



**TÉCNICA.** Ben Yávar (37) vive hace cuatro años en Filipinas, donde se ha perfeccionado como instructor de apnea. Hoy es capaz de sostener la respiración por más de seis minutos y bajar hasta 50 metros de profundidad.



**P**ara sacar una buena fotografía hay que estar en el lugar y momento correctos. Ya a veces, eso sucede a 15 metros de profundidad, en los mares de Panglao, una de las siete mil islas de Filipinas.

"Estaba sumergido con mi cámara, disfrutando del océano, cuando vi un enorme banco de sardinas y que se empezó a formar con un pequeño halo de luz al medio. Entonces de pronto apareció mi chica y se quedó en esta posición que duró uno o dos segundos. Yo no sabía que ella iba a bajar, pero logré encuadrar y sacar la foto. En ese mismo momento supe que tenía algo genial".

Desde su casa en Panglao, Filipinas, quien habla es Benjamín "Ben" Yávar, fotógrafo y apneísta chileno, y reciente ganador del premio a Mejor Fotógrafo de Naturaleza del Año 2024 en los International Photography Awards (IPA), uno de los concursos más importantes del mundo que reconoce el trabajo de fotógrafos profesionales y aficionados.

En una ceremonia realizada en Grecia, Ben Yávar recibió el galardón precisamente por esta imagen de un banco de sardinas con una buceadora justo al medio, que registró el año pasado en las aguas de Filipinas, donde vive hace cuatro años y donde, además, se ha perfeccionado en una disciplina que crece: el buceo en apnea.

Así es Ben Yávar es como los protagonistas de *Azul profundo*, esa clásica película de fines de los 80 inspirada en la vida del francés Jacques Mayol y del italiano Enzo Maiorca, pioneros del buceo en apnea: en 1983 Mayol, de hecho, fue el primer buzo del mundo en descender a una profundidad de 105 metros solo aguantando la respiración (su vida, lamentablemente, terminó de manera trágica: se ahogó en su casa de la isla de Elba en 2001, a los 74 años de edad).

"Sí, yo también vi *Azul profundo* cuando era chico, con mis papás", recuerda ahora Ben Yávar, 37 años, y después de haber transitado un largo camino desde Santiago hasta el país asiático, del que hablará más adelante en esta entrevista, y que lo llevó a convertirse en el apneísta y fotógrafo que es hoy, con más de 21 mil seguidores en Instagram (@ben.freediver).

"Yo diría que en los últimos dos o tres años, cuando han salido más documentales en Netflix y otras películas, que esta disciplina se está dando a conocer más", asegura Ben. "De hecho, hoy más que hace cursos de *scuba diving* (buceo con tanque de aire comprimido), mucha gente quiere aprender a hacer apnea porque se pasa bien, es barato y no se necesita pagar una certificación. Tienes tu equipo, sales con amigos y listo. Además, se puede tener una muy buena conexión con el mundo marino".

**Sin respiro**

Aunque siempre le gustó salir al aire libre y estar en contacto con la naturaleza y el mar, Ben Yávar nunca pensó en ser instructor de apnea ni convertirse en fotógrafo profesional. Nació en una familia, oriunda de El Monte, en las afueras de Santiago, era especialmente aficionado a los deportes o el mundo *outdoor*.

El propio Ben (un apelativo que adquirió ahora que vive en el extranjero, porque en Chile lo llaman Benji) cuenta que no tenía muy claro qué hacer con su vida. Estudió un par de carreras, como Administración de Empresas y Diseño Gráfico, pero no las terminó. Y entonces decidió que era tiempo de un cambio.

"Me había puesto a trabajar en varias cosas pero nunca estuve feliz con ese estilo de vida", cuenta. "Pero tenía ese bichito de salir de Chile y comenzar de cero. Además, siempre admiré a las personas que no estaban en su país, pero que podían vivir de alguna pasión. Yo quería llegar a hacer algo así".

Fue así como empezó a juntar dinero y, finalmente, cuando cumplió 30 años, viajó a Australia, donde consiguió un trabajo poco apetecido, pero trabajó al fin y al cabo: destapador de alcantarillas.

"Era una pega bien rancia, pero creo que eso me ayudó un poco a aguantar la respiración", dice entre risas sobre la disciplina que conocerá un poco más tarde: el buceo en apnea o *freediving*.

En rigor, Ben Yávar ya había tenido unas primeras experiencias en Chile cuando, junto a unos amigos, se sumergió en *Laguna Verde*, cerca de Valparaíso, y comenzó a realizar caza submarina.

Y al mismo tiempo, sacar buenas fotos. Apneísta y fotógrafo chileno, acaba de ser premiado en los International Photography Awards (IPA) como Mejor Fotógrafo de Naturaleza del Año por una imagen submarina que registró en la isla de Panglao, Filipinas, donde vive, y se ha ido convirtiendo en un referente de esta disciplina.

POR Sebastián Montalva Wainer.

FOTOS: Ben Yávar.



**TROFEO.** Esta fue la foto premiada en los International Photography Awards 2024.

"A veces iba solo, pero creo que fui súper irresponsable. Tuve algunos accidentes, como choques con rocas. De hecho, cuando hice mi primer curso de buceo me di cuenta de que puede haber muerto".

Efectivamente, fue años más tarde, después de trabajar en Australia e irse de viaje a Vietnam y Tailandia, cuando Ben Yávar hizo sus primeros cursos de buceo tradicional (llegó a convertirse en *Dive Master*, y luego de *freediving*).

"Estar en la naturaleza y el océano siempre me llamó la atención, pero lo que hizo clic en mí fue que, a aguantar la respiración, entras en otro mundo", dice "Para mí es como meditar: me entrega una relajación muy profunda. Es como esa sensación que tienes justo antes de dormirte: aguantando la respiración puedes mantenerte en ese estado por mucho tiempo".

Hoy, Ben Yávar dice que puede sostener la respiración durante seis minutos y ha bajado hasta 50 metros de profundidad solo utilizando aletas y cinturones con plomo. Y aunque ha logrado marcar récords continentales (como el que se anotó en 2022, cuando nadó horizontalmente 200 metros bajo el agua usando dos aletas en una piscina en Panglao), asegura que sus registros son el promedio de la mayoría de los apneístas. De hecho, según el libro Guinness, la persona que más aguantado la respiración bajo el agua es el croata Budimir Sobat, con 24 minutos y 37 segundos. Lo hizo en 2021 en Sisak, Croacia.

"Bucear con tanque no me parece tan seguro como hacer apnea, porque en la apnea solo dependes de ti mismo, no de equipos", explica Ben y agrega que ha aprendido a aguantar la respiración ejercitándose en su vida cotidiana.

"Lo que hay que hacer es ser más tolerante al dióxido de carbono. Yo me volví un poco obsesionado con eso, con saber qué pasa en el cuerpo, entonces me

puse a investigar, a estudiar en muchos libros, a buscar en internet y a preguntarle a gente que sabe del tema", cuenta.

"Al principio aguantaba hasta dos minutos, pero poco a poco fui entrenando e incrementando el tiempo para estar más relajado. Lo que hice fue que cambié la manera en que respiro: en vez de respirar profundo todo el rato, quería estar en la fase de tener altos niveles de CO2 y sentirme cómoda. Para eso respiré lo menos posible, y es algo que puedo ejercitar mientras estoy leyendo un libro o descansando".

**Conexión submarina**

Para Ben Yávar, el *freediving* también le ha permitido alinear su pasión por la fotografía, algo que ha ido perfeccionando en los últimos años.

"La primera cámara que me compré fue una Lomography, pensando exclusivamente en tirarla abajo del agua", recuerda Ben sobre las fotos que sacó durante sus buceos en Laguna Verde.

Unos años más tarde, ya radicado en Australia, compró su primera cámara submarina con carcasa e hizo cursos *online* con referentes del tema, como el canadiense Paul Nicklen, reconocido colaborador de National Geographic y cofundador de SealLegacy.

Según Ben Yávar, bucear en apnea permite tener un contacto aún más cercano y silencioso con las especies marinas.

"La fotografía que yo hago es más dinámica, con más rapidez y comunicación con el modelo. También depende de mi estado físico, hasta dónde puedo bajar y qué tan rápido puedo ir. Pero hay que saber reaccionar en el momento exacto, como cuando se abre un banco de sardinas...", explica Ben, que ha logrado completar diversas tomas de estos y otros animales, aunque sigue buscando el mejor registro de un tiburón ballena, una especie que se suele ver en Filipinas. De hecho, que Ben Yávar viva hoy en ese país fue

algo casi fortuito. Él cuenta que mientras estaba de viaje por Vietnam, respondió a una oferta de trabajo en Facebook y lo contrataron: necesitaban un buzo y apneísta que hablara español e inglés y que tuviera disponibilidad inmediata.

Así, justo antes de la pandemia, Ben Yávar llegó a Filipinas y rápidamente se enamoró no solo de la belleza natural de sus islas, sino también de una buceadora filipina, Joy Vega, que hoy es su novia y modelo en casi todas sus fotografías submarinas (aparece en la imagen premiada por IPA, por ejemplo).

"Filipinas está surgiendo poco a poco en el tema turístico y es maravilloso, con más de siete mil islas; yo llevo cuatro años acá y todavía no he recorrido ni siquiera la mitad", cuenta. "Es como en Indonesia en los años 80 o 90: no está sobrepoblado y hay muchas áreas verdes. Además, como destino de buceo hoy está rankeado en los primeros lugares, por la gran cantidad de vida marina que se puede ver. El gobierno se ha preocupado de proteger los corales y el turismo está bien regularizado".

Todo este tiempo explorando las islas de Filipinas le ha permitido a Ben Yávar mejorar sus técnicas de buceo en apnea y también de fotografía. Su reciente galardón en los premios IPA así lo ratifica.

"Cuando recibí el *mail* diciendo que habíamos ganado, no me lo creía. Para esta competencia solo mandé una foto. Jamás fue mi objetivo ser número uno en este tipo de fotografías", dice Yávar, quien hoy aspira a seguir creciendo en esta disciplina y ayudar a proteger los ecosistemas marinos.

"Es una motivación muy grande para mí. Poder tener una voz, mostrar la belleza de los océanos y también lo frágiles que pueden llegar a ser. Creo que con este tipo de fotografías más gente querrá hacer actividades como el buceo en apnea y lograr una conexión con la naturaleza que es muy distinta a la que uno puede tener a través de una pantalla".