

2016년 7월 4일 오늘의 아침편지

38번 오른 히말라야
38回登ったヒマラヤ

'나는 지금 어디로 가야 하는가?'
'私はいまどこにいななければならないか?'

'나의 꿈은 무엇인가?'
'私の夢は何か?'

'내가 다시 도전하고 싶은 대상은 어떤 것인가?'
'私がもう一度挑戦したい対象はどんなことか?'

나는 지금 대자연 속에서 나와 사람 속으로 걸어 들어가는
私は今大自然の中にでて、人の中に歩いて入る

중이다. 히말라야 8,000미터를 38번이나 오르기도
途中だ。ヒマラヤ8000mを38回も登っても

그곳을 향하는 나는 산에서 사람과 희망을
そこに向かう私は、山に人と希望を

보았기 때문이다. 그리고 삶을 보았다.
見たからだ。そして人生も見た

- 엄홍길의 《오직 희망만을 말하라》 중에서 -
- オム・ホンギルの〈ただ希望だけを話さない〉より -

* 38번의 히말라야 등정,
* 38回のヒマラヤ登頂

아무나 할 수 있는 일은 아닙니다.
誰でもできることはありません

엄청난 도전의식에 매순간 목숨을 걸어야 합니다.
とてつもない挑戦意識に、毎瞬命をかけなければなりません

그러나 히말라야를 38번이나 올랐기 때문에 만난 사람들이
しかしヒマラヤを38回も登ったから、会った人々が

있습니다. 목숨걸고 오르지 않았더라면 결코 만나지
います。命を懸けて登らなかったら、決して会えなかった

못했을 소중한 사람들입니다. 희망도 그와 같아서
大切な人々です。希望も彼らとともに

목숨이 달린 역경의 계곡에서, 죽음과도 같은
命がかかった逆境の溪谷で、死とも似た

절망의 골짜기에서 만나는 것이 희망입니다.
絶望の谷から会うことが希望です。

'히말라야'는 희망과 사람을 만나는
'ヒマラヤ'は希望と人が会う

성소 (聖所) 입니다.
聖所です。

(2010년 6월23일자 양코르메일)
(2010年6月23日付アンコールメール)

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]
人或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)' 의意.
골짜기
[명사] 谷; 谷間; 狭間; 溪谷 (*한문투의 말씨).

2016년 7월 5일 보낸 편지입니다.

살리는 카리스마
生けるカリスマ

천지 만물은
天地万物は

자신만의 카리스마가 있다.
自分だけのカリスマがある

카리스마는 생명과 함께하는 정신적 기호라
カリスマは生命とともにする精神的シンボルと

할 수 있다. 우리에게는 강력한 카리스마가 필요하다.
言える。我々には、強力なカリスマが必要です

카리스마는 긍정적 향상심과 강력한 에너지로
カリスマは肯定的向上心と、強力なエネルギーで

주위에 큰 영향을 미친다. 강력한 카리스마는
周囲に大きな影響を与える。強力なカリスマは

우리 인생에 행복과 성공을 가져다주고
我々の人生に幸せと成功をもたらし

인격에 무한의 매력을 더해준다.
人格に無限の魅力を加えてくれる

- 타오 상원의 《인생에 세 번 기회를 만나다》 중에서 -
- 陶祥雲の〈人生に3回機会に会う〉より -

* 카리스마도
* カリスマは

살리는 카리스마가 있고
生かすカリスマがいて

죽이는 카리스마가 있습니다.
殺すカリスマがいます

생명과 생명을 이어주고, 조직과 조직을 연결해
生命と生命をつないで、かけらとかけらをつなぎ

좋은 공동체를 만드는 것이 '살리는 카리스마'입니다.
いい共同体を作ることが'生かすカリスマ'です

한 사람의 인생도 살리지만, 그 한 사람이 속한
一人の人生も生かすが、その一人が属する

공동체도 살려내는 따뜻한 카리스마,
共同体も生かす温かいカリスマ

무한한 매력의 리더십입니다.
無限の魅力のリーダーシップです

기호 (記號)

[명사] 記号.

향상 (向上)

[명사] 向上; (水準などの)底上げ; 伸び.

더하다

[자동사] (前より)つのである; 重くなる.

[타동사] 加える; 足す.

2016년 7월 6일 보낸 편지입니다.

눈에 보이지 않는 일
目に見えないこと

우리는
我々は

눈에 보이지 않는 일,
目に見えないこと

곧 정신적인 활동을 하찮게 여기기도 한다.
すなわち、精神的活動をつまらなく思ったりもする

그러나 우리의 영혼을 살찌우는
しかし我々の魂を肥やす

눈에 보이지 않는 일이
目に見えないことが

무엇보다 가장 중요한 일이다.
何より一番重要なことだ

- 레프 톨스토이의 《살아갈 날들을 위한 공부》 중에서 -
- レフ・トルストイの〈生きていく日々のための勉強〉より -

* 정신은 보이지 않습니다.
* 精神は見えません

영혼은 더구나 보이지 않습니다.
魂はまして見えません

도무지 보이지 않으니까 마음이 메말라 가는지,
全く見えないから、心が干からびているのか

영혼이 병들어 가는지도 모르고 살아갑니다.
魂がやんでいくのかわからず生きていきます

그래서 마음의 눈이 늘 밝아야 합니다.
だから、心の目がずっと明るくなければなりません

그래야 정신이 보입니다.
そうしてこそ精神が見えます

영혼이 삽니다.
魂が生きます。

하찮다
[형용사]
つまらない; 取るに足りない; 下らない.
大して立派ではない; 大したものではない.
살찌우다
[타동사] [‘살찌다’의使役] 肥やす; 太らす.
도무지

[부사] どうも; 全く; 一向; まるっきり; 皆目.

메마르다

[형용사]

(土地が)干からびている; (地味が)やせている.

肌の脂気が抜けて滑らかでない.

(人情に)潤いがない.

병들다 (病—)

[자동사]

(体が)病む; 病気にかかる; 病みつく; 病を得...

(心が)むしばめる; 侵される; 病む.

2016년 7월 7일 보낸 편지입니다.

달관적인 태도
達觀的態度

삶은 현실이다.
人生は現実だ

그래서 순조롭기만 할 수는 없다.
だから、順調ではない

일과 생활에서 다양한 시련에 부딪힐 수 있고,
仕事と生活で、多様な試練にぶつかる恐れがある

수많은 좌절과 고통에 빠질 수 있다. 우리가
数多くの挫折と苦痛に陥りかねない。我々が

좌절의 수렁에서 벗어날 수 있는
挫折のぬかるみから、抜けることができる

유일한 방법은 달관적인
唯一の方法は達觀的

태도이다.
態度だ

- 타오 상원의 《인생에 세 번 기회를 만나다》 중에서 -
- 陶祥雲の〈人生に3回機会に会う〉より -

* 달관적인 태도는
* 達觀的態度は

좋은 현실만을 기대하는 것이 아닙니다.
いい現実だけ期待するのではありません

설사 안 좋은 현실을 만나도, 더 좋은 일이
例えよくない現実にあっても、さらに良いことが

생길 것이라 믿고 더 당당하게, 더 즐겁게
起きると信じ、さらに堂々と、さらに楽しく

걸어가는 것입니다. 내 삶에는 언제나
歩いていくことです。私の人生にはいつも

더 좋은 일이 생길 것이라는 믿음,
さらに良いことが起きるという信念

그것이 달관적인 태도입니다.
それが達觀的態度です。

달관 (達觀)
[명사] 達觀.
순조롭다 (順調—)
[형용사] 順調だ.
부딪히다

20160707.txt

[자동사]

[‘부딪다’의 受け身] ぶっつけられる; 突き当てられる; 打ちつ...
(障害などに) 当面する; 突き当たる; ぶつかる.

빠지다1

[자동사]

(물에) 溺れる.

(허방 따위에) 陥る; 落ち込む.

(어떤 상태에) 落ちる; 陥る; 沈む.

설사 (設使)

[부사] たとえ; かりに; よしんば; よしや; よし [아어(雅語)]. (=설령(設令))

2016년 7월 8일 보낸 편지입니다.

비 내리는 날
雨の降る日

진종일
一日中

비가 내린다
雨が降る

너도 젖고
あなたも濡れて

나도 젖고
私も濡れて

우리 사랑도
私たちの愛も

젖어간다.
濡れていく

- 유승희의 시 〈비 내리는 날〉 (전문)에서 -
- ユ・スンヒの詩〈雨の降る日〉(前文)より -

* 반가운 비도 있고
* 嬉しい雨があって

더없이 힘든 비도 있습니다.
この上なくつらい雨もあります

머리도 젖고 가슴도 젖고 발도 젖습니다.
頭も濡れて、胸も濡れて、足も濡れます

슬픔도 젖고 기쁨도 젖습니다.
悲しみも濡れて、喜びも濡れます

비가 계속 내립니다.
雨が続けて振ります

우리의 사랑처럼.
我々の愛のように

진종일 (盡終日)
[명사] [부사] 尽日; 一日中; 終日; 日もすがら; 日(...
더없이
[부사] この上なく; またとなく.
힘들다
[형용사]
(힘이 쓰임) 力が要る; 骨がおれる.
(애가 쓰임) 苦勞する; 苦しむ.
(곤란함) 困難だ; しにくい.

2016년 7월 9일 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 강명환님께서 보내주신 아침편지입니다
今日は、カン・ミョンファンさまから、送っていただいた朝の手紙です。

행복은 내 안에 있다
幸せは私の中にある

내가 느껴야 행복이다.
私を感じて幸せです

내가 누려야 행복이다.
私が享受して幸せだ

누구의 것과도 닮지 않고
誰かのことも似ていない

오직 내게 한 마리뿐인
ひたすら私に1匹だけの

흰 새를 찾을 수 있어야
白い鳥をさがして

진정한 행복이다.
本当の幸せです

- 박완서, 신달자 외의 《그래도 행복해지기》 중에서 -
- パク・ファンソ、シン・タルジャ他の〈それでも幸せに〉より -

* 우리는 행복을 너무 멀리서 찾고 있습니다.
* 我々は幸せをととても遠くに探しています。

행복은 아주 가까이에 있고 우리가 찾으면 찾을수록
幸せはとても近くにあって、我々が探せば探すほど

멀리 도망가는 듯 합니다. 현재 숨쉬고 있다는 것이
遠くに逃げていくようです。現在息していることが

곧 행복의 순간이란 걸 깨달아야 합니다. 어떠한
まさに幸せの瞬間だということに気づかなければなりません。どんな

상황에서도 '나는 행복한 사람이다' 는 긍정적인
生活にも'私は、幸せな人だ' という肯定的な

희망을 갖고 현재를 즐길 줄 아는 사람이
希望をもって、現在を楽しむことができる人に

되었으면 좋겠습니다.
なれたらいいですね。

누리다1
[타동사] (富貴·長寿などを)うける; 享受する.

2016년 7월 11일 보낸 편지입니다.

'나다운 것'이 가장 '아름다운 것'
'私らしいこと'が一番'美しいこと'

'아름답다'라는 말은
'美しい'という言葉は

'그 사람답다, 나답다'라는 말로
'その人らしい、私らしい'という言葉と

해석할 수 있다. 우리 선조들의 생각에는
解釈することができる。我々の先祖たちの考えには

'나다운 것이 아름다운 것'이다. 자신의 가치를
'自分らしいことが美しいこと'だ。自分の価値を

잘 발휘하는 사람이 아름다운 사람이라는
よく発揮する人が美しい人という

귀한 생각이 담겨 있다. 그러니까 원래
尊い考えが盛られている。だから本来

자기다운 게 가장 아름답다는 거다.
自分らしいのが一番美しいのだ

자신을 가장 가치있게 만드는 게
自分を一番価値あるようにするのは

아름다운 것이다.
美しいことだ

- 조현용의 《우리말 선물》 중에서 -
- チョ・ヒョニョンの〈韓国語の贈り物〉より -

* 인생은
* 人生は

자신의 아름다움을 찾아가는 여정입니다.
自分の美しさを探す旅情です

아름다움도 발견입니다. 내 안에 잠재되어 있는
美しさも発見です。私の中に潜在している

아름다움의 씨앗을 찾아내어 잘 가꾸어야 합니다.
美しさの種を探して、ちゃんと育てなければなりません

내가 나에게 할 수 있는 최선의 일입니다.
私が私にできる最大のことで

그래서 내가 나를 '나답게' 만드는 것,
だから、私が私を'私らしく'すること

그리고 내가 그를 '그답게' 바라보는 것,
そして、私が彼を'彼らしく'眺めること

20160711.txt

그것이 나, 우리, 세상을, 아름답게
それが、私、私たち、世の中を美しく

만드는 비결입니다.
する秘訣です

귀하다 (貴—)
[형용사]
(身分·地位が)高い; 尊い.
まれだ; 珍しい.
かわいらしい.
잠재 (潜在)
[명사] 潜在.

2016년 7월 12일 보낸 편지입니다.

흙과 함께
土と共に

“흙을 가지고
”土をもって

스스로 노는 과정에서 아이들은
自ら遊ぶ過程で子供たちは

단순히 흙을 체험하는 것이 아니다.
単純に土を体験することではない

그것은 아이가 흙과 관계를 맺는 것이고,
それは、子供たちが土と関係をつくることで

스스로 그 흙과 만나는 것이다. 아이들은
自ら、その土と会うことだ。子供たちは

모험을 즐기고 두려움을 만난다. 그리고
冒険を楽しみ、恐怖に会う。そして

그 과정에서 두려움을 다루는 방법을
その過程で恐怖を扱う方法を

저절로 터득하게 된다.”
自然に体得するようになる”

- 김용규의 《당신이 숲으로 와준다면》 중에서 -
- キム・ヨンギョの〈あなたが森に来てくれたら〉より -

* '손에 흙을 묻히지 않고 산다.'
* '手に土をつけないで生きる'

그것이 마치 잘 사는 사람인양 오해하던
それが、まるでよく生きる人のように誤解していた

시절이 있었습니다. 그래서 아이들도 흙과
時節があります。だから子供たちも土と

멀어졌는지도 모릅니다. 아닙니다. 사람은
遠くなったのかもしれませんが。いいえ、人は

흙과 더불어 살아야 합니다. 그것이
土と共に生きなければなりません。それが

건강한 사람입니다. 모든 생명은
健康な人です。すべての生命は

흙에서 나서 흙으로
土から出て、土に

돌아갑니다.
帰ります。

흙

[명사] 土; 土壤.

다루다

[타동사]

(取り) 扱う.

(처리) (事を) 処理する; さばく.

(조작) 手で扱う; 操作する.

저절로

[부사] 自然(に·と); おのずと; おのずから; ひとりでに. [준말] 절로.

터득 (攄得)

[명사] 会得; 体得.

2016년 7월 13일 보낸 편지입니다.

'잘 쉬다'는 것은
'よく休む'ということは

사람들은 쉬다고 하면
人々は休むとすれば

노는 것으로 잘못 알고 있는 경우가 많다.
遊ぶことだと、間違っていて理解している場合が多い

쉬는 것은 결코 노는 게 아니다. 그러면 잘
休むことは、決して遊ぶことではない。そうならよく

쉬다는 것은 어떤 것일까? 우리말에서 '쉬다'는
休むことはどんなことか?我が国の言葉で'休む'は

두 가지 의미가 있다. 하나는 일을 하지 않는
二つの意味がある。一つは仕事をしない

것이고, 다른 하나는 숨을 쉬는 것이다.
ことで、もう一つは、息をすることだ

바로 여기에 '쉬다'의 열쇠가 있다.
まさに、ここに'休む'のカギがある

쉬는 것은 숨을 쉬는
休むことは、息をする

것이기도 하다.
ことでもあるのだ

- 조현용의 《우리말 선물》 중에서 -
- チョ・ヒョニョンの〈母国語の贈り物〉より -

* 숨을 쉬어야 삽니다.
* 息を吸って生きます

숨을 쉬어야 살아갈 수 있습니다.
息を吸って、生きていくことができます

그래서 '잠깐멈춤'의 시간이 필요합니다.
だから'ちょっと止まる'時間が必要です

잠깐 멈추어 깊은 호흡을 하는 것이 쉬는 것입니다.
ちょっと止まって、深い呼吸をすることが休むことです

쉬어야 할 때 쉬지 않으면 강제로 멈추게 됩니다.
休まなければならない時休まないなら、強制敵に止まるようになります

그때는 늦습니다. 강제 멈춤이 오기 전에
その時は遅いです。強制停止が来る前に

따로 시간을 내어 깊은 숨을 쉬는 것,
時に時間を作って、深い呼吸をすること

20160713.txt

그것이 제대로 쉬는 것입니다.
それが、ちゃんと休むことです

2016년 7월 14일 보낸 편지입니다.

눈물과 미소가 함께 있다
涙と微笑みがともにある

우리 삶은 늘
我々の人生はずっと

눈물과 미소의 교차인지도 모릅니다.
涙と微笑みの交差かもしれません

삶을 가만히 들여다보노라면 거기에는
人生をじっと見つめると、そこには

눈물과 미소가 함께 있습니다. 눈물 나는
涙と微笑みがともにあります。涙がでる

상황에서도 문득 하늘을 올려다보면
状況にも、ふと空を眺めれば

햇살이 환히 비치고 있지요.
日差しがこうこうと照っています

- 류해옥의 《그대는 받아들여졌다》 중에서 -
- リュ・ヘウクの〈あなたは、受け入れられた〉より -

* 하늘도
* 空も

눈물과 미소가 교차합니다.
涙と微笑みが交差します

어느 날은 비가 내리고, 어느 날은 햇살이 비칩니다.
ある日は雨が降って、ある日は日差しが照ります

엉엉 울고 싶을 때 그 하늘을 보고 실컷 울고,
わんわん泣きたいとき、その空を見て思う存分泣いて

웃고 싶을 때 그 하늘을 보고 실컷 웃으면
笑いたいときは、その空を見て思う存分笑えば

쏟아진 눈물이 변하여 미소가 되고,
あふれた涙が、変わって微笑みになって

다시 기쁨의 눈물로 바뀝니다.
再び喜びの涙に変わります

미소가 깊어집니다.
微笑みが深くなります

가만히
[부사]
じっと; 静かに; 黙って; ひそかに; おとなしく.
(深く考えるときなどに) よくよく; じっくり; しみじみ(と).

20160714.txt

문득

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

환히

[부사]

明るいさま.

広広としているさま.

透けているさま.

실컷

[부사] 十二分に; 思う存分; 飽きるほど; いやと言...

2016년 7월 15일 보낸 편지입니다. 출력하기

사심 없는 친절
私心のない親切

착한 일을 하고
よい行いをして

그에 응당한 보답이 있으면
それに、相当な報いがあれば

누구나 착한 일을 합니다. 하지만 그런 일은
だれでも、よい行いをします。しかしそんなことは

극히 드뭅니다. 그래도 착하게 살아야 하고
極めてまれです。それでも、善良に生きなければならず

사심 없이 친절을 베풀어야 합니다. 멀리
私心のない、親切をしなければなりません。遠く

내다보면 친절과 사랑은 베풀 만큼
見渡せば、親切と愛をふりまくほど

돌아오는 것이 아니라 헤아릴 수
戻ってくるのではなく、数え

없을 만큼 크게 되 돌아옵니다.
きれないほど、大きく戻ってきます

- 류해옥의 《영혼의 샘터》 중에서 -
- リュ・ヘウクの〈魂の泉〉より -

* 가장 착한 일 중의 하나가
* 一番いい行いのうちの 하나가

다른 사람에게 '친절' 한 것입니다.
他人に'親切'なことです

하물며 사심 없는 친절이면 더욱 좋습니다.
まして、私心のない親切ならさらに良いです

몸에 배어 있기까지 하면 더할 나위 없습니다.
身に沁みこむまですれば、申し分ないです

그 어떤 보답을 바라는 것이 결코 아닌데도
ある報いを望むことでは、決してないが

놀라운 것들이 나에게 되 돌아옵니다.
驚くことが私に戻ってきます。

나의 삶을 빛나게 합니다.
私の人生が輝きます

よい行いをする 발음 재생 (표제어:おこない)
착한 일을 하다

응당 (應當)

[부사]当然; 必ず; きっと. (=응당히)

[형용사]

当然である; 当たり前だ.

相当する.

극히

[부사]極めて; この上なく; ひどく.

드물다

[형용사]

まれだ.

(찾지않다) (時間的に) 繁くない; 少ない; 頻繁...

(흔하지 않다) 珍しい; めったにない.

멀리

[부사]遠く; 遙か(に).

내다보다

[타동사]

(밖을) 外を見る; 眺める.

(앞일을) 見越す; 見通す; 予知する.

헤아리다

[타동사]

数える; 計算する.

推し量る; 計り知る; 察する; くみ取る.

하물며

[부사]まして; なおさら; 況や.

배다

[자동사]

染み込む; 浸る; にじむ; 染みる.

身につく; 慣れる; なじむ.

2016년 7월 16일 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 한수경님께서 보내주신 아침편지입니다
今日は、ハン・スギョンさまから、送っていただいた朝の手紙です。

빛을 향한 여행
光へ向かう旅行

어둠 속에 머물다가
暗闇の中にとどまっていたら

단 한 번 뿐이었다고 하더라도
ただ1回だけのこととしても

빛에 노출되어 본 경험이 있는 사람이라면
光にさらされた経験がある人なら

한평생 그 빛을 잊지 못하리라. 그런 순간에
一生、その光を忘れないだろう。その瞬間に

그들은 자기 자신이 다른 존재가 됐으므로,
彼らは自分自身がほかの存在になったので

그 기억만으로 그들은 빛을 향한
その記憶だけで、彼らは光に向かって

평생에 걸친 여행을 시작한다.
一生にわたる旅行を始める

- 김연수의 《내가 누구든 얼마나 외롭든》중에서 -
- キム・ヨンスの〈あなたが誰でも、どれだけ寂しくても〉より -

* 여러가지 어려움 때문에
* 色々な困難のため

힘들어하고 있는 사람에게 따뜻한 미소,
辛くしている人に温かい微笑み

다정한 말 한마디는 희망의 빛이 되곤 합니다.
優しい言葉一つは、希望の光になったりします

그리고 그 희망의 빛을 경험한 사람은 자기 자신이
そして、その希望の光を経験した人は自分自身が

소중한 존재로 여겨졌던 경험의 순간을 기억하며,
大切な存在と思った経験の瞬間を覚えて

그 빛을 향한 여행을 시작합니다. 따뜻한 관심의
その光に向かって旅行を始めます。暖かい関心の

표현은 어느 누군가에게는 일생에 걸친
表現は、だれにも一生にわたる

크나큰 희망의 빛이 됩니다.
非常に大きい希望の光になります。

빛

[명사]

光.

[물리] 光線.

(희망) 希望; 光明.

어둠

[명사] [←어두움] 暗がり; 暗やみ; 闇.

속

[명사]

(물체 내부) (物体などの)内部; 内; 中. (↔겉)

(테두리 안) (一定の囲み・枠の)中; 奥.

(사람의 위장) (人の)腹; おなか; 胃.

다정 (多情)

[명사]

多情.

思いやりがあり, 優しいこと.

親しいこと.

크나크다

[형용사] 非常に大きい; (ことが)重大だ.