

EL CAMINO DE SANTIAGO A PIE

ARTÍCULO

knowsquare .

Privado y Confidencial

Prohibida su Distribución sin Autorización Expresa del Autor
y Know Square S.L.

Introducción

En el verano de 1991 hice el Camino de Santiago, solo y a pie, desde el Convento de Carmelitas Descalzas de Tricio (La Rioja). Todo peregrino tiene un motivo para hacer el Camino y si no lo tiene lo encuentra en su caminar. He tenido la suerte de ganar el Jubileo también en 2010, pero desde un Hotel de 4 estrellas en el que te caías de la cama y estabas en la Puerta Santa. En ambos “recorridos” la meta es igual de trascendente y las Indulgencias que alcanzas son idénticas, pero la experiencia como es lógico es totalmente distinta. Lo que se dice en este caso que lo importante no es la meta, sino el Camino, es del todo cierto. A continuación os propongo una serie de sugerencias que pueden ser de utilidad si tenéis pensado “embarcaros a pie” en esta maravillosa aventura.

Sugerencias

1. El por qué se hace el Camino es lo más importante. Un motivo deportivo nos obsesiona con los Km hechos y los pendientes de realizar, dejando en la cuneta la esencia del Camino. Un motivo cultural -no hay que olvidar el impresionante Románico que recorreremos- nos llevaría un tiempo con el que no siempre contamos. Un motivo de recreo puede no ser aliciente suficiente para aguantar duras jornadas. Recomiendo considerar el motivo religioso, como poco nos hará encontrarnos con nosotros mismos.
2. La mochila, cuanto menos pese mejor. Reserva, no obstante, un pantalón, una camisa y un jersey para la llegada (se trata de una Catedral y es triste ver como visten allí algunos peregrinos, que quieren parecerlo). Saco de dormir ligero. Hazte con un poncho que cubra la mochila (te servirá también si algún día duermes bajo las estrellas) o un traje de agua. Calzado de *trekking* o zapatillas de deporte con suela dura y calcetines de algodón. Ropa cómoda y ligera.
3. Las ampollas te saldrán, quieras o no. Enhebra una aguja y haz pasar el hilo por la ampolla (no es doloroso). Deja un trocito de hilo para que la ampolla supure (cubierta de piel) y olvídate porque podrás seguir caminando.
4. La forma física mejora en gran medida durante la marcha (aunque el tercer día es crítico, físico y moralmente). No hagas más de 25 Km diarios.
5. Durante la marcha, a la hora de comer, tómate un bocata con algo de fruta, y al final de la misma te pegas un homenaje como Dios manda.
6. Utiliza los refugios y el raso, pero te aconsejo descansar de vez en cuando en Hotel u Hostal.
7. No te separes 1 metro de la ruta, por mucho que te cuenten. Hay que medir y reservar las fuerzas, respetando siempre los periodos de descanso.
8. Aunque hagas solo el Camino, la camaradería entre los peregrinos es constante y no te costará hacer amigos, incluso para siempre. Muchos años han pasado y todas las Navidades, sin excepción, hay un peregrino que puntualmente me llama por teléfono.
9. Aunque todo el Camino está convenientemente señalizado, lleva una guía Everest o similar y recuerda que tienes que pedir el primer día la Compostela en cualquier Templo de origen, para acreditarte como peregrino en los albergues. No te obsesiones con los sellos, que los

ponen en todas las parroquias e iglesias...y también en bares y demás (no hace falta sellar en todos los lugares de paso, con hacerlo a mitad y final de la jornada es suficiente).

Algunas preguntas

A. He estado en Decathlon y no encuentro calcetines de algodón 100% ¿dónde los puedo encontrar?

No hace falta tampoco que sean 100% de algodón, pero sí que lo tengan en gran medida en su composición. Es importante que no sean demasiado gruesos ni demasiado finos; los clásicos de tenis están bien, término medio.

B. Me han recomendado ponerme vaselina o Vicks VapoRub en los pies por la mañana, ¿es bueno?

No te pongas nada. Lo mejor es una buena higiene al finalizar cada jornada y empezar la siguiente con calcetines y mudas limpios.

C. ¿Qué más cosas hacen falta de botiquín? ¿Betadine?...

No es mala idea incluir Betadine en el botiquín, así como tiritas, gasas, esparadrapo y por supuesto hilo y aguja.

D. ¿Pantalón corto? ¿Gorra? ¿I-pod?

Si el tiempo es bueno lo mejor es, como dicen en La Rioja, pantaloneta (pantalón corto) y si hace mal tiempo lo mejor sigue siendo también pantalón corto (recuerda que llevas poncho o traje de agua). I-pod es peso de más en todos los sentidos; mira y admira la naturaleza y escucha, que el Camino tiene algo que decirte. Si es verano debes llevar gorra o sombrero de paja.

E. Aparte del calzado de *trekking*, ¿llevarías algo más por si acaso? ¿Zapatillas de deporte por ejemplo?

Sí, hay que llevar calzado de descanso, zapatillas de deporte está bien. En el caso de que pienses utilizar albergues es conveniente también chancletas para la ducha (peligro de hongos).

F. ¿Cada cuánto tiempo recomiendas parar?

Conforme vayas cogiendo el ritmo de marcha lo normal es que "te piques" y quieras hacer más. Trata de ser disciplinado en este punto pero si algún día te animas a hacer más Km, o menos, no pasa nada. Lo que sí debes prohibirte tajantemente es ceder a la tentación de hacer "auto-stop" o coger un autobús para quitarte tramos (algunos peregrinos lo hacen y entonces el Camino pierde todo su sentido). En cuanto a los "altos", lo normal son 50 minutos de marcha y 10 de descanso, para beber agua y picar algún fruto seco.

G. ¿Recomiendas entrenar antes y usar bien el calzado antes de ir?

Si unas semanas antes "domas" el calzado y andas un poco, mejor que mejor.

Conclusión

Mi motivo para hacerlo hace casi 20 años fue ofrecerlo a un amigo fallecido unos meses antes, con el que lo había planeado, y recibí como respuesta un gran consuelo y paz interior en mi corazón, en la esperanza de que Dios lo tiene en su gloria.

La experiencia del Camino de Santiago a pie es única e inolvidable. Me encantará volver a repetirla con mi hijo Eduardo, cuando cumpla al menos los 12.

Y, por supuesto, recuerda: *“Yo soy el Camino, la Verdad y la Vida” (Jn 14, 6-7)*

© Ignacio Montero Usera

© Know Square S.L.