

Aspectos psicológicos y psiquiátricos del ajedrez

PROF. R. REY ARDID.
Catedrático de Psiquiatría.

Partiendo de la base de que el ajedrez es un juego o, si se quiere, un deporte casi exclusivamente intelectual, es lógico pensar que ha de tener muchas y muy variadas relaciones con las ciencias del espíritu. En la lucha ajedrecística intervienen factores psicológicos, tanto dentro como fuera del tablero, y sobre ellos han tratado extensa y profundamente diferentes autores, no sólo desde el punto de vista puramente técnico («jugadas psicológicas», celadas, planes audaces o conservadores según las circunstancias, etc.), sino también desde el referente a las personas que cultivan el noble juego. A continuación exponremos un resumen de nuestras ideas y experiencias sobre este interesante tema.

Comenzaremos por la psicología del ajedrez como juego, y trataremos luego de los aspectos psicológicos referentes al ajedrecista. Ya hemos indicado que el ajedrez es un juego eminentemente psicológico. Cada movimiento es el resultado de un trabajo de profunda reflexión, basada en el análisis de los elementos presentes en el tablero. A veces, sobre todo en partidas de torneo o de match, intervienen también factores deportivos además de los técnicos, tales como la conveniencia o no de aceptar una proposición de tablas en una posición ligeramente superior o de forzar los acontecimientos eligiendo una variante atrevida o hasta peligrosa, o, por el contrario, hacer una jugada tranquila y conservadora, según las circunstancias derivadas de nuestra posición o la de nuestro equipo en la contienda. También debe tenerse en cuenta nuestra situación personal en cada partida, tal como la fatiga, el dolor de cabeza, las preocupaciones, etc., que nos aconsejarán prudencia a

la hora de decidirnos por la apertura a elegir o el plan de juego a seguir. Otro elemento psicológico muy importante de la partida es el referente a nuestro adversario, cuya categoría, conocimientos técnicos, preferencias, estilo de juego, puntos fuertes y debilidades debemos conocer y analizar previamente, siempre que nos sea posible. No olvidemos que en ajedrez, como en toda lucha, lleva mucho terreno ganado el jugador que conoce y estudia a su rival y aplica en cada caso la «receta» que más puede perjudicarle y contrariarle. Casi todos los maestros actuales, y también los del pasado, han tenido muy en cuenta estos preceptos psicológicos, y en sus carpetas figuraban perfectamente catalogados todos sus posibles adversarios. En este aspecto, Alekhine figuraba entre los más cuidadosos.

Por otra parte el ajedrez encierra, en su misma esencia como juego y en su práctica como deporte, una serie de enseñanzas y de ejemplos de gran valor psicológico y hasta sociológico y moral. En una partida, ambos adversarios luchan con una igualdad de elementos, tanto de material como de tiempo. La ligera ventaja de las blancas, con su derecho a la salida, algo así como el «servicio» en el tenis, se considera como prácticamente nula y, por añadidura, la disfruta cada jugador una vez sí y otra no. En tales circunstancias de equidad, el resultado de la partida depende exclusivamente de cada jugador, sea aprovechando los errores de su rival, sea no cometiéndolos para que éste no encuentre resquicio para ganar. El ajedrez es un jue-

go sumamente individualista, y la derrota no puede achacarse a nada ni a nadie sino a nosotros mismos. Y esto, al fin y a la postre, redundará en nuestro propio beneficio, pues nos ayuda a hacernos y, sobre todo, a sentirnos responsables de nuestros actos y a no buscar pretextos con los que justificar nuestra torpeza y con los que engañar a nuestro amor propio. Y el hecho de salir vencedores en la lucha tampoco debe envanecernos demasiado, ya que nuestra victoria se deberá siempre, absolutamente siempre, más a los errores de nuestro contrario que a nuestra habilidad. No olvidemos que una partida sin errores por ambas partes debe terminar en tablas. El ajedrez nos enseña, por lo tanto, a ser modestos, tanto en la próspera como en la adversa fortuna, con lo que no deja de constituir una gran lección para la vida.



La práctica del ajedrez tiene evidentes efectos beneficiosos desde el punto de vista psicológico, ya que estimula la imaginación y la capacidad creadora y combinatoria, sin contar con que nos acostumbra a pensar con método cartesiano y a rodearnos de las máximas garantías de seguridad antes de tomar una decisión. Si a esto añadimos que este juego maravilloso y apasionante suele acaparar la atención y el tiempo de quienes lo cultivan alejándoles de otras distracciones malsanas, deduciremos que tiene un elevadísimo poder educador y crea, además, un ambiente de solidaridad y de camaradería entre sus adeptos que no está reñido, en modo alguno, con el deseo de superación y con el afán de triunfo que anida en el ser de todo ajedrecista.

Examinemos ahora algunos aspectos psicológicos referentes al propio jugador, considerado como persona humana. En los tiempos actuales asistimos a una intensísima promoción del aje-

dre entre los niños. En Rusia, desde hace varios decenios, es preceptivo en las escuelas de educación general básica. Y, poco a poco, esta costumbre se ha ido generalizando en el resto del mundo, lo que tiene la inmensa ventaja de no dejar escapar, por ignorancia, ningún talento nato para el noble juego. Se han oído algunas voces contrarias a la práctica del ajedrez en la infancia, alegando que su complicación es poco adecuada para practicarla en tan temprana edad. Si recordamos la existencia de «niños prodigio» en ajedrez, tales como Morphy, Capablanca, Reschewsky, Pomar, Fischer y tantos otros, que a la edad de cinco años asombraron al mundo con su habilidad en el noble juego, encontraremos automáticamente refutados los argumentos esgrimidos respecto a la peligrosidad del ajedrez en la edad infantil. Por otra parte, el niño es el ser más ingenuo y espontáneo de la Creación, y si no le gusta una cosa o no se siente con fuerzas o con aptitudes para ella, pronto la abandona y la olvida. Ahí se ve cómo muchos niños que han aprendido a jugar al ajedrez en la escuela no vuelven a practicarlo, mientras que otros encuentran un placer especial en cultivarlo porque se sienten capaces de aprender su técnica y de hacer progresos. O, dicho de otro modo, porque sienten que el ajedrez está de acuerdo con su psicología. En este sentido, el enseñar a jugar al ajedrez a los niños, lejos de encerrar ningún peligro, constituye un magnífico método de selección natural y la más rentable cantera para formar grandes maestros.

Otro es el caso de los adolescentes. La edad juvenil es aquella en que se realiza la formación profesional y la maduración de la personalidad, es decir, en la que se fragua el futuro de la persona humana. Por esta razón, aquellos jóvenes que cuando niños se sintieron subyugados por el encanto del ajedrez y lo siguieron cultivando con pasión, corren el peligro de descuidar su formación profesional si dedican más tiempo del prudencial a estudiar la teoría, a jugar partidas de entrenamiento e incluso a intervenir con demasiada frecuencia e intensidad en competiciones oficiales. Es cierto que hay algunos jóvenes excepcionalmente dotados que alcanzan pronto una fuerza extraordinaria ante el tablero, obteniendo títulos de campeones nacionales, maestros internacionales y hasta grandes maestros y que, en vista de sus tempranos éxitos, se deciden a hacerse profesionales, renunciando a sus estudios universitarios o a su aprendizaje para cualquier otra actividad, sea cual fuere su nivel. Este audaz *alea jacta est* resulta explicable y hasta encomiable para estos genios del ajedrez que se llamaron o se

llaman Capablanca, Reschewsky, Fischer, Karpov, Browne, Tahl, Mecking y algunos más, pero lo considero altamente peligroso para muchos jóvenes que, pese a su habilidad ajedrecística, descuidan y hasta abandonan su formación personal en aras de una aventura y hasta temeraria dedicación exclusiva o casi exclusiva al ajedrez, corriendo el gran riesgo de que sus triunfos ante el tablero no sean tan brillantes como ellos imaginaban, y quedando rezagados en la vida sin haber podido realizar sus sueños.

No olvidemos que el ajedrez es, sin exageración alguna, una de las actividades humanas más difíciles, y que son pocos los que consiguen escalar, con su práctica, un renombre mundial y, lo que es más importante, una compensación económica proporcionada a sus esfuerzos. Porque no olvidemos esto: el cultivo del ajedrez en plan profesional constituye un duro trabajo, una constante dedicación, un estudio incesante, análogo, por ejemplo, al de los grandes virtuosos de la música o de otras bellas artes.

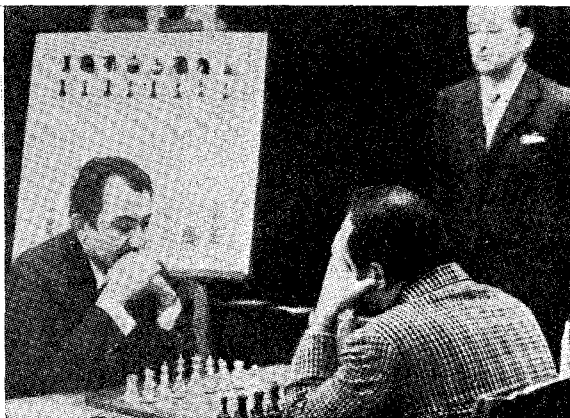
Así, pues, en ajedrez, como en el Cielo, «muchos son los llamados pero pocos los escogidos»; de lo que se deduce que son, sin duda, necesarias ciertas cualidades o facultades para alcanzar en este juego las más altas cimas. ¿Qué facultades son éstas? ¿Existe una que podríamos llamar tipología ajedrecística? ¿Le han prestado los psicólogos la debida atención? Hace exactamente cincuenta años, en 1925, el Laboratorio de Psicotecnia Moscú exploró exhaustivamente a varios grandes ajedrecistas, entre ellos el doctor Lasker, Capablanca, Bogoljuboff, etc., participantes en un gran torneo internacional que a la sazón se estaba celebrando en la capital soviética y que se prestaron voluntariamente a la experiencia. En el extenso informe emitido por dicho Centro de Investigación, firmado por psicotécnicos tan responsables como Djakov, Petrovski y Rudik, no aparecen hallazgos de gran volumen, ni mucho menos. La dotación intelectual de los grandes maestros del tablero corresponde estadísticamente a la de cualquier otro grupo humano que se dedique a cualquier actividad intelectual. Y en cuanto a otras «facultades parciales», parece ser que los ajedrecistas tan sólo presentan muy desarrollada la capacidad de «atención distribuida» lo que, aunque a primera vista está en contradicción con la creencia vulgar de que el ajedrecista concentra su atención más que la dispersa, está, sin embargo de acuerdo con los hechos reales, que lo que determina el éxito de los grandes jugadores es el grado en que éstos distribuyen en cada momento su atención sobre todos

los rincones del tablero, que es para ellos, por así decirlo, un microcosmos.

Por lo demás, dejando aparte una buena memoria de evocación y una viva imaginación, los restantes aspectos de la actividad psíquica de los grandes jugadores de ajedrez es sensiblemente normal. Posteriores estudios psicotécnicos acerca de este importante tema ha dado resultados análogos a los de los soviéticos. Y, sin embargo, yo tengo la impresión de que algo importante se escapa a los psicólogos, ya que de otro modo, cualquier persona medianamente inteligente, con cierta viveza de imaginación, una buena memoria y gran capacidad para la atención distribuida, podría llegar a gran maestro en ajedrez, cosa que no es cierta, ni mucho menos. Es posible que intervengan factores más profundos de la personalidad, y en este sentido ofrecen interés las opiniones del gran maestro Rubén Fine, que posteriormente se hizo psicoanalista, y que en el libro citado al comienzo de este artículo asegura que la pasión por el llamado noble juego arranca de las más oscuras y torvas raíces del ser humano, como son el odio



al padre y la agresividad. Según Fine, en el estudio psicoanalítico retrospectivo de muchos grandes jugadores se aprecia claramente un deseo de matar al padre (representado en ajedrez por el mate al rey) y una gran dosis de agresividad reprimida. Yo he sostenido largas conversaciones sobre este asunto con muchos maestros del tablero y en no pocos casos, especialmente en aquellos que se han caracterizado por su estilo agresivo, he podido comprobar, a través de sus confesiones, que experimentan a veces un placer morboso, rayano en el sadismo, cuando encuentran una maniobra o una combinación decisiva para aniquilar a su rival, quien se debate impotente ante la inevitable derrota. Y algunos me han hecho la confidencia de que cuando la partida va avanzando y no encuentra el medio de vencer, se auto-excitan, por así decirlo, recordándose a sí mismos que necesitan que aparezcan sus malos instintos en toda su pujanza para que la partida se incline a su favor. A la vista de estos hechos curiosos, pienso que tal situación agresiva no es privativa del ajedrez sino que, en mayor o menor medida, debe ser común a todos los juegos y deportes que se basan en la lucha de un hombre con otro o de dos grupos entre sí. Porque, a fin de cuentas, lo que late en el fondo de todos los juegos y deportes no es otro sino el placer de liberar la agresividad de un modo más o menos inercueto.



Si, como hemos visto, los instintos parecen intervenir en la lucha ajedrecística, también desempeñará un gran papel la afectividad, tan íntimamente ligada a ellos en nuestra actividad psíquica. En efecto, el estado emotivo del jugador influye, a veces de un modo decisivo, en

el resultado de la lucha. Cuando un espectador ingenuo y poco familiarizado con el ajedrez entra en la sala donde se está jugando un torneo, creará que todo es paz en aquel ambiente silencioso, con los jugadores inmóviles, incluso estáticos ante el tablero, y por completo ajenos a cuanto sucede a su alrededor. Sin embargo, nada más lejos de la realidad. Cada cerebro pensante es, al mismo tiempo, un volcán de las más variables e intensas emociones y pasiones. Unas veces, por el placer de haber encontrado una bella y decisiva combinación, otras, por la impaciencia de no encontrarla. Este, porque su reloj ha avanzado más de la cuenta y se encuentra falto del tiempo necesario para meditar suficientemente las jugadas. Aquél, porque su posición va empeorando poco a poco y no se le ocurre un remedio adecuado a su mal. Y todos presos dentro del ambiente, del clima de un combate violento y de resultados inciertos, en suma, de la emoción que toda lucha lleva consigo. Por esta razón, el temperamento es factor importante y a veces decisivo. Las personas excesivamente nerviosas, impulsivas, impresionables, indecisas, están, en general, mal dotadas para el ajedrez, ya que dicho juego exige en todo momento un claro juicio que no es posible cuando la afectividad vibra en exceso. Por el contrario, los temperamentos fríos, flemáticos, como era, por ejemplo, el de Morphy, tienen mucho ganado ante el tablero, pues rara vez les traicionará una explosión afectiva.

Las anteriores consideraciones nos llevan como de la mano a tratar, aunque sea brevemente, de los aspectos psiquiátricos del ajedrez. Se oye decir con frecuencia que es un juego perjudicial para la salud psíquica y que incluso puede producir la locura en personas predispuestas. Como he tenido ocasión de indicar en múltiples ocasiones, tal opinión carece de fundamento. El ajedrez no figura entre las causas posibles de la locura, aunque reconozcamos que no es a propósito para determinados individuos que no han logrado una perfecta integración de su personalidad. La lucha ante el tablero exige, como ya hemos dicho, una intensa preparación y un gran esfuerzo mental. Pero ocurre otro tanto en una multitud de actividades intelectuales. Con una dedicación sin exageraciones, el ajedrez es totalmente inofensivo. Sus peligros son más bien indirectos, como habrá tenido ocasión de comprobar el lector en párrafos anteriores. Se trata del eterno tema del uso y el abuso de las cosas. El exceso es casi siempre dañoso en todo, incluso en lo más inofensivo.

Sin embargo, parece que los estudios estadísticos aportan un mayor porcentaje de trastornos mentales entre los ajedrecistas que en la población media mundial. No he tratado de comprobar tal hecho, pero opino que no hay inconveniente en aceptarlo, ya que hay muchas personas con temperamento marcadamente introvertido, egocentrista, que se sienten atraídos hacia el ajedrez por su índole individualista. Como una parte, sin duda pequeña, de tales individuos propenden a enfermar de la mente, no debe sorprendernos que la incidencia de los trastornos psíquicos entre los ajedrecistas sea algo mayor que entre el común de las gentes. Pero esto se debe, repetimos, no al ajedrez, sino a

los rasgos temperamentales de algunos de quienes lo cultivan.

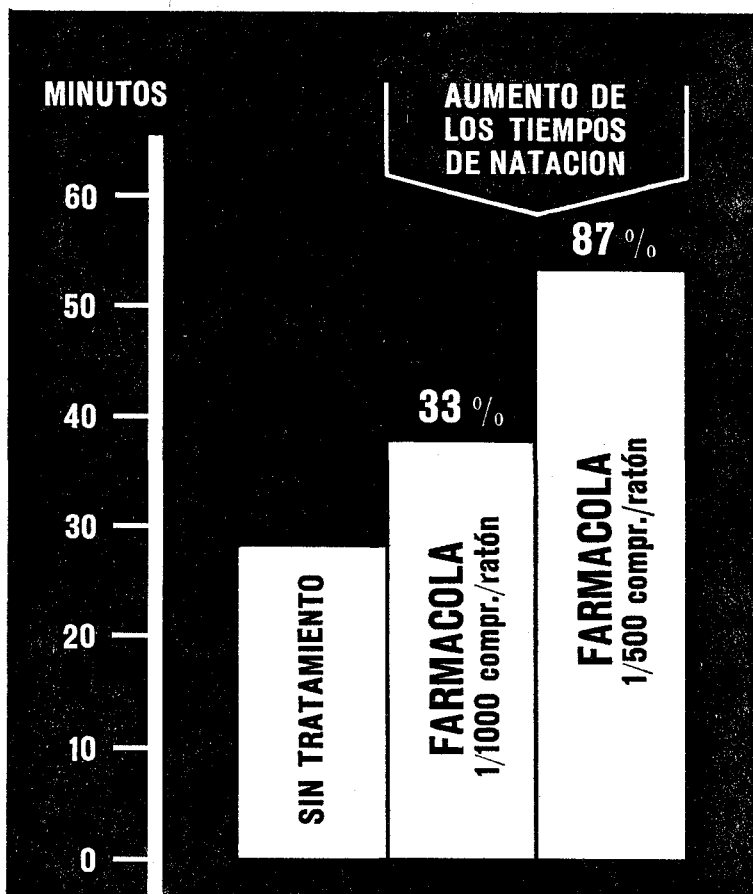
Para terminar, añadamos que, desde hace algún tiempo, se ha incluido el ajedrez entre los medios coadyuvantes al tratamiento de las enfermedades mentales, sobre todo de las crónicas. Es bien sabido que resulta muy útil y hasta necesario que tales pacientes pasen ocupados la mayor parte de las horas del día (terapéutica por el trabajo o ergoterapia). Pues bien, entre los muchos medios de mantener activos a los enfermos figuran los juegos (ludoterapia), y uno de ellos es el ajedrez. He aquí cómo el noble juego, lejos de perjudicar la mente, contribuye a aliviarla en sus trastornos.

Farmacola

DEFATIGANTE NEURO-MUSCULAR EFERVESCENTE DE ACCION FISIOLÓGICA

Prueba de resistencia a la fatiga realizada en el departamento de Farmacología del Laboratorio Dr. Andreu

Se obligó a nadar hasta fatiga total varios lotes de ratones, anotando los tiempos de natación. Al día siguiente se les administró FARMACOLA y se repitió la prueba, comprobándose una notable prolongación de los tiempos de natación.



Comprimidos efervescentes y comprimidos masticables, de agradable sabor.

- Glucosa y ATP energizantes
- Acido ascórbico desintoxicante
- Aspartatos. defatigantes
- Nuez de cola y cafeína estimulantes

Tubos de 10 comprimidos efervescentes y cajas de 15 comprimidos masticables.

P. V. P. 50,00 Ptas.

P. V. P. 45,00 Ptas.