

3. Sound Life

Art Heals

Has a painting, a movie, or a novel ever made you ¹⁾[feel/feeling] better? Taking medicine can help you deal with your emotions and relieve your worries, but sometimes art might actually be the cure you're looking ²⁾[at/for]. As you will see, the use of color, different ³⁾[perspectives/perceptions], and engaging plots can have an uplifting effect on your mind, body, and soul.

When you are angry or ⁴⁾[irritating/irritated]

Henri Matisse, Harmony in Red

Many people think that they should look at calming colors when they are angry or irritated. Because the color red excites the emotions, they may think that looking at it will make them ⁵⁾[angrier/more angry]. However, this picture shows that the opposite can be true. By looking at the color red here, you can ⁶⁾[please/release] your anger. This picture is actually helping ⁷⁾[calm you down/you calm down].

The woman in the picture is standing in a ⁸⁾[vivid/vividly] red room and is placing fruit in a bowl. She seems to be carrying on her work in ⁹⁾[noise/silence]. As you watch the woman working dutifully at her task in this red room, your anger melts away instead of getting ¹⁰⁾[better/worse].

예술 치료

그림, 영화, 혹은 소설이 당신의 기분을 더 좋게 한 적이 있나요? 약을 복용하는 것은 여러분의 감정을 다루고 여러분의 걱정거리를 덜어주는데 도움을 줄 수 있지만, 때때로는 예술이 여러분이 찾는 치료법이 될 수도 있습니다. 당신이 볼 것과 같이, 색의 사용, 다른 관점들, 그리고 매력적인 줄거리는 당신의 마음, 신체, 그리고 영혼에 활력을 불어넣을 수 있습니다.

당신이 화가 나가거나 짜증났을 때
Henri Matisse, Harmony in Red

많은 사람들은 그들이 화가 나가거나 짜증 날 때 차분한 색을 바라봐야 한다고 생각한다. 빨간 색은 감정을 자극하기 때문에, 사람들은 빨강색을 보는 것이 그들을 더 화나게 할 것이라고 생각할지도 모른다. 그러나 이 그림은 그 반대가 사실일 수 있다는 것을 보여 준다. 이곳의 빨간 색을 바라보면서, 당신은 화를 풀 수 있다. 이 사진은 실제로 당신이 진정하는 것을 도울 수 있다. 사진 속의 여자는 선명한 빨간 색 방에 서서 과일을 그릇에 담고 있다. 그녀는 묵묵히 일하고 있는 것처럼 보인다. 당신이 이 빨간 방에서 성실히 일하는 여자를 지켜보면, 당신의 화는 악화되는 대신에 녹아 없어진다.

In addition, the yellow fruit on the table brings out positive and ¹¹⁾ [cheerful/gloomy] emotions. At the same time, the green and blue space outside the window causes ¹²⁾ [to heal/healing] and ¹³⁾ [relaxes/relaxing] feelings. The existence of these cool colors actually makes the “¹⁴⁾ [heaviness/lightness]” of the red colors appear a bit lighter. Although the color red is ¹⁵⁾ [dominant/minor], it works together with the various contrasting colors to form a harmony. Seeing the balance ¹⁶⁾ [keep/keeps] you from becoming ¹⁷⁾ [overwhelming/overwhelmed] by your emotions and helps you overcome your anger. As the painting's title suggests, this must be the power of the harmony in red.

When you lack confidence

The Secret Lift of Walter Mitty

Walter Mitty has developed the pictures ¹⁸⁾ [using/used] on the front cover of Life magazine for the past sixteen years. Other than that, he leads a boring life filled with daydreams. However, his world is about to ¹⁹⁾ [stop/change]: Life will soon become an online-only publication. Unfortunately, the picture for the final cover is missing. Walter decides to hit the road to find the picture. He believes the photographer still has ²⁰⁾ [one/it] and follows his trail. This is ²¹⁾ [that/how] Walter's wild dash across Greenland, Iceland, and the Himalayas begins. During this adventure, he survives a volcanic eruption and a fall from a helicopter. ²²⁾ [As/Although] he finally finds the photographer, Walter realizes he has, more importantly, become the person he always imagined he could be.

게다가, 탁자 위의 노란 색 과일은 긍정적이고 유쾌한 감정을 끌어낸다. 동시에, 창문 밖의 초록색과 파란 색 공간은 치유와 편안한 감정을 유발한다. 이러한 차가운 색깔들의 존재는 실제로 빨간 색의 무거움을 약간 더 가볍게 보이게 한다. 비록 빨간 색은 우세하지만, 다양한 대조적인 색과 조화를 이루기 위해 함께 작용한다. 균형을 보는 것은 당신이 당신의 감정에 압도당하는 것을 막고, 분노를 극복하도록 도와준다. 이 그림의 제목이 시사 하듯이, 이것은 빨간 색의 조화가 가진 힘임에 틀림없다.

자신감이 부족할 때

The Secret Lift of Walter Mitty

Walter Mitty는 지난 16년 동안 Life잡지의 표지에 사용된 사진들을 현상해왔다. 그것 말고도, 그는 몽상으로 가득한 따분한 생활을 한다. 하지만, 그의 세계는 곧 바뀌려고 한다. Life사는 곧 온라인에서만 운영하는 출판물이 될 것이다. 안타깝게도, 마지막 표지를 위한 사진이 없어졌다. Walter는 그 사진을 찾기 위해 길을 나서기로 결심한다. 그는 그 사진작가가 여전히 그것을 가지고 있다고 믿고, 그의 발자취를 따랐다. 이것이 바로 어떻게 Walter가 그린 랜드, 아이슬란드, 히말라야 산맥을 가로질러 돌진하는지를 보여 준다. 이 모험에서, 그는 화산 폭발과 헬리콥터 추락으로부터 살아남는다. 비록 그가 마침내 사진작가를 찾아냈음에도 불구하고, Walter는 자신이 항상 될 수 있다고 상상했던 사람이 되었음을 더 중요히 깨닫는다.

Learn from Walter. Don't sit around and dream about your next adventure—just go ahead and make it happen. Don't wait for the right moment—there is no such thing as the right moment. Create your own opportunities, and everything will fall into place. Don't worry about not being brave enough—once you begin making ²³⁾[bald/bold] choices, courage will follow. All you need is motivation and this is already ²⁴⁾[inside/outside] of you. So start living! This movie will remind you that your dreams are ready ²⁵⁾[however/whenever] you are.

When you feel like you don't fit in

Richard Bach, Jonathan Livingston Seagull

Jonathan Livingston Seagull knows that he's different from others. Instead of fighting over food with the other ²⁶⁾[seagull/seagulls], Jonathan spends all his time ²⁷⁾[to learn/learning] about flying. Every day, he practices new skills by rolling, spinning, and diving high above the sea. During one of his practices, Jonathan flies through his flock. He expects the others to praise his amazing ability. Instead, they look at him ²⁸⁾[warmly/coldly] as they now consider him ²⁹⁾[fit/unfit] to be a part of the flock. Jonathan tries his best to rejoin the flock, but he's no longer satisfied flying in formation with the other seagulls as he knows how wonderful soaring above the clouds really feels.

Walter로 부터 배우자. 빈둥거리면서 너의 다음 모험을 꿈꾸지 마라. 단지 시작하고 실행에 옮겨라. 적당한 순간을 기다리지 마라. 적당한 순간이라는 것은 없다.당신의 기회를 만들어 내라, 그러면 모든 것이 제자리를 찾게 될 것이다 .충분히 용감하지 않은 것에 대해 걱정하지 마라 - 일단 대담한 선택을 하면, 용기가 뒤따를 것이다. 네게 필요한 모든 것은 동기 부여이고, 이것은 이미 너의 내면에 있다. 그러니 삶을 시작해라! 이 영화는 언제든지 여러분의 꿈이 준비되어 있다는 것을 상기시켜 줄 것이다.

네가 적응하지 못할 때

Richard Bach, Jonathan Livingston Seagull

Jonathan Livingston 갈매기는 그가 다른 이들과 다르다는 것을 알고 있다. 다른 갈매기들과 음식을 두고 싸우는 대신에, Jonathan은 비행을 배우는데 그의 모든 시간을 보낸다. 매일 그는 구르고, 돌고, 바다 위에서 높은 곳에서 다이빙함으로써 새로운 기술을 연습한다. 그의 연습 중 한 번은, Jonathan은 그의 무리 사이로 날아간다. 그는 다른 갈매기들이 그의 놀라운 능력을 칭찬 해주기를 기대한다. 대신에 그들은 Jonathan을 무리의 일부로 부적절하게 여기기 때문에, 그들은 그를 차갑게 본다. Jonathan은 무리에 합류하기 위해 최선을 다하지만, 그는 구름 위로 날아오르는 것이 얼마나 멋진 기분인지 알고 있기 때문에 다른 갈매기들과 대행을 이루어 비행하는 것에 더 이상 만족하지 않는다.

If you have ever felt a little bit different, take Jonathan Livingston Seagull's message to heart. Don't be afraid of being different. There is no need to apologize for being the way you are. This is ³⁰⁾[that/what] makes you special. ³¹⁾[Once/If] you embrace what makes you different, learn as ³²⁾[many/much] as you can about it. Keep perfecting that special skill that makes you different from the rest of the crowd.

만약 당신이 약간 다르다고 느낀다면, Jonathan Livingston 갈매기의 메시지를 가슴에 새겨라. 다르다는 것을 두려워하지 마라. 네가 존재하는 방식에 대해 사과할 필요는 없다. 이것이 여러분을 특별하게 만드는 것이다. 일단 당신을 다르게 만드는 것을 받아들이면, 그것에 대해 가능한 한 많이 배워라. 나머지 사람들로 부터 당신을 다르게 만드는 그 특별한 기술을 계속 연마해라.



◇「콘텐츠산업 진흥법 시행령」제33조에 의한 표시

1) 제작연월일 : 2018년 01월 15일

2) 제작자 : 교육지대㈜

3) 이 콘텐츠는 「콘텐츠산업 진흥법」에 따라 최초 제작일부터 5년간 보호됩니다.

◇「콘텐츠산업 진흥법」외에도「저작권법」에 의하여 보호되는 콘텐츠의 경우, 그 콘텐츠의 전부 또는 일부를 무단으로 복제하거나 전송하는 것은 콘텐츠산업 진흥법 외에도 저작권법에 의한 법적 책임을 질 수 있습니다.

정답

- 1)[정답] feel
- 2)[정답] for
- 3)[정답] perspectives
- 4)[정답] irritated
- 5)[정답] angrier
- 6)[정답] release
- 7)[정답] you calm down
- 8)[정답] vividly
- 9)[정답] silence
- 10)[정답] worse
- 11)[정답] cheerful
- 12)[정답] healing
- 13)[정답] relaxing
- 14)[정답] heaviness
- 15)[정답] dominant
- 16)[정답] keeps
- 17)[정답] overwhelmed
- 18)[정답] used
- 19)[정답] change
- 20)[정답] it
- 21)[정답] how
- 22)[정답] Although
- 23)[정답] bold
- 24)[정답] inside

- 25)[정답] whenever
- 26)[정답] seagulls
- 27)[정답] learning
- 28)[정답] coldly
- 29)[정답] unfit
- 30)[정답] what
- 31)[정답] Once
- 32)[정답] much