

• 平和志 •

宇宙的 真相和幸福



宇宙的真相和幸福

简介

我认为，笛卡尔的《我思故我在》证明了“本我”的存在，而这份证明结果不需要科学测量就可获得，这彰显了逻辑的力量。但是，在《我思故我在》这本书中，我们试图用这种逻辑的力量证明“整个宇宙”（整个世界）是无限的，永恒的，超越时间的真理。虽然这本书是表达略显严谨的论文，但在此之前，作为其基础，还刊登了两篇易于理解的论文。

接下来谈到了“幸福”。我认为“幸福”是无限且永恒的，是整个宇宙生命体共同拥有的普遍价值。

这本书能解答“宇宙的尽头是什么样子呢？”、“宇宙是从何时开始，到何时结束？”、“幸福是什么？”、“怎样才能变得幸福呢？”等疑问。

希望这本书能成为照亮黑暗的光。

（一）宇宙的真相

（二）论幸福

（一）宇宙的真相

1. 关于无穷无尽
2. 关于永恒：“万事万物”永恒存在
3. “整个世界”和大爆炸理论
4. 伟大之物和宇宙的程序
5. “整个宇宙”是无穷无尽的、永恒存在的、超越时间的。
6. 与宇宙有限论的对话

1. 关于无穷无尽

宇宙有尽头吗？

宇宙没有尽头。整个宇宙（万事万物）都是无穷无尽的。

例如，如果你想乘坐宇宙飞船抵达宇宙的尽头，可能永远也不会实现，因为超越不可避免地存在。即使宇宙被像墙一样的事物包围起来，那墙也不是尽头。因为不管墙有多少层，其数量必然有限，而在墙之外还会有另一个空间存在。

即使宇宙的范围就像气球的内部，那气球外部的世界也必然存在。即使宇宙被包围在虚无之中，整个宇宙（万事万物）的范围也是无穷无尽的，因为它包含了虚无。

假设，即使宇宙是三维圆环体结构，既然是有限的三维结构体，那么它应该容纳在由 XYZ 轴组成的无限空间中，因此整个宇宙是无限的。也就是说，既然是有限的三维结构，就应该包含在无限的 XYZ 轴中，反过来说，XYZ 轴在三维圆环体结构的外侧（其前方无论到哪里）都是扩张的。

对了，如果是“一直直线前行”，或者循环不到指定地点的前方（不管一直直线前行到哪里，都变成兜圈子等情况），如果宇宙是类似程序的产物，这种情况也是有可能的。但是，如果把一定地点之前的“无”等也包括在内的话，整个宇宙仍是无限的。

您可能会怀疑我的这个观点，但是如果您能按照下面的逻辑思维来思考这个问题的话，或许就会理解我所说的话了。

不管你按照什么标准划分宇宙的范围，都不可避免地存在着一个外部世界。因此，“整个宇宙”（万事万物），包括接近绝对的零（无），都是无穷无尽的。

我来更准确地解释一下这个问题。

一个人在假设 B 的范围的同时，也就定义了 B 以外的范围（参考数学中的集合）但是，如果有人怀疑该范围不存在，他们可能就是在说所有范围都不存在，因此一切都是无！

那么，证明了一个范围真的存在，又能证明什么呢？它能证明“万事万物”的存在，这里的“万事万物”由一个特定范围和这个范围之外的事物组成。

现在我要引用笛卡尔的一句话来证明一个范围的存在。

他说：“我思故我在”。这句话告诉我们以下真理：如果一个主体不存在，它就不能思考；这就说明思维自我是真实存在的，而不仅仅是一种幻觉。这既证明了自我的存在，也证明了自我必须存在于某一个范围（范围 B）。

此外，一个事物的存在意味着其必然是一个行为或感知的主体或客体。如果一个事物不存在，它就不能发出任何行动，也不能接受任何东西。您可以想一想玩接球游戏，或许就会理解我说的是什么意思了。再说一遍，一个事物存在意味着其必然是一种行为或感知的主体或客体。

那么，什么是无？当我们思考自我和世界的存在时，这个问题就显得尤为重要。

无，恰恰是一种接近于无的存在。简单来说，无本身就是一种存在形式。

“接近于无的存在”可以分为两种：“相对无”和“接近绝对的无”。“相对无本身就是一种存在，它可以是某些存在所发出的行动或感知的客体，但是却不会被其他事物感知。例如，紫外线是真实存在的一种相对无，人类的五种感官都无法感知到它。附带说明一下，人类可以借助传感器感知紫外线。

同时，接近绝对的无这种状态只能通过逻辑来进行感知。

反过来说，除了逻辑之外，它不能成为其他任何行动或感知的客体。这里所说的“无”是作为一个字在日常生活中使用的“无”。但是世界上没有一种现象是不能用逻辑进行客观化的。这从感性的方面来说，就是“将无物化”，“给“无”命名”。

换句话说，我们可以将某种状态命名为“接近绝对的无”，而只有逻辑能将这种状态客观化为行为或感知。这种状态并不是妄想或幻觉，而是以“无”的形式存在的，因为它被正确地感知了。因此，宇宙间并不存在一种无法被客观化或被感知的状态：“绝对无”是不存在的。“绝对无”是对逻辑的滥用。

我在上述内容中定义了“存在”和“接近绝对的无”。

现在我们来谈一谈主要的问题。

宇宙有尽头吗？

宇宙没有尽头。宇宙是无穷无尽的。

不管我们如何划分宇宙的范围，宇宙总有更远处。自我真正存在的范畴是宇宙，这一事实也证明了自我和宇宙的存在。同时也证明了更远处的存在。

因此，整个宇宙（万事万物）的范围是无穷无尽的。

换句话说，万事万物都是一个真实而无限的世界，这个世界由存在和接近于绝对无的存在组成。

宇宙的范围是无限的，我们无法在物理上到达它的尽头。但是，我们可以发挥创造的力量，即使这种力量可能很小。要知道，地球只是浩瀚宇宙中一颗很小的星球，但即便如此，地球上的和平也尚未完全实现。所以，我们必须通过创造性合作让地球变得更美好。

“万事万物”与大爆炸理论

“万事万物”将永远存在，不会消失。其没有开始，亦不会结束。因为“始”代表“前无”，“终”代表“后无”，但万事万物却会一直存在，永不消失。

换言之，万事万物无始无终，永恒存在。

如果您觉得事实并非如此，那可能是因为您心中有一些误解。

根据主观经验，我们知道大多数事物都有开始和结束。

然而，这种经验只适用于大多数情况，并非每次都绝对正确。

我们还应该意识到，“万事万物”的存在既没有开始，也不会结束。

当前的宇宙学理论普遍认为，大爆炸的奇点和奇异区域是宇宙的开始。

乍一看，这个宇宙学原理似乎与事实不符：“万事万物”的存在既没有开始也没有结束。

但是，如果从以下角度来讨论，其实两者并不自相矛盾：

如果事实是，大爆炸是“万事万物”中某一部分的开始，那么我的观点与大爆炸理论之间就不存在矛盾。

回望过去，据说大爆炸的奇异区域是时间和空间开始的地方，但我认为，奇异区域只是“永恒存在的整个宇宙”中某一部分的开始。

因为奇点和奇异区域的概念是假设它周围是“无”，而我认为“万事万物”也包括“无”。

无限永恒的“万事万物”既没有开始也没有结束。因此我认为，大爆炸只发生于“万事万物”的其中一部分，而一部分时空就由此开始了。

———

* “除所有”和“限制所有”是用词错误。

* 幻觉不是无，这种看法是错误的（即某些存在。）

* “绝对无”这个词严格来说是错误的。“绝对无”是不可能的。

2. 关于永恒：“万事万物”永恒存在

整个宇宙（万事万物）都存在。我在另一篇文章中证明了这一事实，是从真理“我思故我在”中推导出来的。

存在就意味着一个事物在某一时刻必然存在。因此，“万事万物”至少在某一时刻是存在的。

现在，我们来思考一下万事万物的本质。“万事万物”永远不会作为一个整体消失，因为其中包含了接近绝对的无。例如，如果某个空间已经变成接近绝对的无，那么该空间将作为接近绝对的无存在。因为我们通过逻辑思维可以正确地感知（因此它真实存在）“所谓的无（接近绝对的无）”，所以“万事万物”作为一个整体永远不会消失。即使它可能在某些部分发生变化或有所不同，它也不会作为一个整体消失。这就意味着，“万事万物”是永恒存在的。

因此，“万事万物”永恒存在。

另一方面，在作为“万事万物”的整个宇宙的一部分，时间可能不会永远持续。

根据主观经验，我们知道自己生活的世界充满了变化。即存在的瞬间“时”和“时”差，变化，存在一直延续的时间。

那么，如果万事万物都不再发生变化呢？虽然一切都将继续存在，但作为其中一部分的我们生活的世界却有可能消失。时间在整个宇宙的一部分中可能并不永远持续。

尽管如此，“万事万物”不会消失。因为是无限的，即使我们居住的世界消失了，整个宇宙中的某个地方也会继续存在下去。

如果伟大之物创造了宇宙，我们可能会在其所创造的这个宇宙范围内超越时间。

我们可以编写一个计算机程序。在程序中我们可以超越、停止、后退、前进、复制、删除、快进、延时。

那么，假设“伟大之物”已经编写了宇宙的程序呢？
那样的话，我们可以说我们很可能超越了宇宙中的时间。

（我认为时间是两个时刻之间的差异。但我并不认为它是有一定顺序的。根据日常经验，我们觉得时间是按时间顺序排列的，但我不认为这始终正确。）

补充1：时间和时的不同

- *时间=时与时之间
- *时=时间点、时刻
- *时间点·时刻=某物“存在”的瞬间
- *期间=持续一定的时间。

（*出自广辞苑）

3. “整个世界”和大爆炸理论

当前的宇宙学理论普遍认为，大爆炸的奇点和奇异区域是宇宙的开始。
乍一看，这个宇宙学原理似乎与事实不符：“‘整个世界’的存在既没有开始也没有结束。

但是，如果从以下角度来讨论，其实两者并不自相矛盾：如果事实是，大爆炸是“整个世界”中某一部分的开始，那么我的观点与大爆炸理论之间就不存在矛盾。

回望过去，据说大爆炸的奇异区域是创造时间和空间的地方，但我认为，“整个宇宙”是永远存在的，而奇异区域只是其中某一部分的开始。

因为奇点和奇异区域的概念是假设它周围是“无”，而我认为“整个世界”

也包括“无”。

无限永恒的“整个世界”既没有开始也没有结束。

因此我认为，大爆炸只发生于“整个世界”的其中一部分，而一部分时空就由此开始了。

4. 伟大之物和宇宙的程序

伟大之物已经编写了宇宙的程序。

如果是这样，它（伟大之物的创造）在某种程度上似乎是不完美的。

然而，我们可以从一个更加积极地角度去看待它。

程序必须在全宇宙中几乎完美地运行，而我们生活中之所以会发生一些悲剧，是因为这个庞大的程序在运行过程中出现了一些小错误，这些错误是可以修改的。

对了，在程序中我们可以超越、停止、后退、前进、复制、删除、快进、延时。

那么假设伟大之物已经编写了宇宙的程序。

那样的话，我们很可能超越了宇宙中的时间。

补充说明：

空间从无处产生这一现象，可能就像某人刚开始运行一个有空间（世界）的计算机游戏程序时会发生的现象。

5. “整个宇宙”是无穷无尽的、永恒存在的、超越时间的。

摘要

本文揭示了这一真相：“整个宇宙”（整个世界）是无穷无尽的、永恒存在的、超越时间的。

大爆炸本来会在“整个宇宙”的某个部分发生。

为证明这一事实，我运用逻辑思维的方法，并引用笛卡尔的名言“我思故我在”。

最后得出的主要结论如下：

“整个世界”实质上等于“整个宇宙”或“自我以及自我之外的其他一切事物”。

“整个世界”永远存在，因为它既不会变成“绝对的零”，也不会消失。

“整个世界”既没有开始也没有结束，因此它超越了时间的概念。

它是永恒存在的。

我提出的这一真相也可能表明，如果我们希望获得和平，那么我们应该传播快乐。

我这么说的原因是，既然我们都共享同样的生活，那上述论述就是普世价值。我们应该在平凡的生活中实现快乐共存。

这里的“整个”一词暗含一层“神圣”的意思。“整个宇宙”的存在本质让我产生了一种神秘的感觉。

第一部分

“整个世界”等于“整个宇宙”或“自我以及自我之外的其他一切事物”，是无穷无尽的、永恒存在的、超越时间的。

首先，因为宇宙总有更远处，所以其是无穷无尽的（1）。

其次，“自我和自我之外的一切事物”是真实存在的，这可以用笛卡尔的名言“我思故我在”来证明。（2）（3）。

第三，因为“整个世界”永远不会消失，所以它是永恒存在的。

既然没有“绝对的无”，那么即使“整个宇宙”都变成所谓的“无”，我也认为它仍然存在（我认为所谓的“无”也是一种存在）（4）。

因此，“整个世界”是无穷无尽的、真实存在的、永恒的。

（1）如果你乘坐宇宙飞船环游宇宙，就会发现宇宙没有任何边界。

这是因为超越不可避免地存在。

即使宇宙被“无”包围，我认为无也是超越。（“整个世界”包括“无边界”）

（2）“主体不存在，则不能思考”这一事实既证明了自我的存在，也证明了

自我必须存在于某一个范围（以下令 B 代表范围）。
还证明了除 B 以外，宇宙间还有其他范围存在。

（3）一个人在假设 B 的范围的同时，也就定义了 B 以外的范围（参考数学中的集合）。

（4）前提①如果人们可以正确地感知一个事物并为其赋予一个专有名称，我就认为它是存在的（正如我们给“无”也赋予了名称）。
这听起来有点矛盾，但这是我现在所能表达的极限。②“绝对无”这个词本身就是错误的，因为根本就说不通。

第二部分

“整个世界”（整个宇宙）是永恒存在的，因为它既没有开始也没有结束，还超越了时间的概念。

首先，这是因为“整个世界”是永恒的。

这个事实似乎与“有限宇宙论”相矛盾——这一理论坚持时间和宇宙的有限性，而否认其永恒性。

这一理论认为，一个事物的开始意味着在其之前没有任何东西，而结束意味着在其之后不会再有任何东西。

然而，“整个世界”一直存在，这就意味着它是永恒的。因此，它是永恒存在的。（5）

其次，永恒就意味着要超越时间的概念。

这是因为，时间表示的是两个时刻之间的差异，但永恒却意味着在任何时刻始终如一地持续存在。（6）

因此，“整个世界”是永恒的。

（5）根据主观经验，我们知道大多数事物都有开始和结束。

然而，这种经验只适用于大多数情况，并非每次都绝对正确。

我们还应该意识到，“整个世界”的存在既没有开始，也没有结束。

(6) 我认为时间是两个时刻之间的差异。

但我并不认为它是有一定顺序的。

根据日常经验，我们觉得时间是按时间顺序排列的，但我不认为这始终正确。

因为如果时间就像一个计算机程序，我们就有可能超越时间。

第三部分

总之，如上所述，“整个世界”是无穷无尽的、永恒存在的、超越时间的。因此，我们应该传播“幸福”，这可能是“整个宇宙”中最好的价值，而不是拘泥于特定的意识形态，如种族、宗教、思想和国家。这些意识形态固然包含许多有价值的概念，也应该受到高度尊重。比如耶稣所说的“爱你的敌人”和“彼此相爱”。（不管是作为基督徒、犹太人和穆斯林中，耶稣都是圣洁之人）

幸福的价值是具有普遍意义的，因为我们都生活在同一个世界。我们应该在平凡的生活中实现快乐共存。

这里的“整个”一词暗含一层“神圣”的意思。“整个宇宙”的存在本质让我产生了一种神秘的感觉。

6. 与宇宙有限论的对话

<< 1 >> 与“宇宙是有终结的”这一观点的对话

由讲谈社 2017 年发行的 BLUE BACKS 《宇宙有没有“终结”～最新宇宙论描绘的从诞生到“10 的 100 次方年”后～》一书中指出，站在最新的科学见解来看，宇宙是有终结的。

<引用～>我们的宇宙从虚无的宇宙之母中诞生，经历了大爆炸的混沌，大约在宇宙历史的 10 的 100 次方年后，将迎来永恒的寂静，被称为“热寂”。

<～引用> (p. 13)

这本书的作者吉田伸夫并没有明确说明这个“宇宙之母”的传播范围是有限的还是无限的。

然而，即使“宇宙之母”的传播是有限的，但如果以“整个宇宙”的无限扩张和持久性为前提，“宇宙之母”也不一定只有一个。因此，即使这一个宇宙之母成为“热寂”，最终迎来“寂静”，但在另一个宇宙之母中，也许会发生大爆炸。如果以会发生另一个大爆炸为前提，“整个宇宙”作为一个整体，便不会迎来“寂静”，结束的只是无限宇宙的一小部分。重申一遍，无限的“整个宇宙”，并不会迎来整体“寂静”。

相反，如果将“宇宙母亲”的扩张视为无限，即使“我们的宇宙”迎来被称为“热寂”的永远寂静，在无限的整个宇宙中也有可能存在其他宇宙，或者诞生新的宇宙。

但是，据该书作者所述，虽然可以指出无数宇宙诞生的可能性，但仅仅提出想法是不够的，至今还没有提出能让众多物理学家信服的理论。如果不提出可计算的具体模式，在物理学上，就不能被视为一个像样的讨论。

尽管如此，无论“宇宙母亲”是有限的还是无限的，从理论上来看，“整个宇宙”作为一个整体，不会迎来“寂静”，但无限宇宙中的一小部分可能会结束。重申一遍，无限的“整个宇宙”，并不会迎来整体“寂静”。

<<2>>与“宇宙在时间上是有限的”这一观点的对话

“整个宇宙”在时间(*)上也是无限存在的。如果以“大爆炸”开始的宇宙可能以空间和时间为首端，那么它与无限的时间乍一看是矛盾的，但这种矛盾可以用多层时间模式来解决，前提是将以“大爆炸”开始的有限宇宙视为无限扩张的“整个宇宙”的一部分。

首先，(1)说明整个宇宙在时间上也是无限存在的，其次，(2)说明多层时间模式。

(1)简明扼要地阐述结论，整个宇宙包含具有无限扩张空间的无(绝对性无I)，由于它始终保持不变，因此在时间上也是无限存在的。所以，整个宇宙在时间上是无限存在的。

作为前提的整个宇宙的说明如下。

简而言之，整个宇宙就是“无”和“有”的结合。所谓“无”，分为“绝对

的无”和“相对的无”，无论哪一种，都是作为认识对象的“存在”之一。即，整个宇宙=全部，是指“绝对的无 I”+“绝对的无 II”+“有”（包括“相对的无=相对的有”）。

（“绝对的无 I”=只有通过语言才能认识的无中，有空间的存在）

（“绝对的无 II”=只有通过语言才能认识的无中，没有空间的无）

（相对的无”=“相对的有”=对于某一存在来说，用 5 感等无法识别的事物。例如紫外线。人类不能直接用 5 感识别，但存在。通过测量仪器等，可以看见识别。）

（“有”→能够识别存在的对象中，为了方便除去“绝对的无 I、II”的事物，包括“相对的无”、“相对的有”。）

（“绝对的无 I·II”可以通过语言来认知，所以可以将其视为存在之一。）

现针对“绝对的无 I”和它在时间上无限存在的说明如下。

“绝对的无 I”是指“除了语言以外无法认知、具有扩张空间的无”。具有扩张空间的理由是，它是从空间中去掉一切“有”后的结果。（“有”不仅是物品，还包括电波、光、气味、能量等存在物），因此，不包括任何“有”。另外，即使假设空间的膨胀、缩小、扭曲。为此，也需要允许膨胀、缩小、扭曲并包含在内的场（空间），“绝对的无 I”就是这样的场（空间）。也就是说不包含任何变质的因素，所以一切不变。如果用其他表现，因为是除去了“有”的事物，所以反过来，也可以说是“有”所在的背景场域。一切不变，就是继续存在、不会消失，因此在时间上是无限的。

“绝对的无 I”在空间上无限扩张的说明如下。

在设想某个领域的同时也设想该领域以外的部分。如果将某个领域的内外合并起来，就是无限空间，但是「绝对的无 I」存在于该领域的内外，且与内外同样广阔（无限广阔），这是因为它是从该领域的内部和外部分别去除了所有的「有」。

因此，如果将某一领域作为宇宙，那么该领域内外的整个宇宙就会无限扩张，

而且，“绝对的无 I”也会无限扩张。

所以，“绝对的无 I”作为“有”所在的场域，就像背景一样无限扩张，存在于无限的时间里。

顺便说一下，“整个宇宙的时间开始和结束”这个说法是错误的。因为这是不可能的事情。

(2) 多层时间模式

据说在以大爆炸开始的限定宇宙中，时间是被设想出来的产物。（*）

在时间也是多层次的模式上，这个设想与整个宇宙的时间无限并不矛盾。

也就是说，以“绝对的无 I”的空间上、时间上的无限为背景，可以设想某一层时间的开始。

例如，为了便于理解，通过开启和停止时间前进速度不同（比通常快/慢）的秒表，可以知道一段时间中可能存在另一段时间。因此，在无限时间内可以存在另一个时间或者更多另一个时间的开始和结束。时间可以是多层次的。顺便说一下，整个宇宙既无限又永恒，所以大爆炸也不一定只有一个。应该认为宇宙可以存在多数吧。

我对（*）处论述的，针对“时间”的定义，理解如下。

时间=时与时之间

时=时间点、时刻

时间点·时刻=某物“存在”的瞬间

期间=差、变化、原样的延续。

截止目前（2023年5月），相关知识点的了解仅限于此。

（*）大爆炸理论认为时间是有开始的：佐藤胜彦.“相对论中时间和宇宙的诞生”.时空设计.2007.

http://umdb.um.u-tokyo.ac.jp/DKankoub/Publish_db/2006jiku_design/satou.html,

（见 2023-5-2）.

<<3>>与基于三维圆环体结构的宇宙有限论的对话

所谓三维圆环体结构，是指某个长方形的上下、左右相连的二维圆环体（环面）（类似甜甜圈表面的结构）前后也相连的结构。与 2 次元的情况不同，不考虑边，而是考虑面，将相距较远的面作为相同的东西连接起来。因此，不管朝哪个方向一直前进，最终，都只是在同一个世界里转来转去。这里的甜甜圈形状比喻只是作为类比，没有任何地方的曲率。也就是说，空间没有弯曲，而是粘连在一起的结构。

（参考：松原隆彦《宇宙是无限还是有限》光文社新书 2019 年）

而且，宇宙就是这样的三维圆环体结构，其扩张是有限的。

然而，即使我们居住的宇宙是这样的三维圆环体结构，仍认为“整个”宇宙是无限的。或者，认为“整个”宇宙是有限的，这种想法是错误的。

首先，即使假设三维圆环体结构是物理上可能存在的有限结构体，既然是有限的三维结构体，其应该容纳在由 XYZ 轴构成的无限空间中，因此整个宇宙是无限的。也就是说，既然是有限的三维结构，就应该包含在无限的 XYZ 轴中，反过来说，XYZ 轴在三维圆环体结构的外侧（其前方无论到哪里）都是扩张的。

其次，三维圆环体结构不具有像甜甜圈那样的弯曲，即不具有上下、左右、前后弯曲的连接结构，但它等于具有一定宽度的，不从某一地点向前推进，而是盘旋的循环结构。也就是说，在那里即使是通过“笔直地向前推进”，也不能循环地在一定地点之前推进（无论一直向前推进到哪里，都变成了兜圈子等）。如果我们居住的宇宙是编程的，那么这个循环就可能存在。然而，即使我们居住的宇宙是这样一个循环的三维圆环体结构，整个宇宙仍然是无限的，因为它包含一定扩张的外侧和循环点的前方（即使它是“无”的）。顺便说一下，因为整个宇宙是无限的，所以也有可能同时存在多个三维圆环体结构的宇宙和不是三维圆环体结构的宇宙。

<<4>>与“空间是物理存在，与‘无’不同。‘无’不具有空间扩张”的观点对话。

我认同，存在语言上没有空间的“无”（我将其命名为“绝对的无 II”）。然而，从空间中除去物质、波、光、能量等一切“有”的“绝对的无”（我

将其命名为“绝对的无 I”），也应该作为具有空间扩张性的事物而存在。

（即使假设空间具有扭曲的性质，也需要有一个背景允许和包含它的场域，所谓“绝对的无 I”，既是这样的场域（空间）。空间也可以是多层的。也就是说，作为背景，不发生任何变化的层和发生变化的层是共存的。

换言之，可以假设具有空间扩展的“绝对的无 I”为背景（和多层），物理性质的空间正在扩展。如果空间不具有物理性质，不包含任何“有”，就等于“绝对的无 I”。

作为空间可以是多层结构的例子，可以举出虚拟现实世界。计算机的虚拟空间作为一个现实存在，我们所居住的世界则是其背景。

另一个例子（作为示例可能稍显不足），是假设在实验中使用的容器。如果容器中的空间和实验室的空间产生差异，就可能成为空间的多层结构的例子。也就是说，只有容器中的空间在物理上发生变化，与实验室的空间产生差异，可以成为多层结构。

因此，“无”中，有的有空间，有的没有空间。即使“无”的一部分包含了没有空间的事物，就认为它表示所有的“无”，是认识上的错误。“无”中也存在具有空间扩张的事物。

<<5>>与“基于空间曲率的宇宙有限论”的对话

松原隆彦在《宇宙是无限还是有限》（光文社新书，2019年发行）一书中，阐述了基于空间曲率的宇宙有限论。

以下为引述

... 在实际的宇宙中，如果能够用某种方法证明空间曲率始终是正的，那么就可以得出宇宙是有限封闭的结论。在这种情况下，宇宙是否无限延续的问题就画上了句号。在这样的宇宙中直线前行就会回到原来的地方，空间不会无限延续。

... 引述完毕

但是，假设空间是弯曲的，如果真的直线前行，就会穿透那个封闭的空间，前方，将会无穷无尽地延伸。

这一点可以从“在地球上直线前行”产生的认识误区来理解。

通常，只要在地球上直线前行，就会回到原地。因为它围绕球面一周。由此产生了即使“真的”直线前行，也会产生回到原地的误解。

以下为针对该误解的列举。

在这种情况下，其实并不是直线前行。如果在地球上直线前行，实际上是“沿着地球曲面”直线前行，而不是真正的直线前行。

如果真的一直直线前行，就会不按照球体表曲面前行，逐渐离开地表，冲向宇宙。

同样，如果在宇宙中“真的”一直直线前行，因为未遵循空间弯曲，就会超越该封闭空间，向无限的前方前行。

假设存在空间弯曲，是否存在不按照弯曲前行和不按照弯曲前行的方向，是另外的问题。

即是否不循弯曲而行，这是一个技术问题；不跟随弯曲前行的无限前方，从理论上考虑，明显是存在的。

由上可知，即使我们居住的宇宙是封闭的有限空间，其前方也存在着无限的广阔空间。

<<6>>与“宇宙空间是膨胀、收缩的有限产物”这一想法的对话

作为大爆炸理论等的宇宙有限论之一，存在着宇宙空间膨胀、收缩这一意义上的有限论。

也就是说，宇宙的膨胀是否有极限，是由物质的“临界量”决定的，如果超过临界量，宇宙会发生与大爆炸相反的现象，最后宇宙会收缩到一点，如果低于临界量，宇宙膨胀会永远持续下去（二间濑敏史《图解杂学宇宙论》枣社 2002 年第 100 页）。

然而，无论空间膨胀还是收缩，整个宇宙都是以“无”为背景存在的，因为它也包含“无”，所以它的扩张是无限的。（有关“无”和整个宇宙无限，请参见“关于无限”。）

顺便说一下，我们居住的宇宙是整个宇宙的一部分，即使它在一个被称为“大

克兰奇”的收缩中结束，在无限的整个宇宙中的某个地方，应该存在并继续着另一个宇宙。

（二）论幸福

- (1) 什么是幸福？（幸福的定义）
- (2) 一个人如何才能获得幸福？
- (3) 什么是永恒的幸福？
- (4) 什么样的社会是一个幸福的社会？
- (5) 结论

（1）什么是幸福？（“幸福”一词在字典中的定义）

简单来说，“幸福”因国家和文化而异。但是，稍后我会通过一个很好的例子来向您解释这个定义。

不同的字典给出的关于幸福的定义也不尽相同。在不同国家的不同语言中，译为“幸福”的这个词在含义和内容上有一些相似之处，但也有一些差异。也就是说，在全世界范围内，幸福的定义是很难比较的。这是翻译过程中不可避免会出现的问题。词语的选择必须是等价的、任意的，即使是权威人士的翻译也是如此。即使在同一种语言中，幸福的定义也可能随着历史的演变而发生一些变化。

例如，全世界范围内来说，幸福（及其同义词）经常被定义为“好运”和“良好的外部环境”，但在美国语言中，人们更侧重于将其定义为“良好的内部感觉和状态”。（通过对 30 种语言进行比较发现，在 24/30=80% 的词里面，“好运”等同于“幸福”）。（来自《跨越时间和文化的幸福概念》）

顺便说一句，在某些地方，人们可能还无法通过语言准确定义“幸福”的实质。也或许是我们对“幸福”这个词期望过高，或者对它抱有幻想。

在此，我想以《牛津英语词典》中对“幸福”的定义为例，讨论一个人如何才能获得幸福。该字典给出的“幸福”的定义是：保持幸福的性质或状态。而这又分为三层含义：1. (a) 生活中或特定情况下出现的的好运气；成功，繁荣。现在很少见了。(b) 真实出现的好运气或出现的原因。2. (a) 心境愉悦满足的状态；对自己的处境深感高兴或满足。(b) 快乐或满足的实例或来源。3. 成功的或恰到好处的才能、适合性、适应性或适当性；令人幸福的事。另外：一件真实发生的事情。现在很少见了。

最关键的事情是，我们应该认为上面的定义已经足够好了，切勿对“幸福”这个词抱有过的期望，也不要在其本身的意思上增加或删除一些不必要的内容。否则，我们会不知所措，迷失方向。

这是因为，上述定义不仅简单、清晰、广泛和丰富地涵盖了大部分含义，而且它在大程度上考虑到了主观性的东西，因此不会缺少含义。也就是说，它完全涵盖了人们思想的方方面面，以及使他们感到满足的各个方面。

顺便说一句，我认为上述定义可以集中在两个方面：1. 感到幸运的一种状态。2. 感到愉快和满足的一种状态。

这样才能集中注意力考虑这个问题 (2) 一个人如何获得幸福？

(2) 一个人如何获得幸福？

所以你如何获得幸福？你怎么填满自己的内心？

对于个人来说，我相信这可以通过以下方式来实现：(a) 满足需求，(b) 保持知足的心态，(c) 调整需求（在某种程度上），以及(d) 以让自己感

到快乐的方式思考问题。(e) 感到幸运

下面对其进行详细解释。

(a) 满足需求

从狭义上讲，获得幸福的方式是：满足自己所有的需求。

根据心理学家马斯洛的理论，一般来说，人有五个层次的需求。分别是生理、安全、社交（即对于爱或归属感的需求）、尊重和自我实现。但具体而言，每个人有哪些需求取决于自身情况。

生理需求针对的是食物、水、氧气等。而社会需求则是一种对朋友、爱人的渴望，也希望能在一个集体中占有一席之地。此外，对于尊重的需求指的是对自我、他人尊重、地位和成就感的渴望。最后，对于自我实现的需求指的是对寻找自我和获得成长的渴望。据说，只有当所有其他需求都得到充分满足时，这种自我实现的需求才会出现。

因此，您应该满足自己的上述五个需求；您应该让自己吃得好，活得好。也应该结交朋友或伙伴，获得尊重，实现自我等等。

这里有一些小建议。

您可以通过谷歌搜索如何拥有朋友、爱人并被所有人接受，或者如何实现自己等问题，或许可以得到一些答案。至于“发现自己”的需求，您应该认识到目标和现状之间的差距，然后想想应该做些什么来填补这个差距。您也可以寻求一些帮助（例如阅读自助书籍或从好朋友或智者那里获得建议）。

关于满足自我实现欲望的更多评论。

在我看来，大部分人都只是一种追求快乐远离痛苦的生命体（生物），但我

们也是有理想并会为之奋斗的人。因此，我认为，要满足自我实现的需求，既要爱自己，又要实现理想的自己。

(b) 保持知足的心态（对自己生活中大部分的事情感到满意）

感觉到自己拥有的已经“足够”也能够带来一种幸福感。

诚然，人的欲望是无底洞，我们倾向于寻求更多更深层次的快乐，但有一些欲望是我们可以控制的，这些欲望的多或少是可以由人的意识决定的。

人在一定程度上可以控制自己的注意力分配。当你意识到自己缺少什么、想要什么和要做什么时，你就会有一种缺少了什么的感受，这会导致大脑分泌与之相关的化学物质。换句话说，一种真正的稀缺感会出现在你的意识中。

如果是这样的话，我们可以假设，如果我们专注于让我们满意的事情，大脑就会分泌与此相关的化学物质，我们就会在某种程度上感到满足。（但这就会使得注意力和意识在很大程度上更加专注于我们想要的东西。（此时，我们可能会感到冲动的稀缺。）

（然而，我目前尚不知道该如何解决这个问题：品尝过最顶级的幸福，就不会满足于二级、三级的幸福。我想知道在这种情况下我们应该怎么做。）

(c) 调整需求 (d) 以让自己感到快乐的方式思考问题。

顺便说一句，我认为在某种程度上，人似乎可以调整自己的欲望，方法就是改变其思维方式。

换句话说，当一个人的心态发生变化时，对某一事件的看法也会随之改变。当一个人对情况的感知发生变化时，大脑分泌的化学物质也会发生变化。所以，我得出的结论是，如果大脑分泌的化学物质发生变化，欲望就会增加或

减少，而幸福感随之也会提高或降低。

例如，如果你对一件事情感到越来越焦虑，时刻担心“如果 X（一件坏事）发生该怎么办？”，你会感到焦虑，真真切切地感到不快乐。相反，如果你从积极的角度思考这个问题，比如“焦虑是一个警告信号”，再比如“尽自己所能采取应对措施后，就不要太在意它了”，那么随着你的态度开始变得积极起来，多巴胺和其他积极的化学物质就会从大脑中分泌出来，你的焦虑感就会减少，而快乐感就会增加。因此，一个人是否感到快乐，在一定程度上取决于其对一件事情的态度。

顺便说一句，既然欲望有很多种，那么获得快乐的方式也一定有很多种。

例如，一个人应该通过不同的方式来满足食欲等生理需求。

每个人甚至在选择“爱好”时都是不同的，这应该属于更高层次的需求。

诚然，对于自我实现或“成为你想成为的人”的需求时，每个人的想法都应该是各不相同的。

(e) 感到幸运

运气(fortune)通常被认为是一个偶然因素。不过，在人的意志力的作用下，这个偶然因素发生的概率或许可以有所增加。首先是因为，从机械论的世界观来看，因果关系通常是正确的。换句话说，如果你行好事，就会得好报。再换句话说，如果你做好事，你就会变得幸运起来。

其次是因为，我们可以通过相信自己是幸运的来期望获得好运。

这是因为人类有一种叫做选择性注意的认知能力。换句话说，对于那些没有刻意注意的东西，我们不太可能认得出来，但对于那些我们确实密切注意的东西，我们却有可能认得出来。再换句话说，当你认为自己很幸运的时候，你就更有可能找到好运，或者说，你会变得很幸运。

精神科医生桦泽紫苑于2020年11月举行了一场名为“如何获得幸福”的研讨会，我将使用其观点作为本文的论据。从具体的行动来看，这确实是一种获得幸福的方式。

简而言之，获得幸福的方法就是保持身心健康，加强与其他人的联系，努力工作。

如何获得幸福：精神科医生桦泽紫苑举行的一场的研讨会。

研讨会得出的结论：

你需要做的事情：

1. 保持身体健康，头脑清醒
2. 加强与所爱之人的联系：避免与外界隔离。
3. 全身心投入工作

要做的事（更具体）：

1. 好好睡觉，好好锻炼身体，早上散步。
2. 与家人、朋友、宠物保持良好的关系。做义工，或做一些慈善工作，
3. 执行 PDCA 循环（制定计划、执行计划、检查执行结果，总结问题并采取行动），并在完成每个计划后给自己一些奖励。表扬或鼓舞自己。
4. 问问自己“什么时候感到最快乐？” 然后尝试复现那些时刻。
5. 每天找三件开心的事，晚上写三行简短的开心日记，然后开心地上床睡觉。

原因：

以上这些行为会让我们感到快乐，因为在这个过程中，大脑会充分分泌血清素、催产素、多巴胺等使人感到快乐的化学物质，而这些物质也会在体内达

到平衡。

(3) 什么是永恒的幸福？

那么，什么是“永恒的幸福”？

它是“一种超越生死的满足状态”。

我认为永恒的幸福无法安全达到，但却可以接近，因为万事万物都处在永恒的变化之中，当然我们的状态也是如此。

然而，如果我们也能生活在精神世界和/或数字世界中，我们就有可能无限接近永恒的幸福。因为如果我们能够突破生命、出生、病痛、衰老、死亡的限制，我们或许就能够克服这些生命历程带来的痛苦。

从科学上讲，人作为有机体生活在这个世界上，应该伴随有痛苦或不快乐。例如，饿了就会不舒服，生病了就会觉得疼。衰老会带来人体机能的衰退，死亡通常意味着消失，这会让人感到恐惧和痛苦。

但是，如果我们也能生活在精神世界和/或数字世界中，我们就可以期待上述苦难不会出现在自己的生活中。

在这种情况下，一直寻求的永恒幸福，应该是“平和=欢喜共处，长生不老，嬉戏一生。但是我们也不应该因为上述的一些痛苦时刻而完全否定现实的生活。这是因为完全否定现实生活是具有破坏性的，虽然生活会有痛苦，但我们可以通过医疗和社会进步来减少痛苦，甚至可以改变现状。

也就是说，通过基因工程和先进的医疗手段，我们或将能够永葆青春，战胜许多疾病，将我们作为众生的生活，改造成痛苦更少的、更令人满意的、更长久生活。此外，当一个保障多种生活方式的制度在社会上建立起来的时

候，个人的需求就能够得到满足了。

为了实现这一目标，我们首先需要建立一个没有“恐惧和匮乏”的社会，还得提供高水平的保护、自由和安全，以此来保护人民生命安全。

当然，尊重他人生命也很重要。

在这种情况下，我相信不仅是人类，其他众生也应该快乐。然而，在这个世界上，强者与弱者的斗争，人类与猛兽、病原体、害虫的斗争是真实存在的。所以，我想不出一种方法可以在现实中完全实现永恒的幸福。然而，通过引入种族隔离、发展基因工程、食用肉类替代品或人工培养的肉类，可以最大限度地减少受害者。

(4) 什么样的社会是一个幸福的社会？

简而言之，这样的社会是一个每个人都感到快乐（知足）的社会。关键是“每个人”。如果有人不断地受苦和悲伤，我们就不能认为这是一个幸福的社会。尽管幸福可能因人而异，但是一个社会确实可以是一个幸福的社会。

那么，幸福社会的目标应该是什么？

如果想要建立一个幸福的社会，那么我们需要做得就是，让社会中每个人（一群人）都感到幸福。因此，满足我们作为生物的共同需求和愿望，满足我们不同思想的需求和愿望，应该是个人层面和国家政策层面的目标。具体来说，目标应该是提供各种各样的公共物品，例如水、食物、教育、安全和娱乐，以满足每个人的不同需求。

当我们在现实中考虑上述事情时，我们就一定需要运用生物学、社会学、经济学、心理学和宗教学等各种知识来解决问题。

(5) 结论

虽然由于翻译等一些原因，很难对世界范围内幸福的定义进行比较，但我还是以牛津词典为例来讨论如何获得幸福，定义的要点是：好运气；心境愉悦满足的状态；对自己的处境深感高兴或满足。

在一个人人都快乐的幸福社会中，一个人要想获得幸福，就需要满足自己的所有需求，提升自己的满足感，调整自己的欲望，获得好运气，并以让你快乐的方式思考。

幸福不是幻觉或梦想，而是真实存在的，我们大可以得到或生活在其中。如果我们超越生死，或者通过社会和医学的发展，即使在今生也可以接近永恒的幸福，那么永恒的幸福就是可以实现的。

我们应该活在当下，在享受美好的同时，通过自己的努力让社会变得越来越好，不断向永恒的幸福迈进。

参考

· Saul Mcleod, PhD. 《马斯洛需求层次理论》 Simply Psychology. 2022-04-22. <https://www.simplypsychology.org/maslow.html>, (accessed 2023-2-7).

· Hideyoshi. *Shinrigaku No Jikken De Manabu Ko-Un No Mitsuke-Kata* [变得幸运的方法，这是从一个心理学实验中学到的] <https://www.lucky-rookie.com/gorilla/>, (accessed 2023-2-9)

· Tokio Honda *Shiawase Ni Naru Kangae kata* [让人感到快乐的思维方式], Alpha Police 2007

· 《心理学词典》，Maruzen

· Shion Kabasawa *No Wo Saitekika Sureba Nouryoku Wa Nibai Ni Naru*
[优化大脑可以让人的能力加倍], Bunkyoasha 2016

· Shigehiro Oishi, Jesse Graham, Selin Kesebir and Iolanda Costa
Galinha 《不同时间和文化下对幸福的定义》 SAGE Journals 2018.

作者

平和志（原名：大前岳夫）
1972年出生，国籍：日本
法政大学社会学部出身