

Vencendo uma partida antes dela começar

Pode parecer estranho para alguns abordar esse assunto, mas é fato que para outros, talvez bem poucos, pareça algo bastante familiar. Não basta apenas que saibamos jogar melhor que nosso oponente para vencê-lo, mas é absolutamente necessário que tenhamos um posicionamento mental de vitória para que isso ocorra, caso contrário, mesmo que tenhamos um superior nível de jogo, fatalmente perderemos a partida. E uma partida pode ser perdida num único lance, quando quem perde acaba por não entender como aconteceu, mas se levarmos em conta o posicionamento mental dos participantes antes do jogo, o fato se torna perfeitamente compreensível.

Para entendermos melhor esse conceito, faz-se necessário, de antemão, alguns esclarecimentos sobre a fisiologia do organismo humano. Não trata-se aqui da fisiologia comum, abordada nos cursos de medicina convencionais, onde estuda-se o funcionamento de cada órgão do corpo e sua inter-relação com os outros, mas sim de uma fisiologia mais transcendental, muito mais ampla e abrangente do que a tradicional. Essa fisiologia leva em conta a estreita relação que existe entre a mente e o corpo e vice-versa, onde o corpo é capaz de influenciar a mente e principalmente a mente é capaz de influenciar e agir sobre o corpo. E essa influência da mente sobre o corpo não se restringe somente a pequenos processos sem maior importância, tais como aqueles capazes de provocar relaxamento físico e descanso muscular, mas a toda uma gama de atividades onde a mente é capaz de comandar isoladamente cada uma das células do organismo, transformar e modificar cada um de seus órgãos em direção a um padrão de normalidade e, como consequência, restabelecer qualquer sistema corporal que se apresente com problemas. Tudo isso única e exclusivamente por sua influência direta sobre o organismo, fazendo com que o espírito aja sobre a matéria ou, num conceito mais metafísico, com que o intangível altere o tangível. Nesse sentido, sendo o próprio cérebro algo físico, material, palpável, não é de se estranhar que a mente, algo intangível e difuso em seu interior, possa através dele agir sobre ele próprio e promover alterações que podem ser absolutamente benéficas, em todos os sentidos.

Tendo sido introduzido, de forma totalmente superficial, o conceito de mente, corpo e suas interações, também de forma superficial, mas sem prejuízo do entendimento do tema objeto desse artigo, também são necessárias algumas linhas abordando o mecanismo de raciocínio durante uma partida de Xadrez. A essa altura, é importante perceber que o raciocínio e a decisão que leva à execução de cada lance é um processo essencialmente físico, material. O cérebro, na área correspondente à memória, armazena em seu interior o conhecimento adquirido e será utilizando esse conhecimento que as decisões serão tomadas no decorrer de uma partida. Através de uma extensa rede de neurônios e as sinapses por eles formadas, as informações viajam rapidamente pelo cérebro, são confrontadas, comparadas, analisadas e uma decisão é tomada. Pode ser que seja pelo movimento de um Cavalo ou pela troca da Dama por duas Torres, mas é fato que uma proposta de lance sempre será oferecida pelo cérebro, que o fará levando em conta toda a bagagem de conhecimento adquirida ao longo da vida. Tudo isso é um processo absolutamente físico e prova maior disso é que se for lesada a área correspondente do cérebro referente à memória ou se for bloqueada a troca de informações através das sinapses, todo o mecanismo ficará comprometido. Com esse conceito assimilado, passemos ao tópico seguinte.

Todos já ouvimos, em algum momento durante nossa vida, que somente utilizamos cerca de dez por cento de nossa capacidade cerebral. Os outros noventa por cento permanecem adormecidos, totalmente inativos, sem que saibamos como ter acesso a eles. Isso é fato verdadeiro e pode ser comprovado facilmente através de inúmeras pesquisas já realizadas, que não deixam margem para dúvidas. Se apenas com a utilização de dez por cento de nosso cérebro já conseguimos realizar todas as nossas atividades rotineiras, e muitas com perfeição, o mundo seria inimaginável se estivéssemos com total disponibilidade de nossa capacidade, podendo utilizar de forma integral todas as potencialidades de nosso cérebro. Mesmo que, ao invés dos aclamados dez por cento, pudéssemos utilizar quiçá vinte por cento de sua potencialidade, já seríamos considerados verdadeiros gênios e seríamos capazes de proezas jamais antes concebidas. Dada toda essa magnitude e capacidade de nosso cérebro, pode-se argüir que talvez os grandes mestres do Xadrez tenham a capacidade de utilizar um pouco mais de seu cérebro do que os simples mortais enxadristas. Talvez, em vez desses dez por cento que a maioria dos enxadristas utiliza, utilizem eles cerca de onze ou doze por cento, não mais do que isso. Pode parecer pouco, mas se levarmos em conta as inimagináveis potencialidades do cérebro humano, um acréscimo de um por cento na capacidade habitual que as pessoas utilizam já é capaz de promover fascinantes mudanças no pensamento e no comportamento.

Fechando o raciocínio, precisamos entender que constantemente a mente está agindo sobre o nosso organismo, seja de forma benéfica ou não. É o padrão de pensamento de cada pessoa que dá a direção de como a mente vai agir sobre o organismo. E a mente segue exatamente o caminho estabelecido pelo padrão de pensamento de cada um, podendo, conforme cada caso, agir promovendo mudanças saudáveis ou maléficas. Exemplificando, podemos citar uma tradicional história, mas verdadeira, contada sempre em cursos de medicina: um paciente com câncer avançado pode viver absolutamente bem e feliz, por vários anos, enquanto não souber de sua doença; a partir do momento que passa a saber que possui um câncer, morre em poucos dias. É o perfeito exemplo da mente agindo de forma maléfica sobre o organismo. No outro extremo, existe o caso de uma criança, relatado na literatura médica, que se curou de um câncer unicamente imaginando uma batalha estelar dentro de seu organismo, onde naves espaciais viajavam pelo seu sangue destruindo os asteróides hostis, que eram as células cancerosas. Mais uma vez é o poder da mente agindo de forma eficiente sobre o organismo, unicamente movido pela intenção e pelo padrão de pensamento que lhe deu origem.

Obviamente, diante de todo exposto, não é de se admirar que esses meros dez por cento de nossa capacidade cerebral, que podemos utilizar, também são afetados por nossa mente, de modo benéfico ou maléfico. Conforme nossa mente é direcionada, ela pode aumentar ou reduzir essa, teoricamente, limitada capacidade que temos disponível. Se, antes de uma partida, a mente não estiver adequadamente preparada e os padrões de pensamento gerados estiverem a gerar insegurança, o cérebro não funcionará adequadamente e o jogador terá grande probabilidade de perder o jogo, mesmo que jogando com um adversário de nível inferior. Mesmo operando com reduzida capacidade, o cérebro humano é fantástico e, se estiver previamente condicionado para perder a partida, inevitavelmente achará um meio para que isso aconteça, seja fazendo o jogador deixar uma importante peça no ar, seja promovendo uma engenhosa combinação de lances onde o jogador ficará em desvantagem. Da mesma forma, caso esteja previamente condicionado para vencer, o cérebro do jogador fará com que ele jogue de modo absolutamente impecável, oferecendo-lhe maravilhosos lances e fazendo com que esse jogador atue de forma brilhante, mesmo

com adversários de nível bastante superior, podendo inclusive, conforme o grau de convicção que possuir, vencer partidas contra jogadores muito superiores.

Esse é o segredo: direcionar a mente, através de um padrão de pensamento adequado, para o resultado que se deseja almejar num tempo futuro. Em outras palavras, seria trazer para o tempo presente o que desejamos que aconteça no futuro, vivenciando e sentindo a situação como se ela já tivesse acontecido. Isso reforçará a convicção e fará a mente operar em sincronia com o cérebro, sem prejudicar seu perfeito funcionamento. Quando dois jogadores de nível semelhante se enfrentam, não vence aquele que fizer os melhores lances, mas sempre aquele que tiver o melhor padrão de pensamento, pois os lances dados numa partida são diretamente dependentes desse padrão de pensamento, que tem a capacidade de influenciar diretamente o cérebro, que é o responsável pelo raciocínio que origina os lances. Qual o enxadrista que não se lembra de ter ganhado boas partidas quando estava mentalmente bem e feliz e de ter perdido outras tantas quando não se encontrava num estado mental satisfatório? Para vencer uma partida de Xadrez, é necessário o conhecimento técnico, mas também é igualmente necessário o conhecimento das nuances entre mente e corpo e de como controlar a influência da mente sobre o corpo, fazendo com que ela sempre interfira de forma positiva.

Expandindo um pouco o raciocínio para além dos tabuleiros, podemos seguramente afirmar que várias doenças poderiam ser evitadas se as pessoas soubessem direcionar o seu padrão de pensamento. Um padrão de pensamento inadequado torna as pessoas vulneráveis, altera seu fluxo natural de energia, abre portas para a instalação dos mais diversos males. E, como num mecanismo cascata, um mal acaba por causar um outro mal e assim por diante, num círculo que, não raro, pode levar à morte. E tudo isso tendo sua raiz unicamente num padrão de pensamento inadequado que, mantido por um período de tempo prolongado, acaba por originar toda essa calamidade. No sentido normal das coisas, um padrão de pensamento adequado, harmônico e otimista, faz todo o organismo funcionar de forma satisfatória, melhorando a cada dia que passa. E, no mesmo mecanismo cascata, um bem acaba por causar um outro bem e assim por diante, num círculo que, não raro, pode causar extrema felicidade. Tal como num jogo temos a possibilidade de optar por um lance ou outro, na vida também temos a possibilidade de optar por um padrão de pensamento ou outro. E são nossas opções que nos farão vitoriosos, ou não. A Abertura foi feita, o lance inicial está dado. Você responde da maneira que preferir e sua vida tomará um rumo de acordo com a linha de Defesa pela qual optar. Boa sorte.

Texto de Eduardo Esber

Origem: www.eduardoesber.com

