

구현 행복론

우리 모두의 지고한 행복을 위하여 : 세상의 생각을 바꾼다

동사섭의 행복론



구현행복론

: 욕구하는 것을 소유하여 행복해지는 것

지족행복론

초월 행복론

이 부분이 늘어나면
행복해 질 것이다.

행복

=

소유

욕구



구현 행복론의 5가지 원리

01 목표, 계획, 실천

02 진정성

03 확신

04 기쁨과 감사

05 베품

구현 행복론의 5가지 원리

01

목표, 계획, 실천

- ① 목표를 뚜렷하게 가진다.
- ② 목표를 성취하기 위한 계획을 수립한다.
- ③ 계획대로 실천한다.

구현 행복론의 5가지 원리

02

진정성

- 자신이 목표하는 것을 진심으로 간절히 원한다.



구현 행복론의 5가지 원리

03

확신

- 미래에 이루어질 것이라는 확신을 갖는다.
- 한 단계 더 나아가 “이미 이루어졌다는 확신”을 갖는다.

구현 행복론의 5가지 원리

04

기쁨과 감사

- 목표가 설정되었고 필히 이루어질 것이고 이미 이루어져 버렸다면, 목표를 세워서 좋고 이루어질 것이니 좋고 이루어졌으니 내 마음이 기쁘지 아니하겠는가?

구현 행복론의 5가지 원리

05

베움

- 나는 미래에 이를 것이고, 이미 이룬 자이니 지금부터 할 일은 베푸는 것입니다.



저는 가진 것이
없어서 베풀
것이 없는데요.



그렇지 않습니다.
당신은 무한정의
베풀 것을 가지고
있습니다.



웃는 미소, 친절, 덕담 한마디,
쓰레기 줍기
등등....

구현 행복론의 함정



구현 행복론 만을 추구한다면
온전히 행복할 수 없습니다.

욕구에 대한 집착은
스트레스가 될 수 있습니다.



지족 행복론, 초월 행복론의
바탕 위에 추구되어야 합니다.

감/사/합/니/다

○통사섭 