

Ramón Abdala, 71 años, odontólogo, originario y residente de la Capital de la Provincia de Mendoza, decidió a los 50 años que necesitaba un cambio radical en su vida; comenzó a correr maratones. Veinte años después, tomó el firme compromiso de escribir un libro plasmando sus experiencias: *“Correr con el Alma es Posible”*. Con la premisa “La palabra imposible no existe” y “No hay límites para lo que uno se propone”, sus logros cuentan:

Desafíos personales año 2014: 790 km Camino del Peregrino a Santiago de Compostela (de S. Jean Pied de Port, Francia a Santiago de Compostela, España).

Maratones de 42 km realizadas: 41 Finisher 1.730 Km, maratones de calles y aventuras

Ultra maratones más de 42 km hasta 520 Km, 36 Finisher: 5.425 Km Ultra Maratones en cinco continentes.

Maratones menores de 42 Km: 500 km, Media Maratones 21 km, 10 km y Maratones solidarias, 25

Premio a la excelencia deportiva, Diario UNO, 2007 Mendoza, Argentina.

Atletas más destacados del 2016, Diario Los Andes, Mendoza, Argentina.

Premio Heritage Site Runner, Organización Eventos Deportivos, Global Limits, premio al primer sudamericano en completar la serie de ultra maratones en Albania, Bhutan y Camboya 640 km, 2018.

Reconocimiento de la Provincia de Mendoza al deportista Ramón Abdala



Al cumplir 50 años me dije: Ramón, tienes que cambiar calidad de vida por nivel de vida, así lo hice. Veinte años después, tomo otro firme compromiso: escribir un libro. Se trata de dejar huellas, trascender; todos dejan huellas pero no siempre son hermosas y en ese punto radica la diferencia. No quiero morir con sueños sin cumplir porque de eso se trata la vida, de vivirla intensamente, de presentes desafiantes. El día que no tenga sueños, mándame flores blancas.

La palabra imposible no existe. No hay límites para lo que uno se propone. Sólo quiero contarles cómo me fui transformando en el atardecer de mi vida, en un ser feliz, pleno, saludable. Cómo pude templar mi espíritu y formarlo como un guerrero interior que me permitió correr más de 80 maratones y ultras maratones, realizar las pruebas de resistencia más exigentes en todas las latitudes del mundo, en terrenos y temperaturas extremas, climas y condiciones hostiles como en la jungla del Amazona, los desiertos del Sahara, Namibia, Arizona, Gobi; las montañas del Himalaya, Mont Blanc, Aconcagua.

Así fui sumando kilómetros y días hasta alcanzar distancias como la ultra de track de 530 km en 10 días de autosuficiencia en el desierto de Australia, sin perder nunca el objetivo de disfrutar plenamente de lo que hago.

Otros sueños realizados son los artísticos: pintura, baile, instrumentos. Son un alimento para el alma.

De eso se trata la vida. Ser un espíritu feliz, festejando la vida, vivir bien, amar con todo el ser, gozar de la vida, ser inmensamente feliz: esa es la finalidad de todo ser humano.

Para poder decir que la vida valió la pena ser vivida sin arrepentimientos.

NAMASTÉ