

2016년 8월 29일 보낸 편지입니다.

당신이 여기 없으니까...
あなたがここにいないから

"내가 당신의
"私があなとの

조용한 시간을 방해한 거야?"
静かな時間を妨害したの?"

"지독한 방해지. 당신이 여기 없으니 말이야."
"ものすごい妨害だ。あなたがここにいないから"

- 로맹 가리의 《여자의 빛》 중에서 -
- ロマン・ガリーの〈女性の光〉より -

* 당신이 없으면
* あなたがいないから

조용한 시간도 의미가 없어집니다.
静かな時間も意味がなくなります

나의 시간을 방해해도 좋고 나의 생각을
私の時間を妨害してもよく、私の考えを

방해해도 좋으니, 여기 옆에만 있어 줘요.
妨害してもよいから、ここに横にだけいてほしい

당신이 있어야 나도 있습니다.
あなたがいて、私もいます

지독하다 (至毒—)
[형용사]とてもひどい; ものすごい.

2016년 8월 30일 보낸 편지입니다.

커플 대화법
カップルの対話法

서로를 세워주는 커플 대화법.
お互いをたててあげるカップルの対話法

두 사람은 책임지고 자기 혀를 훈련해야 한다.
二人は、責任を持って自分の舌を訓練しなければならない

부부가 말하는 모든 것이 도움이 될 수도 있고
夫婦が話すすべてのことが、助けになることもあり

해가 될 수도 있고, 치유할 수도 있고 상처를
害になることもあり、治癒になって傷を

줄 수도 있고, 세워줄 수도 있고 무너뜨릴
与えることもあり、立ててあげることもあり、壊す

수도 있기 때문에 혀를 길들이는 것은
こともあるから、舌を慣らすことは

서로의 지속적인 목표가
お互い持続的な目標に

되어야 한다.
ならなければならない

- 노먼 라이트의 《사랑의 열쇠》 중에서 -
- ローマン・ライトの〈愛のカギ〉より -

* 서로를 세워주는 말이 있고,
* お互いをたててくれる言葉があって

서로를 상처내며 무너뜨리는 말이 있습니다.
お互いを傷つけ倒れる言葉があります

서로를 세워주는 대화를 위해 혀를 길들이는 노력,
お互いをたててくれる対話のために、舌を慣らす努力

그것이 사랑입니다. 그것이 좋은 관계입니다.
それが愛です。それがいい関係です

혀를 훈련하며 깊은 사랑을 하다보면
舌を訓練して、深く愛すれば

입술이 아닌 눈빛만으로도 통하는
唇がいや眼差しだけでも通じる

관계가 됩니다. 더 사랑하게
関係になります。さらに愛するように

됩니다.
なります

무너뜨리다

[타동사]

(허물다) (取り)崩す; 崩壊させる; 取り壊す.

(쓰러뜨리다) 倒す.

길들이다

[타동사]

習熟させる.

飼い慣らす; 手なずける; 懐ける.

2016년 8월 31일 보낸 편지입니다.

서로를 사랑할 때
お互い愛するとき

우리가 서로 사랑할 때,
我々がお互いを愛するとき

고통 가운데도 기쁨의 샘이 존재합니다.
苦痛の中にも喜びの泉が存在します

나도 고통을 겪었습니다. 고통받는 사람들도
私も苦痛を経験しました。苦痛を受けた人々にも

만났습니다. 그런데 그들이 함께 있고
会いました。しかし彼らがともにいて

서로를 사랑할 때는 고통을 넘어
お互いを愛するときは苦痛を超えて

기쁨의 샘이 솟구칩니다.
喜びの泉が湧き上がります

- 엠마뉘엘 수녀의 《나는 100살, 당신에게 할 말이 있어요》 중에서 -
- エマニュエル修女の〈私は100歳、あなたに言いたいことがあります〉より -

* 서로를 사랑할 때
* お互いを愛するとき

기쁨을 만납니다. 기쁨을 배웁니다.
喜びに会います。喜びを学びます

그러나 때로는 고통의 터널을 지나게 됩니다.
しかし、時に苦痛のトンネルを過ぎるようになります

고통의 터널을 두려워 마십시오!
苦痛のトンネルを恐れなくてください

서로 사랑하며 함께 거처가면
お互い愛しながらともに経れば

고통이 기쁨으로, 어둠이
苦痛が喜びに、暗さが

빛으로 바뀝니다.
光に変わります

샘
[관광지] (자연관광) 泉 (일본어표기: セム)
솟구치다
[자동사]
(勢いよく)跳ね上がる;突き上がる;ほとばしる.
(感情・力などが)わき上がる;盛り上がる;ほとば...
[타동사] (体を勢いよく)跳ね上げる.
거처 가다

20160831.txt

[성구·관용구] (ある所を) 経て行く; 経る; 経由する.

2016년 9월 1일 보낸 편지입니다.

젊은 오빠
若い兄

나는 인생 후반부
私は人生後半の

행복한 삶의 요체를 두 가지로 압축한다.
幸せな人生の要諦を2つに圧縮する

첫째는 걷기요 둘째는 공부다. 건강이 뒷받침되지
一つは歩くことです。二つ目は勉強だ。健康が裏付けに

없는 계획, 야망, 꿈은 구름 잡는 소리다. 이 세상
ならない計画、野望、夢は雲をつかむのと同じだ。この世の中

가장 미련한 사람은 돈을 벌기 위하여 건강을
一番未熟な人は、お金を稼ぐために健康を

해치는 자라 했다. ‘재보만고건실무용(財寶
害する人だといった。’財宝満庫健失無用’

満庫健失無用)’, ‘재물과 보물이 창고에
、’財物と宝物が倉庫に

가득해도 건강을 잃으면 아무 쓸모가
いっぱいでも健康を失えば、何の意味も

없다’는 얘기다.
ない’ということだ

- 이응석의 《노인이 살아야 나라가 산다》중에서 -
- イ・ウンソクの<老人が生きて国が生きる>より -

* 걷기와 공부.
* 歩きと勉強

하나는 몸을 만드는 것이고,
一つは体を作ることで

다른 하나는 마음을 만드는 것입니다.
もう一つは心を作ることです

나이가 들수록 몸 건강, 마음 건강이 함께 가야
歳をとるほど体と健康、心の健康がともにあって

인생 후반부가 더욱 팽팽하고 행복해집니다.
人生の後半期が一層、膨らんで幸せになります

매일매일 일정한 시간을 내어 열심히 걷고,
毎日毎日の日常な時間を出て、一生懸命歩いて

손에는 항상 공부하는 책이 들려 있으면
手にはいつも勉強の本を持っていれば

그 자체로 이미 '젊은 오빠' 입니다.
それがすでに'若いお兄さん' です

요체 (要諦)

[명사] 要諦.

압축 (壓縮)

[명사] 圧縮.

뒷받침

[명사] (후원) 後押し; 後ろ盾; 尻押し; 後ろ見; 力添(...)

[자동사] [타동사] (어떤 사실의) 裏付け; 裏書き; 保証.

미련하다 (未練—)

[형용사] (→미숙하다)

해치다 (害—)

[타동사]

(몸·마음·상태를) (心身や状態を)害する; 損...

(남을) (人を)傷つける; 殺す; あやめる.

팽팽하다 (膨膨—)

[형용사]

いっぱいふくれて弾力がある.

雰囲気などが盛り上がっている.

2016년 9월 2일 보낸 편지입니다.

마음을 숨쉬게 하라
心を息するようにしなさい

인간은
人間は

마음입니다.
心です。

문제는 자기 마음이
問題は人の心が

숨 쉬도록 가만히 두는 것이죠.
息を吸うように、じっとしておくことでしょう。

질식시키지 말아야 합니다. 그러면
窒息させないようにしなければなりません。そうすれば

사랑의 샘이 솟아날 것입니다.
愛の泉が湧き出るでしょう

기도가 이 호흡을 도울 수
祈りが、この呼吸を助けることが

있습니다.
できます。

- 엠마뉘엘 수녀의 《나는 100살, 당신에게 할 말이 있어요》 중에서 -
- エマニュエル修女の〈私は100歳、あなたに言いたいことがある〉より -

* 몸에 호흡이 필요하듯
* 体に呼吸が必要なように

마음에도 호흡이 필요합니다.
心にも呼吸が必要です

숨구멍을 열어 숨쉬기를 해줘야 합니다.
気門を開いて、息を吸ってあげなければなりません

기도, 명상, 여행, 산책, 독서, 사랑...
祈禱、瞑想、旅行、散策、読書、愛...

마음의 숨구멍을 내는 것들입니다.
心の気門を出すことです。

잠깐 멈춰 마음을 숨쉬게 하세요.
ちょっと止まって、心を呼吸してください

그것이 사는 길입니다.
それが生きる道です。

질식 (窒息)
[명사] 窒息.

숨구멍

[명사]

(→숨구멍)

(ひゆ的に) 苦しい状況から少し逃れること.

[곤충] 氣門. (=기공(氣孔))

2016년 9월 3일 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 심수진님께서 보내주신 아침편지입니다
今日は、シム・スジンさまから、送っていただいた朝の手紙です

내가 먼저 다가가세요
私がまず近づいてください

사랑도 능력이다.
愛も能力です

타고나는 것이 아니라 이 세상을 살아가면서
生まれつきのことではなく、世の中を生きながら

터득하고 학습하고 실천하면서 길러진다.
会得して学習して、実践しながら育てられる

나이 들어 외롭지 않으려면 무엇보다
歳をとって、寂しくないようにするには、何より

사랑하는 능력을 갈고 닦아야 한다.
愛する能力を、磨かなければならない

나이 먹었다고 다른 사람에게 대접 받고
年を取ったと、ほかの人にもてなしを受け

그가 내게 먼저 다가오기를 바란다면
彼が私にまず近づいてくれるのを望むなら

점점 더 외로워질 뿐이다.
だんだん、さらに寂しくなるだけだ

- 이근후의 《나는 죽을 때까지 재미있게 살고 싶다》중에서 -
- イ・グフの〈私は死ぬまで楽しくいきたい〉より -

* 사람은 거울과 같습니다.
* 愛は、鏡と同じです

내가 웃으면 상대방도 웃고,
私が笑えば相手も笑って

내가 화내면 상대방도 화를 냅니다.
私が怒れば、相手も怒ります

사랑받고 싶으면 내 마음의 문을 열고
愛されたいなら、私の心の門を開いて

내가 먼저 사랑해주어야 합니다.
私がまず愛してあげなければなりません

내가 먼저 다가가세요.
私がまず近づいてください

하루가 행복해집니다.
一日が幸せになります。

타고나다

[타동사] 生まれつく; 先天的に持って生まれる.

えとく [会得] 발음 재생

터득.

외롭다

[형용사] 頼る所[身寄り]がなくて心細い; 寂しい; わ...

갈다2

[타동사]

(金属などを) 研ぐ; (砥石などで) 磨く.

(墨などを) 擦る.

(下ろし金などで) 下ろす; する; すり下ろす.

대접 (待接)

[명사] もてなし; 供应; ご馳走.