Foto: Dušan KITTLER

DO ŠACHU *môžete krásne utiecť*

Slovenský šachový veľmajster Sergej Movsesian si kondíciu udržuje cvičením na rotopéde a dlhými prechádzkami. Kráľovskú hru odporúča každému, pretože výborne rozvíja taktické myslenie

Počas exhibičného šachového turnaja Jenewein Chess Match si v Bratislave zmerali sily v kráľovskej hre českí a slovenskí topmanažéri. Slovákov viedol na prvej šachovnici v zápase na dve kolá v rapid šachu Sergej Movsesian, najlepší slovenský šachový veľmajster, trinásty hráč svetového rebríčka. Naši reprezentanti zvíťazili a Sergej si zahral aj simultánnu hru naslepo s piatimi hráčmi. Hral so zaviazanými očami a všetky ťahy a partie si musel predstavovať a pamätať. Na všetkých šachovniciach s prehľadom vyhral!

Exkluzívnym hosťom podujatia bol legendárny viacnásobný svetový šampión Anatolij Karpov. Sergej s ním odohral dve partie a pohodlne ho zdolal.

O Sergejovi hovoria, že má fenomenálnu pamäť, napriek tomu je veľmi skromný a nemá hviezdne maniere. Rozpráva plynule deviatimi jazykmi a vo voľnom čase sa venuje svojim trom ratolestiam, z ktorých sa teší spoločne s manželkou, českou šachistkou Petrou Krupkovou. Pôvodne hrával za Gruzínsko, v súčasnosti žije v Česku, má slovenské občianstvo a reprezentuje Slovensko.

Pri šachu nie je dôležitá len stratégia a taktické myslenie,

Foto: Dušan KITTLER

Na turnaji Jenewein Chess Match si Sergej zahral naslepo proti piatim hráčom. Nad všetkými zvíťazil.

ale aj pamäť. Vy ju vraj máte fenomenálnu.
Je ťažké zodpovedne povedať, či mám fenomenálnu pamäť. Ako taká je pri šachu dosť podstatná, pretože pri tréningu je dôležité si zapamätať rôzne varianty. Pri konkrétnej partii je dôležité, aby si človek dobre pamätal všetko, čo si pripravil, a vedel to využiť. Neviem však, či je pri šachu dôležitá fenomenálna pamäť, ja sa na svoju nesťažujem. Poznám aj hráčov zo svetovej špičky, ktorí ju nemajú ideálnu. Najpodstatnejšia je asi príprava. Šach je dosť komplikovaný, hrať ho len s pomocou pamäti sa nedá.

Môže byť šach prostriedok na tréning pamäti?
Nie môže, ale určite je. Od mladého veku, keď začínajú mladí s tréningom, majú aj špeciálnu prípravu zameranú na pamäť, napríklad na hranie naslepo bez šachovnice. Ak zvládnete to, že sa nemusíte pozerať na šachovnicu, lepšie pri hre reagujete. Špeciálne tréningy máme aj na vizuálnu pamäť.

Čo starší ľudia, ktorých obchádza alzheimer? Nemohol by šach oddialiť nástup alebo spomaliť progres ochorenia?
Univerzálnym receptom nie je, no v každom prípade môžem šach odporučiť ako mozgové cvičenie pre ľudí v akomkoľvek veku aj pokročilom. Viktor Korčnoj je absolútny šachový fenomén a má sedemdesiatsedem rokov! Ešte vždy patrí medzi svetovú špičku do prvej stovky, čo je fantastické. Pre mňa je to potvrdenie toho, že šach môže človeka udržať čulého aj vo vysokom veku.

Existuje ideálny vek pre šachistu?
Je to veľmi individuálne, pretože je to spojené aj s fyzickou kondíciou a konkrétnou mentalitou hráča. Každý človek sa vyvíja inak, má svoj smer. V súčasnosti sa vývoj posunul do mladších kategórií, začať so šachom treba čo najskôr. Svetová štvorka, nórsky šachista Magnus Carlsen má osemnásť rokov, čo je neuveriteľné, ale on je naozaj veľký talent. Je však otázne, či je teraz v topforme, alebo bude o desať rokov hrať ešte lepšie. Niekedy vyzretosť a dospelý prístup môže i škodiť. Skúsenosti, prekvapivo, môžu hrať aj proti vám. Keď máte skúsenosti, podvedome nepôjdete do niečoho, čo sa vám zdá menejcenné, no pritom to môže byť objektívne celkom dobrý ťah.

Spomenuli ste fyzickú kondíciu. Je pri šachu dôležitá?
Určite, vážna partia trvá aj šesť hodín, čo znamená, že musíte byť v permanencii, pripravený rozmýšľať ako súper alebo byť lepší. Počas celých tých šiestich hodín sa musíte maximálne koncentrovať, môže sa totiž stať, že na päť minút vypadnete a to rozhodne o výsledku. Takýchto partií pritom musíte odohrať napríklad deväť za sebou. Bez fyzickej kondície by ste to nezvládli.

Ako sa udržujete vo forme vy?
Cvičím na rotopéde, ale nie vždy je to optimálne. Keď je vonku pekne, chodievam behať alebo čo najviac chodievam peši. Od kondície vrcholových športovcov mám ďaleko, ale k svojmu telu sa správam tak, aby čo najviac vydržalo, bolo zdravé a pripravené na turnaje. Počas súťaží je to iné, šetrím si čo najviac síl na nasledujúcu partiu. Vtedy potrebujem veľa energie, hoci podávam skôr intelektuálny výkon.

Kráľovská hra je náročná duševná aktivita, okrem pamäti rozvíja aj logické myslenie.
Veľké pozitíva to prináša mladým hráčom a deťom. So šachom získajú veľkú výhodu do života, ktorá im zostane, aj keď v hraní nepokračujú. Obrovské plus predstavuje pre manažérov, vďaka šachu zvyknú kalkulovať dopredu a majú náskok pred konkurentmi. Takéto myslenie je mimoriadne dôležité v podnikaní. Šach učí rozmýšľať už od začiatku trochu dopredu, systematicky. Ale vo všeobecnosti tvrdím, že šach je vlastne niečo ako iná časť života. Keď si sadám za šachovnicu, prepnem sa z normálneho režimu do šachového.

Keď hovoríte o normálnom režime, máte zrejme na mysli svoju rodinu.
Áno, mám tri krásne deti, takže ak práve netrénujem a mám voľno, venujem sa im. V poslednom čase však veľmi veľa cestujem, čo patrí k šachovému životu. Snažím sa oddeliť šach od normálneho života. Vo voľných chvíľach veľa čítam a sledujem dianie v okolitom svete. Veľmi rád chodím na hokej, je to pre mňa príjemné odreagovanie.

Pri krátkodobej pamäti sa hovorieva o čísle sedem. Vraj sme schopní si zapamätať napríklad sedem čísel alebo mien, viac nie. Vaša kapacita je zrejme vyššia. Je pri šachu dôležitejšia krátkodobá alebo dlhodobá pamäť?
Pokiaľ ide o čísla, mám veľmi ➤

Foto: Dušan KITTLER

Napínavé boli najmä dve partie so šachovou legendou Anatolijom Karpovom, aj z nich vyšiel Sergej víťazne.

Šachom si môžete trénovať pamäť a rozvíjať taktické myslenie bez ohľadu na vek.

Foto: TASR

zlú pamäť. Skôr si pamätám tváre alebo mená. Je to veľmi subjektívne, závisí to od toho, ako sa hlava rozhodne, či selektívne informáciu uloží, alebo nie. Hovorí sa, že šachisti sú dobrí matematici, ale je to veľmi individuálne, každý z nás má pamäť zameranú trochu ináč. Neviem posúdiť, či je dôležitejšia krátkodobá alebo dlhodobá.

Aké máte ambície do budúcnosti?
Posledný rok a pol bol veľmi úspešný, dostal som sa na trináste miesto vo svetovom rebríčku, no neviem predpovedať, ako sa to bude vyvíjať ďalej. Či bude čas, ktorý momentálne venujem šachu, stačiť na to, aby som sa posunul vyššie. V súčasnosti som ambície nechal trochu bokom, hrám tak, aby som mal z toho radosť a aby to bolo zaujímavé aj pre divákov. Neznamená to, že mi nezáleží na výsledkoch. Nechávam tomu voľný priebeh a uvidíme. Keď budem hrať dobre, dostanem sa vyššie, keď nie, nič také zlé sa nestane.

Vaša manželka je bývalá šachistka. Rozprávate sa doma o hre?
To, že je zo šachového sveta, je, samozrejme, pozitívne.
S príchodom detí je to trošku zložitejšie, sú ešte relatívne malé, takže času na to, aby sme riešili iba šach, je dosť málo.

Šach je dosť ťažké zaradiť. Niektorí ľudia tvrdia, že je to šport, iní o ňom hovoria ako o umení alebo dokonca ako o filozofii...
O tom dosť diskutujú aj šachisti. Pre niekoho je to viac šport, pre iného viac umenie. Asi je to kombinácia týchto oblastí. Na turnajovej úrovni je to šport. Keby sme hovorili len o umení, vôbec by nešlo o výsledok, ale o to, aby ste odohrali čo najkrajšiu a najelegantnejšiu partiu. Keď hráte krásne, nie vždy to prináša dobrý výsledok, takže jednoznačne prevláda športová stránka. Pre mňa ako pre profesionálneho hráča je šach šport.

Komu ho odporúčate ako rekreačný šport?
Každému. Poznám ľudí, ktorí začali hrať v pomerne pokročilom veku, v päťdesiatke. Samozrejme, potom to už nie je o tom, aby sa človek dostal na nejakú športovú úroveň, ale šach každého obohatí. Minimálne pomôže odpútať sa od problémov reálneho sveta. Jeho výhoda je aj v tom, že ho môžete hrať za akéhokoľvek počasia. Dnes už dokonca nepotrebujete ani súpera, existujú počítačové programy alebo internetové portály, kde si zoženiete súpera pre akúkoľvek výkonnosť. Do šachu sa dá krásne utiecť a zabudnúť na všedný deň.

Okrem toho, že v šachu úspešne reprezentujete našu krajinu, rozprávate veľmi čisto po slovensky. Keby som nepoznal váš životopis a stretol som sa s vami niekde v kaviarni, nepovedal by som, že ste cudzinec, nemáte žiaden prízvuk.
Od roku 1994 som chodil na veľa turnajov na Slovensko a od začiatku som hovoril po slovensky. Predsa len, keď je človek cudzinec a musí sa dohovárať po anglicky alebo po rusky, je to nepohodlné. Najlepšie je naučiť sa jazyk, ktorým sa v krajine hovorí. Našťastie, mám asi aj nejaké dispozície, jazyky sa učím relatívne ľahko.

Ovládate deväť jazykov, ale všetkým tvrdíte, že vlastne len osem.
Ja tvrdím, že čeština a slovenčina sa dajú pokladať za jeden jazyk. Ešte pred desiatimi rokmi to bolo de facto tak, teraz je to horšie. Hlavne mladšia generácia Čechov a Slovákov začína mať problém so vzájomnou komunikáciou. Preto som rád, že som sa naučil oba jazyky.

Máte nejaké úsmevné zážitky spoza šachového stola?
Stalo sa napríklad, že niektorí hráči boli takí zabratí do uvažovania, že si sadli nie k svojmu, ale k vedľajšiemu stolu, kde bola rozohratá úplne iná partia. To sú také milé faux pas. Počas partie hráči nemôžu používať mobilný telefón, je to striktne zakázané, nesmú ho mať pri sebe. Ak zazvoní, je to automatická prehra. Na majstrovstvách Ruska žien sa stal kuriózny prípad, keď jednej hráčke, inak favoritke turnaja, vo veľmi dôležitej partii zazvonil mobil. Veľmi sa čudovala, nechápala, o čo ide, vypla ho. Zapípala jej však pripomienka z organizéra, že kamarát mal narodeniny. Bohužiaľ, pravidlá sú prísne a prišla o bod. ■

Rastislav TEPLÁNSKÝ

Foto: TASR

Sergej Movsesian je najlepší slovenský šachový veľmajster, v súčasnosti mu patrí trinásta priečka vo svetovom rebríčku. Vyrastal v sovietskom Gruzínsku a ako nádejný šachový talent sa vo svojich štrnástich rokoch presťahoval s rodičmi do českých Pardubíc. V roku 1999 sa dostal do štvrťfinále majstrovstiev sveta medzi osem najlepších hráčov. Napriek tomu, že žil dlhé roky v Česku, tamojšie občianstvo sa mu získať nepodarilo. V roku 2002 získal slovenské a našu krajinu úspešne reprezentuje na medzinárodných turnajoch.