



111850

Gustavo Ponce, el tiempo no pasa



mental bastante diferente a la que me encuentro en estos momentos. Con 53 años, me siento, sin exagerar, como nunca, y a veces pienso que mis años son sólo una cuestión de números, cronológica, que mi edad real es bastante menor y esto se lo debo enteramente al yoga.

Se duerme a poco de poner la cabeza en la almohada, a eso de las diez de la noche, y sin necesidad de despertadores ni otras martingalas, a las cuatro de la mañana se halla en pie, realizando sus ejercicios yóguicos.

—Hubo un tiempo en que realizaba estos ejercicios con varios alumnos, pero fueron desertando, porque no es fácil establecer una disciplina tan rigurosa —cuenta.

Su inclinación al mundo oriental comenzó con la práctica de artes marciales en la década del sesenta, a lo que dedicó su vida hasta que el cuerpo le dijo basta. Con 35 años, su cuerpo no era otra cosa que un catálogo viviente de lesiones. Y habiendo sido embajador en Japón durante el gobierno de Pinochet y un empresario exitoso en el mundo de los negocios, decidió lanzarse al abismo y encontrar un maestro que lo iniciara en la práctica del yoga.

—Me lo pasó de ashram en ashram, de gurú en gurú, sabiendo que él, mi maestro, estaba por ahí, en alguna parte de ese inmenso y extraordinario país que se llama India —dice.

Lo que le enseñó B. K. S. Iyengar —a quien halló finalmente en Pune—, es lo que él, como un aplicado discípulo, se ha encargado de propalar en su centro de Yoga Shala. Allí, en una construcción hecha de pura madera —el piso es de madera, el cielo es de madera, las paredes son de madera— y ventanales, en donde el silencio más que una circunstancia es un estado, realiza ejercicios inimaginables que, tal como lo enuncia en su libro, tienen algo de contorsionismo, de acrobacia.

El platillo está servido sobre la mesa. El arroz amarillo y la esmirriada porción de guiso que lo rodea —sin sal— podría convertirse en el paradigma de la frugalidad. Gustavo Ponce está sentado y se prepara a consumir su más importante comida del día. "Mi cuerpo no soportaría otro tipo de alimento", dice como justificándose. Tiene 52 años, pero parece de cuarenta, y desde 1982 que practica el yoga que aprendió en India, de boca de los maestros B.K.S. Iyengar y Shri K. Pattabhi Jois. Su disciplina es férrea, pero gracias a ella vive en armonía con su cuerpo.

—Si no fuese por el yoga, yo estaría en una condición física y

46 EL SABADO

El Mercurio, supl. 1 20-V-2000 P.46

Gustavo Ponce, el tiempo no pasa [artículo]

Libros y documentos

FECHA DE PUBLICACIÓN

2000

FORMATO

Artículo

DATOS DE PUBLICACIÓN

Gustavo Ponce, el tiempo no pasa [artículo]. retr.

FUENTE DE INFORMACIÓN

[Biblioteca Nacional Digital](#)

INSTITUCIÓN

[Biblioteca Nacional](#)

UBICACIÓN

[Avenida Libertador Bernardo O'Higgins 651, Santiago, Región Metropolitana, Chile](#)