

# 행복과학과 행복철학

김 요 한(전북대 철학과)

## I. 들어가면서

인간에게 있어서 가장 궁극적인 목적은 행복이라고 말한다. 그러나 ‘행복이란 과연 무엇인가?’라는 물음은 여전히 계속되고 있고 수많은 철학자들이 행복에 관해서 여러 가지 논의들을 제시하고 있다. 그렇다면 행복이란 용어의 중요 의미들은 무엇이고 또 그것들은 서로 어떻게 연관되어 있을까? 철학사의 전통에서 행복의 정의에 관한 물음은 대략적으로 두 가지 접근 방식을 가지고 있다. 그 하나는 행복을 가치 술어로서 규정하고 복지(well-being) 또는 번영(flourishing)의 의미로 사용하고 있다. 그 다른 하나는 행복을 심리학적 기술용어 규정하고 행복을 우울(depression)이나 평온(tranquility)과 유사한 의미로 사용한다. 그러나 최근 행복에 관한 논의는 전통철학적인 관심보다는 긍정심리학이라고 불리는 행복과학이 집중 관심을 받고 있다. 행복과학은 행복 경험을 수량화하여 계측하고 이를 토대로 인간 장점을 좀 더 개발하고 인간 연구에 대한 진지한 방향 전환을 시도하고 있다. 행복과학은 인간의 가능성을 긍정적 개념의 행복에서 시작하는 새로운 패러다임 전환을 가져왔다. 행복 과학은 인간의 주관적 복지 분야에서 괄목한 만한 성장을 이루고 있기 때문에 이를 과감하게 무시할 수 없다. 따라서 이 글에서 연구자는 행복과학의 중요 입장들을 전반적으로 수용하면서 어떻게 하면 행복과학의 개념 정립에 있어서 철학적 개념들이 뒷받침 될 필요성을 있는지를 살펴보고자 한다. 이를 위해 연구자는 우선 행복 지수 측정 가능성 문제에 대한 고찰을 살펴보고 있으며 그 다음으로 행복 과학의 중요 주제들을 간략하게 살펴보면서 철학적 개념의 보완 가능성을 탐구하게 될 것이다.

## II. 행복의 의미

행복이란 무엇일까? 불행하게도 이에 대한 명확한 답은 존재하지 않는다. 왜냐하면 물음 그 자체의 의미가 불명확하기 때문이다. 이 물음은 ①“행복이란 말의 의미가 무엇인가?”인지 ②“행복이란 것(thing) 자체가 무엇인가? 행복은 쾌락인가, 번영인가 아니면 다른 어떤 것일까?”라는 물음으로 나눠 생각해봐야 한다. ①의 물음은 행복에 관한 언어학적 탐구인 반면에 ②는 존재론적 탐구가 된다. 그러나 어느 쪽 물음이 되었든지 간에 “행복이란 무엇인가?”란 물음에 답하기 위해서는 먼저 ‘행복’이란 말이 의미하는 개념을 파악할 필요가 있다. 행복에 관련된 논의들을 제시한 철학자들은 서로 다른 의미를 갖는 행복의 두 개념을 제시하고 있다. 복지 연구가 어떻게 주관적 복지를 넘어서 통합적인 방법을 제시할 수 있을까?

- ① 마음의 상태
- ② 삶을 영위하는 사람에게 있어서 성공하는 삶

①의 경우에 행복은 단순한 심리학적 문제로 환원된다. 행복에 대한 탐구는 근본적으로 마

음의 상태에 대한 연구로 환원되기 때문에 “무엇이 행복인가?”라는 물음은 “어떤 마음의 상태가 행복이라고 불리는가?”로 환원된다. 이 물음에 대한 전형적인 답은 삶의 만족(life satisfaction), 쾌락, 긍정적인 정서 상태(a positive emotional condition)를 포함하게 된다.<sup>1)</sup> 그러나 이 물음을 해결하는 것은 또 다른 문제와 관련되어 있다. 그것은 “이 마음 상태가 얼마나 가치 있는 것인가?”이다. 여기서 ‘행복’은 심리학적 용어이기 때문에, 우리는 행복이 전혀 가치 있는 것이 아니라고 생각할 수 있다. 만일 행복이 단지 심리적 상태에 불과하다면 배부른 돼지가 배고픈 소크라테스보다 더 행복하고 포르노를 감상하는 것이 셰익스피어 작품을 읽는 것보다 더 행복하다는 결론을 받아들여야만 한다. 이런 경우라면 누구든 무식한 자들만 행복할 수 있다고 생각하게 될 것이다. 이런 측면에서 우리는 행복한 사람을 질투하기 보다는 불쌍하다고 동정해야할지도 모른다.

그렇다면 행복은 단순히 일정한 마음 상태 이상으로 뭔가 가치를 갖는 것으로 생각해야 할 것이다. 이 때문에 ②의 경우처럼 행복은 ‘가치’ 문제와 맞닿게 된다. 철학자들은 단순한 정신 상태가 아닌 가치를 포함한 행복을 잘살기(well-being), 번영(flourishing), 복지(welfare)라고 부른다.<sup>2)</sup> 이런 의미에서 ‘행복’은 당신에게 유익을 주는 것, 당신에게 좋은 것, 당신을 부유하게 만드는 것, 당신의 이익에 기여하는 것, 당신 또는 당신의 이익에 있어서 바람직한 것을 의미한다고 할 수 있다.

행복을 복지 (well-being)의 의미로 규정하는 것은 가치 판단을 내리는 일에 속한다. 그러나 A에게 있어서 좋음은 절대적으로(simpliciter) 좋음과 다르다. 왜냐하면 절대적 좋음은 항상 좋음이지만(예, 정직함), 그것이 항상 A에게 좋은 것은 아닐 수 있기 때문이다(정직함은 자신의 희생을 수반하기 때문이다). 또한 만일 A와 B가 다른 가치를 가지고 있다면, 둘은 어떤 삶이 행복한지에 대해 서로 다른 입장을 갖게 될 것이다. 예를 들어, A에게 좋음이란 ‘갖고 싶은걸 갖는 것’을 의미한다면 징기스칸은 가지고 싶은 모든 것을 가져서 행복하다고 생각할 수 있다. 반면 B에게 좋음이란 사악한 행동을 포함하지 않는 것을 의미한다면 징기스칸은 행복하지 않다고 생각할 수 있다. 그렇다면 누가의 판단이 옳은 판단이 될까?

철학자들은 복지의 의미의 행복이론은 다음과 같이 3가지로 구분하고 있다.<sup>3)</sup> ①쾌락주의, ② 다양한 욕구 만족 이론(desire satisfaction theories), ③객관적 목록이론(objective list theory)/ 실질적 좋음 이론(substantive good theories). 쾌락주의는 복지를 쾌락경험과 동일시한다. 욕구이론은 복지를 다양한 욕구의 만족과 동일시한다. 따라서 복지란 단순히 쾌락 경험을 갖는 것이 아니라 우리가 원하는 것을 실제로 갖는 것과 동일하다. 그러나 둘 다 주관주의에 속한다. 이 두 이론은 모두 복지를 개인의 주관적 상태에 기초하고 있다. 따라서 세 번째 객관적 목록이론은 이 주관적 상태를 벗어나 복지를 규정하려 한다. 이 이론에 따르면 우리의 태도 또는 감정과 독립해서 우리에게 유익을 줄 수 있는 어떤 것들이 객관적으로 존재한다고 생각한다. 예를 들어, 윤리적으로 선함, 합리적 행위, 개인의 능력 개발, 자식을 갖는 것과 훌륭한 부모가 되는 것, 지식 그리고 미의 인식과 같은 것들이 있다.<sup>4)</sup> 아리스토텔레스에 따르면 복지(eudaimonia)는 유덕한 활동으로 이루어진 삶으로 객관적으로 인간의 능력의 완성(fulfillment)이라고 생각한다. 수동적인 사람은 원하는 것을 얻고, 그것을 즐길 수

---

1) D. Parfit, *Reasons and Persons*, Oxford: Oxford University Press, 1984, pp.493-502.  
 2) D. Parfit, 같은 책, pp.493-502.  
 3) 세 이론 유형들의 구분과 차이점에 대해 전반적인 논의에 관해서 D. Parfit, 같은 책, pp.493-502; Jame Griffin, *Well-Being: Its Meaning, Measurement and Moral Importance*, Oxford Univ. Press, 1986, p.69.  
 4) D. Parfit, 같은 책, p.499.

있지만 그는 잘 행동하고 있거나 또는 행복한 삶을 영위하는 것은 아니다.<sup>5)</sup>

그렇다면 “우리가 행복이란 무엇인가?”를 물을 때 이 주제를 명확히 해야 할 필요가 있다. 만일 “어떤 종류의 삶(복지)이 사람들에게 유익이 되는가?”를 묻고 있다면, 우리는 가치문제를 고민하고 있으며 “무엇이 사람들에게 좋은 것인가?”라는 윤리 이론을 찾고 있는 것이다. 이런 측면에서는 단순한 삶의 만족은 행복이 될 수 없다. 왜냐하면 단순한 욕구 만족보다는 성취 또는 지식이 인간의 복지에서 중요하기 때문이다. 연구자를 이를 앞으로 ‘행복 철학’(philosophy of science)이라고 부를 것이다. 연구자는 행복철학의 근본 주장들을 이 글에서 다루지 않고 행복 개념의 좀 더 경험적인 측면을 고찰할 것이다.

반면 행복이 단순히 어떤 마음의 상태라고 생각하고 그런 마음의 본성에 관해서 알고 싶다면 우리는 심리학적 의미에서 행복을 추구하고 있는 것이다. 이것은 그런 만족 상태와 동일시되는 마음의 상태를 불러일으키는 원인으로서 행복의 원천을 찾고 있는 것이다. 그러나 심리학적 행복 개념은 행복의 본성 또는 정의에 관한 주장이 아니라 우리를 행복하게 만들어 주는 원인들에 관한 이론으로 간주되어야 한다. 왜냐하면 “행복이란 무엇인가?”라는 물음과 “친구들은 행복의 좋은 근원이다”라는 주장은 다른 범주에 속하기 때문이다. 행복의 원인을 찾아 행복한 마음 상태를 만들어주는 심리학적 연구는 긍정 심리학(Positive Psychology) 또는 행복과학(Science of Happiness)라고 불린다.<sup>6)</sup>

행복과학은 심리학의 한분야로 과학기술을 통해서 우울증이나 신경증 같은 정신병을 치유하기 보다는 행복한 삶을 만들어가려는 시도이다. 행복과학의 초점은 다른 심리학 분과들처럼 병리학(pathology)가 아니라 인격의 성장이다. 복지(the good life)이라는 말은 삶에서 최고의 가치들(즉 잘 사는 삶 그리고 성취감을 주는 삶에 가장 많이 기여하는 요소들을 가지고 있는 것)에 관한 숙고로부터 유래한다. 그러나 복지에 관한 엄격한 정의는 존재하지 않는다. 따라서 행복 과학자들은 ‘복지’를 경험하기 위해서는 삶속에 쾌락(pleasure), 개입(engagement), 의미(meaning)를 가지고 살아야 한다고 주장한다. 셀리그만(Martin Seligman)은 행복의 의미가 자아 성취감, 소속감, 의미 있는 행복감이라고 생각한다.<sup>7)</sup> 행복과학에서 우리가 행복하기 위한 가장 중요한 조건은 마음의 상태로서 행복 경험을 맛보고 유지하는 것이다. 이를 위해 행복과학은 기존의 행복에 대한 그릇된 선입견들을 실험적 데이터를 통해서 교정하고 현실적이고 유익한 방향을 제시한다. 이것들은 실생활에서 실천하고 연습할 수 있도록 그리고 전문가들을 통해서 훈련할 수 있도록 프로그램으로 세워지고 있다.<sup>8)</sup> 연구자는 행복과학의 핵심주장들을 몇가지 고찰하면서 그 성과와 한계를 평가해볼 것이다.

### III. 행복 과학

#### 1 행복은 측정될 수 있는가?

행복과학에서 행복에 관한 경험적 연구와 더불어 핵심적인 문제는 행복이 얼마만큼 측정되고 그리고 어떻게 측정될 수 있는가이다.<sup>9)</sup> 사람들이 얼마만큼 행복한지를 측정할 수 있다는

5) 인간 본성에 관한 다윈론적 아리스토텔레스주의에 가능성에 대한 논의는 Richard Kraut, “Two Conceptions of Happiness”, rep. in L. Pojman, ed. *Ethical Theory: Classical and Contemporary Reading*, 2nd. edn, Wadsworth, 1995, p.151.

6) Martin E.P. Seligman, Csikszentmihalyi, Mihaly, "Positive Psychology: An Introduction", *American Psychologist* 55 (1), 2000, pp.5-14

7) M.E.P. Seligman, *Authentic Happiness*, New York: Free Press, 2009, p.27.

8) C. Peterson, "Positive psychology". *Reclaiming Children and Youth* 18 (2), 2009, pp.3-7

9) 최근에 측정 논쟁점에 관한 논의에 관해서는 E. Angner, “Are subjective measures of well-being ‘direct’?” *Australasian Journal of Philosophy*, 89(1), 2010, pp.115-130 ; E.

생각은 기본적으로 가능하다. 그러나 얼마만큼 A가 행복한지를 보여줄 수 있는 행복지수 (hedonimeter)의 정확성을 발견하기란 쉽지 않다.<sup>10)</sup> 그런 장치는 원리상으로도 불가능할 것이다. 왜냐하면 행복은 정확하게 양화될 수 없거나 합계로 집계될 수 없는 다양한 차원들을 포함하고 있기 때문이다. 그럼에도 여전히 우리는 행복의 근사치를 측정하는 것은 가능하다. 우울증도 하나의 숫자로 정확한 수량화해서 그 정확한 값을 산출하기 어렵지만 우울증의 부정확한 측정이라도 존재할 수 있다면 그것만으로도 유용한 자료가 될 수 있을 것이다. 행복 측정은 사람들이 얼마만큼 열망을 가지고 있고 상쾌한 기분을 누리고 있고 만족하고 있는지에 관한 정보를 제공하고 있기 때문에 우리에게 그 사람들의 행복에 관한 어떤 것을 시사해 주고 있다. 행복에 관한 가장 단순한 자기 보고식 측정들은 수많은 직관적 변항들(예, 친구들의 보고, 미소, 생리학적 측정, 건강, 장수 등)과 적절한 상관관계들을 이루고 있다.<sup>11)</sup>

그러나 대부분의 과학 연구는 단지 수많은 개인들을 관통하는 패턴들을 발견하는 것으로 제한된다. 따라서 사례들을 쉽게 분류하기 위해서, 행복과학은 과부들이 신혼부부보다 더 행복한지 아니면 덜 행복한 경향이 있는지를 결정하지 각 개인이 얼마만큼 행복한지를 정확하게 파악하지 않는다. 이점은 개인들의 행복을 측정하는 일이 얼마나 신뢰할 수 없는지를 알려준다. 그러나 정확하지 못한 온도계는 온도에 대한 좋은 지침을 제공하지는 않지만, 수많은 안 좋은 온도계들로부터 나온 측정값이라도 실제적 온도를 대략적으로 나타낼 수 있다. 예를 들어, 그런 온도계들을 통해서 적어도 서울이 전주보다 더 춥다는 점을 알게 된다.

이 주장은 중요한 단서를 보여준다. 행복의 측정은 얼마만큼 사람들이 행복한지를 **대략적으로** 나타내고 있기 때문에 어떤 집단의 사람들이 좀 더 행복한 경향을 갖는지만을 말해줄 수 있다. 비록 행복의 절대적 수준에 대해서는 완전히 잘못된 정보를 제공할 가능성이 있다고 하더라도 말이다. 예를 들어, 행복에 관한 자기보고는 실업자들이 고용인들보다 상당히 덜 행복하다는 점을 정확하게 보여줄 수 있다. 그러나 그런 자기보고가 모두 잘못될 수 있다. 예를 들어, 실업자가 고용인보다 덜 행복하다고 보고하고는 있지만 만일 모든 사람이 불행하면서도 행복하다고 거짓 주장하거나 또는 그 반대일 때 잘못될 수 있다. 그럼에도 안 좋은 온도계라서 정확한 온도를 제시하지는 못하지만 서울이 전주보다 춥다는 점을 보여줄 수 있는 가능성은 충분하다.

행복 과학에서 말하는 행복 측정 가능성 주장들로부터 두 가지 결론을 도출할 수 있다. 첫째, 행복에 대한 자기보고식 측정은 **상대적으로** 행복에 대한 신뢰할만한 지침이 될 수 있다. 비록 각 개인이 절대적으로는 얼마만큼 행복한지에 대해서는 알려주는 바가 없다고 하더라도 말이다. 우리는 누가 또는 어느 집단이 상대적으로 좀 더 행복한지는 알 수 있지만 그 사람 또는 그 집단이 정말로 행복한지는 알 수 없다. 둘째, 상대적 행복에 관한 비교조차도 정확하지 않을 수 있다. 만일 비교집단들이 다양한 방식으로 자신들의 보고에 조직적인 편견을 담고 있다면 정확한 통계를 잡을 수 없다. 이런 걱정은 행복에 관한 문화 교차적 비교에서 특별히 두드러진다. 이 경우에 행복에 관한 다양한 규범들이 자기 보고의 비교가능성을 불가능하게 만들 수 있다. 예를 들어 비슷한 국민 소득을 가진 프랑스들은 미국사람들보다 덜 행복하다고

---

Angner, "The Evolution of Eupathics: The Historical Roots of Subjective Measures of Well-Being," *International Journal of Wellbeing*, 1(1), 2011, pp.4-41.

10) F. Y. Edgeworth, *Mathematical Psychics: an Essay on the Application of Mathematics to the Moral Sciences*, London: Kegan Paul, 1881, pp.98-102

11) W. Pavot, "The Assessment of Subjective Well-Being: Successes and Shortfalls," *The Science of Subjective Well-Being*, M. Eid and R. J. Larsen (eds.), New York: Guilford Press, 2008, pp.124-140.

보고할 수 있다. 왜냐하면 프랑스인들의 삶이 더 만족스럽거나 유쾌하기 때문이 아니라 프랑스인들은 물질에 긍정적인 가치를 두지 않기 때문이라고 답할 수 있기 때문이다. 이 때문에 행복측정과 관련해 문화적 편견과는 무관한 생리학적 측정들이나 탐침 질문들을 포함해서 측정 도구들을 사용하는 것이 유용할 것이다.<sup>12)</sup>

지금까지의 논의는 사람들이 얼마나 자신들이 행복한지에 대해서 잘못된 판단을 내릴 수 있다는 점을 가정하고 있다. 정말 그럴까? 어떤 사람들은 자기 보고식 행복이, 심지어 원리적으로도, 오류가 될 수 없다고 주장한다. 만일 A가 자신이 행복하다고 생각한다면, 그것은 공통 감정으로, A는 행복한 것이다. 그러나 이 주장은 행복에 관한 쾌락주의 설명이나 정서적 상태 이론에서는 올바르지 않다. 왜냐하면 그런 이론들은 행복이 단지 우리가 지금 어떻게 느끼는가에 달려 있지 않고 과거 상태들에 달려 있다고 생각하기 때문이다.<sup>13)</sup> 또한 그런 상태들에 대한 기억은 명백하게 위조된 것일 수 있다.<sup>14)</sup> 게다가 특별히 일시적인 기분을 열망이라고 간주함으로써<sup>15)</sup> 우리가 현재에 어떻게 느끼고 있는가에 대한 판단조차도 종종 오류일 수 있다.

행복에 관한 진실한 자기 보고가 확정적인 측정값이 될 수 있다는 생각은 행복에 대한 매우 구체적인 개념이 주어질 때만이 올바른 것이 될 수 있다. 그것은 행복에 관한 삶의 만족 이론을 전제하고 있어야만 한다. 이 이론에 따르면 사람들은 전체적으로 자신들의 삶에 만족하고 있다고 명백하게 판단을 내린다는 경향을 가지는 한도 내에서만 자신들의 삶들이 만족되었다고 생각한다. 행복에 관한 자기 보고들은 사실상 사람들이 '행복'에 관한 물음을 삶의 만족에 관한 문제라고 간주하면서 전체적으로 삶의 만족 판단에 기초하고 있다는 점을 여기서 가정하고 있어야 한다. 이런 가정이 주어지게 될 때 비로소 행복에 관한 자기 보고가 올바른 것으로 평가될 수 있을 것이다. 그러나 응답자 모두가 행복물음을 삶의 만족에 관한 물음이라고 필연적으로 해석할 것 같지 않다. 왜냐하면 삶의 만족은 때대로 전체적인 삶의 만족이라는 명백하게 거시적 판단들뿐만 아니라 우리가 관심을 가지고 있는 특정한 사물들 또는 영역들에 대한 반응들도 역시 포함하기 때문이다.

그러나 단순히 사람들에게 얼마만큼 자신들이 행복한지를 명백하게 보고하라고 물음으로써 행복을 측정하는 것은 사람들이 무엇이 행복인가에 관해서 스스로 결정하라고 방치하는 것과 같다. 그 논점은 '행복하다'가 쾌락적 상태, 정서적 상태, 삶의 만족 또는 다른 어떤 것을 의미하는가하는 물음을 응답자가 스스로 결정하도록 방치하고 있음을 보여준다. 따라서 한 응답자의 "나는 행복하다"는 주장은 "나의 경험은 일반적으로 유쾌한 것이다"를 의미하는 반면 다른 응답자의 주장은 "나는 나의 삶에 전체적으로 만족한다"를 의미할 수 있다. 그러나 이런 종류의 애매한 물음들을 묻는 것이 유용한 전략이라고 할 수 없다. 왜냐하면 다양한 응답자들이 사실상 다른 물음들에 대해서 답변하고 있기 때문이다.

따라서 이에 대한 대안으로 자기 보고를 통해서 행복을 측정하기 위해서 '행복' 또는 그것의 동족어와는 다른 술어들을 사용하는 것이 현명할 수 있다. 그 술어의 의미는 비교적 잘 알려져 있고 확정된 것이어야 한다. 다시 말하면, 행복 과학자들은 미리 자신들이 측정하고 싶은

---

12) A. Krueger, D. Kahneman, C. Fischler, D. Schkade, N. Schwarz and A. Stone, "Time Use and Subjective Well-Being in France and the U.S.," *Social Indicators Research* (93), 2009, pp.7-18.

13) D. M. Haybron, "Do We Know How Happy We Are?" *Nous*, 41(3), 2007, pp.394-428.

14) D. M. Haybron, "Happiness, the Self, and Human Flourishing," *Utilitas*, 20(1), 2008, pp.21-49.

15) E. Schwitzgebel, "The Unreliability of Naive Introspection," *Philosophical Review*, 117(2), 2008, pp.245-273.

것을 결정해야만 한다(그것은 삶의 만족, 쾌락적 상태, 정서적 상태, 또는 다른 어떤 것)그리고 나서 그러한 상태들을 분명하게 언급하는 물음들을 던져야 한다.<sup>16)</sup> 이런 전략은 문화교차적인 작업에서 좀 더 필수적인 것이 될 것이다. 물론 그런 작업에서 ‘행복하다’의 적합한 번역어들을 찾는 것은 힘든 일이 될 수 있다.<sup>17)</sup>

## 2. 행복 과학의 중요 입장들

행복 과학의 연구 대상은 행복의 이상이 아니라 모든 인간 경험에 대한 ‘보다 완전하고 균형 잡힌 과학적 이해’를 목적으로 하고 있다. 치유를 받으면 행복감이 증진되고 자기만족이 높아지게 된다. 어떻게 그것이 가능한가에 관련된 행복 과학의 과학적 문헌은 너무 방대하기 때문에 이 글에서 다루기에는 너무 큰 주제이다. 따라서 여기서는 행복과학의 몇 가지 핵심적 가정들을 살펴보고 행복과학의 방향을 검토해보자. 행복과학의 핵심적인 전제들은 다음과 같다.

- a. 대부분의 사람들은 행복하다
- b. 사람들은 대부분의 변화들에 순응하다.  
왜냐하면 시간이 지나면 행복의 설정값(set point)으로 되돌아가는 경향이 있기 때문이다.
- c. 물질적 번영은 행복에 최소한의 영향만을 갖는다.
- d. 사람들은 행복을 측정하고 추구하는데 심각한 실수들을 저지르는 경향이 있다

### a. 대부분의 사람들은 행복하다.

첫 번째 주장은 주관적 복지연구자들 사이에 합의된 입장처럼 보인다.<sup>18)</sup> 이 주장은 세 가지 증거들에 기초하고 있다. 대부분의 사람들은, 대부분의 장소에서 행복하다고 보고한다. 대부분의 사람들은 자신들의 삶에 만족한다고 보고한다. 대부분의 사람들은 부정적인 감정보다는 긍정적인 감정을 경험한다. 행복에 관한 주요 이론들과 관련해서 앞선 증거들은 대부분의 사람들이 참으로 행복하다는 점을 보여주고 있는 것처럼 보인다. 그러나 이 결론은 두 가지 근거에서 거부될 수 있다. 첫째, 삶의 만족 이론가들은 삶의 만족에 대한 자기 보고가 사람들이 실제로 자신들의 삶들에 만족하고 있다는 점을 증명하고 있는지에 대해서 문제를 제기할 수 있기 때문이다. 사람들의 자기 보고는 오류로 신뢰할만한 것이 되지 못할 수 있다. 만일 A는 자신은 만족한다고 믿고 있지만 자신의 행위에서 많은 불만족의 징후들을 보여주고 있다면(예를 들어, 자신의 삶에서 중요한 것들에 대해서 불평하거나 또는 변화시키려고 노력한다면), A의 자기 보고는 잘못된 것으로 평가되어야 한다.

---

16) 이에 관련된 훌륭한 사례는 최근의 Gallup studies이다. D. Kahneman, and A. Deaton “High income improves evaluation of life but not emotional well-being,” *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(38), 2010, pp.16489-16493. E. Diener, W. Ng, J. Harter and R. Arora, “Wealth and happiness across the world: Material prosperity predicts life evaluation, whereas psychosocial prosperity predicts positive feeling,” *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(1), 2010, pp.52-61. 이 연구들은 대략적으로 삶의 만족과 정서적 상태를 모두 평가하고 있다. 이것들은 삶의 만족을 얻기 위해서 특정한 유형의 정서가 어떻게 유발되는지를 추적하고 있다.

17) A. Wierzbicka, “‘Happiness’ in cross-linguistic & cross-cultural perspective,” *Daedalus*, 133(2), 2004, pp.34-43.

18) E. Diener, and C. Diener, “Most People Are Happy,” *Psychological Science*, 7(3), 1996, pp.181-185.

둘째, 정서 이론의 옹호자들도(쾌락주의와 정서적 상태 이론) 단순하게 긍정적 정서가 행복의 충분조건이라는 주장을 거부할 수 있다. 쾌락주의자들의 전통적인 생각은 행복이 긍정적 정서와 부정적 정서의 1:1 관계라고 생각했다. 그러나 이 주장은 최근에서 반박되었다.<sup>19)</sup> 몇몇 연구자들은 ‘행복’은 긍정적 정서와 부정적 정서의 3:1 이상이 되어야 한다고 주장한다.<sup>20)</sup> 만일 쾌락주의 또는 정서 상태 이론에서 3:1과 유사한 비율이 행복의 출발점으로 간주된다면, 사람들이 행복하다고 생각하는 데 사용된 증거들 중의 일부는 사실상 그 반대를 의미하게 될 것이다. 따라서 이처럼 어떤 사건이든, 행복과학의 경험적 주장은 행복의 본성에 관한 철학적 견해들에 의존하고 있다. 그것은 행복에 관한 철학적 작업이 과학적 연구에게 행복의 기준에 대한 정보를 제공하고 있음을 보여준다.

#### b. 사람들은 대부분의 변화들에 적응하다

두 번째 주장은 (적응과 출발점과 관련해서) 잘 알려진 결과들을 반영하고 있다. 수많은 중요한 삶의 사건들은(사고로 장애자가 되거나 복권에 당첨되거나) 단지 비교적 짧은 기간 동안만 행복에 영향을 주는 것처럼 보인다. 그 사건 이후에 개인들은 그 전과 거의 차이가 없는 행복의 수준으로 돌아가는 경향이 있다.<sup>21)</sup> 또한 몇몇 연구는 주관적 복지가 실질적으로는 유전적인 것이라는 점을 발견했다. 따라서 많은 연구자들은 각 개인은 행복의 ‘출발점’(a set point)을 가지고 있다고 생각한다. 각 개인은 그 출발점에서 시작해서 점차 올라가다가 시간이 지나감에 따라 다시 하강하는 경향을 갖게 된다. 이런 주장들은 놀랄 만한 사실을 포함하고 있다. 왜냐하면 행복의 추구가 다시 시작점으로 돌아가도록 만들어졌다면, 행복의 추구하고 증진은 대부분 무익한 노력이 될 것이기 때문이다.<sup>22)</sup>

그러나 이에 관한 반론도 존재한다. 그것은 극단적인 적응과 출발점에 대한 초기 주장들이 과장되었음을 주장한다. 적응은 매우 실제적 현상이지만, 수많은 요인들은 사람들이 얼마나 행복한지에 대한 실질적인 그리고 지속적인 효과를 가질 수 있도록 만들어 준다.<sup>23)</sup> 만일 인간 관계 또는 직업과 같은 것들이 행복에서 중요하다면, 행복은 아마도 단순히 인격 또는 기질과 같은 문제에 절대적으로 의존하고 있는 것은 아닐 것이다. 또한 측정된 행복에서 민족들간 또는 사회 공동체간의 커다란 차이들은 행복이 완전히 개인의 인격에 바탕을 두고 있다는 주장이 타당하지 않음을 보여준다. 심지어 고도로 유전적인 특성들이 강력하게 행복의 향상에 영향을 미칠 수 있다. 좀 더 살기 좋은 조건들은 네덜란드 사람들의 신장을 지난 150년 동안 8인치나 성장시켰다.<sup>24)</sup> 신장의 성장과 같은 유전적인 요소도 인격성보다 행복에 더 많은 영향

19) D. M. Haybron, *The Pursuit of Unhappiness: The Elusive Psychology of Well-Being*, New York, Oxford University Press, 2008, pp.32-35.

20) B. L. Fredrickson, and M. F. Losada, "Positive Affect and the Complex Dynamics of Human Flourishing," *American Psychologist*, 60(7), 2005, pp.678-686.

21) S. Frederick, and G. Loewenstein, "Hedonic Adaptation," *Well-Being: The Foundations of Hedonic Psychology*, D. Kahneman, E. Diener and N. Schwarz (eds.), New York: Russell Sage Foundation Press, 1999, pp.302-29. R. E. Lucas, "Personality and Subjective Well-Being," *The Science of Subjective Well-Being*, M. Eid and R. J. Larsen (eds.), New York: Guilford Press, 2008, pp.171-194.

22) D. Lykken, and A. Tellegen, "Happiness is a stochastic phenomenon," *Psychological Science*, 7(3), 1996, pp.186-9. E. Millgram, "What's the Use of Utility," *Philosophy and Public Affairs*, 29(2), 2000, pp.113-136.

23) E. Diener, R. E. Lucas and C. N. Scollon, "Beyond the Hedonic Treadmill: Revising the Adaptation Theory of Well-Being," *American Psychologist*, 61(4), 2006, pp.305-314.

24) R. W. Fogel, "Changes in the disparities in chronic diseases during the course of the 20th century," *Perspectives in biology and medicine*, 48(1 Supplement), 2005, pp.

을 미칠 수 있다.

**c. 물질적 번영은 행복에 상대적으로 적은 영향을 미친다.**

세 번째 주장은 행복의 원천과 관련해서 뜨거운 논쟁거리가 되었다. 주관적 복지연구자들 사이의 표준적인 견해는 기본적인 욕구들이 충족되는 한계(threshold)를 넘어서게 되면 경제적 이익은 단지 행복 수준에 작은 영향만을 미칠 것이라고 생각했다.<sup>25)</sup> 예를 들어, 잘 알려진 Easterlin Paradox에 따르면 좀 더 부유한 사람들은 국가 내에서는 좀 더 행복하게 되는 경향이 있지만, 좀 더 부자 국가들의 국민들은 덜 유복한 국가들의 국민보다 거의 좀 더 행복하지 않다. 또한 가장 인상적인 것은 경제 성장은 실제적으로 어떤 영향을 끼치지 못했다는 점이다.<sup>26)</sup> 예를 들어, 미국에서 측정된 행복은 엄청난 부의 증가와 수입의 증가에도 불가하고, 1947년 이후로 현격하게 증가하지 않았다. 다시 말하면 일단 우리가 절대적 빈곤에서 벗어나는 순간 부와 수입의 절대적인 수준은 사람들에게 행복의 차이를 만들어 내지 못한다.

그러나 이런 주장들에 반론을 제기하는 학자들은 최근에 절대적인 부가 행복에 엄청난 영향을 미친다고 주장한다.<sup>27)</sup> 2010년 Gallup data sets을 이용한 대규모 연구들은 (삶의 만족과 정서에 대한 개량된 측정을 포함해서) 양쪽 주장이 부분적으로 옳을 수 있다는 점을 제시했다.<sup>28)</sup> 이 연구들은 다수의 미국인들을 대상으로 인간성을 대표하는 첫 번째 사례가 무엇인지를 조사했다. 그 결과 경제적 수입이 실제로 모든 수준에서 삶의 만족과 실질적으로 연관되어 있다는 점을 발견했다. 이 연구들은 사람들에게 자신의 삶에 만족하는가 그렇지 않은가로 묻지 않고 자신들의 삶을 평가하라고 응답자들에게 요구하는 삶의 가치평가 측정방식(a life evaluation measure)을 이용하고 있다. 그 결과 가계 소득은 삶의 만족도와 강한 연관성을 가지고 있지만(전체적으로 44%가 강한 연계성 주장) 가계 소득과 정서 측정의 상관관계는 훨씬 약한 연관성을 드러내고 있다(긍정 17%, 부정 9%, 미국에서 \$75,000이상 소득자에서 0%). 만일 이 연구 결과가 타당하다면, 가계 수입이 삶의 만족에는 강력하게 관련되어 있는 반면 정서적 행복에는 약하게 관련되어 있는 것처럼 보인다.

결론적으로 돈과 행복의 관계는 우리가 어떤 행복 이론을 받아들이는가에 달려 있다. 삶의 만족 이론에 따르면 그 관계는 강력한 것이 될 수 있다. 반면 정서 기초 이론에 따르면 훨씬 적은 연관성을 보일 수 있다. 여기서 경험적인 결과들과 그것의 실천적 결과들을 이해하는 일은 다시 행복의 본성과 의미에 대한 철학적 견해가 중요한 역할을 할 수 있음을 보여준다. 경제적 성장은 정부 정책에 있어서 최고 우선성이 되어 왔다. 그리고 행복에 있어서 경제 성장의 긍정적 영향에 대한 평가는 정책 결정에 있어서 실질적 함의를 가질 수 있다.

---

S150-S165.

25) R. E. Lane, *The Loss of Happiness in market democracies*, New Haven: Yale University Press, 2000, p.42.

26) R. Easterlin, "Does Economic Growth Improve the Human Lot?" *Nations and Households in Economic Growth: Essays in Honor of Moses Abramovitz*, P. A. David and M. W. Reder (eds.), New York: Academic Press, 1974, pp.29-65.

27) B. Stevenson and J. Wolfers, "Economic Growth and Subjective Well-Being: Reassessing the Easterlin Paradox," *Brookings Papers on Economic Activity*, Spring 2008, pp.1-87.

28) D. Kahneman and A. Deaton, "High income improves evaluation of life but not emotional well-being," *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(38), 2010, pp. 16489-16493. E. Diener, W. Ng, J. Harter and R. Arora, "Wealth and happiness across the world: Material prosperity predicts life evaluation, whereas psychosocial prosperity predicts positive feeling," *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(1), 2010, pp. 52-61.



그러나 돈과 행복에 관한 연구들은 일반적인 방향에 초점을 맞추고 있을 뿐 특수한 사례들에 맞추고 있지 않으며 또한 중요한 예외들(낮은 수준의 물질적 번영 속에서도 높은 수준의 행복을 즐기고 있는 사람들)이 존재한다는 점을 지적하는 것이 중요하다. 다수의 라틴 아메리카 사람들, Maasai 목자들, Inughuit 수렵채렵인들, Amish 공동체들은 주관적 복지연구들에게서 고도의 긍정적 결과들을 갖는 사람들로 간주된다. 이들은 풍요로운 국가들에 사는 많은 사람들보다 훨씬 더 정서적으로 행복감을 느끼고 있다.<sup>29)</sup> 그러한 ‘긍정적 외부자’(positive outliers)은 몇몇 사회들이 최고 수준의 행복을 최소한의 물질적 만족을 통해서도 유지할 수 있다는 점을 제안하고 있다. 따라서 행복에 있어서 돈의 중요성은 우리가 살고 있는 사회가 어떤 사회인가에 강력하게 달려 있다. 특별히 그런 사회들이 우리에게 주는 교훈이 얼마나 멀리 다른 사회들에게 전달 될 수 있고 전달되어야만 하는 물음이 여기서 제기될 수 있다. 왜냐하면 대부분의 다른 사회에서는 물질적 획득과 행복이 더 굳건하게 결합되어 있기 때문이다. 아마도 돈과 행복의 어느 정도의 분리가 바람직한 것이 될 것이다. 따라서 행복에서 돈의 역할은 행복 철학의 관점에서 바라볼 필요가 있다. 왜냐하면 돈과 행복의 관계는 우리가 행복을 어떻게 생각하는가와 우리가 생각하는 사회가 어떤 종류의 사회인지에 달려 있기 때문이다.

전체적인 조감해볼 때 에서 행복의 원천에 관한 가장 좋은 제안은 Gallup World Poll 연구가 될 것이다.<sup>30)</sup> 이 연구에서 삶의 만족 측정은 강력하게 물질적 번영(예, 가계 수입, 사치적 편의의 소유와 삶의 기준의 만족)과 관련되어 있다. 반대로 정서적 측정은 연구자들이 ‘심리 사회적 번영’(psychosocial prosperity)라고 부르는 것과 강력하게 연관되어 있다. 사람들은 과거에 존경받고 살았는지, 의지할 수 있는 가족이나 친구들을 있는지, 새로운 어떤 것을 배우고 있는지, 자신들이 잘할 수 있는 것을 하고 있는지, 어떻게 자신의 시간이 소비되는지를 선택할 수 있는지에 따라서 행복해 질 수 있다. 일반적으로 물질적 진보는 삶의 만족도 측정에서 나타나는 것처럼 사람들이 삶속에서 자신들이 원하는 것을 더 잘 얻도록 돕는 경향을 갖는다. 반면 관계들과 활동의 개입은 사람들의 정서적인 삶에 있어서 더 중요한 역할을 하게 된다. 이것이 행복에서 무엇을 의미하는지는 행복의 어떤 개념이 더 정확한지에 달려 있다. 이 개념적 규정은 역시 행복 철학이 다뤄야 할 문제가 될 것이다.

#### d. 사람들은 행복을 측정하고 추구하는데 심각한 실수들을 저지르는 경향이 있다

마지막 주장은 행복을 추구하는 수단들 중에 어떤 것이 가장 효과적인 것인지에 대한 판단과 관련된다. 이것은 근본적으로 경험적인 물음이다. 그러나 행복 철학이 제시할 수 있는 몇 가지 원리적 논쟁점들이 존재한다. 첫 번째는 “쾌락주의의 역설”이다. 행복의 추구는 자기 파괴적인 것이다. 왜냐하면 우리가 행복하기 위해서는 행복을 추구하지 말아야 하기 때문이다. 이 주장을 어떻게 해석해야할까? 행복에 매순간 몰입하는 것은 지혜로운 일이 아니다. 그렇지

29) R. Biswas-Diener, J. Vittersø and E. Diener, “Most People are Pretty Happy, but There is Cultural Variation: The Inughuit, The Amish, and The Maasai,” *The Journal of Happiness Studies*, 6(3), 2005, pp.205-226. Pirahã 수렵채집 사회에 대한 설명은 D. L. Everett, *Don't sleep, there are snakes: Life and language in the Amazonian jungle*, New York: Random House, 2009, p.35. 이 연구결과들이 복지에 대해서 보여주고 있는 것은 복지에 있어서 행복감의 중요성이다. 고도의 행복은 복지의 대부분의 견해들에서 매우 중요한 요소인 낮은 장수율과 공존할 수 있다는 점을 주목하라. 이 때문에, 비록 우리가 복지의 정신적 상태를 수용한다고 할지라도 행복 측정은 복지에 대한 전체 이야기를 할 수 없을 수도 있다.

30) E. Diener, W. Ng, J. Harter and R. Arora, “Wealth and happiness across the world: Material prosperity predicts life evaluation, whereas psychosocial prosperity predicts positive feeling,” *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(1), 2010, pp.52-61.

만 여전히 행복을 고찰하는 일은 우리가 더 행복하게 되는데 있어서 좋은 전략으로 간주된다. 만일 A가 몇 가지 동일한 가치를 갖는 직업들 중에 어느 하나를 선택해야할 때, 그것들 중에 몇 가지는 A를 불행하게 만들 것이라는 확실한 증거를 가지고 있지만 그것들 중의 하나는 A를 행복하게 만들 것처럼 보인다면, A가 그런 정보를 고려하는 것은 지혜로운 일이 될 것이다. 따라서 소위 '행복의 역설'은 아마도 자신이 행복해지는 일에 너무 많은 관심을 두지 말라는 조언이지, 행복 추구의 전망에 대한 전면적인 부정은 아니다.<sup>31)</sup>

그러나 행복이 추구할만한 가치가 있다는 점은 우리가 항상 그런 일을 훌륭하게 해낼 수 있다는 점을 의미하지 않는다. 최근에 수많은 경험적 증거는 사람들이 체계적으로 자신의 관심들(행복을 포함해서)을 추구하는 일에 있어서 실수들을 저지르는 경향들을 보이고 있다는 점이 다양한 방식으로 증명되었다. 그런 경향들은 행복의 추구하고 관련해서 다음과 같은 영역들에서 두드러진다. a. 사람들이 얼마나 행복했는가 또는 행복한가를 측정하기.<sup>32)</sup> b. 무엇이 우리를 행복하게 만들 것인가에 대한 예견.<sup>33)</sup> c. 합리적인 수단 선택하기.<sup>34)</sup>

이와 관련된 연구들은 사람들의 선택지를 증가시킴으로써 행복을 추구하는 것을 쉽게 만드는 방법을 탐구하고 있다. 그러나 좀 더 많은 선택지들을 갖는 것은 종종 사람들을 덜 행복하게 만드는 것으로 판명난다. 예를 들어, 심사숙고의 무게를 증가시키거나 또는 후회 가능성을 증가시킴으로써 사람들은 더 불행해질 수 있다.<sup>35)</sup> 또한 수많은 연구들은 인간의 심리학과 행위가 무의식적인 사회 또는 다른 상황들에 영향을 받는 경향이 있다는 점을 지적하고 있다.<sup>36)</sup> 인간의 기능과 행복 추구는 많은 행복 과학자들이 가정한 것보다 훨씬 더 사회적이다. 실수 가능성들에 대한 연구는 이처럼 행복 철학의 두 가지 중심적인 주제들에 의존하고 있음을 볼 수 있다. 첫째, 인간 본성의 폭넓은 특성이다. 예를 들어, “어떤 의미에서 인간은 이성적 동물인가?” 또는 “어떻게 우리는 인간의 자율성에 대해서 생각할 수 있는가?”와 같은 문제들이 먼저 다뤄져야 한다. 둘째, 좋은 사회와 좋은 정부에 대한 철학적 관념들이 다뤄져야 한다. 개인의 행복을 행복 과학의 이상과 목적으로 삼을 때 개인간의 충돌하는 가치들로 인해 인간의 윤리적 물음이 다시 발생하게 된다. 또한 개인의 행복추구 행위들은 개인이 속한 공동체가 추구하는 가치 속에서 인정받고 평가되어야 한다. 행복의 경험은 개별화된 것이지만 공동체는 개인의 행복을 허용하거나 검열하는 역할을 하기 때문에 좋은 사회와 좋은 정부가 전제되지 않는다면 개인의 행복 추구권은 실질적으로 실현될 수 없을 것이다.

#### IV. 나가면서

지금까지 우리는 행복 과학의 중요 주장들과 전제들을 살펴보면서 행복 철학의 기여 가능성을 살펴보았다. 논의를 통해서 우리가 도달한 결론은 다음과 같다. 첫 번째, 행복지수의 측정과 관련해서 행복 개념을 설정하는데 행복 철학이 기여할 수 있다. 행복 지수의 정확한 측정은 불가능하지만 그 근사치를 보정하기 위해서는 삶의 만족으로 이론으로 접근하는가 또는 정

31) J. W. Schooler, D. Ariely and G. Loewenstein, “The Pursuit and Assessment of Happiness Can Be Self-Defeating,” *The Psychology of Economic Decision*, I. Brocas and J. Carillo (eds.), New York: Oxford University, 2003, pp.

32) D. M. Haybron, “Do We Know How Happy We Are?” *Nous*, 41(3), 2007, pp.394-428.

33) D. Gilbert, *Stumbling on Happiness*, New York: Knopf, 2006, p.46.

34) D. Kahneman, and A. Tversky, Eds., *Choices, Values, and Frames*, New York: Cambridge University Press, 2000, pp.87-102.

35) B. Schwartz, *The Paradox of Choice*, New York: HarperCollins, 2004, pp.15-21.

36) 예를 들어, Milgram 복종 실험. J. Doris, *Lack of Character*, New York: Cambridge University Press, 2002, pp.28-61.

서 상태로 이론으로 접근하는 가에 따라 그 값이 달라 질 수 있기 때문이다. 또한 대부분의 사람이 행복하다는 행복과학의 경험적 주장도 행복을 어떻게 규정할 것인가라는 행복의 본성에 관한 행복 철학의 접근 방식에 의존하고 있다. 행복의 본성에 관한 철학적 지침이 행복 지수의 기준에 대한 행복 과학 연구의 출발점이 된다.

둘째, 행복의 원천으로서 경제적인 이익과 관련해서 행복 철학의 역할이 중요하다. 돈은 삶의 만족 이론에서는 중요한 역할을 하지만 정서 이론에서는 미약한 영향을 가질 뿐이다. 이는 돈의 역할이 어떤 종류의 사회에 사는가에 따라 달라질 수 있음을 보여준다. 따라서 행복의 원천으로서 돈의 긍정적 기여와 부정적 기여는 우리가 어떤 종류의 사회를 꿈꾸고 실현하는가에 달려 있다. 이에 관한 사회 정치철학적이 논의는 행복과학에 실질적인 영향을 미칠 수 있는 가능성을 열어 놓고 있다.

마지막으로 행복을 측정하고 추구하는 문제와 관련해서 발생하는 오류는 행복 철학의 두 가지 중심적인 주제들에 의존하고 있음을 볼 수 있다. 첫째는 이성적 인간으로서 인간 본성의 이해와 그 한계를 지적하는 것과 둘째는 개인의 행복이 좋은 사회와 좋은 정부에 의존하고 있다는 철학적 함의에 대한 고찰이다. 남성 위주의 사회나 가정에서 여성이 행복을 경험하지 못하는 것은 단순히 한 여성이 개인 행복의 방법을 몰라서가 아니라 행복을 가로막고 있는 사회 문화적 장벽들 때문에 그러한 일이 벌어진다. 이를 극복하는 방식은 도덕적이거나 도덕적이지 않는 사회를 구별하고, 인간의 의무에 있어서 무엇이 좋고 선하지, 자아실현과 관련해서 사회 공동체의 역할이 무엇인지를 이해하는 행복 철학적 작업이 먼저 전제되어야 한다.