

人工知能時代、人間の脳にとっての囲碁の効用

茂木健一郎（脳科学者）



囲碁に取り組むことは脳にとって多くの効用がある。

白と黒の石で攻防する、その様子を空間的にパターン認識し、分析し、思考して次に打つ手を考える。その際に動員される脳の回路は、記憶や論理的推論はもちろん、空間認識や価値判断、さらには相手とのコミュニケーションや自らの身体性など、幅広い。

囲碁に取り組むことで、脳のさまざまな回路を刺激し、発達を促す。子どもならば知性はもちろん、集中して粘り強く取り組む非認知的能力が育まれる。囲碁を始めるのは何歳からでもいい。この文章を読んでいる今が始め時である。大人ならば脳の回路のさらなる発達や、アンチエイジング、認知症予防の効果も期待できる。

私自身、子どもの頃から囲碁を打つ習慣があり、たくさんのことを学ばせていただいた。碁会所で、「ずいぶん長く考える子どもだなあ」と言われたこともある。ずっと囲碁を楽しんできた。英国ケンブリッジ大学に留学している時には、現地の囲碁愛好者たちの対局に参加したこともあった。

英語の翻訳ソフトに頼るのと自分で話せるのでは意味が違うのと同じように、人工知能全盛の時代でも、自分の脳で囲碁に親しむことの意味は大きい。複数の打つべき手のうちどれを優先するかという「資源の配分」など、囲碁の上達は学習や仕事などの人生にも大いに役立つのである。

