

2015년 11월 2일 보낸 편지입니다.

출렁이는 내 마음의 물결
揺れは、私の心の波

물 위에서 일렁이는 물결이
水の上でゆれる波が

잠잠하든 거칠든 약하든 힘차든
黙々としても、荒くても、弱くても、強くても

고요하든 그 모두가 다만 물일 뿐이듯이,
物静かでも、そのすべてがただ水であるように

내 마음 안에서 어떤 감정, 느낌, 생각이라는
私の心の中で、ある感情、思い、考えという

물결이 무슨 모양으로 일어났다가 사라지든
波が、どんな模様に起きて消えても

그 모든 것이 다만 내 마음일 뿐임을 알아,
そのすべてのことが、ただ私の心であることをわかって

우리는 지금 이대로 완전하며 지금
我々はいま、このままで完全で、今

이대로 자유롭다는 실상에 문득
このままで自由な実像にふと

눈을 뜨게 될 것이다.
目を覚ますようになるのだ

- 김기태의 《무분별의 지혜》 중에서 -
- キム・キテの〈無分別の知恵〉より -

* 마음도
* 心も

출렁이는 물결과 같습니다.
揺れる波と同じです

잠잠하다가도 때로는 거친 격랑에 흔들립니다.
黙々としても、時には荒波に揺れます

그때그때 중심을 잡지 못하면 바람따라 풍랑따라
その時その時中心をつかめないなら、風によって、風浪によって

표류하거나 좌초하고 맙니다. 내 마음의 물결을
漂流したり、座礁してしまいます。私の心の波を

잘 이겨낸 사람이 좋은 항해자입니다.
ちゃんと乗り越えた人が、いい航海者です

진정한 승리자입니다.
本当の勝利者です

ゆらり 발음 재생

1. 한 번 크게 흔들리는 모양 : 출렁. 2. 천천히, 경쾌하게 몸을 움직이는 모양.

물결

[명사] 波; 波濤; 波浪; 流れ. (=수파(水波))

잠잠하다 (潛潛—)

[형용사]

(物音がなく) 静かだ.

黙っている; 押し黙る.

黙っている; 押し黙る.

거칠다

[형용사]

(피륙 등이) (布などの目が) 粗い; (결이) (木目などが) 細...

(순하지 않다) 激烈だ; 荒い.

(손버릇이) 手くせが悪い; 手長だ.

고요하다

[형용사] 静かだ; もの静かだ; 静やかだ.

이대로

[부사]

この通りに; このように.

このまま. [작은말] 요대로.

실상 (實像)

[명사] 実像. (↔허상(虚像))

문득

[부사] ある考えが突然に浮かぶさま: ふいと; ふと; はっと; つ...

격랑 (激浪)

[명사] 激浪 (*한문투의 말씨); 荒波(비유적).

좌초 (坐礁)

[명사]

座礁; 擱座.

苦境に陥ることのたとえ.

2015년 11월 3일 보낸 편지입니다.

그냥 느껴라
ただ感じなさい

행복을
幸せを

오래 유지하는 비결은
長く維持する秘訣は

오직 한가지뿐입니다.
ただ、一つだけです。

그 방법은 간단합니다.
その方法は簡単です。

그냥 행복을 느끼면 됩니다.
ただ幸せを感じればよいのです。

- 크리스 프랜티스의 《어떻게 흔들리지 않고 살 것인가》 중에서 -
- クリス・プランティスの〈どうやって揺られず生きるのか〉より -

* 풀밭에서는
* 草むらでは

풀향기를 느끼면 됩니다.
草の香りを感じればよいです

꽃밭에서는 꽃향기를 느끼면 됩니다.
花畑では、花の香りを感じればよいです

그러면 내가 풀이 되고 꽃이 될 수 있습니다.
そうすれば、私が草になり、花になることができます

어디서든 행복을 느낄 수 있습니다.
どこでも幸せを感じるすることができます。

풀밭
[명사] 草地; 草原; 草むら.

2015년 11월 4일 오늘의 아침편지

아무나 만나지 말라
誰でもあつてはいけません

배고프다고 닥치는 대로
お腹がすいたと、手あたり次第

허겁지겁 먹으면 몸을 버린다.
あたふた食べれば、体を壊します

외롭다고, 혼자 있기 싫다고, 아무나
寂しいと、一人でいるのがいやだと、誰でも

만나고 다니면 정작 만나야 할 사람을
会えば、会わなければならない人と

만나지 못한다. 귀한 인연은 두리번거리며
会えません。貴重な因縁はきよろきよろしながら

찾아온다. 신발끈을 몇 번씩 고쳐매고 천천히.
やってきます。靴ひもを何度も結びなおしてゆっくと

- 성수선의 《나의 일상에 너의 일상을 더해》 중에서 -
- ソン・スソンの〈私の一生にあなたの一生を加える〉より -

* 사람 한 명 잘못 만나면
* 一人間違つて会えば

그날부터 인생이 고달파지기 시작합니다.
その日から人生の疲れが始まります

반대로, 사람 한 명 잘 만나면 인생이 펴집니다.
反対に、一人にちゃんと会えば人生が広がります。

좋은 곳에서 좋은 사람 한 명 만나면
いいところで、いい人一人会えば

하늘의 별을 따는 것과 같습니다.
空の星をつかむのと同じです

값지고도 귀한 인연입니다.
価値ある貴重な縁です。

아무
[인칭대명사]
誰それ; 何がし; 某(名前を指定しない代名...
(姓の前につけて) ある人の名前の代わりに用い...

[관형사]
人や物事を特に指定せずかくすか假定して...
'아무런(=なんら)' · '어떠한(=どんな)' の意.

닥치는 대로
[성구·관용구] 手あたり次第(に); 手あたり放題.

허겁지겁
[부사] 非常にあわてふためくさま: あたふた; いそいそ.
몸을 버리다

20151104. txt

[성구· 관용구]

健康を損ねる; 体をこわす.

貞操を汚す.

두리번거리다

[타동사] きよろきよろ見回す; きよろつく. [작은말] 도리반거리다.

2015년 11월 5일 오늘의 아침편지

불이 꺼지지 않게 하는 사람
火を消さないようにする人

모두들 자기가 옳다.
みな自分が正しい

자기를 따르라 소리치는 세상입니다.
自分に従えと叫ぶ世の中です

하지만 정말 필요한 사람은
しかし、本当に必要な人は

불을 붙이는 사람이 아니라,
火をつける人ではなく

불이 꺼지지 않게 하는 사람입니다.
火を消さないようにする人です

- 변상욱의 《우리 이렇게 살자》 중에서 -
- ビョン・サンウクの〈我々はこう生きよう〉より -

* 불을 붙이는 것도 중요하지만
* 火をつけることも重要だが

불이 꺼지지 않게 하는 것은 더 중요합니다.
火を消さないようにすることはさらに重要です

불을 붙이는 것이 창조라면, 불이 꺼지지 않게
火をつけることが創造なら、火を消さないように

하는 것은 삶입니다. 사랑의 불길도
することは人生です。愛の炎も

꺼지지 않고 계속 타올라야
消さずに、続けて燃えて

새로운 창조가 나옵니다.
新しい想像が出ます。

꺼지다1
[자동사]
(火·泡などが)消える.
(始動·モーターなどが)止まる.
[속어] (主に命令形で) (目の前から)消え失せる...

불1
[명사]
火.
もえる現象.
火災; 火事.

따르다1
[자동사] [타동사]
従う.
(뒤를) (後に)付き従う; (後に)ついて行く; お供を...

(시류 등에) (大勢などに)ついて行く.

불길

[명사]

(燃え上がる) 炎; 火の手; 火足.

(激情などの) 炎.

(改革などの) 火の手; 炎.

타오르다

[자동사]

燃え立つ.

(火が) 燃えあがる.

(感情や情熱が) 燃える.

2015년 11월 6일 오늘의 아침편지

내 아이의 교육, 너무 늦었다
私の子供の教育、とても遅かった

중학생 아들을 둔
中学生の息子をもつ

한 여성이 자주 말썽을 피우는 아이를
ある女性が、いつも問題を起こす子供を

어떻게 양육해야 하느냐고 물었다.
どう養育しなければならないかと聞いた

“아이의 교육은 임신 3년 전부터 시작하여
”子供の教育は、妊娠3年前から始まって

태아 9개월이 되면 끝나는 것이라오. 이렇게 보면
生まれて9か月になれば終わるものだ。そう考えれば

당신의 자녀에 대한 교육은 이미 끝난 것이오.
あなたの、子供についての教育はすでに終わったであろう

그러니 자녀에 대해 뭘 가르칠 생각은 말고
だから、子供について何を教えるか考えず

당신의 길이나 가시오.”
あなたの道を行きなさい”

- 스와미 웨다 바라티의 《1분의 명상여행》 중에서 -
- スワミ・ヴェーダ・バラティの〈1分の瞑想旅行〉より -

* “임신 3년 전부터 시작하라!”
* “妊娠3年前から始めなさい!”

그렇다면, 아마도 우리 대부분은 너무 늦어버린
そうなら、たぶん我々の大部分はあまりに遅くなって

교육을 하고 있는 셈입니다. 그 늦은 교육마저
教育をしている訳です。その遅い教育さえ

성적과 입시경쟁에 내몰려 갈피를 잡지
成績と、入試競争に追い立てられ

못하고 있습니다. 아이의 교육은,
迷っています。子供の教育は

‘전인 교육’입니다. 나의 삶이
‘全人教育’です。私の人生が

내 아이의 영혼에 그대로
私の子供の魂にそのまま

투영됩니다.
投影されます

말쌍

[명사] 悶着; もめ事; 問題; 物議; 紛争; ト...

피우다

[타동사]

['피다' の使役]

(꽃 따위를) (花などを) 咲かせる; 開く.

(불을) (火を) 起こす; たく.

셈

[명사] 計算; 数え; 算数.

[타동사]

勘定; 算用; 算.

(셈판의 준말) (物事の) 事情; 訳.

입시 (入試)

[명사] (입학시험의 준말) 入試.

내몰리다

[자동사] ['내몰다' の受け身] 追い立てられる; 追い払われる; 追...

なみだにまよう [涙に迷う]

슬퍼서 마음의 갈피를 잡지 못하다.

전인 교육

[교육] 全人教育.

2015년 11월 7일 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 김명지님께서 보내주신 아침편지입니다
今日は、キム・ミョンジさまから、送っていただいた朝の手紙です。

나의 미래
私の未来

미래를 결정하는 것은
未来を決定するのは

과거의 경험이 아니다.
過去の経験ではない

그 경험을 당신이 어떻게
その経験をあなたがどのように

해석하는가가 미래를 결정한다.
解釈していくかが未来を決める

- 김정민의 《오늘, 행복을 쓰다》 중에서 -
- キム・ジョンミンの〈今日幸せを書く〉より -

* 지금 이 순간 당신의 해석은
* 今この瞬間、あなたの解釈は

어느 방향으로 흐르고 있습니까?
どの方向に流れていますか?

잠깐 멈추어 내안에 드리워진 그림자를 걷어내고
ちょっと立ち止まって、私の中の垂れ下がった影を取り払って

긍정의 빛으로 방향을 틀어봅니다.
肯定の光で、方向をつけてみてください

답은 언제나 내 안에 있습니다.
答えはいつも私の中にあります

膜を取りはらう 발음 재생 (표제어: 더깁이)
더깁이를 걷어내다