

幸福元素表

层次 \ 类型	减轻痛苦	提升满足	认识自我	提升能力	以爱服务
I	消除苦之外境	创造乐之外境	表意识心理	兴趣特长	间接服务
II	消除苦之体验	创造乐之体验	潜意识心理	实用能力	直接服务
III	忽视苦之体验	聚焦乐之体验	解开自我系统	为人能力	细微服务
IV	完全经历苦	完全经历乐	深省初心本觉	自发涌现	最佳服务