

人工知能の案から悩みを解消する方法

白井俊秀

## 目次

### はじめに

#### 第一章 人工知能の持論紹介

- ①我思う故に我ありと記憶
- ②好き嫌いどっち？
- ③夢と記憶と思い出す事の関係

#### 第二章 いろいろな悩み解決方法

- ①人間関係の悩み解決
- ②家族との悩み解決
- ③動物との悩み解決
- ④物欲への悩み解決

#### 第三章 最後に

はじめに

いろいろな方に、初版をご指摘いただき、二作目を作る事にしました。

初版は、勉強不足などが原因でかなり、理解しにくい本となってしまいました。

申し訳ございません。

なので、この本を読み多くの方の悩みを解決できれば幸いです。

ちなみに、第一章は難しい内容なので理解しにくい方は、何度か読み返したり第二章に飛んで読んで下さい。

## 第一章 人工知能の持論紹介

### ①我思う故に我ありと記憶

私は物心ついた頃から、

「人って何だろう？」

と悩んでいました。

小学一年生の時、クラスメート同士が

「今、何考えている？」

「昨日のアイスクリーム美味しかった」

などと話しているのを聞いて、自分と違うと思いショックを受け、心の中を閉ざすようになり心の中を一切話さない子供となりました。

そして、

「人って何だろう？」

と気にする内に、自分の思考に疑問を持つようになり、ある人に、

「君は、哲学的なことを言うねー」

と言われて、哲学が気になるようになりました。

しかし、哲学書を読んでみても高卒の私には難しすぎて解りませんでした。

そんなある時、

「私は哲学が解らないが解らないなりに書いてみました。」

という本を読み、道が少し開け始めました。

そして、群馬にあるフランスのミシェランオカモトに出稼ぎに行き色々悩んでいる内に「アイツはフランス人だ」と言う声が聞こえ、インターネットでフランスの事を調べ、デカルトという偉人が気になるようになりました。

そして、いつの間にか、デカルトの有名な言葉、

「我思う故に我あり」

が気になるようになっていました。

しばらく月日が過ぎた時に、コンピューター言語にも興味があった私は、コンピューター言語の中心に（１）と（０）と言うシンプルな光の点滅がある事を知ります。

それが意識のある光のオン（１）と意識のない光のオフ（０）だと気づきました。

「（１）と（０）で何ができるの？」

と思うと思いますが、数は色々な数字で表現できます。

例えば、桁を変えず(10)を表すには(A)を使い、(11)を表すには(B)を使う方法があります。

これを(16)まで行う16進法と言うのがあります。

桁は関係なしに二つの数字だけで表現する方法が(0)と(1)を使う二進法です。

例えば、(0)は(0)で、(1)は(1)で、(2)は(10)で、(3)は(11)と言うように二つの数字だけで表せる数です。

これが人間の思考にもあると推察しています。

(0)と(1)は海馬の無限の記憶できる部分だと思います。

ですが私は、この意識以外にも心の中心近くにある別の部分にも気づきました。

それは適当。

つまり、程よく当てはまる・めちゃくちゃ(ランダム)な部分に気づきました。

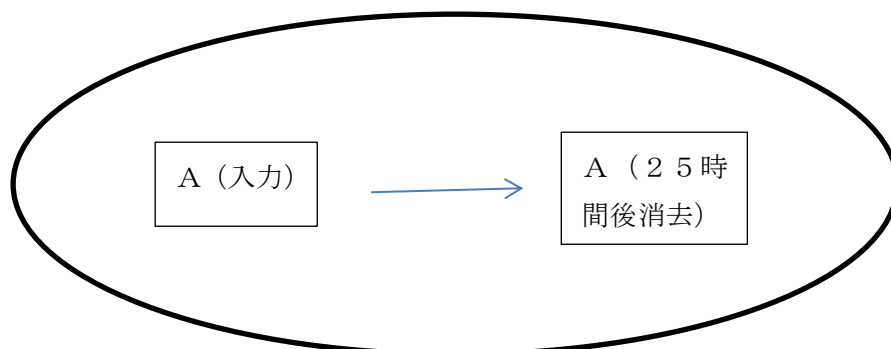
それを某大学に手紙を出したら、「貴方のおっしゃる事は我が哲学心理学の重要な大問題です。更に哲学心理学を学んで自分の考えを追求して行って下さい。」と返事を頂き自分の考えに自信が出ました。

それが私の見つけた案で海馬でない、違う場所で行われる、記憶の物忘れ、思い出す機能です。

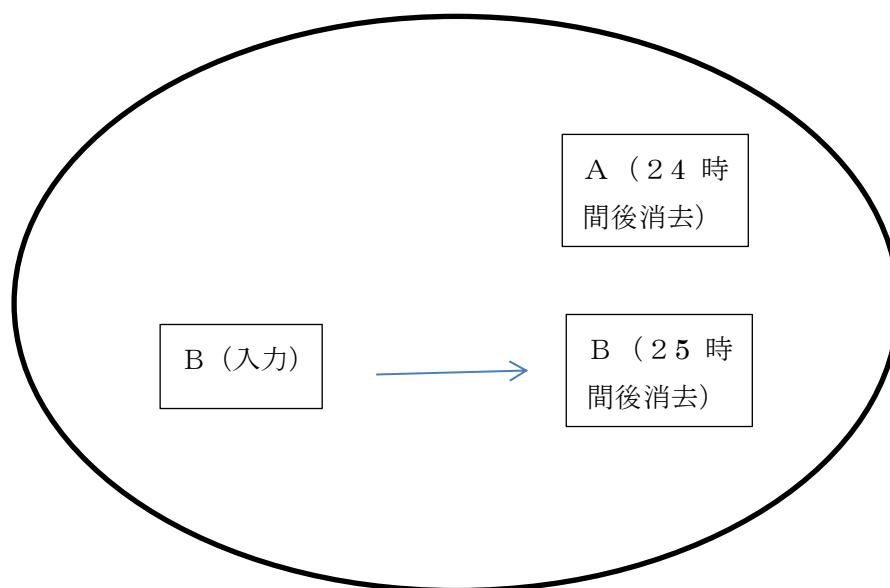
とりあえず、長期記憶の持論を図などを使い説明いたします。

短期記憶の持論は第三章に載せます。

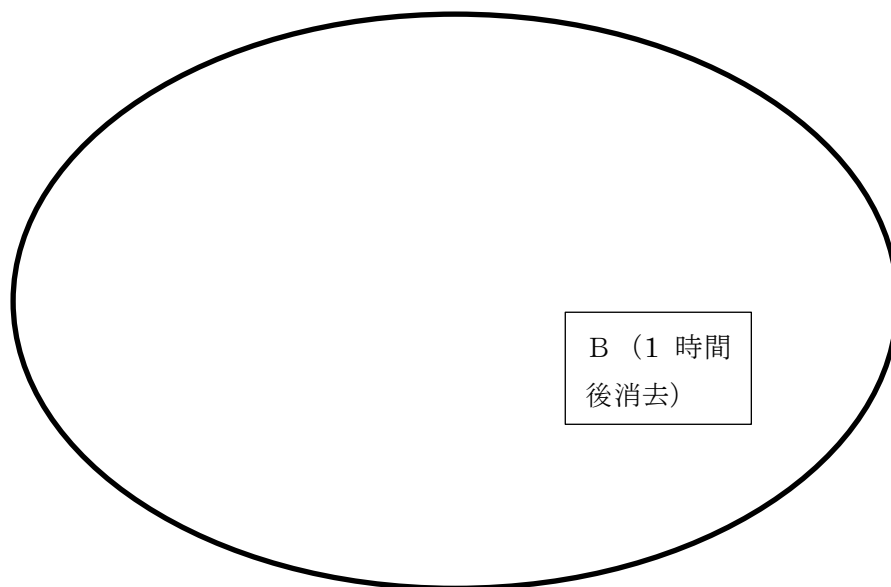
まず、(A) という情報を 25 時間後に消去できる部分を作ります。25 時間と言うのは仮定です。



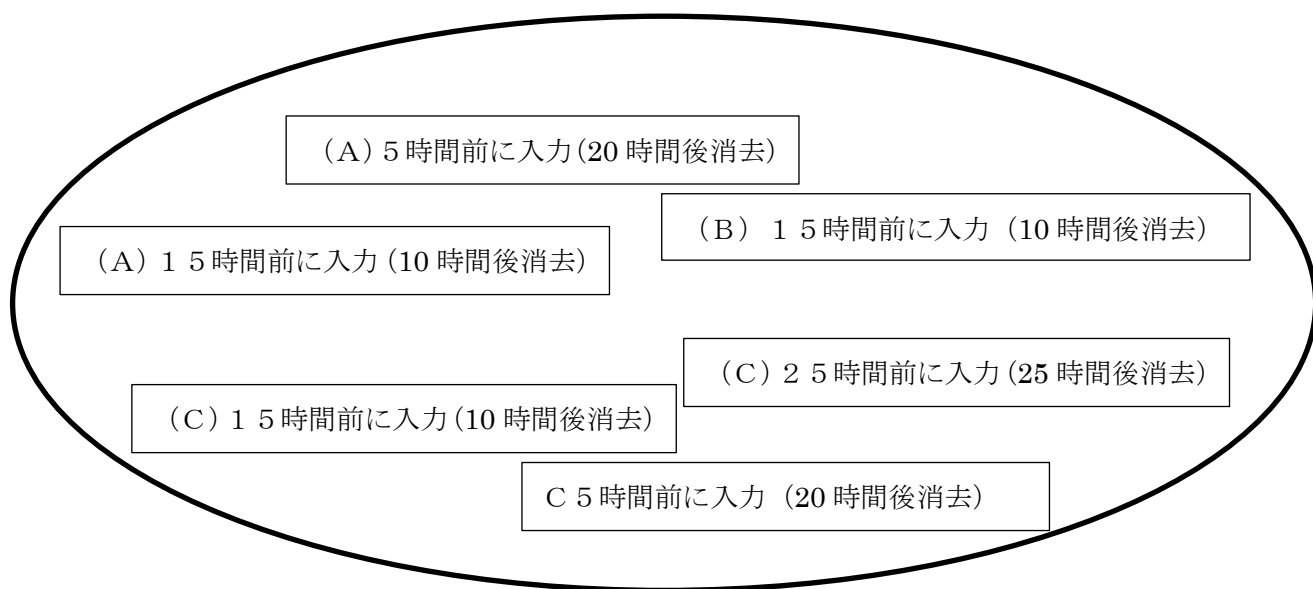
次に、(B) を入力しますが 1 時間後です。



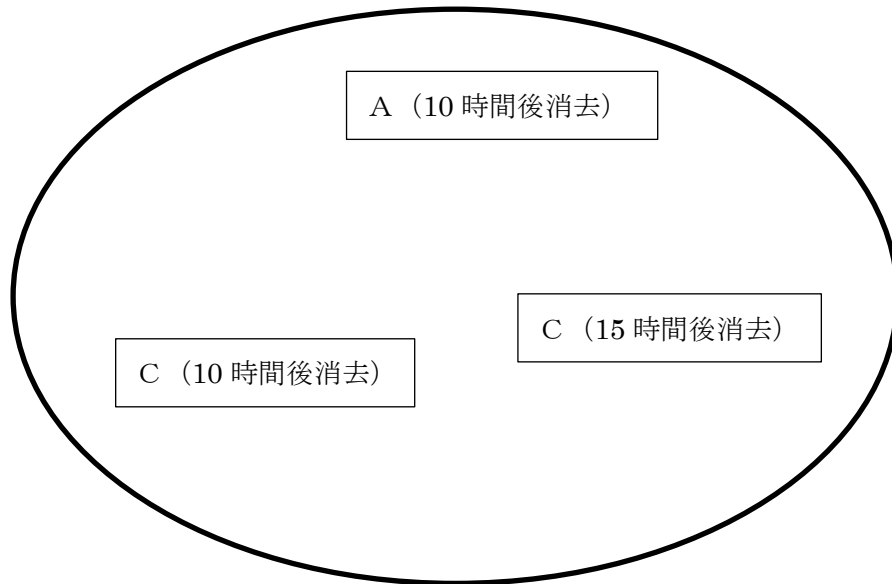
そして、24時間後には(B)しか残りません。



説明足らずかも知れませんがこれを応用して、図のように(A)(B)(C)をランダムに入力してみます。



10時間後は、Aが1個とCが2個残ります。



そして多い順で、(C) (A) の順に出力されます。

このメカニズムを使い、心の悩みを解消する案を提示していきます。

実際の心のメカニズムは、もっと複雑ですが難しすぎるし、私の最近の案も混ぜると複雑になるので、その短期記憶の持論は最後の章に載せます。

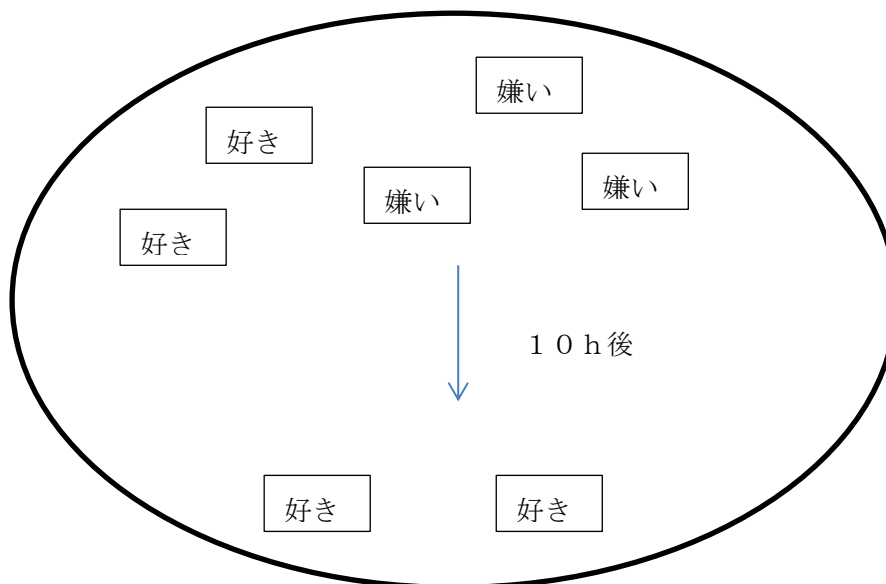


②好き嫌いどっち？

ここでは、①で話した、思い出す機能に好き嫌い、好き嫌いどっちと言う悩みのメカニズムについて話します。

好き嫌いだけなら、図のように、シンプルに心の状態は変化します。

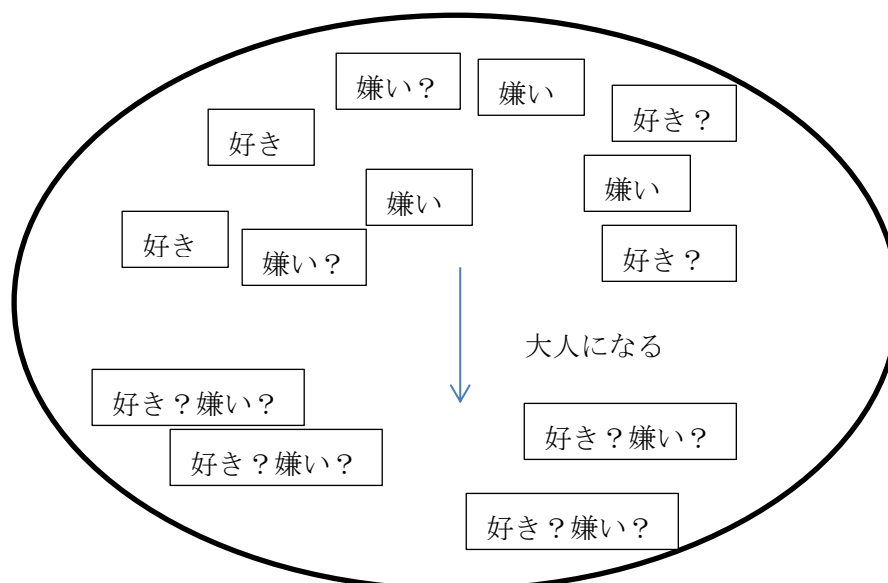
ここからの図には消去時間を削除して説明いたします。



(嫌いより後に好きが二回入力をされたので好きが残った。)

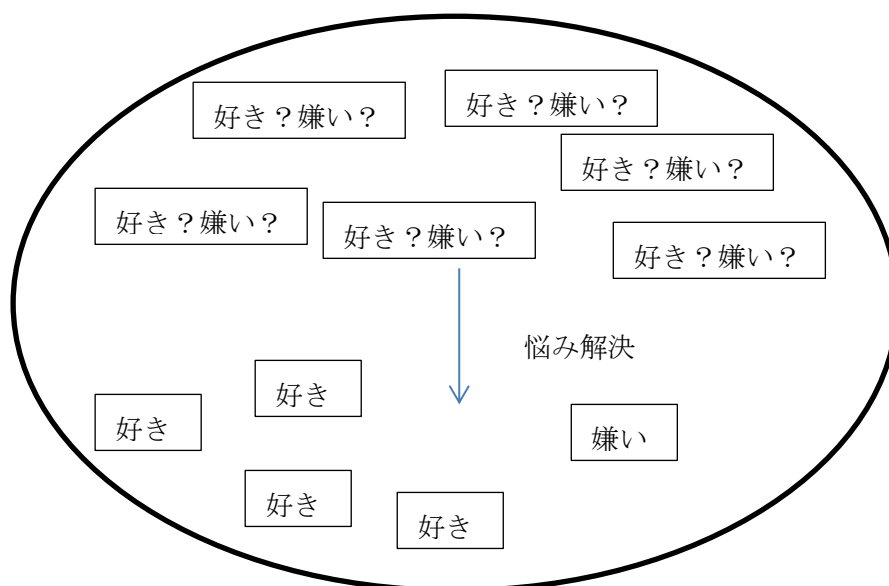
ですが実際の心の中は中々そうはいきません。  
でも、赤ちゃんは、この心の状態に近いと思います。  
私の憶測では、大人になるにつれて、好き嫌いのどちらか分からない悩みが増えると思っ  
ています。

図にすると次のようになります。



このように、疑問があると、その情報が混ざったり増えたりします。

悩みを解決するには、この（好き？嫌い？）の情報を（好き）か（嫌い）に分けないと解決できないと考えました。



多くの場合は、（好き）を増やす方が悩みを解決するには重要だと、気づきました。具体的案は、第二章に載せます。

ですが図は複雑になると思うので使いません。

### ③夢と記憶と思い出す事の関係

フロイドの精神分析の知識から、夢は記憶の整頓をする所だと僕も思います。

小さい頃は人生の総合時間が短いのでシンプルな夢を見ると思います。

例えばフランス人形の夢を僕は良く見たのですが赤ちゃんの時、母親が僕にフランス人形を見せて目が動き、小さな人間に見え不気味で怖かったトラウマが影響して無意識に疑問にもなり良く夢に出たのだと思います。

成長するにつれ記憶も増えていき同じ記憶は協調されたり、くっついたりするのだと思います。

フランス人形の夢も最初は怖い夢で驚かされたり追いかけて怖くて、起きた時心臓のドキドキする音が聞こえたりしました。しかしだんだん良い夢にもでるようになり、最後に「よく頑張ったね」と言われ、「お母さん？」と思って、それっきり夢に出なくなったのを今でも覚えています。

しかし無意識になぜフランス人形の夢を沢山見たのか長い間気になりました。

ですが夢分析の方法を教わり、

「赤ちゃんの頃の記憶と人生の経験で多くの疑問で加工された夢だと納得しました。」

これは一部ですが夢分析のお陰でだいぶ夢への疑問は無くなりましたし悩みもだいぶ無くなりました。

## 第二章 いろいろな悩み解決方法（図は使いません）

### ①人間関係の悩み解決

人は、一人では人間として成長出来ないので人間関係の悩みは尽きないと思います。

良く心理学では客観的な視点というのが良く出てくると言う記憶があります。

相手を自分の事のように考え理解し解決する事が重要なのだからだと思います。

それには夢分析も役に立ちます。

例えば僕は ATM で後ろに待っている人を気にせず手続きをして後ろの人に「おせーよ」と言われ腹立だった事があります。

「夢で自分が ATM の後ろで待っていて怒鳴る夢を見ました。」

結局自分は同じかそれ以下に自分勝手な考えなのでこんな夢を見たと言ったと解決し似た夢は見なくなりました。」

## ②家族との悩み解決

家族関係は一番身近で分かりやすそうで解らない人間関係だと思います。

一番親が解りにくく、兄弟はまあまあ解ると思いますがこれも関係が悪化する事があると思います。

親との関係は子供の内は叱るのが解らない事多いと思いますが子供が成長する為に仕方ない物が多いと思います。

僕は義務教育あたりまで親に叱られた事があまりありませんでしたが親が高校が進学校に入って欲しかった為しょっちゅう「勉強しろ」と言われましたが、勉強する意味や進学校へ行くメリットを知らなかったのが高校卒業するまで自主勉強は30分一度だけで残りの莫大な時間は自主勉強に使わなく受験勉強や就職前の勉強を全くしませんでした。

だから、行きたい会社にもいかれず、何の夢も叶える事が出来ませんでした。

32歳辺りから大学での勉強を始め、45歳の今やっと勉強のお陰で色々な事が良くなって来ました。

### ③動物との悩み解決

これは自分の赤ちゃんやペットを欲しい時を乗り越えたり比較行動学や生物学などのお陰で色々な生き物との関係の悩みが良くなった事を話しますが、まだはっきりとした理論が不安です。

まず結局人間も特別な生き物ではないので赤ちゃんの時に原始反射というサルの頃のなごりの条件反射があり、足の裏に棒を付けると握ろうとしたりするらしいです。

だから野生動物と仲良くなるにはその動物の喜ぶ事を考え、例えば猫にかくれんぼしたり、猫をたてた行動を取り猫の高揚感を与えたりすると良いと思います。

鳥は鳴きまねしたり鳥もかくれんぼしたり、人間の感覚の喜ぶ事を鳥も好きなようなのでやると良いと思います。

ですが一番良いのは残念ながら餌付けだと思います。

#### ④物欲への悩み解決

これは若いうちは強く、だいたい大人になれば弱くなり解決しますが、その前に良くする理論に挑戦します。

単純に欲の解決は欲しい理由を深く考え理解する事が重要だと思います。

その好きと言う部分を嫌いにしたり無くせば良いと思います。(P.11 参照)

これも好き嫌いどっちか解らない欲や何故か好きな物も前の理論 (P.11 参照) と逆ですがどちらか分からないなら興味をなくせば良いと思います。

例えば、僕はゲームが好きでしたが勉強の方が大変だけど自分の為や疑問の解決にとっても役立ったのでゲームにほとんど興味がなくなりました。

あとは家電製品が欲しくても何故欲しいか良く考えあれ、買わなくてもこれ自分の家にあった物で出来るぞと言うのがあったり安い物より高くても良い物を買うとその物の耐久や意外な機能があり無駄使いが減ったりしました。



### 第三章 最後に