒤
素直な自己評価を持った後

진정한 자부심을 느껴라.
本当の自負心を感じなさい

- 홍선영의 《무엇이 탁월한 삶인가》 중에서 -
- ホン・ソニョンの〈何が卓越した人生か〉より -

* 당신의 삶이 예술입니다.
* あなたの人生が芸術です

당신의 슬픔 안에 그림이 있고
あなたの悲しみの中に、絵があつて

당신의 아픔 안에 시와 노래가 있습니다.
あなたのつらさの中に、詩と歌があります

당신의 시간이 머문 곳에 미래의 예술이 태어나고
あなたの時間が、留まるところに未来の芸術が生まれ

당신의 사랑과 시선이 머문 곳에 비너스보다
あなたの愛と視線が留まるところに、ビーナスより

더 아름다운 조각상이 만들어집니다.
さらに美しい彫刻が作られます

당신의 따뜻한 미소가
あなたの温かい笑顔が

곧 예술입니다.
まさに芸術です

가꾸다

[타동사]

培う; 作る; 栽培する; よく育てる.

装う; 飾る; 手入れをする; こしらえる.

솔직하다 (率直—)

[형용사] 率直だ.

자부심

[명사] 自負心; 氣位.

머무르다

[자동사]

留まる.

(그치다) 動きをやめる.

(있다) その場にとどまる; 居残る.

조각상

[명사] 彫刻像. (=조상(彫像))

2015년 7월 23일 오늘의 아침편지

늘 첫사랑처럼
ずっと初恋のように

누구에게나
誰にでも

첫사랑이 있습니다.
初恋があります

당신의 첫사랑은 누구입니까.
あなたの初恋は誰ですか

당신은 누구의 첫사랑입니까.
あなたは誰の初恋ですか

우리는 언제나 누군가를 사랑하고 있습니다.
我々はいつも誰かを愛しています

우리는 언제나 누군가의 사랑을 받고 있습니다.
我々はいつも誰かの愛を受けています

우리는 모두 사랑으로 삽니다.
我々はみな愛で生きます

- 이순원의 《첫사랑》 중에서 -
- イ・スノンの〈初恋〉より -

* 사람은 사랑으로 삽니다.
* 愛は、愛で生きます

사랑으로 힘을 얻고 사랑으로 꿈을꿉니다.
愛で力を得て、愛を夢見ます

오늘의 삶이 아무리 고달파도, 첫사랑의 기억으로
今日の人生がいくら辛くても、初恋の記憶に

돌아가면 다시 젊어지고 새로워집니다. 지금
戻れば、また若くなって新しくなります。今

내 곁에 있는 사람을 첫사랑처럼 대하면
私のそばにいる人を初恋のように接すれば

늘 새롭고 순수해집니다.
ずっと新しく、純粹になります。

더 큰 힘을 얻습니다.
さらに大きな力を得ます

고달프다
[형용사]ひどく疲れてだるい; つらい.

2015년 7월 24일 보낸 편지입니다.

지적 젊음
知的若さ

늙지 않는
老いない

소수의 사람들이 있었다.
少数の人々がいた

나이가 들고 육체가 퇴행하는 것은 누구도
歳をとって、肉体が衰えることは誰でも

막을 수 없다. 하지만 중요한 것은 지적 젊음을
防ぐことはできない。重要なことは、知的若さを

유지한다는 것이다. 비결은 단 하나이다. 자기 삶을,
維持することだ。秘訣はただ一つだ。自己の人生を

자기 삶의 진정한 핵심이 되는 것을 역사, 즉 미래에
自己人生の本当の核心になることを、歴史、すなわち未来に

연결하는 것이다. "나는 이전의 내 그림을 거슬러
つなげるのだ。"私は以前の私の絵に逆らって

그림을 그린다"고 피카소가 말했다. 이것이
絵を描く"とピカソが言った。これが

바로 피카소가 젊음을 유지할 수 있었던
まさにピカソが、若さを維持することができた

비결이었다.
秘訣だった。

- 아르투로 파올리의 《사막일기》 중에서 -
- アルトゥーロ・パオーリの〈砂漠日記〉より -

* 지적 젊음은
* 自己の若さは

내면의 젊음을 뜻합니다.
内面の若さを意味します。

새로운 것에 대한 호기심과 열정이
新しいことに対して、好奇心と情熱が

사람의 지적 내면을 젊게 만들어줍니다.
人の知的内面を若くさせます

책을 읽고, 예술과 접하고, 좋은 사람과 여행을 하고,
本を読んで、芸術と接して、いい人と旅行をして

이 모든 것들이 지적 젊음의 징검다리들입니다.
このすべてのことが、知的若さの橋渡しです

그 징검다리를 건너면서 오늘의 삶이
この橋渡しを渡りながら、今日の人生が

미래로 새롭게 이어집니다.
未来に新しくつながります。

지적 (知的)

[관형사] [명사] 知的.

거스르다

[타동사]

(거역) 逆らう.

(방향·세에) 反対の方向を取る; 逆らう.

(순리를) 反する; 外れる (벗어나다).

징검다리

[명사]

飛び石の橋; 岩橋.

(ひゆ的に) 掛け橋; 橋渡し.

2015년 7월 25일 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 이연옥님께서 보내주신 아침편지입니다
今日は、イ・ヨヌクさまから、送っていただいた朝の手紙です。

작은 둥지
小さな巣

너를 기억하기엔
お前を思い出すには

내 기억의 용량이 모자란다
私の記憶の容量がたりない

그러니
だから

자주 들락거려 다오
よく出入りしてほしい

- 방우달의 《그늘에서도 그을린다》 중에서 -
- パン・ウダルの〈日陰でも日焼けする〉より -

* 우리의 삶은
* 我々の人生は

작은 둥지 안에 있습니다.
小さな巣の中にあります

가정이란 둥지입니다. 그 둥지 안에 가족이 있습니다.
家庭とは巣です。その巣の中に家族があります。

부모와 자식들이 함께 살아갑니다. 언젠가는 새끼들이
両親と子供が共に生きています。いつかは、子供が

모두 떠나갈 둥지입니다. 부모는 늙고 아프고 병들어서
皆旅立つ巣です。両親は老い、病気で

건망증도 치매도 찾아옵니다. 자주 만나지 않으면
健忘症や痴呆もやってきます。いつも会わなければ

자식들이지만 잊어버립니다. 아니 잃어버립니다.
子供さえ忘れてしまいます。いや、失われます

둥지에 자주 들락거리는 일이
巣に、よく帰ることが

은혜를 갚는 길입니다.
恩を返す道です

들랑거리다
[자동사][타동사] しきりに[しげく]出入りする.

그늘

[명사]

(응달) 陰; 物陰.

(보호 밑) (親または人の)もと; 庇護.

(남을 피함) (人目に触れない)日かけ.

그을리다

[타동사]

[‘그을다’의使役]

(별에)日焼けさせる.

[자동사][‘그을다’의受け身] (日に)焼ける; (煙に)すすけ(られ)る.

건망증

[명사]健忘症.

치매 (癡呆)

[명사]痴呆.

찾아오다

[자동사][타동사]

尋[訪](たず)ねて来る; 訪れる; やってくる.

(預けた物などを)取り戻す.