

나를 키우는 말

이해인

私を育てる言葉

イ・ヘイン

행복하다고 말하는 동안은  
나도 정말 행복해서  
마음에 맑은 샘이 흐르고

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

고맙다고 말하는 동안은  
고마운 마음 새로이 솟아올라  
내 마음도 더욱 순해지고

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

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

美しいと言っている間は  
私もしばらく美しい人になり  
心も幾分明るくなって

좋은 말이 나를 키우는 걸  
나는 말하면서  
다시 알지

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。朗読するときには、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。