

# 2

## 행복의 의미와 기준

**생활 속 이야기** 어느 대학 연구팀이 2015년 한 해 동안 누리 소통망(SNS)과 뉴스에 언급된 '행복'과 관련된 단어 1억여 개를 분석하고, 그 결과를 다음 그림과 같이 표현하여 발표하였다. 그림에서 단어의 색이 진하고 크기가 클수록 행복과 밀접한 관련이 있다고 한다.



→ 자신이 그동안 살아오면서 행복했던 순간을 단어로 표현하고, 친구들과 비교해 보자.

### 학습 계획하기

○ 다음에서 알고 있는 것에 V표를 하고, 빈칸에 알맞은 말을 넣어 학습 목표를 완성해 보자.

삶의 목적

물질적 가치

행복의 기준

① 시대와 지역에 따라 다르게 나타나는 \_\_\_\_\_ 을 비교하여 평가할 수 있다. **도움 열쇠 19쪽**

② \_\_\_\_\_ 으로서 행복의 진정한 의미를 자신의 삶과 연관 지어 성찰할 수 있다. **도움 열쇠 22쪽**

# 1

## 행복의 기준은 무엇일까?

**생각을 열며** • 언제부터인가 우리 주변에서 '행복 여행, 행복 주택, 행복 교육' 등 '행복'이라는 단어가 붙은 광고나 상품들을 자주 볼 수 있다. 이것은 많은 사람이 행복이라는 말을 좋아하기 때문에 나타난 현상일 것이다. 인간은 언제부터 행복을 추구하였으며, 행복하기 위하여 어떤 노력을 해 왔을까?



아리스토텔레스(Aristoteles)는 “행복이야말로 인간 존재의 목적이고 이유이다.”라고 말하였다. 또 석가모니는 평생 ‘괴로움을 벗어난 상태’를 추구하였다. 이처럼 동서양을 막론하고 예로부터 사람들은 행복에 관심을 가졌다. 그러나 그 구체적 기준은 시대나 장소에 따라 다르게 나타난다.

**시대에 따른 행복의 기준** 선사 시대에는 사나운 짐승이나 자연재해를 피하고, 생존을 위하여 먹을 것을 얻는 것이 인간에게 매우 중요한 일이었다. 그래서 행복은 본래 ‘우연한 기회에 운 좋게 나에게 주어진 것’이라는 행운과 거의 같은 의미로 사용되었다. 중세 시대에는 신앙을 통해 절대자에게 귀의하는 것이나 군주에게 복종하여 그의 뜻을 따르는 데에 개인의 행복이 있다고 보았다. 이후 산업화로 물질적 기반을 확보하고, 민주화로 개인의 권리를 보장받으며 행복은 점점 인간의 노력으로 성취할 수 있는 것으로 인식되었다. 오늘날에는 개인이 느끼는 주관적 만족감이 증시되면서 행복의 기준이 과거보다 훨씬 복잡하고 다양해졌다.



### 알아볼까요?

#### 시대별 인간의 삶 속에서 찾아보는 행복의 기준

##### 사례 ① 정약용의 행복론

나는 행복을 두 가지로 정의한다. 하나는 외직에 나가서는 대장군의 깃발을 앞세우고 관인을 허리에 두르고, 내직에 들어와서는 비단옷에 수레를 타고 사방을 다스릴 계책을 듣는 것으로 ‘열복(熱福)’이다. 또 하나는 깊은 산속에서 삼베옷에 짚신을 신고, 맑은 샘물에 발을 씻고, 소나무에 기대어 시를 읊는 것으로 ‘청복(淸福)’이다.

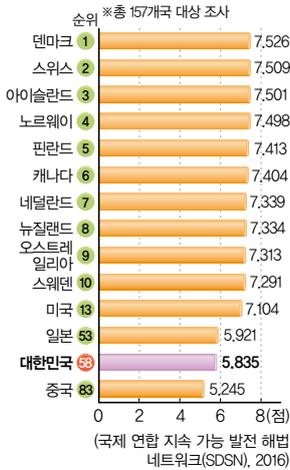
— 「병조 판서 오대익의 생일을 축하하는 글」 중에서 —

##### 사례 ② 그는 왜 안정된 직장을 그만두었을까?

대기업에 다니던 이○○ 씨는 직장 생활 5년이 되는 해에 사직서를 내고, 이탈리아로 여행을 떠났다. 그는 피렌체 지역의 한 공방에서 늘 배우고 싶어 하던 금속 공예를 배우고 돌아와 현재 금속 디자인 일을 하고 있다. 이 씨는 “직장 다니던 때에 비해 소득이 절반 정도밖에 안 되지만 내가 정말 하고 싶은 일을 하고 있어 행복하다.”라고 말하였다.

— 조선일보, 2016. 4. 14. —

**열린 생각** 사례 ①, 사례 ②를 통해 알 수 있는 행복한 삶의 기준은 무엇인지 말해 보자.



주요 국가 행복 지수 순위 우리나라는 광복 이후 70년간 '한강의 기적'을 이루어 최빈국에서 선진국 단계에 진입했지만, 경제력에 비해 국민의 행복 수준은 그다지 높지 않다.

**지역에 따른 행복의 기준** 오늘날 세계에는 정치, 경제, 사회·문화적 상황이 열악하여 국민의 행복을 실현하는 데 어려움을 겪는 나라들이 많다. 예를 들어 정치적 갈등으로 인해 잦은 내전이 발생하는 일부 서남아시아와 아프리카 국가에서는 국민이 생명의 위협을 느끼며 하루하루를 살아가거나 정착지를 떠나 난민이 되고 있다. 또한 척박한 자연환경이나 경제적 빈곤 때문에 국민의 다수가 기본적인 의식주를 해결하지 못하고 기아와 질병에 시달리기도 한다. 이러한 국가에서는 **정치적 안정과 경제적 발전**이 행복의 기준이 될 수 있다.

반면, 북유럽 국가와 미국, 일본 등의 선진국은 정치·경제 상황이 비교적 안정되어 있으므로 소득 불평등의 해결, 여가와 문화생활의 향유 등 국민의 **삶의 질 향상**에 중점을 둘 것이다.

최근에는 부탄이나 코스타리카 등과 같이 국민 소득의 증가와 같은 경제적 측면에만 행복의 기준을 두지 않고, 공동체의 정치적 안정과 발전, 개발과 환경 보전의 조화 그리고 구성원의 건강까지 고려하며 보다 포괄적, 균형적으로 국민의 행복을 실현하기 위해 노력하는 국가들도 나타나고 있다. 이처럼 각국이 처한 상황이나 추구하는 방향에 따라 행복의 기준은 달라질 수 있다.

비판적 사고력 + 의사결정 능력

생각을 키우는 **활동** 국민의 행복을 위해 이렇게 노력해요

**자료 1** 북유럽 국가 국민의 행복 지수가 높은 이유

덴마크, 핀란드 등 북유럽 국가들은 국내 총생산(GDP) 대비 총 조세 수입이 경제 협력 개발 기구(OECD) 국가 평균을 훨씬 넘는다. 그러나 국민은 높은 조세 부담을 불평하지 않는다. 납부한 세금이 결국 자신에게 돌아오는 것을 알고 있기 때문이다. 이 나라들은 소득 분배가 잘 이루어져 계층 간 소득 격차가 작고, 여성의 노동 참여 기회가 많다. 또 실업 급여 및 취업 교육 제도가 잘 정비되어 있어 기업은 질 좋은 노동력을 확보할 수 있고, 개인은 새로운 일자리를 얻기 쉽다. 이러한 제도는 그동안 정치·경제·사회의 다양한 이해관계자들이 모여 끊임없이 해결책을 논의한 끝에 마련한 것이다. 이와 같은 정책이 북유럽 국가 국민의 행복도를 높이는 데 크게 기여하고 있다.

- 한국 보건 사회 연구원, 「보건 사회 연구 34」, 2014 -

**자료 2** 다양한 가치의 균형을 중시한 부탄의 선택



(부탄 국민 총행복 위원회(GNH-C), 2008)

부탄은 1972년, 국왕이 단순한 경제 성장의 추구가 아닌 행복을 국가 발전의 척도로 삼겠다고 선언하고 '국민 총행복(GNH)'을 국정의 핵심 틀로 채택하였다.

정부는 전 국민에게 행복에 필요한 가치에 대한 설문 조사를 실시하여 그 결과를 바탕으로 이와 같은 행복 지수를 개발하였다.

정부는 전 국민에게 행복에 필요한 가치에 대한 설문 조사를 실시하여 그 결과를 바탕으로 이와 같은 행복 지수를 개발하였다.

1 자료 1, 자료 2에 나타난 노력들의 공통점과 차이점을 찾아보자.

**창의 융합** 2 만약 자신이 행복 관련 정책을 만드는 사람이라면 어떤 부분에 중점을 둘지 말해 보자.

## 2

# 행복의 진정한 의미를 생각하다

**생각을 열며** • 우리는 종종 복권에 당첨되어 일확천금을 얻게 된 사람의 이야기를 듣는다. 돈을 많이 갖게 되면 더 많은 것들을 소유하고 누릴 수 있게 되므로 복권 당첨을 꿈꾸는 사람이 많다. 그런데 정말 돈을 많이 가지면 우리는 행복해질 수 있을까?



**행복의 의미** 사람이 행복하기 위해서는 의식주나 경제력, 사회적 지위 등의 **물질적 조건**이 필요하다. 그러나 이것만으로 우리는 행복하다고 할 수 없다. 이와 함께 인간은 가족과의 사랑, 친구와의 우정 등과 같은 **감정적 충족감**과 목표를 세우고 그것을 위해 노력하여 성취하는 **자아실현의 추구** 등과 같은 **정신적 만족감**을 필요로 한다. 행복이란 이러한 물질적·정신적 가치를 조화롭게 추구할 때 얻을 수 있는 만족감과 즐거움을 의미한다.

영화

속의 사회

「구베 씨의 행복 여행」을 통해 본 진정한 행복



# ① 저는 정신과 의사 구베예요. 반복되는 일상생활 속에서 따분하기는 하지만 그런대로 만족하며 살고 있었죠. 그런데 문득 저는 스스로 “정신과 의사로서 환자들을 진정으로 돕는 것이 가능할까, 나는 혹시 사기꾼이 아닐까?”라고 고민했죠. 그래서 ‘행복이란 무엇인가?’에 대해 깊이 생각하다가 그 답을 찾기 위해 세계 여행을 떠났어요.

# ② 첫 번째 여행지인 중국에서 부자인 에드워드를 만났어요. 그는 돈으로 행복도 살 수 있다고 했지만, 막상 지금 행복하냐는 질문에 대답하지 못했어요. 일에 중독되어 아내와 이혼한 자신을 행복한 사람이라고 말할 수 없었기 때문이었죠. 그를 보며 저는 돈이나 지위가 행복을 보장하지 않는다는 것을 알게 되었어요. 그래서 히말라야산맥에서 수행하는 티베트의 승려를 찾아갔어요. 그는 바람, 햇빛 등 자연이 주는 신비로움을 느끼며 살아 있는 자체로 그저 행복하다고 했어요.

# ③ 아프리카에서 쿠데타 일당에게 납치를 당했다가 죽음 직전에 풀려났을 때, 티베트에서 만난 승려의 말이 무슨 뜻인지 깨달았어요. 그리고 살아 돌아온 나를 진심으로 환영하는 축제에서 친구들과 함께 춤추며 여행 중에 보았던 장면들이 떠올랐어요. 그저 길거리에 앉아 친구들과 이야기만 나누어도 즐거워하던 사람들, 닭이 알을 낳는 것을 보며 웃는 사람, 고무마 스텐을 이야기하며 행복해하던 여자 등 거창한 것이 아니라 작은 것들로 웃음꽃을 피우는 모습들이 행복이라는 것을 알게 되었죠.

# ④ 이런 경험을 하다 보니 어느새 저는 환자를 진심으로 돕는 데서 행복을 느끼는 의사가 되어 있었어요! 여행을 마치고 집으로 돌아와 여자 친구와 행복한 결혼식을 올리며 나의 행복 노트에 내가 찾은 행복의 의미는 ( )라고 기록했어요.

**열린 생각** 빈칸에 들어갈 말을 상상하여 써 보자.

**여기서 잠깐!**

가치란 무엇이며, 어떤 가치를 추구해야 하는가?

가치는 우리가 소중하게 생각하여 추구하려는 것으로 도구적 가치와 본질적 가치로 나눌 수 있다. 물질적 가치는 주로 도구적 가치에 속하며 이를 통해 우리는 감각적 즐거움을 느낄 수 있다. 그러나 인간이 행복해지기 위해서는 도구적 가치보다는 선(善), 사랑, 지혜, 아름다움 등 본질적 가치를 추구하도록 노력해야 한다.

**삶의 목적으로서의 행복** 공부를 잘하는 것, 좋은 대학에 가는 것, 돈을 많이 버는 것 등은 우리가 추구하는 삶의 중요한 목적들이다. 그러나 이러한 목적은 그 자체로 만족할 수 있는 것이라기보다는 삶의 궁극적인 목적인 행복을 추구하는 데 이바지하는 수단이다.

우리가 행복해지기 위해서는 자신이 소중하게 생각하는 **가치**가 무엇인지, 어떤 상황에서 만족감을 느끼는지와 같이 자신의 삶에 대한 **성찰**이 필요하다. 자신에 대해 잘 알게 되면 자신의 조건을 타인과 무조건 비교하여 행복을 판단하지 않게 된다. 더불어 진정한 행복이란 일시적이고 감각적 만족이나 즐거움, 눈앞의 단기적인 성취에 있는 것이 아니라 목적적이고 본질적인 것임을 알게 된다.

행복은 저절로 찾아오는 것이 아니다. 그러므로 우리는 적극적이고 긍정적인 자세를 지니고, 좋은 습관을 가지기 위해 노력하며, 삶의 목표를 세우고 이를 달성하기 위해 꾸준히 실천해야 한다.

**교실 밖**

**생생 체험**

**행복한 삶을 이루어 나가는 청년들**

오늘은 남들이 선망하는 높은 연봉과 안정적인 직업에 연연하지 않고, 자신의 진로를 개척하여 삶의 의미를 찾고 행복한 삶을 꿈꾸는 선배님들을 만나 보겠습니다.

**사례 ① 자연과 더불어 사는 청년 농부**

**질문** 어떻게 귀농을 결심하게 되었나요?

**답** 자연의 소리를 들으며 제 발로 흙을 밟는 느낌이 좋아서 귀농을 하게 되었어요.

**질문** 가장 큰 어려움이 무엇인가요?

**답** 이게 농산물이다 보니, 제가 책에서 배운 대로 할 수 있는 게 아니더라고요. 말라버린 작물을 보면 “이 식물에게 무엇을 해주어야 살아나지?” 하는 걱정이 자주 생겨요. 하지만 직접 경험해 보면서 실패도 하고, 부딪히며 깨달아 가는 것이 많아요.

**질문** 언제 가장 보람되나요?

**답** 소비자들이 제가 보내드린 채소를 드시고 “너무 맛있어요.”, “너무 좋아서 이웃 사람들에게 추천했어요.” 등의 반응을 보이거나 손수 사진을 찍어 보내 주실 때 농사일의 기쁨을 느껴요.

- EBS 캠페인 「청춘 스타트업」, 2016. 8. 1. -



**사례 ② 5대째 가업을 잇는 청년 두석장**

**질문** 다른 청년들은 고생하는 것에 비해 수입과 명성이 그에 미치지 않아 좀처럼 배우려고 하지 않는데 전통 목재 가구 장식인 장식을 만드는 두석장의 길을 선택한 이유는 무엇인가요?

**답** 어릴 때부터 망치질하는 소리를 들으며 공부했어요. 대학을 진학할 무렵에 전통 가구 산업의 쇠퇴로 장식 주문이 끊어지자 생계난 때문에 전수자들이 떠나고 아버지께서 홀로 남은 것을 보았어요. 그때 아버지의 대를 이어 제가 장식 만드는 일을 배워야겠다고 결심하게 되었어요. 전공도 문화재 학과를 선택했죠.

**질문** 가장 행복할 때가 언제인가요?

**답** 한 작품을 만들기 위해 적게는 한 달에서 길게는 1년까지 끝없는 인내와 정성이 필요한데요. 아버지와 할아버지처럼 장인이 되어 옛것을 지켜 나간다는 자부심이 들 때 행복합니다.

- KBS 뉴스 9, 2015. 2. 18. -





# 청소년 여러분, 행복하십니까?

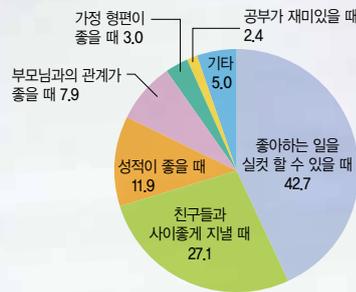
나 자신을 포함하여 우리나라 청소년들은 평소 행복에 대해 어떻게 생각하는지, 그리고 어떤 목표를 가지고 살아가고 있는지 알아보고, 앞으로 행복한 삶을 살기 위해 우리 자신과 사회는 어떤 노력을 해야 할지 생각해 보자.

## \* 우리나라 청소년의 주관적 행복도

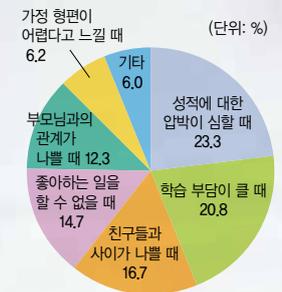
2014년, '한국 방정환 재단'의 조사 결과 우리나라 청소년이 느끼는 주관적 행복도는 경제 협력 개발 기구(OECD) 국가들의 평균 행복 지수를 100으로 보았을 때, 74점 정도였다. 청소년이 행복감을 느끼는 때와 그렇지 않은 때를 조사한 결과는 오른쪽 그래프와 같다.

요즘 우리 청소년들의 경제적 여건이나 환경은 이전 세대에 비해 좋아졌지만, 자료를 보면 성적이나 학습에 대한 부담으로 인해 마음으로 느끼는 행복감은 크지 않다는 것을 알 수 있다.

▶ 언제 행복감을 느끼나?



▶ 언제 행복하지 않다고 느끼나?



(한국 방정환 재단, 2015)

나의  
장래 희망은?



(한국 직업 능력 개발원, 2015)

▶ 희망 직업 유무 (고등학생)

## \* 청소년의 장래 희망

「2014년 학교 진로 교육 실태 조사」 결과에 따르면 고등학생 10명 중 3명은 현재 희망하는 직업이 없다고 한다. 이를 통해 고등학생 중에서 아직 자신이 장래에 무엇을 하고 싶은지 결정하지 못하였거나 장래에 대해 진지하게 생각해 보지 않은 경우가 상당히 많다는 것을 알 수 있다.

## \* 목표와 희망의 중요성

우리의 행복은 궁극적으로 스스로 자신의 삶에 대한 구체적인 목표를 정하고, 이를 이룰 수 있다는 희망을 가지고 도전하여 끝까지 노력하는 데 있는 경우가 많다. 그러므로 우리는 외부에서 주어진 목표나 다른 사람이 우리를 어떻게 볼 것인가에 신경 쓰기보다는 자신이 진정 무엇을 원하는지를 깊이 생각하여, 바로 그것을 목표로 삼고 노력해야 한다. 그렇게 하면 노력의 결과로 이룬 성취뿐만 아니라 꿈을 이루어 가는 과정에서도 충분한 행복을 느낄 수 있게 될 것이다.

열린 생각 청소년의 행복을 위해 국가와 사회는 어떤 노력을 해야 할까?

생각을 키우는 **활동** 나의 행복론 정리하기

1 '나의 행복을 위한 가치'를 탐색하여 자신의 궁극적인 삶의 목적을 파악해 보자. 그리고 이를 실현하기 위해 자신은 어떤 노력을 할 것인지 작성해 보자.

**나의 행복을 위한 가치 탐색**

나의 궁극적 삶의 목적: \_\_\_\_\_

**내가 해야 할 노력**

- 1 예 매일 '나의 꿈'에 대한 일기를 쓰겠다. 하루하루 나의 꿈에 조금 더 다가가고 있는지 점검할 수 있기 때문이다.
- 2
- 3
- 4
- 5

2 활동 1에서 고민한 결과를 바탕으로 비주얼 싱킹 방법을 활용하여 '나의 행복론'을 작성해 보자.

**도움말** 비주얼 싱킹(Visual Thinking)은 생각과 정보를 글과 그림으로 표현하고 기록하는 것이다. 예시와 같이 그림은 도형(원, 삼각형, 선, 점, 화살표 등)을 이용하여 복잡하지 않게 그리고, 이를 설명하는 글을 간략히 적어 보자.

예시



# 스스로 정리하기

## 내용 확인하기

### 1 다음 빈칸에 들어갈 알맞은 말을 써 보자.

- (1) 행복의 구체적 기준은 ( )와 지역에 따라 다르게 나타난다.
- (2) 인간이 행복하기 위해서는 의식주나 경제력, 사회적 지위 등의 ( ) 조건과 함께 감정적 충족감, 자아실현 추구 등과 같은 ( ) 만족감이 필요하다.

### 2 다음 행복에 대한 대화 내용에서 틀린 것을 찾고 그 이유를 말해 보자.

동서양을 막론하고 예로부터 인간은 행복을 추구하며 살아왔다고 할 수 있어요.

**A**



현대 사회에서 행복의 기준이 복잡·다양해진 이유는 오로지 외부의 영향에 따라 개인의 행복이 결정되기 때문이에요.

**B**



현재 세계 여러 국가들을 살펴볼 때 정치적 안정과 경제 성장은 행복의 기본요건이 되는 것 같아요.

**C**



자신이 추구하는 가치와 자신의 삶에 대한 성찰은 진정으로 행복한 삶을 살아가는 데 도움을 줄 수 있어요.

**D**



## 문제 적용하기

### 3 다음 글에 나타난 르누아르의 삶을 통해 얻을 수 있는 행복에 대한 교훈은 무엇인지 서술해 보자.



◀ 「몰랭 드 라 갈레트의 무도회」(1876)

프랑스의 화가 르누아르는 가난한 양복점 집안에서 태어났다. 집이 가난하여 13세부터 도자기 공장에서 도자기에 그림 그리는 일을 하였다. 점심시간을 이용하여 루브르 박물관에 가서 유명한 미술 작품을 감상하면서 화가의 꿈을 꾸었다. 그러다가 몇 년 후 기계화의 물결에 밀려 르누아르는 실직을 당하고 부채에 그림을 그리거나 점포에 장식 등을 하며 지냈다. 그러나 그는 화가라는 꿈을 포기하지 않았다.

훗날 그는 프랑스 미술의 전통을 근대에 계승한 화가로서 정부로부터 훈장을 받았다. 그는 도자기 공장에서 일하면서 색채를 익힌 것이 작품 활동에 큰 도움이 되었다고 회고하였다. 말년에는 지병인 류머티즘 때문에 온몸이 뒤틀리고 마비가 오는 고통을 참으면서 그림을 그렸다. 그를 방문한 친구가 “자네는 그렇게 고통스러운데 왜 그림을 그리는가?”라고 묻자 “고통은 지나가지만 아름다움은 남기 때문이야.”라고 말하며 생애 마지막까지 창작하는 기쁨을 잃지 않았다.

스스로 점검 행복을 위해 필요한 가치와 목적을 포함하여 서술하였는가?