

LOVEJOURNEY BOOKS

사랑이 끝난 게 아니라, 지켜 줄 구조가 없었다

돈이 안 벌릴 때 포기하고 싶어진 사람을 위한 7일 지속 진단

1,000원 WORKBOOK

이 책을 펼친 당신에게

어떤 일을 시작할 때 우리는 종종 이렇게 말합니다.

이건 내가 사랑하는 일이니까 오래 할 수 있을 거야.

처음에는 정말 그렇습니다. 생각만 해도 마음이 움직이고, 누가 시키지 않아도 시간을 씁니다. 아직 돈이 되지 않아도 괜찮습니다. 내가 믿는 것을 세상에 꺼내 놓는 일 자체가 기쁨이기 때문입니다.

하지만 시간이 지나도 반응이 없고 돈이 벌리지 않으면 마음에 다른 목소리가 들어옵니다.

- 내가 잘못 시작한 걸까?
- 내게 재능이 없는 걸까?
- 이것을 정말 사랑하기는 했던 걸까?
- 계속하는 것이 용기일까, 미련일까?

이 질문 앞에서 많은 사람은 두 방향 중 하나로 달립니다. 자신을 더 세계 몰아붙이거나, 모든 것을 한꺼번에 포기합니다. 그러나 그 사이에는 더 넓은 길이 있습니다.

사랑하는 목적과 지금 사용한 방법을 분리해 보는 길입니다.

사랑은 남아 있는데 에너지가 바닥났을 수 있습니다. 사랑은 남아 있는데 현재의 수익 구조가 삶을 지키지 못할 수 있습니다. 사랑은 분명하지만 누구를 어떻게 도울지 정하지 못했을 수 있습니다. 또는 한때 사랑했던 일이 이제는 정직하게 끝나 가고 있을 수도 있습니다.

네 가지 상태는 겉으로 모두 "그만두고 싶다"는 말로 나타납니다. 그러나 필요한 행동은 전혀 다릅니다.

이 책은 당신에게 계속하라고 명령하지 않습니다. 더 간절해지라고도 말하지 않습니다. 무엇이 실제로 끝났고 무엇이 여전히 살아 있는지 확인한 뒤, 다음의 세 선택 중 하나를 정직하게 고르도록 돕습니다.

- 계속하기
- 방식을 바꾸기
- 잘 끝내기

어느 선택도 사랑의 실패가 아닙니다.

첫 90분: 진단과 실험 설계

이 책은 읽는 책이면서 쓰는 책입니다. 정답을 찾으려고 오래 고민하기보다 지금 떠오르는 가장 솔직한 문장을 적어 주세요.

첫 90분에는 현재 상태와 7일 실험을 설계합니다. 사람과의 대화, 실제 실행, 최종 결정은 이후 7일 동안 진행합니다.

준비

- 방해받지 않을 90분
- 펜 한 자루
- 계속할지 고민 중인 프로젝트 한 가지
- 최근 4주간의 일정이나 작업 기록
- 가능하다면 수입과 지출의 대략적인 숫자

세 번에 나누어도 됩니다

첫 30분 - 상태 구분

1장부터 3장까지 읽고 네 가지 중단 상태를 점검합니다.

둘째 30분 - 작은 구조 만들기

4장부터 6장까지 읽고 한 사람, 한 문제, 한 변화를 정합니다.

마지막 30분 - 7일 실험 설계

7장과 워크시트를 사용해 일주일 동안 확인할 행동을 정합니다.

이 책의 약속과 한계

이 책은 당신의 수익이나 성공을 약속하지 않습니다. 의학·심리적 진단 도구도 아닙니다. 이 책의 "지속 진단"은 사랑하는 일을 지속할지 결정하기 위해 프로젝트의 운영 상태를 점검한다는 뜻입니다.

자신이나 타인을 해칠 생각, 폭력·협박·통제, 심각한 수면·식사·일상 기능 저하가 있다면 프로젝트 실험을 중단하세요. 신뢰할 수 있는 사람, 의료·정신건강 전문가, 현재 지역의 긴급서비스에 즉시 도움을 요청하는 일이 먼저입니다. 쉬거나 도움을 요청하는 일은 사랑을 포기하는 행동이 아닙니다.

시작 전 한 문장

지금 내가 계속할지 고민하는 일은:

이 일을 처음 시작한 이유는:

숫자는 사랑의 판결문이 아니다

전체 책 2장의 일부를 이어서 보여드립니다.

확인 가능한 사실과 내가 붙인 해석을 나누면,
포기하거나 더 버티기 전에 시험할 가설이 생깁니다.

오늘이 경계 무장

나는 사랑을 증명하기 위해 _____하지 않는다.

나는 사랑을 지키기 위해 _____한다.

2. 돈이 안 벌릴 때 실제로 무너지는 것

돈이 벌리지 않는다는 사실은 하나의 숫자처럼 보이지만, 그 숫자는 여러 감정을 데리고 옵니다.

돈은 생계를 위한 자원이면서 세상의 반응처럼 느껴지기도 합니다. 결제가 없으면 아무도 필요로 하지 않는 것 같고, 조회 수가 낮으면 내 목소리가 가치 없는 것 같습니다. 그래서 우리는 사업의 가설이 실패한 순간에 자신의 존재까지 실패한 것처럼 받아들입니다.

하지만 다음 문장들은 서로 다릅니다.

- 내가 사랑하는 주제에는 가치가 없다.
- 지금 만든 상품의 약속이 분명하지 않다.
- 이 상품을 필요로 하는 사람에게 도달하지 못했다.
- 가격과 제공 범위가 맞지 않는다.
- 아직 충분한 사람에게 물어보지 않았다.
- 현재 운영 시간이 내 삶과 맞지 않는다.

첫 문장은 사랑의 가치에 대한 판결입니다. 나머지는 확인하고 바꿀 수 있는 운영 가설입니다.

돈이 안 벌릴 때 가장 먼저 해야 하는 일은 자신을 평가하는 것이 아니라 어떤 가설이 아직 확인되지 않았는지 찾는 것입니다.

네 개의 계기판

사랑

이 주제와 사람에게 여전히 마음이 움직이는가?

에너지

지금 실행할 몸과 마음의 여유가 있는가?

생계 적합성

현재 방식이 필요한 비용과 시간을 감당하는가?

실행 구조

누구의 어떤 변화를 어떤 반복으로 만들지 정해져 있는가?

네 계기판 중 하나가 낮다고 모든 것이 끝난 것은 아닙니다. 낮은 곳에 맞는 행동을 선택하면 됩니다.

숫자를 사랑의 판결문으로 쓰지 않기

조회 수, 판매 수, 구독자 수는 중요한 정보입니다. 그러나 그 숫자가 말할 수 있는 범위는 제한적입니다.

조회 수가 낮으면 제목이나 도달 경로를 다시 볼 수 있습니다. 판매가 없으면 대상, 문제, 약속, 가격, 신뢰의 증거를 다시 볼 수 있습니다. 환불이 많으면 기대와 제공 범위가 어긋났는지 살펴볼 수 있습니다.

숫자는 "당신이 사랑받을 가치가 없다"고 말할 권한이 없습니다.

숫자는 현재 방식의 계기판입니다. 계기판이 경고등을 켜면 차 전체를 버리기 전에 어느 부분을 점검할지 정합니다.

워크시트 - 사실과 해석 분리하기

최근 30일의 사실을 적습니다.

확인 가능한 사실

예: 게시물 8개, 판매 0건, 문의 2건, 제작 시간 24시간

내가 붙인 해석

예: 아무도 원하지 않는다, 나는 재능이 없다, 너무 늦었다

다른 가능한 설명

전체 책에서 이어지는 것

- 네 가지 중단 상태 진단
 - 목적과 방법을 분리하는 워크시트
 - 한 사람 · 한 문제 · 한 변화 설계
 - 사랑 · 생계 · 회복을 지키는 7일 실험
 - 30일 운영 가이드와 한 장짜리 사랑 지속 지도
-

전체본: A5 · 88쪽 · PDF 워크북 · 1,000원

이 파일은 구매 전 확인을 위한 9쪽 발췌 미리보기입니다.

수익이나 성공을 보장하지 않으며, 상품 페이지의 안내를 확인해 주세요.