

나를 키우는 말

이해인

행복하다고 말하는 동안은
나도 정말 행복해서
마음에 맑은 샘이 흐르고

고맙다고 말하는 동안은
고마운 마음 새로이 솟아올라
내 마음도 더욱 순해지고

아름답다고 말하는 동안은
나도 잠시 아름다운 사람이 되어
마음 한 자락이 환해지고

좋은 말이 나를 키우는 걸
나는 말하면서
다시 알지

私を育てる言葉

イ・ヘイン

幸せだと言っている間は
私も本当に幸せで
心に清い泉が流れ

ありがとうと言っている間は
感謝の気持ちが新たに湧き上がり
私の心ももっと穏やかになって

美しいと言っている間は
私もしばらく美しい人になり
心も幾分明るくなつて

良い言葉が私を育てるということを
私はそれらの言葉を口にしながら
再び知るだろう

李海仁（イ・ヘイン）：1945年～、韓国の詩人、カトリック修道女。

『私を育てる言葉』は、韓国の詩人でありカトリック修道女でもあるイ・ヘイン（1945年～）による作品です。日常の中の「幸せ」「ありがとう」「美しい」といった言葉が、自分自身を癒し、育てくれる力を持つことを優しく語っています。シンプルながら深い気づきを与えるこの詩は、読む人に心の平和と感謝を思い出させてくれます。朗読するときは、急がず一行ずつ丁寧に読み、言葉の持つ温かさや静けさを感じながら、聴く人の心にそっと届くように柔らかな声で語ると良いでしょう。特に最後の一節「私はそれらの言葉を口にしながら再び知るだろう」は、少し間をおいて余韻を持たせると、詩のメッセージがより深く伝わります。