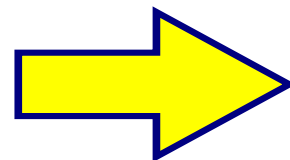


CAMINO DE SANTIAGO

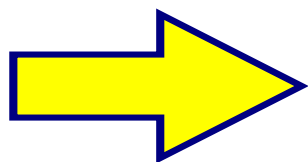
CUADERNO DE PEREGRINO



GUÍA DIDÁCTICA



¡BUEN GAMINO!



ASTORGA --- SANTIAGO

Del 4 al 16 de ABRIL, 2014.

I.E.S. Sabino F. C.



Robledo de Chavela

Dto. de Religión



MADRID

I.E.S. María Guerrero



Collado Villalba



ÍNDICE: Guía didáctica del Camino 2014.

1º. Portada-reverso con índice de la guía.....	pág. 1.
2º. Carta de presentación y listado de participantes	pág. 3.
3º. Díptico del proyecto-programa con código de normas.....	pág. 5.
4º. Presupuesto económico y organigrama del grupo.....	pág. 7.
5º. Esquema de funciones y tareas por equipos de trabajo.....	pág. 9.
6º. Listado de equipamiento y recomendaciones previas.....	pág.11.
7º. Plan de etapas - itinerario y normas del albergue de peregrino.....	pág.13.
8º. Planning de pernocta con albergues	pág.15.
9º. Preliminares para el viaje de ida: “ Sabias que... ”.....	pág.19.
Sobre el origen del Camino, Santiago Apóstol, “cosas y dichos” del camino, etc.	

10º. Cuaderno del peregrino por etapas con ...

Breve **reseña** histórica del lugar.

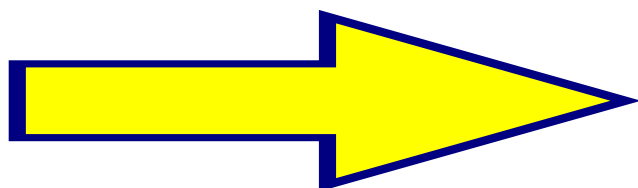
Perfil y mapa de la etapa.

Plan de ruta con itinerario.

Páginas para el **diario** de un peregrino.

Curiosidades y leyendas como **lecturas**.

Con el álbum de **fotos**.



1ª.Astorga.....	pág.25
2ª Rabanal del camino...	pág.33
3ª Molinaseca.....	pág.41
4ª Villafranca del Bierzo	pág.49
5ª O Cebreiro.....	pág.57
6ª Triascatela.....	pág.63
7ª Mercadoiro.....	pág.71
8ª Palas de Rei.....	pág.77
9ª Ribadiso da Baixo.....	pág.85
10º O Pedrouzo.....	pág.91
11º Monte do Gozo.....	pág.97
12ª Santiago.....	pág.102

11º. Ruta urbana por Santiago de Compostela.....	pág.103.
12º. Un poema del Camino y algunos testimonios de peregrino.....	pág.111.
13º. Un retrato del peregrino.....	pág.113.
13º. Una filosofía para el camino como himno.....	pág.114.
14º. Un texto bíblico como espíritu del Camino.....	pág.116.
15º. Credencial con reverso de Compostelana	pág.118.





Carta para un peregrino.

En C. Villalba, a 4 de abril de 2014.

Queridos amigos, sé que resulta chocante pero quiero comenzar estas palabras que me ha pedido vuestro profesor aludiendo al final de la aventura que hoy vais a comenzar. Quizá leyendo estas líneas encuentres alguna herramienta o ideas que te ayuden a vivir a tope la experiencia del Camino de Santiago: **"Un camino que no se hace...sino que TE HACE a ti"**. Y es que, aunque en el Camino de Santiago la meta es clara, todo peregrino tiene que tener una meta en su vida, y eso ya es otra cosa ¿no? Pero el que quiera seguir siendo un peregrino debe buscar nuevas metas, así el final del camino se convierte de esta manera en el comienzo de uno nuevo, y más intenso. Es el camino de una propia vida de la que se lleva las riendas. Es... **"la aventura de vivir peregrinando"**.

Así, alguna vez cuando hemos preguntado: ¿qué es peregrinar? nos han salido las imágenes aventureras. Cuando pensábamos ir andando 263 Km. nos asaltaba la sensación de que íbamos a ser partícipes de una gran aventura. Y las aventuras no están exentas de riesgos, de molestias, de peligros..., ¡pero las hemos vencido!

Quizás, si caminamos todos juntos, ayudándonos como una pequeña familia, no resultaría tan difícil. Solos, cada uno a su aire y sin pensar en los demás, sí sería casi insoportable, casi imposible... Desde luego nos resultaría muchísimo más duro.

Y es que merece, pues, la pena Peregrinar en solidaridad, en servicio, en austeridad, venciendo dificultades, en silencio, renovándonos continuamente... valorando realmente, sin superficialidades tontas, realmente lo más importante en la vida... qué nos hace felices... qué nos falta o nos sobra para lograrlo...

Merece la pena...**"la aventura de vivir peregrinando"**: la meta del Camino no es llegar a Santiago, es aprender a vivir desde la óptica del que aprende cada día a dar nuevos pasos, nuevos descubrimientos, nuevas gentes y sensaciones. El Camino no termina en Santiago: si para unos comienza ahora, para otros lo que empieza ahora es otra etapa más, porque en **"la vida es donde hay verdaderas etapas a recorrer"**.

Con todo, si has de saber que la llegada a la meta está marcada por una serie de **ritos** repetidos por los peregrinos desde el siglo IX. Se concentran en ellos lo más fundamental para la vida de cualquier peregrino. Intentemos sacarles su jugo.

Fundamentalmente hoy hemos de elegir entre ser turistas: dedicarnos a ver superficialmente el arte, las personas, las cosas, a comprar...; o ser peregrinos que han llegado a su meta: hombres nuevos que ven todo desde el silencio hondo del corazón, que profundizan en cualquier detalle que pueda producirles la felicidad más radical:**"Ser peregrino conlleva ELEGIR"**.

Peregrinar es una elección. Es optar por la meta que quiero lograr. Es saber a dónde quiero ir y poner todos los medios a mi alcance para conseguirlo, aunque en el fondo esté en manos de Dios, confiando en su amor y ternura infinitas. Sabiendo que Él desea sólo y exclusivamente mi bien, que me haga hombre, mujer... persona, que sea feliz en la vida junto a aquellos que la vida pone en Mi camino.

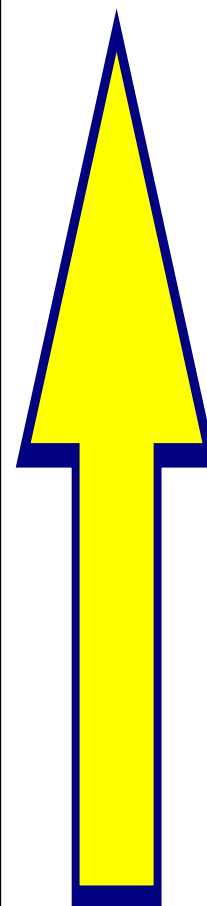
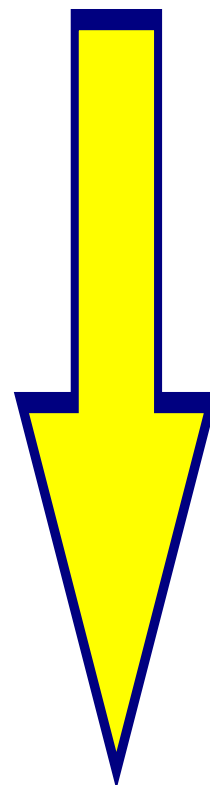
Un "abrazote" grande y que Dios os bendiga y os cuide... Espero que esta experiencia os encante... Y ya me contaréis a vuestro regreso.

JOSE LUIS DÍAZ LORENZO

Sacerdote de la Parroquia "Santísima Trinidad".



Listado - cadena de Participantes	Nº de teléfono en ruta	Nº de lista:
ELENA Alonso Sánchez	654097022	1
ESTHER Béjar Cano	655110294	2
ALONSO Martín Zurdo	627839385	3
MARTA González Martínez	638079423	4
VÍCTOR Larpa Sanz	683250560	5
NATALIA Donaire Alonso	666022359	6
PABLO Lizcano Martín	695074114	7
ROSA Álvarez Asensi	693302447	8
ALVAR de Pedro Santamaría	618924529	9
ÁLVARO Gómez Yagüe	665591770	10
ROCÍO García Francés	601309183	11
IRIS Rioseras Sardón	610592093	12
ÁLVARO Bermejo Girón	649392376	13
DIEGO López Barrera	664326830	14
ÁLVARO Domínguez López	699305039	15
PABLO Rodríguez Encinas	625263553	16
JAVIER Ruíz Gavilán	697886395	17
ANABELÉN Galdón Martín	628746384	18
RAFAEL Navas Rodríguez	692057796	19
JAVIER Prieto	666183472	20
JUAN Fco. Orsi	609036676	21
PALOMA Retuerta	609036676	22
FRANCISCO del Río	686735282	23
NATALIA Martín	675539339	24
PACO Cordero	680889840	25





Cartel-convocatoria del Proyecto

Los alumnos del IES M^a Guerrero y
del IES SABINO FDEZ. CAMPO
NOS VAMOS AL

“CAMINO DE SANTIAGO ´ 2014”

INFÓRMATE, APÚNTATE

**Y PARTICIPA activamente en su
organización y preparación.**

¡VEN CON NOSOTROS!

Actividad Extraescolar
D^{to}. de RELIGIÓN



CURSO 2013-14

I
N
F
O
R
M
A
C
I
Ó
N

B
Á
S
I
C
A



1º. Comisiones en grupos de trabajos: Martes: de 14.30 h. a 15.30 h.
(para organizar y asumir tareas).

2º. Reuniones en asambleas: Viernes de 14.30 h. a 15.30 h.
(para tomar decisiones y distribuir responsabilidades).

1º. FECHA prevista del **CAMINO**: del viernes, 4 de abril (viaje de ida en tren de Villalba a Astorga -León-), al miércoles, 16 de abril de 2014 (viaje de vuelta en tren de Santiago de Compostela a Madrid y Villalba).

2º. ETAPAS probables en la **ruta** de Astorga a Santiago: Rabanal del Camino, Molinaseca, Villafranca del Bierzo, O Cebreiro, Triacastela, Mercadoiro, Pallas del Rey, Ribadiso de Baixo, O Pedrouzo y Monte de Gozo.

3º. DESTINATARIOS posibles: entre **15 y 20 Alumnos de 3º Y 4º de ESO** (en caso de que la demanda supere las plazas tendrán preferencia los alumnos que estén cursando “Religión” y el resto será por sorteo público entre los que se mantengan en lista de espera participando en las tareas de organización y preparación y que cumplan las “normas” y “compromisos” requeridos).

4º. COSTE total: 500 € por participante en régimen de **“TODO INCLUIDO”** y que se abonarán y aportarán como:

a.- Ingreso bancario, previos al viaje, en concepto de:

- **“Reserva-fianza” de 50 €** al inscribirse antes del 1 de diciembre (que se perderán si el alumno “abandona” o si se necesitaran para “imprevistos”, para compensar el déficit de la “bolsa común” o para los gastos extras generados; y que se devolverán al finalizar la actividad si no se utilizaran para contingencias, en cuyo caso lo reintegraría quien provocara los gastos);

- Y **“Cuotas de los padres”**: inicial 100 € (antes del 15 de enero), intermedia: 100 € (antes del 15 de febrero) y final 100 € (antes del 15 de marzo); si es que no tuvieran la reducción de 200 € por la participación en el programa de “alumno guía”;

b.- En metálico: 100 € a llevar en ruta, obtenidos como **“aportación de los alumnos”** a través de las actividades de autofinanciación (beneficios en la distribución-venta de camisetas, lotería, tazas, papeletas, almohadillas, mandiles,...); y/o, en su defecto, de sus propios ahorros personales (hasta completar la cuantía requerida).

Además contamos con **50 €** por participante que esperamos obtener de la posible **subvención** y con la **“bolsa común”** (tómbola, mercadillo,... y cuantas actividades de financiación común seamos capaz de organizar y llevar a cabo).

PROGRAMA-CODIGO BASE PARA EL CAMINO DE SANTIAGO 2014

Los **OBJETIVOS EDUCATIVOS** y las **NORMAS** comunes a las **Actividades Extraescolares del Centro** (donde previo “parte” y por “sanción” de Jefatura de Estudio se podrá perder el derecho a participar y/o asistir) y las propias aprobadas en asamblea como “**COMPROMISOS**” del **alumno y sus padres** a adquirir mediante este “**contrato social**” (sabiendo que al firmar voluntariamente este “pliego de condiciones” aceptan, consienten y dan su conformidad al mismo -incluidas las bases de la convocatoria-, y que por tanto asumen todas las consecuencias de su incumplimiento o ruptura, sin posibilidad de recurso alguno ni de “hoja de reclamaciones” -a lo que renuncian expresamente- pues esto no es un viaje turístico ni el IES una agencia de viaje)

1º. Organizativos: **ASISTIR y PARTICIPAR** activa y responsablemente a las reuniones y en los grupos de trabajo de los lunes y viernes del curso y en las posteriores comisiones y tareas consecuentes, además de las asambleas conjuntas con los padres que se convocan con carácter informativo (inicialmente: martes, 12 de noviembre), de intendencia (inmediata al viaje) y de evaluación (después del viaje).

2º. Académicos: **APORTAR** un texto bíblico de apoyo (a ser posible “La Biblia didáctica”) y un libro de lectura (“El camino”), y **APRENDER** cuantos contenidos educativos posibilita esta actividad en todas las áreas o materias (y en especial de “Religión y moral católica”), y **ELABORAR** (y participar en) cuantas actividades didácticas sean requeridos para los mismos durante todo el curso, a saber: **leer** individualmente documentos sobre el “Camino de Santiago” (“ilustrarse”) y **componer** en grupos de trabajos una **guía y memoria didáctica** por etapas, tanto en soporte digital como impreso, antes del viaje como “cuaderno de ruta” y después del viaje como “diario de peregrino” (como actividades de aprendizaje).

3º. Económicos: **DESARROLLAR** las actividades de autofinanciación” (distribuir-vender al menos **25 participaciones de lotería de Navidad, 1 caja o cofre de polvorones o bombones, 1 camiseta, 1 taza, 25 papeletas de la rifa, 1 almohadillas y 1 mandil**); y de la bolsa común: aportando el nº de “regalos y vales” consensuados, participando en el montaje y preparación de los regalos y asistiendo a la **tómbola** de Navidad. Además de asumir las tareas asignadas tanto en el “**mercadillo**” mensual de los sábados como en la “**bolsa de trabajo**” prevista.

4º. Burocráticos: **ENTREGAR** a tiempo y en forma los **datos de contacto** requeridos en la **ficha de inscripción** y **PRESENTAR** la siguiente **documentación** necesaria:

- Original de la **autorización** de los padres para participar en todas las actividades y tareas de este Proyecto antes y después del propio viaje (que incluye la licencia para publicar en el enlace de la web del IES en Internet creada a tal efecto imágenes, fotos y videos del alumno);
- Fotocopia del **DNI, Tarjeta de la seguridad social** (con informe médico, si procede), y **Carné joven** o de familia numerosa, ferroviario, ... que nos permita una reducción.
- Original del **Presupuesto personal** previsto como ingresos y del “**Compromiso de cargo**” de los gastos no presupuestados o imprevistos (a compensar con la fianza y reintegrar al Centro inmediatamente después del viaje), firmado por el alumno y por los padres, que así se responsabilizan y avalan los gastos generados, al margen del seguro viaje (con el quedan comprometidos y se hacen responsables de los gastos generado);
- Resguardos de los **ingresos bancarios** correspondientes: a la reserva y cuotas de los padres y al coste de las actividades de autofinanciación en las fechas requeridas (además de disponer en ruta del beneficio requerido en metálico).

5º. Éticos y morales: **MANTENER** tanto las actitudes mínimas de respeto, ayuda mutua, tolerancia, solidaridad, ... (“**código base**”), como el “espíritu” cristiano que motiva esta actividad (“**decálogo**” pactado), para la convivencia del grupo antes, en y después del viaje. Y hasta **Religiosos:** **PARTICIPAR** en **actividades cristianas**, a saber: **acreditarse como “peregrino”, asistir a la celebración “inicial” de bendición, conseguir la “Compostela” y asistir a la misa solemne en Santiago; e incluso “rezar por el Camino”, por ejemplo según el manual de oración tradicional o del esquema de “ejercicios espirituales” jesuita.**

PRESUPUESTO DEL CAMINO * 2014: 12.250 €.

1º. Gastos previos al viaje: 4.250 €.

- Billetes de tren (ida a Astorga y vuelta de Santiago): 65 €.....1.300 €.
- Alquiler del "coche escoba" (con seguro): 50 €.....1.000 €.
- Despensa (comida fría en ruta): 50 €.....1.000 €.
- Botiquín comunitario (farmacia): 10 €.....200 €.
- Neceser común: 7.5 €.....150 €.
- Seguro de viaje: 10 €.....200 €.
- Material didáctico (Guía - memoria del Camino, Credenciales, Fotocopias,...): 10 €200 €.
- Material de intendencia (aperos a reponer): 5 €.....100 €.
- Bordones: 5 €100 €.

2º. Gastos en ruta: 7.250 €.

- Alojamiento (albergues públicos y privados): 10 € x 12 d. = 120 €.....2.400 €.
- MENÚ: desayuno, comida y cena "caliente" (en restaurante): 16 x 12 d. = 192 €.....3.840 €.
- Gasolina del coche escoba: 18 €.....360 €.
- Complementos de despensa, botiquín y neceser: 13 €.....250 €.
- Lavadoras – secadoras, maquinas expendedoras, Teléfono,...: 10 €.....200 €.
- Ticket de autobús urbano, de entradas a...: 5 €.....100 €.
- ¿Suvenir común del grupo, regalos - gratificaciones,...: 5 €.....100 €.

* Fianza – reserva: 50 x 20 €.....1.000 €.

Tabla control de Gastos de: _____ (administrador - encargado de etapa).

CONCEPTO	DIA	CANTIDAD	Nº de FACTURA	OBSERVACIONES
Alojamiento				
MENÚ: desayuno				
MENÚ: comida				
MENÚ: cena				
Gasolina				
Complementos de despensa				
Complementos de botiquín				
Complementos de neceser				
Lavadora – secadora				
Maquinas expendedoras				
Teléfono				
Ticket de transporte				
Suvenir				
Regalos - gratificaciones				
Otros imprevistos:				

Total facturado con resguardo o recibí: _____ €.

INGRESOS: 500 / 450 € x 20 al. = 10.000 € / 9.000 €. + 500 x 3 ad. = 1.500 € (+ 1.000 € FC)
= **12.500 €.** / **11. 500 €.**

ORGANIGRAMA DEL GRUPO: estructura de servicios comunitarios.

1º. Listado de participantes enumerados por RESPONSABLES DE ETAPA

D-M	ETAPAS	Nombre del ALUMNO/A	Nº
4 A	MADRID - A.	ELENA A., ESTHER B. y ALONSO M.- Alv. B.	1-2-3-16
5 A	1ª. Astorga – R.	MARTA González - PABLO Rodríguez.	4 - 17
6 A	2ª Rabanal del C. – M.	VICTOR Larpa - DIEGO López	5 - 18
7 A	3º. Molinaseca – V.	NATALIA Donaire - ALVARO Domínguez.	6 - 19
8 A	4ª. Villafranca del Bierzo – C.	PABLO Lizcano - PABLO Rodríguez	7 - 17
9 A	5ª. O Cebreiro – T.	ROSA Álvarez - DIEGO López	8 - 18
10 A	6ª. Triacastela – M.	ÁLVAR de P. Santamaría - ÁLVARO Dguez.	9 - 19
11 A	7ª. Mercadoiro – P.	ÁLVARO Gómez - ÁLVARO Bermejo.	10 - 16
12 A	8ª. Palas del Rey – R.	ROCÍO García - PABLO Rodríguez	11 - 17
13 A	9ª. Ribadixo de Baiso – P.	IRIS Rioseras - DIEGO López	12 - 18
14 A	10ª O Pedrouzo – M.	JAVIER RUIZ - ÁLVARO Domínguez	13 - 19
15 A	11ª Monte del Gozo – S.	ANA BELEN GALDÓN - ÁLVARO Bermejo	14 - 16
16 A	SANTIAGO de C. – M.	RAFAEL NAVAS - PABLO Rodríguez	15 - 17

2º. Listado de EQUIPOS DE TRABAJO con encargados y responsables.

- 1º. Equipo de INTENDENCIA: JAVIER R. – ESTHER B.
- 2º. Equipo de OBJETOS PERDIDOS: IRIS R. – PABLO R.
- 3º. Equipo de ANIMACIÓN: ALVARO G. – ALVARO B.
- 4º. Equipo de MANTENIMIENTO: ROSA A. – DIEGO L.
- 5º. Equipo de REPORTEROS GRÁFICOS: PABLO L. – PABLO R.
- 6º. Equipo de DESAYUNO: MARTA G. – VICTOR L.
- 7º. Equipo de COMIDA: ANA B. GALDÓN – ALONSO M.
- 8º. Equipo de LIMPIEZA y BAÑOS-DUCHAS: RAFAEL N. – ELENA A.
- 9º. Equipo MEDICO: ROCIO G. – ÁLVARO D.
- 10º. Equipo de LAVANDERIA: ALVARO DE P. – NATALIA D.

EQUIPO DE APOYO: ALVARO B. - DIEGO L. - ALVARO D. y PABLO R. Como responsables del día presentan la ETAPA y marcan el HORARIO común de ruta, además de pasar lista de EQUIPOS y recordar tareas y funciones. Con la ayuda de los COORDINADORES de etapa elaboran la guía -durante el curso- y la memoria de la etapa -en el viaje-, es responsables de la organización del día (horario, desplazamiento, ruta, eventos...) y de la administración de los gastos comunes (guardando los recibos). Además dirige y coordina la reunión de evaluación del día, valorando la consecución de los objetivos por el cumplimiento del horario de ruta previsto y del funcionamiento de los equipos (según cada responsable), además del ambiente de grupo mantenido según el nivel de satisfacción que manifieste el grupo (recogiendo las incidencias y conflictos para proponer soluciones de mejoras).

STAFF: Javier y Paco. Como responsables de la administración con la ayuda del equipo de apoyo lleva al día la contabilidad general del fondo común del grupo recogiendo los justificantes de gastos diarios, calculando los ajustes del presupuesto previsto y dando cuenta al grupo del haber comunitario. Además lleva la "bolsa de penalizaciones" (recaudando 1 € por infracción común y 2 € por falta grave), según las incidencias manifiestas en la evaluación pública, que hagamos con la revisión del día que coordina el responsable de cada etapa.

VOLUNTARIOS: Orsi, Paloma, Francisco y Natalia.

3º. Listado de FUNCIONES y TAREAS por equipos de trabajo:

1º. EQUIPO DE INTENDENCIA: Ordenar y mantener limpio el “coche escoba” que cargaremos y descargaremos con sólo los sacos de dormir de los peregrinos, el botiquín y neceser comunitario, los aperos de comida y la despensa común antes de salir y al llegar al albergue. Poniendo al día el inventario oportuno y elaborando una lista de lo necesario a reponer, que entregaremos al encargado de compras.

2º. EQUIPO DE OBJETOS PERDIDOS: Se trata de “mirar para atrás”, es decir revisar cuando salgamos del albergue, de un restaurante, de una iglesia, de un monumento, del baño, de la cocina, de la ducha, de la lavandería,... y sobretodo de cada lugar que paremos, para que no se nos olvide nada, mirando bien nuestro alrededor y que no nos falte nada, ni individual ni comunitario. Los documentos personales, el móvil, el bordón, la cartera, el cargador,... las vestimentas y aperos del grupo, junto con los elementos más imprevisibles, se olvidan con facilidad, por lo cual recordaremos en voz alta que todo el mundo repase mental y visualmente si lleva todo lo necesario y no ha dejado nada comunitario abandonado; y nosotros, junto con los colaboradores del día, esperaremos a que el grupo se ponga en camino y salga el coche escoba para dar un repaso y constatar que no nos dejamos nada, penalizando cada objeto perdido con la “multa” correspondiente.

3º. EQUIPO DE ANIMACIÓN: Tiene por tarea proponer canciones y dinámicas de divertimento al grupo para andar entretenidos y motivar ante el cansancio. Al salir o al llegar de un tramo del camino, y sobretodo mientras vamos caminando, entre “silencio y silencio” que nos permitan disfrutar del paisaje y la soledad del caminante, cuando nos reagrupemos o andemos en grupo nos vendrá bien tanto cantar a voz en grito como movernos un poco para sentirnos bien y contagiarnos de la alegría común y el espíritu del grupo en el camino, siendo nuestro himno oficial la recitación del texto en cadena y otra canción (versión de los momentos “frikis” del camino) con música tan variada como se nos ocurra para compensar las penas y glorias de la caminata.

4º. EQUIPO DE MANTENIMIENTO: Las personas encargadas, sobretodo antes de empezar la marcha diaria y al llegar al destino (antes de entrar en el albergue) y brevemente tanto al reagruparnos para almorzar y merendar como al reincorporarnos a andar después de la comida, tendrán que indicar y guiar al resto del grupo en los ejercicios físicos de calentamientos y relajación correspondientes que se han de realizar, habiéndoselos aprendido anteriormente de unas fotocopias entregadas junto con los ensayos de los recreos en el Instituto. El calentamiento comenzará desde lo pies hasta terminar por la parte posterior del cuerpo, pasando por cada uno de los tramos intermedios de las extremidades conforme a la dinámica de grupo propuesta. Nosotros, los responsables, junto con los colaboradores encargados cada día deberemos vigilar que la realización de cada uno de estos estiramientos sea correctamente cumplido por todos los componentes del grupo (y si consideramos incorrectos su comportamiento o atención podrán ser sancionados). Ejercicios físicos que serán animados con la canción del día que el equipo de animación proponga.

5º. EQUIPO DE REPORTEROS GRÁFICOS: Somos los que nos encargamos, con la ayuda de los colaboradores del día, de hacer fotos, grabaciones, entrevistas,... de cada monumento, lugar, persona,... importante, interesante,... y del grupo oficialmente. También cuando lleguemos al albergue somos los responsables de grabar las fotos y videos al ordenador con un texto resumen y de “subir” a la WEB del Instituto y mandar al e-mail de los padres como reportaje del día para que nuestros compañeros y familiares puedan seguir el resumen del día.

6º. EQUIPO DE DESAYUNO: Por las mañanas, mientras que los demás despiertan, se aseo y recogen todos los “bártulos”, nosotros con los colaboradores del día preparamos el desayuno en el albergue: calentando la leche y el café y poniendo la mesa oportunamente (zumos, bollería,...) para antes que vengan los comensales. Después, a una hora de empezar andar, almorzaremos en ruta, esta vez en un restaurante del lugar; para ello tomaremos nota del pedido del grupo por

orden riguroso de lista, serviremos en la mesa lo que corresponda y recogeremos cuando terminen todos de comer. Así cogemos algo de fuerzas para continuar la etapa del camino.

7º. EQUIPO DE COMIDA: Como equipo encargado de la comida, nuestra tarea será coordinar y organizar cada día el almuerzo, la comida y la cena (fría en ruta o caliente en el albergue o en un restaurante), lo que significa preparar y quitar la mesa, servir los platos y demás actividades relativas a la comida, siempre, por supuesto, ayudados por el equipo que le toque cada día. Pero, quitar y poner la mesa es una tarea común, no hay ni sirvientes ni servidos: nadie va al camino “a mesa puesta” sino que entre todos colaboramos. Aunque los modales a mantener durante la comida no hay que recordárselos a nadie, si se ruega, por favor, que el tono de voz alta no es lo más adecuado en ningún lugar público, aunque estemos solos en el lugar. Huelga decir también que no se tira o devuelve nada de lo servido: NI PAN NI AGUA. El menú está preparado como dieta convenientemente equilibrada para el camino, por lo cual -salvo prescripción médica- todos tomaremos lo mismo dentro del menú pactado y en distintas cantidades según cada cual. Además recordad que el orden para pedir y tomar nota de las bebidas y demás en la comanda es el de la “CADENA” y que no debemos empezar a comer ni nos levantamos de la mesa hasta que no estemos o terminemos todos, por educación y para “bendecir la mesa y dar gracias a Dios por los dones recibidos”; con lo cual tendremos que estar atentos, ser diligentes para cumplir el horario previsto que marca el equipo del día.

8º. EQUIPO DE LAVANDERÍA: Organiza la recogida de la ropa sucia que los peregrinos entregarán en la bolsa o rede individual, para poner las lavadoras y hacer las coladas y secadoras necesarias en el albergue, así como controlará el tendero hasta su posterior reparto-distribución de la ropa ya limpia y seca.

9º. EQUIPO DE LIMPIEZA, BANOS Y DUCHAS: Ordenar y mantener limpio el albergue y en especial las duchas y baños al salir y entrar del mismo, así como organizar el neceser común y los aperos correspondiente para cargarlos y descargarlos en el “coche escoba”. Poniendo al día el inventario oportuno y elaborando una lista de lo necesario a reponer, que entregaremos al encargado de compras.

10º. EQUIPO MEDICO: Durante el camino, las responsables del botiquín, acompañados por los colaboradores de cada día, al llegar al albergue montaremos el equipo médico descargando del coche escoba el instrumental sanitario y atenderemos en primer lugar las ampollas de los peregrinos, con las curas pertinentes, y después los maltrechos pies del grupo, con las correspondientes friegas de alcohol de romero; así como administraremos los fármacos que se necesiten y haremos el parte de incidencias y las derivaciones oportunas al centro de salud, junto con el pedido para la farmacia. Nadie que no sea del equipo manipulará los instrumentos sanitarios (especialmente las jeringuillas) ni se tomará medicación alguna sin control por parte del equipo. Se cuidará especialmente el consumo de los tiritas (“compit”) para las ampollas (¡son muy caras!), por lo cual seguiremos las instrucciones precisa para no malgastarlas.

Toda esta organización (más deseo que realidad) está entresacada de la experiencia de años pasado para que nos ayude a tener un buen camino entre todos y no creernos que el único problema del Camino es llegar cada uno como pueda aguantando el reto físico de la ruta; y no debe convertirse en un problema a “cumplir – mentir” sino que nos debe servir para darnos cuenta que un peregrino se debe procurar todo lo necesario para hacer su Camino de verdad: nunca debe exigir nada sino agradecer todo lo que hagan por él. Y este último artículo es el más importante del código de conducta de peregrino, pues todo lo anterior es simplemente una propuesta (no una ley) donde aunque cualquier parecido con la realidad sea pura coincidencia, sólo el sentido común hará que realmente funcione y no se convierta en “papel mojado”, ya que no se trata de cumplirla “a pie de la letra” (todo el mundo puede asumir una tarea aunque no sea el responsable o no le toque), sino de seguir con libertad el espíritu de este decálogo (cada uno hace y ayuda todo lo que puede y si no lo comunica y pide ayuda para que al final todo salga adecuadamente). ¡OJO! Siempre hay oficialmente un suplente que tienen el día libre con el que puedes contar, igual que con el equipo de apoyo -los adultos-, pero no debes abusar de su disposición sino que todo se pide “por favor” y se agradece de antemano).

RECOMENDACIONES PREVIAS DE INTENDENCIA

1º. Llévate unas botas cómodas, con las que hayas andado bastante (jamás las estrenes para el camino). Van bien botas o zapatillas de *trekking*, pero lo importante es que sean muy cómodas. Entrena un poco antes de partir, dando paseos largos con el calzado que vayas a llevar. No hace falta estar muy en forma, pero sí conviene tener los pies un poco duros.

2º. La mochila cuanto menos pese mejor (7 – 8 kg como máximo). La inmensa mayoría de las cosas son superfluas. Viajando en verano hay que llevar muy poca ropa: 2 ó 3 mudas de camisetas, pantalones cortos y ropa interior, un pantalón largo ligero, una sudadera, unas chanclas (para ir cómodo/a y para la ducha). Tendrás que lavar a menudo en los albergues, lleva pinzas.

3º. Para dormir un saco ligero. No es necesario llevar rollo (si acaso para sentarse). Es importante el chubasquero o capa e incluso meter la ropa y el saco en bolsas de basura para que no se mojen en caso de tormenta fuerte.

4º. Poco más equipaje... una “mini-bolsa” de aseo (con los recipientes medio vacíos) y una toalla diminuta. Un botiquín mínimo es indispensable: aguja e hilo para coser las ampollas, algodón, betadine (el mejor invento para el peregrino), aspirina u otro analgésico... Y ya está, hay farmacias.

5º. Estudia el recorrido antes de partir. Lleva una guía ligera que tenga mapas. Planifica las etapas de forma que los finales coincidan con lugares interesantes para visitar y en los que haya servicios (tiendas, centro médico,...). Viene bien una libreta para anotar experiencias y sensaciones.

6º. Es bueno madrugar; el día cunde más y se pasa menos calor. Los peregrinos/as suelen despertarse sobre las 5 ó las 6 de la mañana (sobre todo en verano). Lo ideal es caminar por la mañana y dedicar la tarde a descansar y visitar el lugar. Camina despacio pero haz pocas paradas y breves. Si se para mucho la etapa se hace eterna.

7º. Es recomendable hacer etapas cortas, avanzar sin prisas. Lo estándar son unos 25 – 30 km diarios, pero ya entre 20 y 25 es mucho, y los primeros días menos de 20. De todas formas, cada cual tiene su ritmo; que tu cuerpo marque el suyo.

8º. Desayuna fuerte. Calienta un poco estirando los músculos antes de empezar a andar. Lleva siempre algo de agua (pero poca) y alimento energético (frutos secos, chocolate, galletas, plátano,...).

9º. Camina relajado/a; observa el paisaje, medita, cuenta historias, silba, recita, canta, baila, grita,... Disfruta de la soledad del camino o de la compañía de otros peregrinos. Conocerás muchos lugares y a muchas personas.

10º. Siéntete importante. El Camino existe porque hubo y hay peregrinos; los peregrinos le damos sentido. Recorrer el Camino es seguir los pasos de “miles de almas” antes que las nuestras, es revivir la historia, es “hacer historia”. Compostela te recibirá con los brazos abiertos. Tendrás unos minutos de inmensa felicidad, de realización suprema. **Y TODO HABRÁ COMENZADO.**

Antes de salir repasa el listado de equipamiento personal
(y recuerda que todo debe caber en la mochila).

1º. Mochila (recomendación: 40 l para chicas y 50 l para chicos, nunca más de 7 o 8 kilos, y siempre con sujeción a la cintura) con su funda correspondiente para la lluvia.

2º. Saco de dormir (cuanto más pequeño, mejor).

3º. Tres juegos de **ropa interior**, de **camisetas** (mejor de manga larga) y de pares de **calcetines** (a ser posible, sin costuras).

4º. Calzado: Botas (“usadas”), deportivas “ligeras” (de paseo) y chancas (para la ducha).

5º. Impermeable fino o capa de lluvia (a ser posible con aislante para las piernas), **gorro** y **guantes** “de abrigo” (siempre impermeables y lo más flexibles posible). ¡OJO! Llevar **bordón** (“bastón o palo telescópico”) y gorra o sombrero son muy útiles.

6º. Un forro polar o un **jersey** ligero (a ser posible de algodón pero transpirable) y una prenda de abrigo o **cazadora**.

7º. Un **pantalón largo** para andar (no vaquero) o un pantalón corto (o de perneras desmontable); y un **chándal** para las noches.

8º. Neceser con equipamiento **básico**: sólo con cepillo de dientes, cortaúñas y tapones para los oídos, (y si procede, maquinilla de afeitar y tus medicamentos específicos); ya que todo lo demás –jabón, champú, pasta de dientes, desodorante, espuma de afeitar, crema solar,... y medicamentos genéricos va en el neceser y botiquín comunitario).

9º. “Útiles varios” personales: Un **vaso** y una “**botella**” de agua (“ligera”); un “**kit** de 3”: **imperdibles**, **pinzas** y **bolsas** de plástico; una **cuerda** o **cordón** “simple” (de un metro aproximadamente), una **red** de lavadora, un **silbato** y una **linterna** (pequeña).

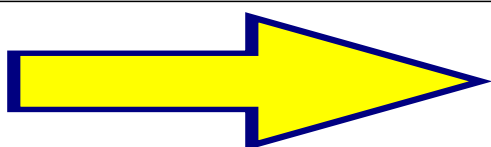
10º. Pijama y toalla o bayeta de ducha y de mano personal.

Pd.: Lo importante es llevar sólo lo necesario y del menor peso y volumen posible. Recuerda que hay lavadoras en los albergues y hacer coladas será una actividad más del “Camino”. ¡Ojo!: No olvidar la documentación personal: DNI, tarjeta de la seguridad social o equivalente y acreditación de peregrino junto con la “Guía de peregrino”. Y ya sabes que no hay que llevar dinero, más que el del fondo común (que te toque administrar), pero si “móvil”: aunque no para usarlo sino para estar localizado (lo que está prohibido es llevar cualquier tipo de “aparato” de música o de juego.

ETAPAS - CAMINO DE SANTIAGO - 2014

Viernes, 4 abril. Tren ida: Villalba- Astorga 15 h.

Sábado, 5 1ª Etapa	11 días	Astorga - Rabanal del Camino		20.7	Jueves, 10 6ª Etapa	6 Días	Triacastela - Mercadoiro		35.1
		Murias de R.	4,6				San Xil	4	
		Santa Catalina	4,9				Furella	6,7	
		El Ganso	4,2				Calvor	3,2	
		Rabanal del Camino	7				Sarria	4,6	
Domingo, 6 2ª Etapa	10 días	R. del Camino - Molinaseca		25			Barbadelo	4,3	
		Foncebadón	5,6				Brea	7,2	
		Manjarín	4,2				Ferreiros	1,7	
		El Acebo	6,8				Rozas	1,8	
		Riego de Ambrós	3,7				Mercadoiro	1,6	
		Molinaseca	4,7		Viernes, 11 7ª Etapa	5 Días	Mercadoiro - Palas De Rey		31.3
Lunes, 7 3ª Etapa	9 días	Molinaseca - Villafranca del B.		30.7			Hilacha	5	
		Campó	4,4				Portomarín	1,8	
		Ponferrada	3,6				Gonzar	7,7	
		Columbrianos	4,8				Castromayor	1,2	
		Fuentes Nuevas	2,8				Hospital de la C.	2,4	
		Camponaraya	2,1				Ventas de Narón	1,4	
		Cacaelos	5,8				Ligonde	3,1	
		Villafranca del B.	7,2				Eireixe	1,3	
Martes, 8 4ª Etapa	8 días	Villafranca del B. - O Cebreiro		32.2			Avenostre	5,2	
		Pereje	5,8				Palas de Rei	2,2	
		La Portela de Valcarce	3,4		Sábado, 12 8ª Etapa	4 Días	Palas de Rei Ribadiso de B.		26
		Ambasmestas	1,3				Casanova	5,8	
		Vega del Valcarce	2,4				Leboreido	3,4	
		Ruitelán	3,2				Furelos	4	
		Las Herrerías	2,3				Melide	1,9	
		La Faba	3				Bonete	5,6	
		La Laguna	3,3				Castañeda	2,2	
		O Cebreiro	2,3				Ribadiso da Baixo	3,1	
Miércoles, 9 5ª Etapa	7 días	O Cebreiro - Triacastela		17.9	Domingo, 13 9ª Etapa	3 Días	Ribadiso de B. O Pedrouzo		21,5
		Liñares	1,7				Arzúa	2,7	
		Hospital de la C.	1,3				Salceda	11	
		Alto do Poio	3,5				Alto de Sta. I.	4,6	
		Fonfría	2,3				Rúa	2	
		Viduedo	2,6				Pedrouzo (Arca).	1,2	
		Triacastela	6,5		Lunes, 14 10ª Etapa	2 Días	O Pedrouzo Monte do Gozo		20,8
							Labacolla	10	
							San Marcos	4,8	
							Monte do Gozo	6	
					Martes, 15 11ª Etapa	1 Día	Monte do Gozo Santiago de C.		4,5
TOTAL:								263	



Después de recoger la "Compostela" y tras la misa "Crismal", el martes por la tarde haremos una visita cultural a la ciudad antes de coger -ya a media noche el tren de vuelta a Madrid, donde por fin tendremos un merecido descanso en casa y unas mejores vacaciones de Semana Santa, para terminar de hacer un BUEN CAMINO.

NORMAS DE COMPORTAMIENTO EN EL ALBERGUE

La utilización por parte de los peregrinos de las instalaciones de los albergues estará sujeta al cumplimiento de las siguientes condiciones:

1º. La estancia en cada albergue será de una sola noche, salvo en caso de enfermedad u otra causa de fuerza mayor.

2º. La puerta de los albergues se cerrará a las 22:00 horas.

3º. Los albergues deberán abandonarse antes de las 8:00 horas de la mañana.

4º. Para respetar el descanso, las luces se apagarán a las 22:30 horas, con excepción de las zonas comunes.

5º. Los usuarios/as deberán cuidar las instalaciones con la debida diligencia, dejándolas ordenadas, limpias y, por tanto, recoger y depositar la basura en los correspondientes contenedores.

6º. No se podrá malgastar el agua ni la luz.

7º. Para secar la ropa se utilizarán exclusivamente los tendales.

8º. El incumplimiento de los deberes anteriormente citados, así como cualquier conducta susceptible de ser considerada como perturbadora del buen funcionamiento de los albergues, facultará a sus responsables para obligar a los infractores a abandonarlos, sin perjuicio de la existencia de responsabilidades, incluida la prohibición del uso de cualquier otro albergue de la red.

Y recuerda siempre que *“el peregrino nunca exige nada, siempre agradece todo”*.

ALBERGUES DEL CAMINO DE SANTIAGO ´ 2014

1º. ASTORGA: Viernes, 4 de abril.



**Asociación de
Amigos del Camino de Santiago
de Astorga y su Comarca**

**Plaza San Francisco. 3
Apto. 35 Astorga 24700**

**T. albergue: 987 616034
T. asociación: 618 271773**

2º. RABANAL DEL CAMINO: Sábado, 5 de abril.

**Plaza de Jerónimo Morán Alonso
Rabanal del Camino (León)**

**Teléfono de contacto:
987 63 16 21, 616 089 942
Email: rabanalelpilar@hotmail.com**

Institución privada: Isabel Rguez.



3º. MOLINASECA: domingo, 6 de abril.



**Avenida Fraga Iribarne, s/n
Molinaseca (León)**

**Teléfono de contacto:
987 45 30 77 - 615 302 390
Email: alfredomolinaseca@hotmail.com**

Propiedad Municipal: Alfredo Álvarez

4º. VILLAFRANCA DEL BIERZO: Lunes, 7 de abril.



Dirección: Desvío a la derecha de la Iglesia de Santiago, primer edificio de Villafranca del Bierzo (León).

Teléfono de contacto: 987 54 26 80.
Ayto: 987 54 00 89. **Turismo:** 987 54 00 28
Página web: www.villafrancadelbierzo.org

Propiedad municipal: Ayuntamiento

5º. O CEBREIRO: Martes, 8 de abril.

Dirección: O Cebreiro (Lugo).

Teléfono (y persona) de contacto:
660 396 809 Edita Núñez.

Propiedad del albergue:
Xunta de Galicia



6º. TRIACASTELA: Miércoles, 9 de abril.



Dirección: En la entrada de Triacastela a la izquierda, frente al prado.

Teléfono (y persona) de contacto: 982 54 80 87 - 660 396 811 (Jesús Río Quiroga).

Propiedad: Xunta de Galicia.

7º. MERCADOIRO: Jueves, 10 de abril.



Aldea de Mercadoiro, 2. (Parroquia de Santiago de Laxe, Concello de Paradela en Mercadoiro –Lugo-).

**Teléfono de contacto: 982 545 359,
email: jose@mercadoiro.com y página
web: www.mercadoiro.com**

**Propiedad (y encargados) del albergue:
Privada (Manuel y José).**

8º. PALAS DEL REY: Viernes, 11 de abril.

**Dirección: Carretera de Compostela
Palas de Rei (Lugo).**

Propiedad: Xunta de Galicia.

**Tfno. de contacto: 982 380 090
Encargada: María García (982 374 126)**



9º. RIBADISO DE BAIXO: Sábado, 12 de abril.



**Ribadiso de Baixo
Concello de Arzúa (A Coruña)**

**Teléfono de contacto:
981 50 11 85 - 660 396 823**

**Propiedad: Xunta de Galicia.
Encargada: Dolores Agra Curros**

10º. O PEDROUZO (Arca do Pino): Domingo, 13 de abril.



Dirección: Pedrouzo (A Coruña).

Teléfono de contacto: 660 396 826

Propiedad del albergue:

Xunta de Galicia

Persona encargada: María Obdulia

11º. MONTE DEL GOZO: Lunes, 14 de abril.

**Dirección: Carretera del
Aeropuerto, km 2.**

**Teléfono de contacto:
981 55 89 42 Ext. 2502**

Propiedad: Xunta de Galicia.

**Persona encargada de atender el
albergue: Manuel Mariño.**





SABIAS QUE...

LOS ORIGENES DEL CAMINO

Según cuenta la tradición, nace con dos discípulos de Santiago, Atanasio y Teodoro, que recogieron su cuerpo y lo trasladaron en una nave desde Palestina hasta Galicia. Tras siete días de navegación llagarían a las costas gallegas de Iria de Flavia, cerca de la actual villa de Padrón. Desembarcado su cuerpo y tras sujetar la barca en un “pedrón”, que se conserva bajo el altar de la Iglesia de Santiago, sus discípulos sufriendo todo tipo de persecuciones consiguen llegar hasta el bosque del Libredón dando allí sepultura al cuerpo del Apóstol. Hay muchas leyendas en torno a su enterramiento, la conversión de la Reina Lupa, etc...

También cuenta la tradición que un ermitaño, de nombre Pelayo, que vivía en el bosque de Libredón (donde está la actual iglesia de Santiago), observó durante varias noches unos resplandores que parecían como una lluvia de estrellas, sobre un montículo del bosque. Encontró un sepulcro y lo comunicó al Obispo Teodomiro, que también fue al lugar y lo identificó como el cuerpo de Santiago (año 813). El obispo lo comunicó enseguida al rey Alfonso II, que rápidamente acudió al lugar. El hallazgo es notificado al Papa San León y éste difunde la noticia a través de una carta a toda la cristiandad; y el Rey Alfonso II es por esto considerado el primer peregrino. Él mandó construir la primera Iglesia que custodiaría los restos del Apóstol (consagrada en el año 834) y que es la predecesora de la actual.

El primer peregrino extranjero que acude a Santiago, del cual se tiene testimonio histórico, es el Obispo Gotescalco de Puy (Francia), en el año 950. Desde ese momento se va consolidando el camino, se levantan puentes, se construyen hospitales, monasterios e incluso pueblos cuyos orígenes están vinculados al Camino. La multitud de peregrinos fue creciendo hasta el punto de colapsar el Camino o la misma ciudad de Santiago. Espíritu de Fe, penitencia, conversión, encuentro con uno mismo en lo más profundo, encuentro con Dios, con la naturaleza, con los demás... Estas razones, fundamentalmente son las que impulsaron desde el principio y siguen impulsando hoy a hacer la peregrinación...

La primera guía del Camino que se conoce es del año 1139, parece que escrita por Aimeric Puicaud, el llamado “Codees Calixtinus” (Códice Calixtino) o “Liber Sancti Jacobi”. Desde entonces la historia es larguísima. Solamente decir que el año 1998 fueron 30.126 peregrinos (se entiende andando 100 o más Kilómetros); y el anterior Año Santo de 1993 fueron cerca de 100.000 peregrinos. El camino de Santiago fue declarado Primer Itinerario Cultural Europeo en 1987 por el Consejo de Europa y Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO en 1993.



**“Camina lento. No te apresures,
que al único lugar donde tienes que llegar es a ti mismo”** (Ortega y Gasset).



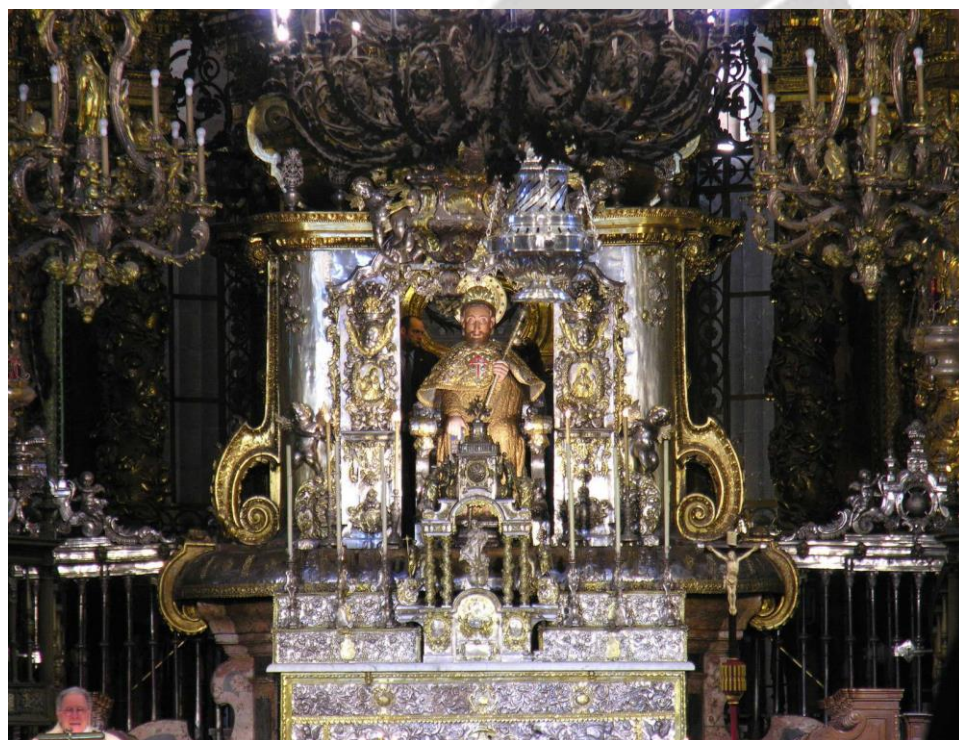
SABIAS QUE...

EL APOSTOL SANTIAGO...

Era hijo de Zebedeo y Salomé, hermano de Juan Evangelista y pariente de Jesús. Se le conoce con el sobrenombre de "Santiago el Mayor", para diferenciarlo del otro Santiago, también del grupo de los Doce. De oficio pescador, recibe la llamada de Jesús cuando se encontraba trabajando en las faenas de la pesca con su hermano y su padre, Los dos hermanos debían tener un carácter impetuoso, pues Jesús les llama "Boanerges" ("Hijo del trueno").

Fue del grupo de los predilectos de Jesús, junto con Pedro y Juan, Los tres están presentes en momentos importantes de la vida de Jesús: La Transfiguración, en la resurrección de la hija de Jairo y en la Oración del Huerto.

Después de la muerte de Jesús lo encontramos expresamente citado en los relatos sobre las experiencias de encuentro con el Señor resucitado y forma parte del grupo básico de la Iglesia Primitiva de Jerusalén. Se deduce que debió seguir siendo una figura importante por el hecho de que Agripa I lo escoge, igual que a Pedro, como figuras representativas para dar un escarmiento a la comunidad de esa secta nueva que está naciendo. Muere decapitado, con la espada por orden de Herodes Agripa en el año 44. Fue el primer Apóstol mártir.



Según una tradición antiquísima, que no se ha podido demostrar, evangelizó España, siendo fiel al mandato de Jesús: "Seréis mis testigos hasta... el fin de la tierra". Todos los historiadores de la sede Tudense (de Tui) reflejan la tradición inmemorial que relaciona Tui con Santiago como evangelizador de la ciudad, pero es Padrón, eje y faro de todas las coordenadas jacobeanas, el principal lugar de la predicción del Apóstol.

**"Camina lento. No te apresures,
que al único lugar donde tienes que llegar es a ti mismo" (Ortega y Gasset).**



SABIAS QUE...

COSAS Y DICHOS DEL CAMINO

El camino está salpicado de pazos o casas solariegas, en mejor o peor estado conservados, y de hórreos y cruceiros, convertidos ya en piezas monumentales: elementos clásicos de Galicia con los que te encontraras en el Camino, **¡no pases de largo, párate y veras que...!** Todas estas “cosas” son testigos mudos de una época, para entenderlos hay que conocer su historia y sus leyendas. Recuerda las “curiosidades y leyendas” que tienes como lectura en esta guía.

Los **Pazos** se distinguen de las Casas solariegas, por su mayor empaque y señorío, conjunción y armonía. “Capilla, escudo y ciprés.....pazo es”. Un Pazo es un palacio, casa real, casa suntuosa, solariega de infanzones nobles. Piedras enlazadas y sacralizadas en las incomparables muestras del románico en sus capillas e Iglesias. Los **hórreos** eran graneros donde se guardaba el grano y las cosechas para evitar la humedad y la ferocidad de los animales. Hoy en desuso y en vías de desaparecer. Y los **cruceiros**. Son símbolos que indican el camino. Los cruceiros aparecen sobre todo en las encrucijadas, lugares de superstición y viejos cultos, y se fueron propagando por los caminos con el fin de santificarlos y proteger a los caminantes, a la vez que les sirven de guías. Hemos de admirarlos imaginando a señores y vasallos o a devotos peregrinos arrodillados ante ellos.

Y por el Camino oirás como cantinela, entre otros dichos, un saludo reiterado: **¡BUEN CAMINO!**, que incorporarás rápidamente a tu vocabulario para siempre, después de repetirlo tanto como las sonrisas que te encuentres y las miradas que devuelvas; así también conocerás que el camino está repleto de códigos que aprenderás, como el de los **DIEZ MANDAMIENTOS DEL PEREGRINO**, y que ya será parte de tu acervo en la vida “a saber y a guardar”:

I. SEGUIRÁS LAS FLECHAS, SOBRE TODAS LAS COSAS.

II. NO RECORRERÁS KILÓMETROS EN VANO.

III. NO DESCANSARÁS NI EN FIESTAS.

IV. LLAMARÁS A TU PADRE Y A TU MADRE.

V. NO PARARÁS.

VI. NO LLEVARÁS CALCETINES IMPUROS.

VII. NO TE QUEJARÁS.

VIII. NO DIRÁS FALSAS DISTANCIAS AL HABLAR.

IX. NO CONSENTIRÁS PENSAMIENTOS NI DESEOS DE IRTE.

X. NO CODICIARÁS LAS AMPOLLAS AJENAS.

Estos diez mandamientos se encierran en dos: andarás sobre todas las cosas y cuidarás de la mochila del prójimo como de la tuya misma.

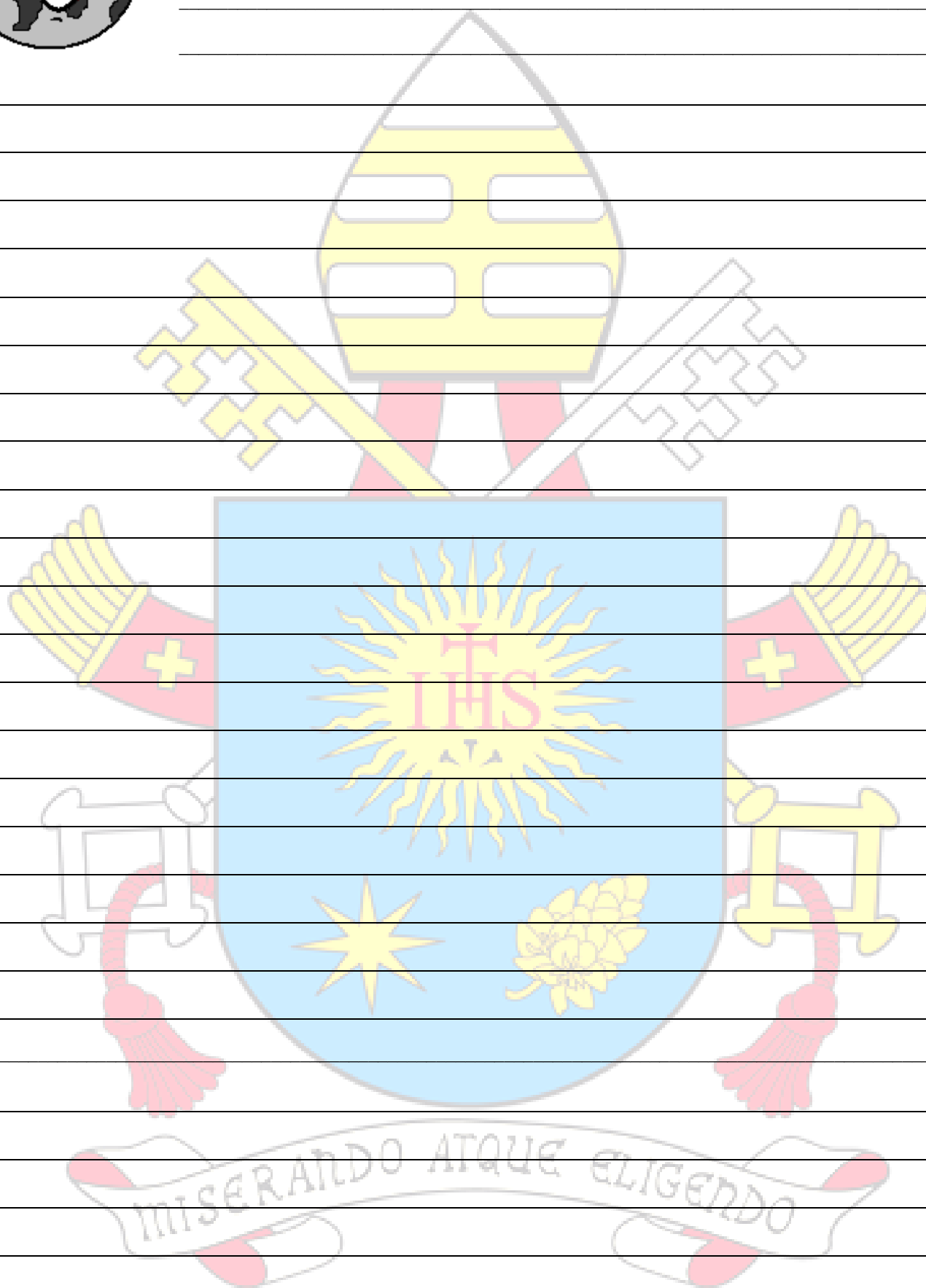
“Camina lento. No te apresures,
que al único lugar donde tienes que llegar es a ti mismo” (Ortega y Gasset).



**“Camina lento. No te apresures,
que al único lugar donde tienes que llegar es a ti mismo” (Ortega y Gasset).**



En Astorga, viernes 4 de abril de 2014.





“Diario de un peregrino”.

De Astorga a Rabanal del Camino

Por ELENA A., ESTHER B., ALONSO M., MARTA G. y ALVARO B.
1ª Etapa: viernes 4 y sábado, 5 de abril de 2014.

Breve reseña de ASTORGA:

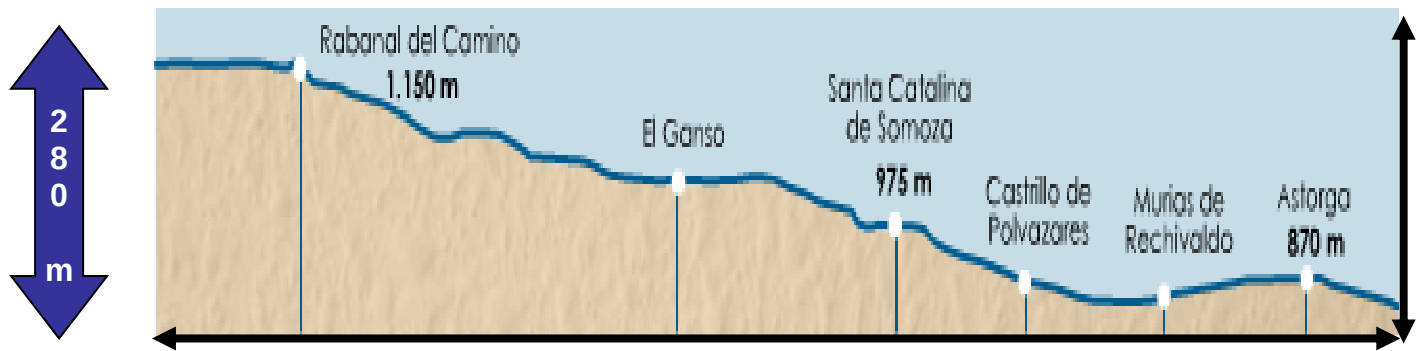
Los romanos entran en Astorga unos 14 años antes de Cristo y al convertir en la capital de los territorios que van desde el río Astura hasta el mar, recibiendo el nombre de Asturica. Octavio Augusto otorga a la villa el rango de ciudad y la titula Augusta, ordenando la construcción de las murallas con cinco puertas de acceso.



La situación de la ciudad la convierte en un importante nudo de comunicaciones. Con la caída del Imperio, llega la decadencia a la ciudad y por el año 456, el godo Teodorico la destruye por primera vez, quedando prácticamente despoblada. Es a partir del año 460 cuando un obispo, santo Toribio, comienza su reconstrucción y al mismo tiempo organiza la iglesia diocesana. La invasión árabe traerá de nuevo la destrucción y el abandono.

La ciudad vuelve a resurgir en tiempos de Alfonso VI, con motivo del auge del Camino de Santiago. Se levantan hospitales, monasterios, iglesias y la importante catedral. La valentía demostrada por sus habitantes durante la invasión napoleónica le valió el título de Benemérita. El incendio del palacio episcopal en la década de 1890 permitió que el obispo Grau encargara a Gaudí la construcción de uno nuevo, convirtiéndose en una de las piezas más atractivas para el turismo de la región.

“La vida de cada hombre es un camino hacia si mismo, el intento de un camino, el esbozo de un sendero” (Hermann Hesse).



Perfil y mapa de la etapa

20.7 kilómetros



Legenda: Murias de Rechivaldo, Sta. Catalina de Somoza y El Ganso.



“La vida de cada hombre es un camino hacia si mismo, el intento de un camino, el esbozo de un sendero” (Hermann Hesse).

PLAN DE RUTA:

1º. Nos levantamos a las 7.00 h y desayunamos a las 7.30 h para salir del albergue a las 8.00 h y visitar la catedral tras hacer la ruta histórica y cultural antes de salir a caminar. Así atravesaremos la plaza Mayor para colarnos por la calle Pío Gullón, situada a la izquierda de la plaza, y tras cruzar García Prieto continuamos de frente por la calle de Postas y la calle Santiago.



Dejando a un lado el Palacio Episcopal pasamos junto a la fachada principal de la catedral y tomamos la calle Portería - donde se encuentra el albergue privado. Tras Portería doblamos a la derecha y avanzamos rectos cerca de 400 metros por la calle San Pedro. Cruzamos la calle por un paso peatonal y tiramos en dirección a Castrillo de Polvazares y Santa Colomba de Somoza por la calle de los Mártires. Ya entramos en un camino por el campo.

2º.- Sobre las 9.00 h. Llegaremos a Murias de Rechivaldo donde nos reagruparemos para almorzar y descansar un poco, en esta población maragata a la que entramos tras salvar el cauce del **río Jerga**. La **parroquial de San Esteban**, del XVIII, queda a mano derecha y atravesamos Murias por una calle lateral, donde está el mesón y el albergue privado (Km 4,7). Abandonamos Murias de Rechivaldo por medio de una pista de grava escoltada de matorral y escobas. Una larga recta de más de dos kilómetros nos lleva a cruzar la LE-142 (Km 7,3), carretera que dejamos por un andadero pegado a la LE-CV-192. Cerca de media hora después continuaremos ascendiendo de forma muy repentina.



“La vida de cada hombre es un camino hacia si mismo, el intento de un camino, el esbozo de un sendero” (Hermann Hesse).



3º. Cuando lleguemos, sobre las 11.00 h. a **Santa Catalina de Somoza** visitamos el pueblo. También antiguo pueblo de arrieros maragatos, de recias casas con portalones de doble hoja siempre pintados de algún color primario. Cuenta con varios albergues dotados de bar que también permiten un pequeño descanso tras dos horas de caminata. Atravesamos Santa Catalina de Somoza por la calle Real y a la salida recuperamos el andadero de la LE-CV-192 que, de nuevo, en un leve ascenso.

4º. Sobre las 12.45 h. llegaremos a **El Ganso**, donde después de un par de bares giramos a la izquierda para pasar junto a una fuente y la iglesia de Santiago (Km 13,4), donde comeremos en un restaurante que nos ofrecerá un menú muy apetitoso y exquisito y nos obsequiarán con suficiente agua para el camino. Y ya sobre las 14.00 h. comemos y después de descansar a las 15.30 h. salimos andando por la calle hacia el camino para llegar poco más tarde a el cruce de Rabanal del viejo y visitar Iglesia de San Martín.

5º. Y a las 19.00 h llegaremos a Rabanal del Camino, después de pasar por Rabanal del viejo y Cruce a Rabanal Camino. Donde tras el río de Rabanal Viejo y después de abandonar la carretera, tomaremos una senda que sube entre un rebollar.

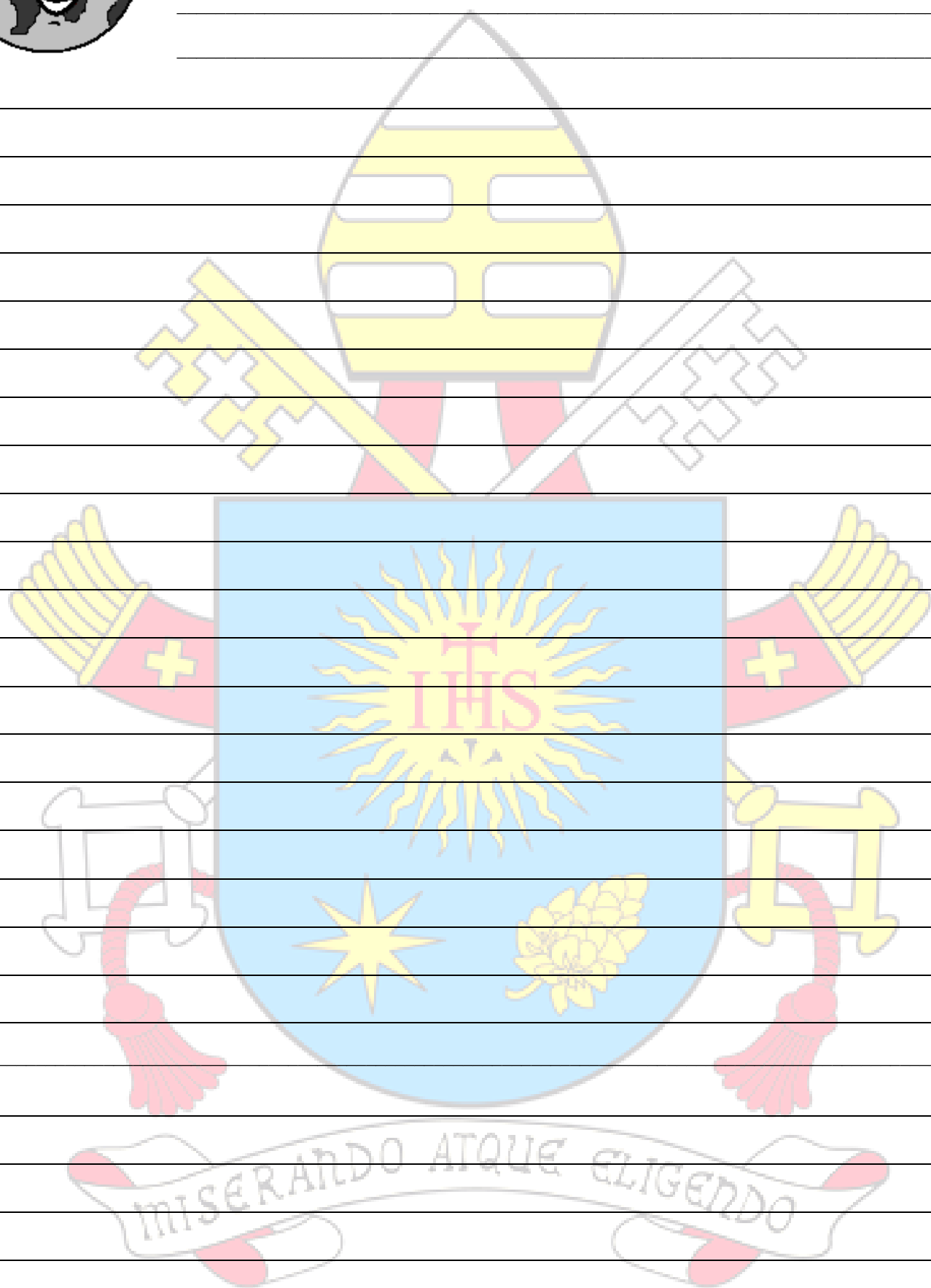


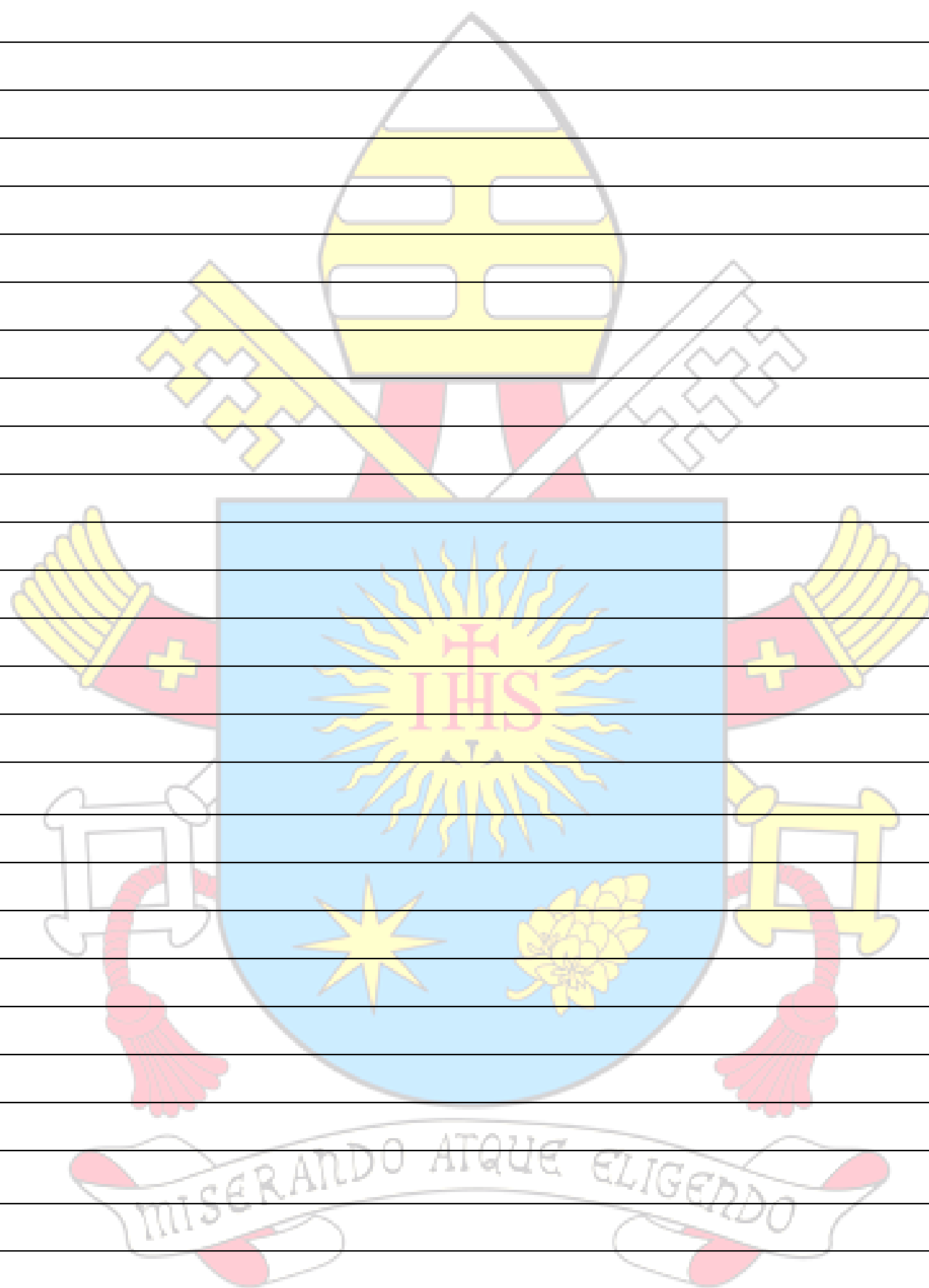
Avanzaremos pegados a una valla rematada de cruces hechas con palos, donde algunos peregrinos se detienen a colocar la suya. De nuevo junto a la carretera vemos, a mano izquierda, el monumental **roble del peregrino**, conocido por el sobrenombre de "Carballo de Fonso Pedredo" (Km 19). También a mano izquierda dejamos la **ermita del Cristo de la Vera Cruz**, propiedad de la Junta Vecinal (Km 19,7). Finalmente, pues, dejamos la compañía de la LE-CV-192, que se funde aquí con la LE-142, para entrar en **Rabanal del Camino**.

"La vida de cada hombre es un camino hacia si mismo, el intento de un camino, el esbozo de un sendero" (Hermann Hesse).



En Rabanal del Camino, sábado 5 de abril de 2014.





“Diario de un peregrino”.

Curiosidades y leyendas del Camino:

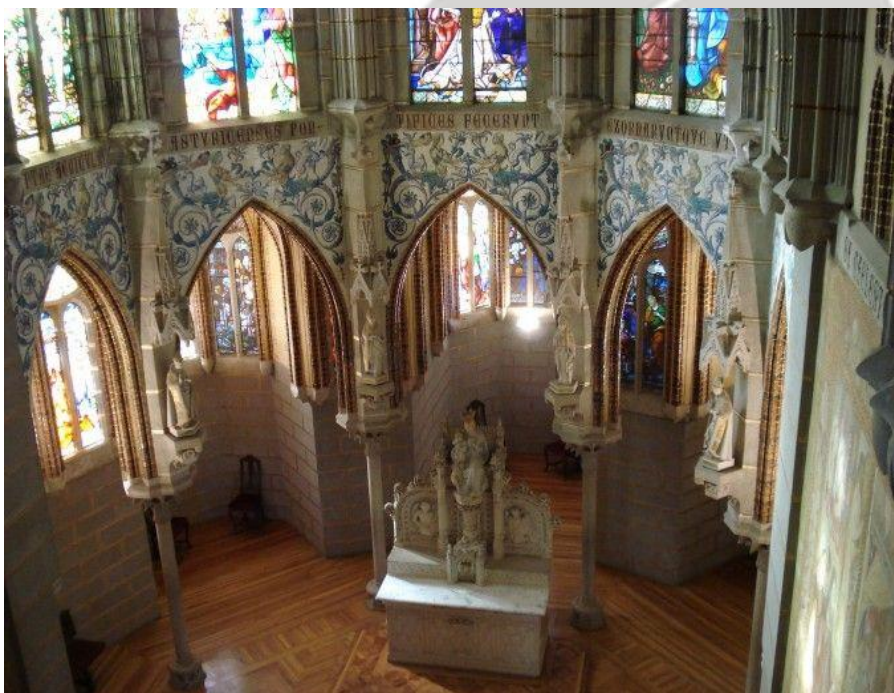
El **Palacio episcopal de ASTORGA** encargado a Antonio Gaudí en 1887 y terminado definitivamente en 1961. De inconfundible estilo modernista, partiendo de elementos medievales y árabes, el exterior está revestido con granito grisáceo de Montearenas y el conjunto consta de cuatro plantas.

El impresionante exterior de granito de color blanco le confiere un aspecto de castillo, mansión y templo. Construido en un estilo neogótico, presenta una serie de elementos con aparente función militar como almenas y torres junto con otros como miradores y terrazas.



El edificio consta de cuatro pisos: sótano (de estilo mudéjar), planta baja, planta principal en forma de cruz griega y el último piso o sotabanco. En la planta principal se halla la impresionante capilla, que forma al exterior un triple ábside con vidrieras, arbotantes, gárgolas, etc., adornada en el interior con vitrales, pinturas y objetos religiosos que refuerzan la magnificencia del conjunto; y la sala del trono, el despacho del obispo y el comedor de gala que se organizan alrededor de una pieza central o vestíbulo.

En el exterior, el porche con sus tres arcos abocinados –que crearon serios problemas durante su construcción, ya que hubieron de ser reconstruidos tres veces– constituye uno de los elementos arquitectónicos más espectaculares de Gaudí.



En el interior, el granito, el mosaico, los pilares y las columnas se mezclan de una manera espectacular, además de adaptarse con rigor al espíritu simbólico del palacio. La sala del trono está provista de ventanales góticos. El Comedor, el Despacho y la Capilla que refleja al exterior un triple ábside con vidrieras, arbotantes y gárgolas. El Palacio alberga el Museo de los Caminos, donde hay objetos de la historia del Camino de Santiago divididos en las épocas romana, medieval, moderna y contemporánea.

Entre Astorga y Rabanal del Camino no nos encontramos una desviación al **CASTRILLO DE LOS POLVAZARES**, que es la población más representativa de la comarca maragata declarada Conjunto Histórico - Artístico gracias a su buen estado de conservación. Castrillo era un pueblo arriero que alcanzó su esplendor en el siglo XVIII. Castrillo de los Polvazares es el pueblo mejor conservado de la Maragatería, sobre todo en lo que se refiere a su arquitectura.

Hay que remontarse a finales del siglo XVI para encontrar el origen de la población, aunque no es hasta el siglo XVIII cuando alcanza su esplendor. Es en esa época cuando se empedró la calle Real, para así facilitar el trasiego de los arrieros.

Castrillo era un típico pueblo arriero, lo cual se puede comprobar observando la arquitectura de muchas de sus casas, las cuales se construyeron, en numerosos casos, gracias a las grandes fortunas obtenidas por los viejos comerciantes. En la actualidad, Castrillo es el pueblo con mayor afluencia de turistas de la comarca, los cuales vienen ante el reclamo de su arquitectura y gastronomía, simbolizada ésta en el cocido maragato, que tiene su principal particularidad en comerse al revés (se comienza por la carne y se finaliza en la sopa). El conjunto del pueblo con su empedrada Calle Real y sus casas en piedra roja. El cocido maragato es el plato típico de la comarca, que se empieza probando la carne y se termina degustando la sopa.



De Rabanal del Camino a Molinaseca

Por VICTOR Larpa y DIEGO López.
2ª Etapa: domingo, 6 de abril de 2014.



Breve reseña de RABANAL DEL CAMINO:

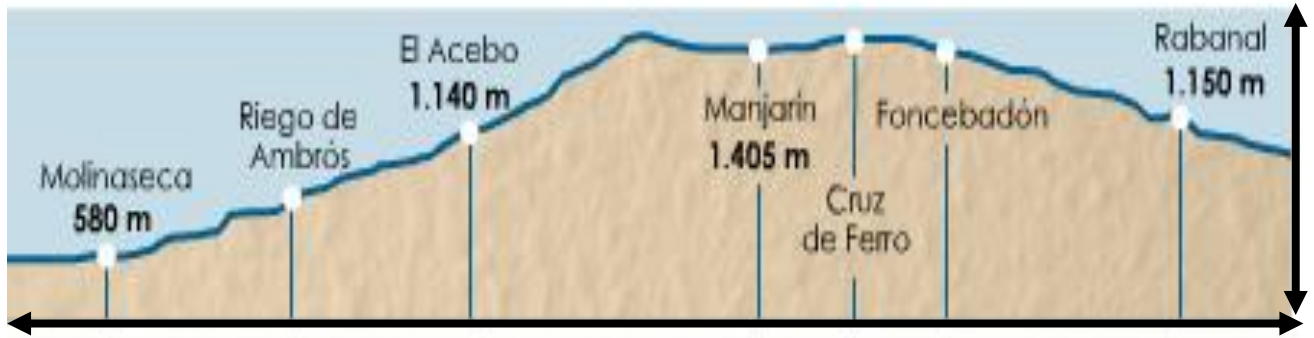
Esta localidad maragata siempre estuvo ligada al camino de Santiago, como indica su apellido (aparece en el Codice Calixtinus como final e inicio de etapa hacia Santiago de Compostela). En el pasado la arriería tuvo una gran importancia existiendo notables arrieros (José Calvo o Santiago Botas). Y es que los arrieros maragatos gozaron de gran poder e influencia en la zona, pues la comarca maragata está situada en un punto estratégico en las comunicaciones del interior de la península y Galicia y los maragatos transportaban al interior salazones de pescado traídos de la costa gallega, y al volver a su tierra cargaban con embutidos y productos de secano. La decadencia de esta casta comenzó con la llegada del ferrocarril a Astorga en 1866.

Pero en la actualidad el pueblo se ve afectado por la despoblación como el resto de la comarca, pero con la particularidad de contar con una importante actividad turística ligada al camino (al menos los meses de verano). Hoy este pueblo tiene gran importancia dentro del Camino de Santiago, no sólo por seguir siendo principio y final de etapa como desde la antigüedad y estar siendo recorrido por los peregrinos, sino también por los arrieros que mantienen la actividad tradicional hoy e incluso por la recuperación de sus próximas y abundantes restos de la minería de oro romana, que tanto abundan en todo el noroeste español. Sigue siendo una aldea de atractivo turístico por su arquitectura e historia, así como por su gastronomía que se puede disfrutar en cualquier aldea de los montes de León, como el Acebo, donde pararemos a comer.



**“Si ya sabes lo que tienes que hacer y no lo haces,
entonces estas peor que antes” (Confucio).**

280
m



Perfil y mapa de la etapa

25 kilómetros



Leyenda: Foncebadón, Cruz de Ferro, Manjarín, El Acebo y Riego de Ambros.



**“Si ya sabes lo que tienes que hacer y no lo haces,
entonces estas peor que antes” (Confucio).**

PLAN DE RUTA:

1º. A las 7 h, tras despertarnos, nos aseamos, después de revisar los baños, “rápidamente” recogemos nuestra bolsa de viaje, hacemos la mochila y salimos del albergue. Después de cargar ordenadamente en el coche escoba tanto la bolsa de viaje propia –sólo con saco de dormir, toalla y neceser-, como los aperos comunitarios: botiquín, neceser, despensa,... (que será revisada por los responsables con el inventario para hacer el listado correspondiente y si procede con el “pedido de compra” para cada día). Después de revisar que no nos dejamos nada, **empezamos a andar por la cuesta de la calle principal de Rabanal del Camino para llegar junto a un lavadero, donde tomamos una pista entre los piornos.** Un kilómetro más adelante cruzamos la carretera y seguimos por el camino de la izquierda. Llegamos junto a una fuente abrevadero (Km 22,3) y subimos un breve tramo hasta la carretera LE-142, buena atalaya para reconocer a lo lejos la silueta de Astorga y las tierras de la maragatería. Un camino que progresa por encima de la carretera, fotocopiando su trazado, nos deja tres kilómetros y medio más adelante en el centro de Foncebadón, pueblo arruinado y asentado sobre el monte Irago resucitado por una taberna, un restaurante, varios albergues y el paso casi diario de los peregrinos.

2º.- A las 9 30 h llegaremos a Foncebadón donde almorzamos y descansaremos escuchando la leyenda de un concilio narrada por un amable hospitalero. Después de hacer un descanso de 30 minutos a las 10 h despedimos Foncebadón calle arriba, entre muros caídos y la iglesia. A la salida tomamos el camino de la izquierda, que en suave pendiente nos acerca hasta la carretera LE-142. Más tarde, dos kilómetros y trescientos metros después, ya junto a la “Cruz de Ferro”, donde se erigió en 1982 una capilla consagrada a Santiago Apóstol, depositaremos (de espalda y tirando para atrás) una piedra con todos los buenos deseos junto al montículo de reliquias de los peregrinos que nos han antecedido. Desde este punto retomamos la marcha por la senda paralela a la LE-142 donde nos encontraremos con bastantes “Serbales de Cazadores” (*Sorbus aucuparia*), árbol caducifolio distinguible fácilmente por sus gruesos racimos de bayas rojas, arropan nuestros pasos. Así, por una senda paralela a la carretera, que avanza junto a algún bosque de repoblación, llegamos hasta la Cruz de Ferro (donde haremos una parada de 10 minutos para verlo). Situada a unos exactos 1500 metros de altitud (el techo del Camino Francés), no es más que una pequeña cruz de hierro aupada por un desproporcionado mástil de madera. De espaldas a la cruz es tradición arrojar una piedra al montón ya levantado. Un gesto calcado al que hacían los segadores gallegos cuando se desplazaban a Castilla para trabajar en los campos de cereal y también los arrieros y los pastores trashumantes.



“Si ya sabes lo que tienes que hacer y no lo haces, entonces estas peor que antes” (Confucio).

Y cuando lleguemos, sobre las 11.15 h al refugio de Manjarín visitamos poblado con el albergue más peculiar del Camino y nos entrevistaremos con D. Tomas, “el último templario”, que con el tañido de una campana y las señales del humo de una hoguera nos guía hacia el interior con un ambiente de puertas adentro que es mejor descubrirlo por uno mismo.

3º. Ya sobre las 12.45 h. hacemos un alto en el camino. Tras salir del refugio de Manjarín nos dirigimos hacia **El Acebo** (terreno descendiente). Este tramo de la etapa es el mas largo por lo que pararemos para tomar algo (en frío). Posteriormente proseguiremos nuestro camino que se caracteriza por ser algo más de 7 kilómetros separan el refugio de Manjarín de El Acebo. Salvo alguna curva que se ataja, el itinerario discurre siempre paralelo a la carretera. En los primeros 3,5 kilómetros se llanea e incluso se sube levemente. En ellos dejamos a un lado la Base militar de Transmisiones, situada bajo Peña Llabaya y abandonada en 1990. Un kilómetro más adelante de la Base comienza realmente el descenso con vistas a Ponferrada (desde la distancia se distingue en ella una mancha negra que corresponde a la torre de la Rosaleda de más de 100 metros). La senda es pedregosa y en fuerte pendiente (los ciclistas deben recorrer toda la etapa por la carretera LE-142).

5º. Ya a las 13.30 h. comemos y despues de descansar a las 15.30 h. salimos andando por el camino hacia el riego de Ambós para llegar a las 16.30 h. visitarlo.

Características: saliendo de El Acebo nos topamos con una gráfica escultura realizada por Eulogio Pisabarro en memoria de Heinrich Krausse,



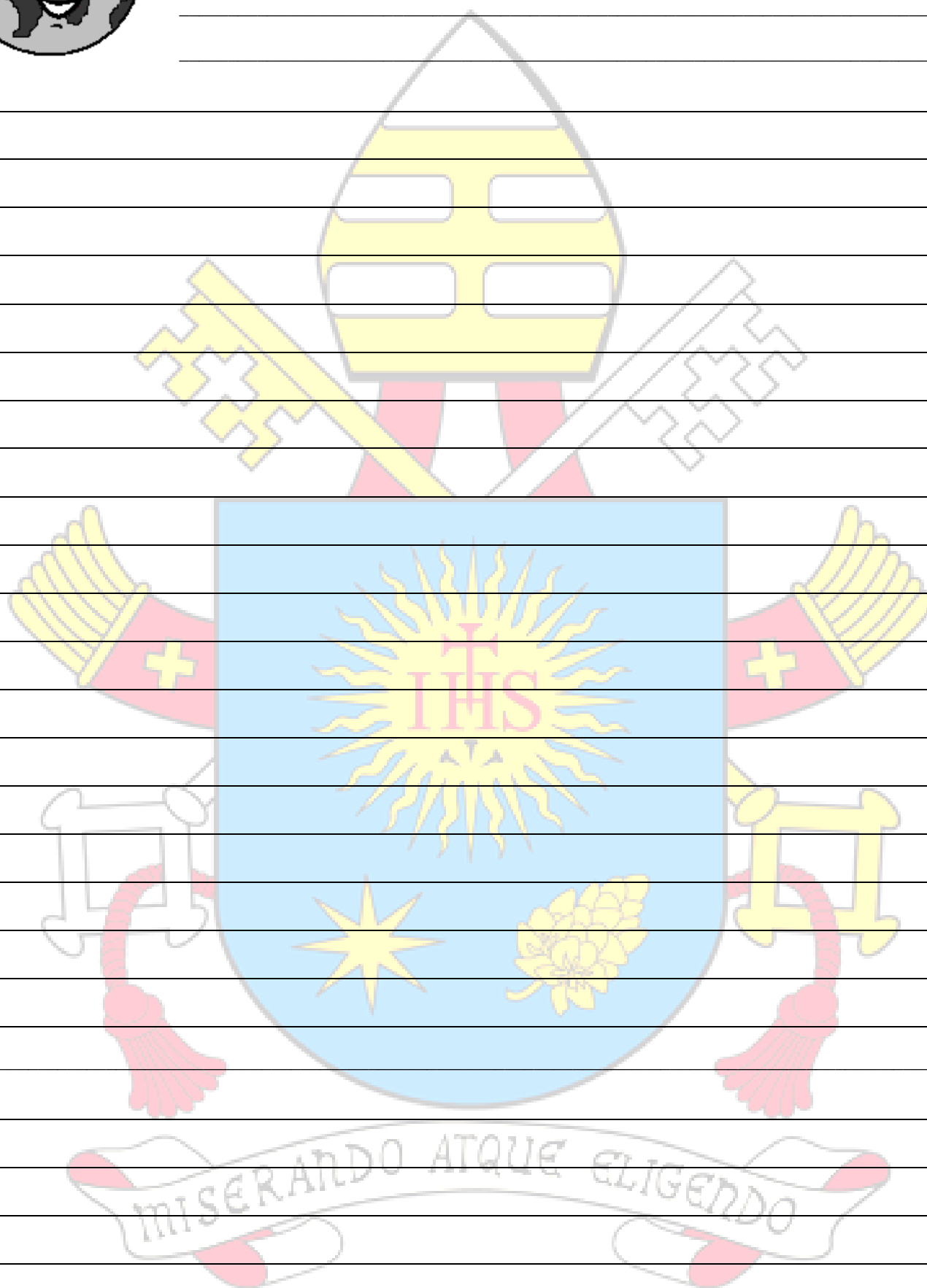
peregrino alemán que falleció realizando el Camino. En lugar de transitar por el camino seguimos por la propia carretera durante casi dos kilómetros. Después retomamos la senda paralela para llegar a Riego de Ambrós. Atravesamos Riego de punta a punta (esta población del municipio de Molinaseca tiene unos 600 metros de largo), pasando junto a la plaza San Sebastián, donde se encuentra el albergue de peregrinos y la fuente. Este tramo de la etapa es cuesta abajo lo aremos tranquilamente ya que acabamos de comer.

6º. Y a las 18.30 h llegaremos despues de pasar por el arroyo del Prado llegamos a nuestro destino: Molinaseca donde los tejados de pizarra y balconadas de madera dan paso a una senda, que desciende bajo la sombra de los castaños y el frescor del arroyo de Prado. Ya en campo abierto llegamos de nuevo junto a la carretera (Km 16,4), que volvemos a dejar para iniciar un descenso tortuoso que dejará su impronta en nuestros músculos, sobre todo del cuadriceps. A la vera de algunos chopos, alimentados por el arroyo de la Pretadura, desembocamos en la LE-142 (Km 19,2) y continuamos por ella. Al pie de la carretera está el Santuario de la Virgen de las Angustias, de finales del XVII y que cede el paso al puente medieval sobre el río Meruelo, por el que entramos en Molinaseca.

“Si ya sabes lo que tienes que hacer y no lo haces, entonces estas peor que antes” (Confucio).



En Molinaseca, domingo 6 de abril de 2014.





“Diario de un peregrino”.

Curiosidades y leyendas del Camino:



Sobre FOCEBADON: En la subida del puerto de Irago encontramos el pueblo de Focabadon. Caserío abandonado, sus ruinas son fiel reflejo de un pasado vinculado a la ruta jacobea, que empieza a pagar su deuda con el pueblo fomentando su recuperación (ya podemos encontrar un albergue y un par de establecimientos hosteleros). Estas ruinas, la fuente y el campanario recuerdan que aquí el ermitaño *Gaucelmo*, ya en el siglo XI, fundó una comunidad, un hospital y una iglesia para atender a los peregrinos.



Sobre la CRUZ DE FERRO: A escasos metros de la cima del puerto se encuentra la Cruz de Ferro, uno de los monumentos más emblemáticos para el peregrino jacobeo. El monumento es una sencilla y oxidada cruz de hierro colocada sobre un mástil de roble de cinco metros de altura, sobre el lugar considerado un altar prehistórico y un ara consagrado por los romanos a Mercurio, deidad de las encrucijadas y caminos. Los viajeros romanos ofrecían un

guijarro como tributo a Mercurio, costumbre que fue seguida por los segadores gallegos cuando viajaban a tierras castellanas y continuada por los peregrinos jacobeos cristianizándose la costumbre desde que el abad *Gaucelmo* colocó la primera cruz. Últimamente los peregrinos han adoptado la costumbre de colocar sobre el montículo efectos personales como fotos, notas escritas, prendas u objetos traídos desde sus lugares de origen en sustitución de la tradicional piedra. Igualmente hoy encontramos en sus cercanías una pequeña ermita de reciente construcción.



Sobre MANJARIN: Pasado el alto nos encontramos un nuevo caserío abandonado. Es un pueblo totalmente despoblado y desmoronado, la única casa habitada es la del refugio. Su único habitante, D. Tomás, que viste indumentaria templaria y se reconoce perteneciente a una orden heredera del Temple, ofrece al peregrino cobijo básico y amena conversación: organiza por las noches mesas redondas sobre temas espirituales; y cuando el manto de la niebla cubre el puerto toca una campana para orientarlo. Se sabe que hubo un hospital de peregrinos en el siglo XVI. Son curiosos los carteles indicativos de los kilómetros que hay desde Manjarín a muchas partes del mundo.



Sobre “El ACEBO”: En el descenso del puerto cruzamos el bello pueblo de El Acebo, nombre de indudables evocaciones celtas, no olvidemos que el acebo fue considerado mágico por los druidas o sacerdotes celtas. Las gentes del pueblo gozaron durante siglos de una *exención de impuestos* y de prestar servicio militar otorgada por los Reyes Católicos a cambio de colocar en el puerto 400 pares de estacas que sirviesen para señalar la ruta a viajeros y peregrinos cuando la nieve cubría estos parajes.

Es un estético pueblo cuya arquitectura popular de tejados de pizarra y el acento de sus habitantes indican que ya estamos plenamente en el Bierzo. La Calle Real es de las más pintorescas de León. En su iglesia parroquial de San Miguel se guarda una escultura en piedra policromada con una túnica con flores que no se sabe bien si representa a Santiago, al Salvador o a San Juan Evangelista. A la salida del pueblo una placa recuerda al peregrino alemán Heinfich Krause muerto cuando viajaba en bicicleta.



De Molinaseca a Villafranca del Bierzo

Por NATALIA Donaire y ALVARO Domínguez.
3ª Etapa: lunes 7 de abril de 2014.



Breve reseña de VILLAFRANCA DEL BIERZO:

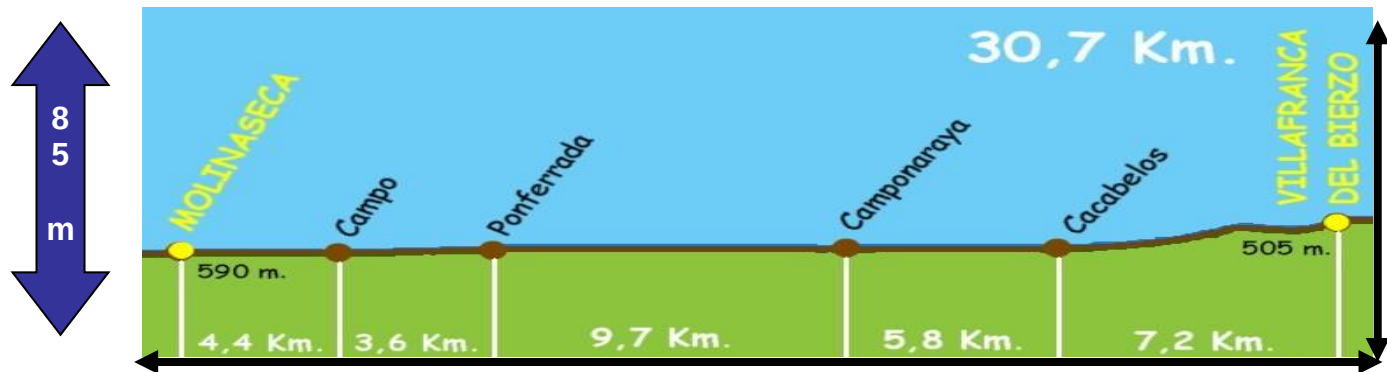
Situada en el extremo oeste de la depresión del Bierzo, en la confluencia de los ríos Burbia y Valcárcel, el nombre de Villafranca aparece en 1120 en un documento de concesión a la abadía de Cluny, de la iglesia de San Nicolás de Burbia. Importante jalón del Camino de Santiago y último tramo de la ruta en tierras leonesas, en tiempos de Alfonso VI dos hospicios: uno dedicado a Santiago y otro, sólo para franceses, denominado de San Lázaro. Este último lo gobernaba un pequeño monacato de monjes cluniacenses que, a finales

del siglo XI, fundaron el templo de Santa María de Cluniaco. Villafranca del Bierzo está en una comarca rodeada por la **cordillera Cantábrica**, los montes gallegos y por los montes Aquilanos. Esta región posee un magnífico paisaje donde el clima benigno fructifica en abundantes viñedos, huertas y frutales, e incluso plantas de tabaco que la jalonan. De Ponferrada se sale por **Compostilla**, su corazón industrial, y se llega a Columbrianos, donde se pueden contemplar restos de antiguos castros romanos.

Siguiendo por el aún llamado Camino Real, se entra en Fuentes Nuevas, en esta localidad se puede visitar la **ermita del Campo Divino Cristo**, un poco más adelante se aparece la bonita y crecida Camponaraya con su iglesia dedicada a San Ildefonso, obispo de Toledo. Llegamos a Cacabelos que se atraviesa por la **Calle de los Peregrinos**, auténtica espina dorsal de la atractiva villa. Y en las proximidades de **Cacabelos** se alzan los restos del Monasterio de Santa María la Real del siglo X, luego viene la población de Pieros con su iglesia de San Martín de Tours para llegar a Villafranca del Bierzo. Localidad señorial, considerada como el corazón de la comarca berciana y asentada a orillas del río Burbia en su confluencia con el Valcarce, es la más galaica de las ciudades leonesas. El aroma de las empanadas bercianas, el botillo, los cachelos y el lechazo nos guiará hasta la tasquera calle del Agua.



“Perdona siempre a tus enemigos; nada les molestará más” (Oscar Wilde).



Perfil y mapa de la etapa

30.7 kilómetros



Leyenda: Ponferrada, Columbianos, Camponaraya, Pieros y Cacabelos.



“Perdona siempre a tus enemigos; nada les molestará más” (Oscar Wilde).

PLAN DE RUTA:



1º. Nos levantamos temprano a las 8:00 y salimos del albergue a las 8:30, pero antes desayunamos algo. Hoy la etapa va a ser una de las más largas, ¡Casi 30 km!, pero bueno no será para tanto porque al menos es llanito. Hacemos una parada, donde nos refrescaremos con una Coca-Cola, Nestea o lo que se nos ofrezca, todo es bien recibido. Después de la parada, continuamos para poder llegar a Ponferrada.

2º.- A las 9.00 h. Ilegaremos a Ponferrada. Después de nuestro primer tramo de caminata, llegamos finalmente a Ponferrada, donde almorzaremos fuertemente y descansaremos para más tarde poder recorrer descansados y con más ganas Ponferrada y visitar sus lugares más emblemáticos.

3º. Sobre las 11.00 llegaremos a Columbrianos.

Visitaremos los lugares más destacados de allí después de tomar un tentempié, que nos preparará nuestro querido equipo de cocina (ponemos nuestro estómago en sus manos). Poco más tarde, después de reagruparnos y descansar viendo el pueblo nos ponemos nuevamente en marcha.



“Perdona siempre a tus enemigos; nada les molestará más” (Oscar Wilde).

4º. A las 12.45 h. Llegaremos a Fuentes Nuevas. En esta etapa hay un poco de desnivel, pero nada que nos impedirá seguir con entusiasmo e ilusión. Alguna paradilla haremos para comer chucherías y beber algo de Coca-Cola, para poder continuar después con más ganas y llegar cuanto antes al siguiente pueblo. Por el camino para que se nos haga más ameno y que el desnivel no sea tan notable el equipo de animación, con ayuda de los colaboradores que les toca ese día, irán cantando alguna cancioncilla para el entretenimiento del grupo y que no se haga tan larga la hora de llegar al siguiente pueblo para poder comer.



5º: Sobre las 14.00 h. Llegaremos a Camponaraya. ¡Por fin la hora de comer! Estaremos todos ansiosos por llegar y poder comer, y reponer fuerzas para poder seguir. La parada para comer nos ha sentará mejor además pues despues tenemos tiempo para poder descansar. Tras “la siesta” y comidos emprendemos nuestra marcha, los últimos km.

6º. Y a las 19.00 h llegaremos a Villafranca del Bierzo después de pasar por Cacauelos.

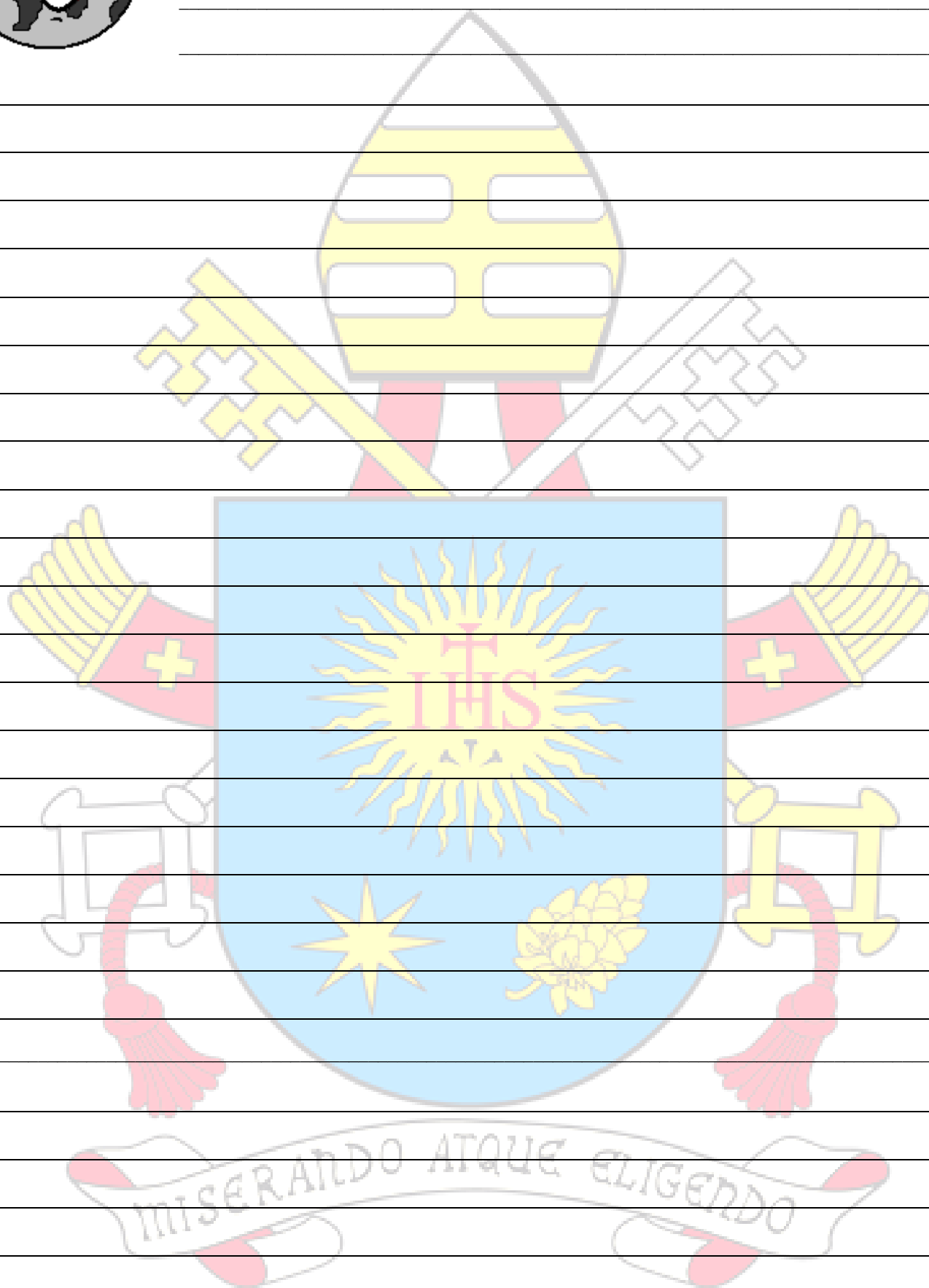
Finalmente después de un largo día, llegamos al albergue, donde nos ducharemos, cenaremos y haremos una pequeña velada el grupo antes de irnos a descansar para poder levantarnos al día siguiente.

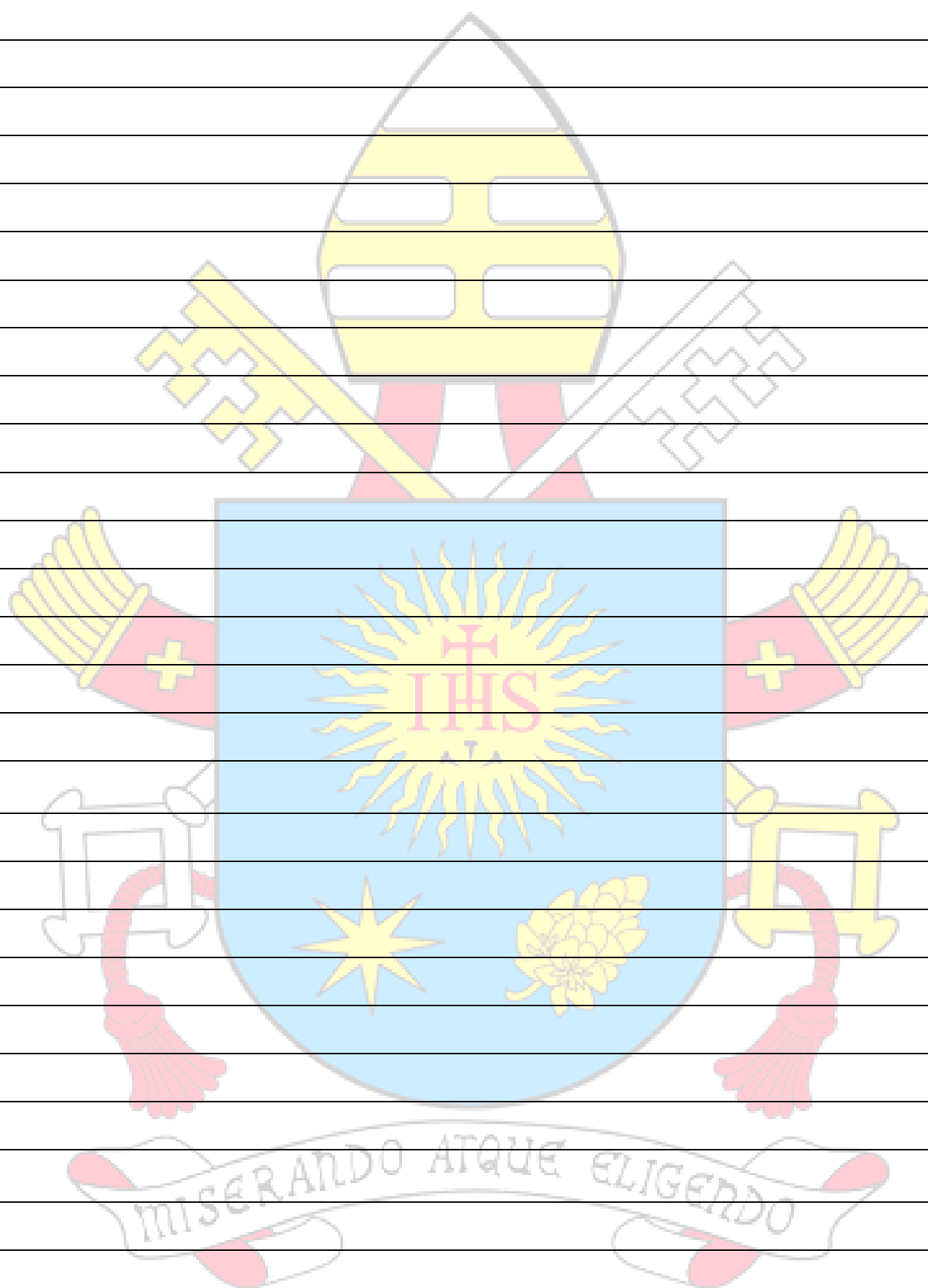


“Perdona siempre a tus enemigos; nada les molestará más” (Oscar Wilde).



En Villafranca del Bierzo, lunes 7 de abril de 2014.





“Diario de un peregrino”.

Curiosidades y leyendas del Camino:

Sobre MOLINASECA: A la entrada se encuentra la Capilla de la Virgen de las Angustias, hermoso edificio barroco (s. XVIII) adosado al monte, sus puertas fueron forradas de hierro por la costumbre de los peregrinos de llevarse una astilla como recuerdo. El puente románico sobre el río Meruelo encauza a los peregrinos hacia la Calle Real donde se asentaba el hospital. Las casas son nobles y están blasonadas con escudos nobiliarios. Destaca también el soberbio templo de San Nicolás de estilo neoclásico. Hay tienda de comestibles y panadería, para comer hay varios mesones. En este pueblo, que tiene una treintena de bares para 600 habitantes y visitantes, tienen buena fama los chorizos y embutidos en general.



Sobre el castillo templario de Ponferrada: En principio fue castro y más tarde ciudadela romana. La Orden del Temple lo amplía y mejora desde el siglo XI al XIII. El aspecto actual se debe a una gran cantidad de ampliaciones y reformas llevadas a cabo desde el siglo XV hasta nuestros días. En 1924 fue declarado Monumento Nacional Histórico Artístico. Fue en la segunda mitad del siglo XII cuando la Orden del Temple desarrolló la fortaleza, originariamente un castro prerromano, ubicada en una de las colinas e hizo de Ponferrada plaza fuerte, donde recaló el un creciente flujo del peregrinaje. Después de que en 1312 se disolviera el castillo ha ido pasando por diversos dueños: la propia corona y destacadas familias señoriales, que engrandecen el conjunto, para luego caer en el abandono. Los siglos XIX y XX fueron nefastos por los muros y pabellones que fueron derribados en guerra y en tiempos de paz.



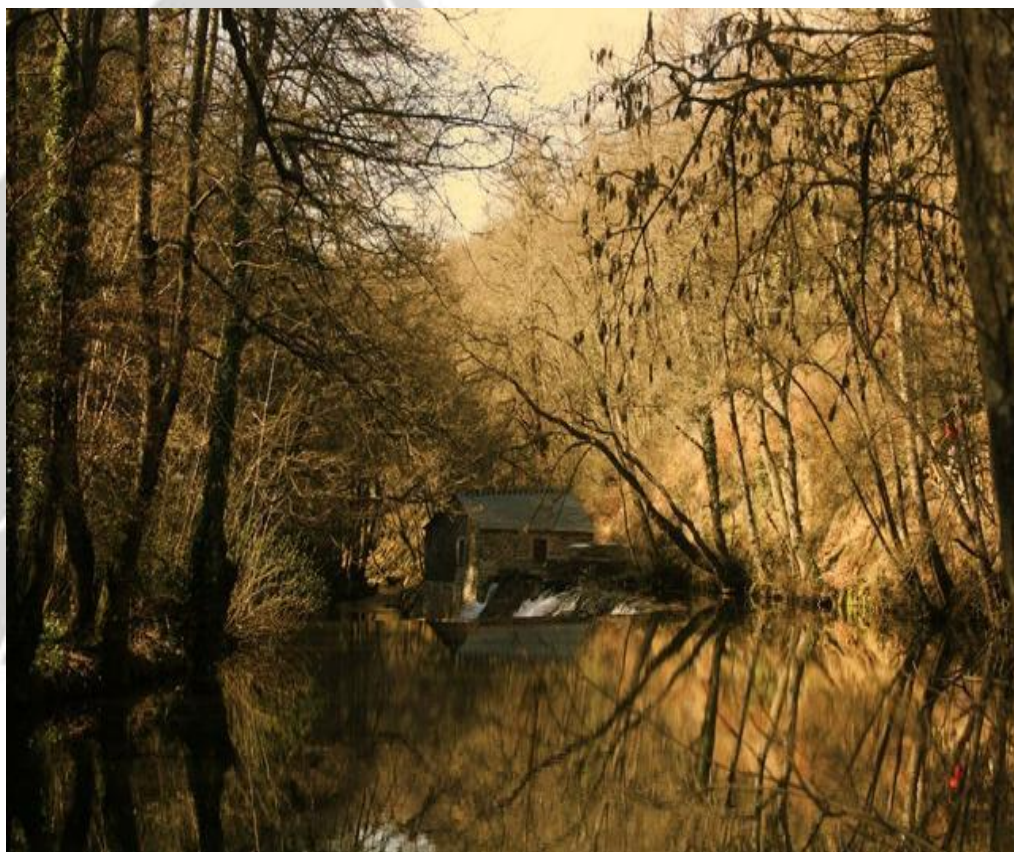


Sobre la leyenda de SAN GENADIO: Una vez en Ponferrada no hay que dejar pasar la oportunidad de visitar sus alrededores, que encierran enclaves espectaculares, como el Valle del Silencio o Las Médulas. A poco más de 20 kilómetros se encuentra el primero de estos parajes que debe su nombre a la antigua leyenda de un ermitaño llamado San Genadio, que vivió en una cueva de la zona. Este ermitaño meditaba tanto que incluso el bullicio de un riachuelo cercano le molestaba.

Para no incomodarlo, tanto el río como los pájaros de la zona decidieron guardar el más estricto silencio. Según cuenta la leyenda, ni siquiera las gotas de agua que caen en el interior de la cueva en la que habitaba San Genadio hacen el más mínimo ruido.

El Valle del Silencio hace honor a su nombre, ya que se trata de un espacio natural muy tranquilo, perfecto para escapar del ruido de las ciudades. Además, este valle guarda varios tesoros. Entre ellos, la iglesia de Peñalba de Santiago, una de las joyas de la arquitectura mozárabe, fundado por San Genadio.

Por último, otro lugar de obligada visita son **Las Médulas**, un paraje declarado Patrimonio de la Humanidad, a 23 kilómetros de Ponferrada. Se trata los restos de las antiguas minas romanas destinadas a la extracción de oro. Un auténtico tesoro que fue la ruina de la montaña ya que quedó reducida a una sucesión de aristas y picachos por culpa del expeditivo sistema de extracción. Las Médulas constituyen uno de los testimonios más importantes del paso de los romanos por la Península Ibérica.



De Villafranca del Bierzo a O Cebreiro

Por PABLO Lizcano y PABLO Rodríguez.
4ª Etapa: martes, 8 de abril de 2014.

Breve reseña del Bierzo y Vega del Valcarce:

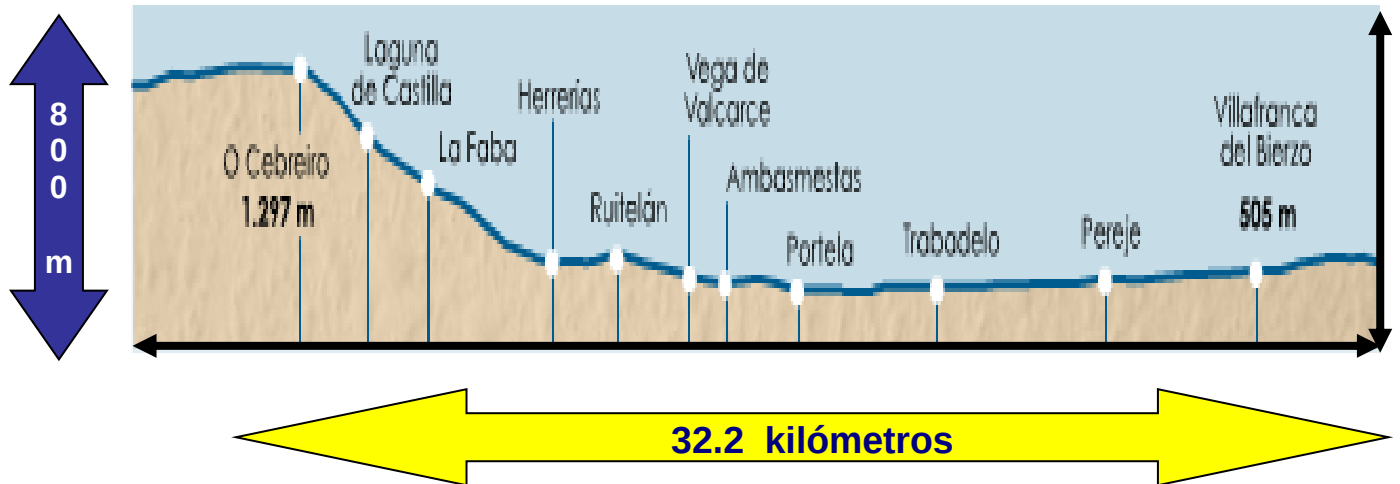


En la comarca del Bierzo confluyen los ríos Burbia, en los límites de las provincias de León y de Lugo que se unen en la Sierra de los Ancares. Es una Reserva Nacional con una fauna y una riqueza paisajística de lo mejor de España. Cuenta con tradiciones, creencias y leyendas que son arropadas por una arquitectura arquetípica de España. Y Vega de Valcarce, situado en las estribaciones de la Sierra de Caurel y bañado por los ríos Navia, Lor y Valcarce, es el pueblo más grande del valle.

Vega de Valcarce está construido entre dos viejos castros: **Veiga y Sarracín**. El primero sirvió desde el siglo XI de refugio a los recaudadores del portazgo, un impuesto de paso por estas tierras. El segundo fue fundado en el siglo IX por el conde de Astorga. El castillo de Sarracín está en ruinas y data de los siglos XIV y XV. La Magdalena, tan presente en el Camino, como patrona de pecadores y penitentes, atestigua la característica peregrina de la villa. Valcarce ofrece servicios completos para el peregrino.



“El hombre se descubre cuando se mide con un obstáculo” (Saint-Exupery).



Leyenda: Pereje, Trabadelo, Portela, Ambamestas, Vega de Valcarce, Ruitelán, Herrerias y La Faba y La Laguna de Castilla.



“El hombre se descubre cuando se mide con un obstáculo” (Saint-Exupery).

PLAN DE RUTA:



Al salir del Albergue dejaremos atrás la concatedral y el castillo para que después de recorrer el casco urbano de Villafranca del Bierzo con todo su entorno histórico, ya al final del pueblo al cruzar el puente, tendremos que elegir entre subir por la montaña por las pistas forestales (tramo más corto pero muy duro, apto sólo para “profesionales” o peregrinos “motivados”); o coger el albero paralelo a la carretera nacional que como “vía amarilla” tiene garantía de seguridad para los caminantes y sin riesgo alguno de perderse.

Los 32 k que forman esta 4ª etapa son duros tanto por el camino fácil como por el difícil, así que la mentalidad con la que salga el peregrino es muy importante. Además esta jornada tiene dos partes, la primera transcurre por vegas y laderas hasta Vega del Valcarce y una segunda, inevitable y común a la bifurcación anterior del camino, que es la subida al O Cebreiro incluida la cuesta de la Faba que es todo un reto. Así, este carril amarillo o albero comienza a tres kilómetros de Villafranca del Bierzo y acompaña al caminante a lo largo de 13 kilómetros teniendo como techo los grandes puentes de la autopista y como suelo una serpiente de caminitos y senderos entrecortados que se pierden entre los prados rodeados de arrollos. Este tramo se considera como una preparación para los kilómetros más duros que vendrán después.



La segunda parte de esta etapa comienza en el Cruce de la Faba, cuya cuesta es todo un puerto que nada envidia al mismo monte del Cebreiro. En este punto a los caminantes les esperan 6 kilómetros de senderos, caminos y duros repechos, pero siempre abrigados por un precioso bosque. Y es que, la montaña ha llegado al Camino de Santiago para prepararnos para mañana que será, seguramente, la más recordada a la vuelta de la peregrinación.

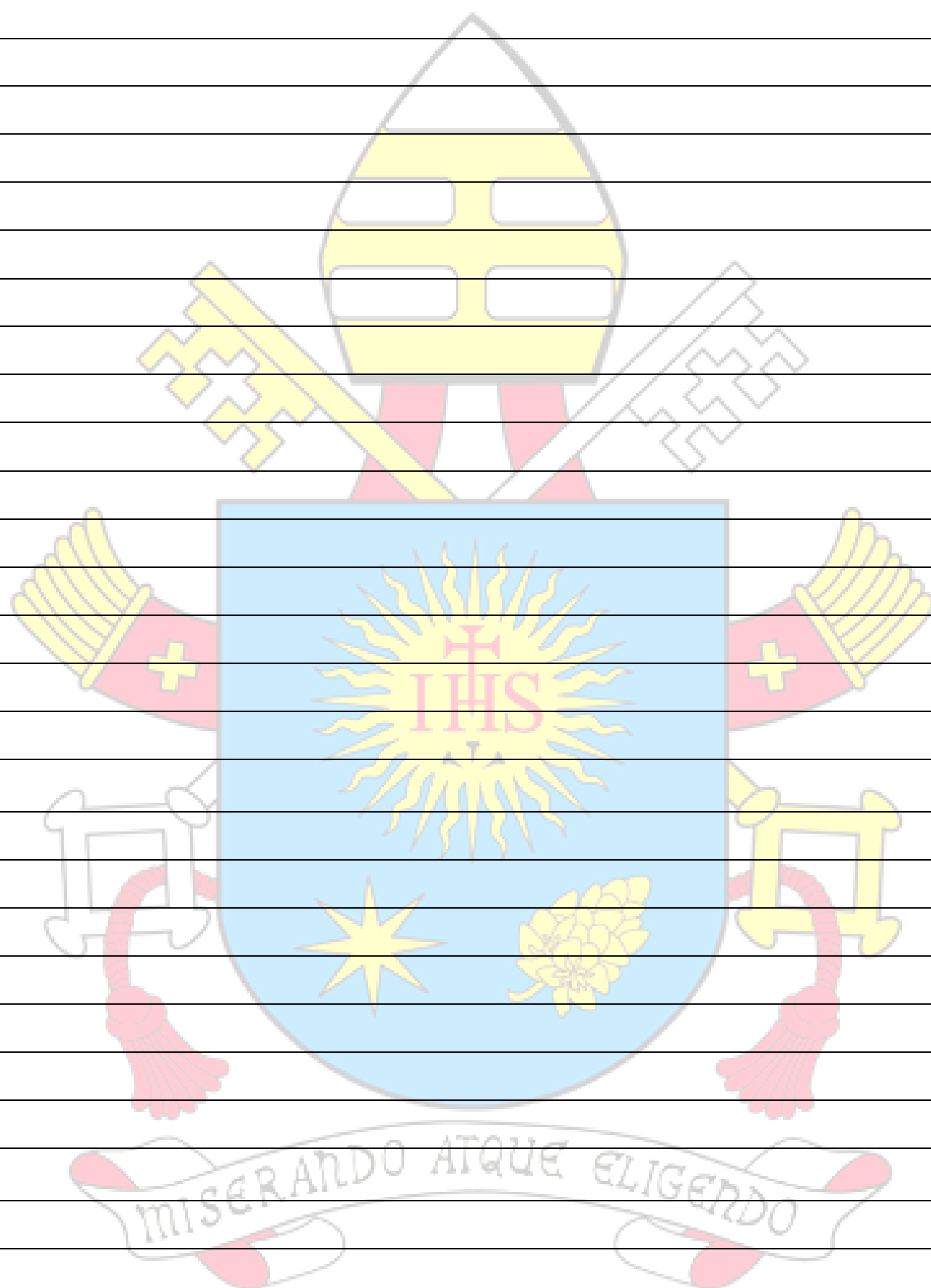
En ella se abandona León y Castilla para entrar en Galicia, en concreto por la parroquia de O Cebreiro: antigua aldea de pallozas hoy restaurada en aras del turismo. El guía hacia la cima es el valle del encajonado río Valcarce, partido por la N-VI y la A-6 y bien poblado. El ascenso se hace esperar y no es patente hasta el kilómetro 21 de la etapa, sobrepasado el barrio de Hospital.

“El hombre se descubre cuando se mide con un obstáculo” (Saint-Exupery).



En O Cebreiro, martes 8 de abril de 2014.





“Diario de un peregrino”.

Curiosidades y leyendas del Camino:

Sobre Villafranca del Bierzo: Su origen se remonta a las comunidades de francos, comerciantes extranjeros, que allí se establecieron con Alfonso VI, y sobre todo a la fundación de una comunidad de monjes cluniacenses en el año 1070. En el siglo XII la mitad de la población era extranjera. Nada más entrar en Villafranca se encuentra la **iglesia de Santiago**, templo románico lombardo de una sola nave y con la magnífica portada del Perdón. El Papa español Calixto III concedía a los peregrinos enfermos o impedidos que pasaban por esta puerta las mismas indulgencias que si hubieran llegado a Santiago.



La **calle del Agua** atraviesa la ciudad de una a otra parte, en ella se encuentran varios palacios y un convento. El castillo de los Marqueses de Villafranca (s. XVI) es de propiedad individual y tuvo mucha relación con la historia del pueblo. El convento de la Anunciada de 1606 se erigió sobre el antiguo Hospital de San Roque, la tradición dice que San Francisco de Asís se hospedó en él. Villafranca tiene una bonita Plaza Mayor y una Alameda de estilo francés. Abundan las tiendas y los bares.



Sobre O Cebreiro: Es un poblado de piedra, probablemente de origen prerromano, y portal de Galicia por la provincia de Lugo. Es otro de los lugares míticos del Camino. O Cebreiro corona, a cerca de **1.300 metros de altura**, el macizo galaico-leonés. Todo en este paraje es mágico: un paisaje misterioso, pallozas, niebla... Es uno de los lugares que primero acogió peregrinos en su ruta a Santiago.



Destaca el simple y primitivo templo prerrománico de Santa María la Real. En su interior se venera la hermosa imagen bizantina de **Santa María la Real** (s. XII), patrona de la comarca: en su fiesta el 8 de septiembre acuden unos 30.000 romeros. En una de las pallozas se ha instalado un **Museo Etnográfico**.





De O Cebreiro a Triacastela

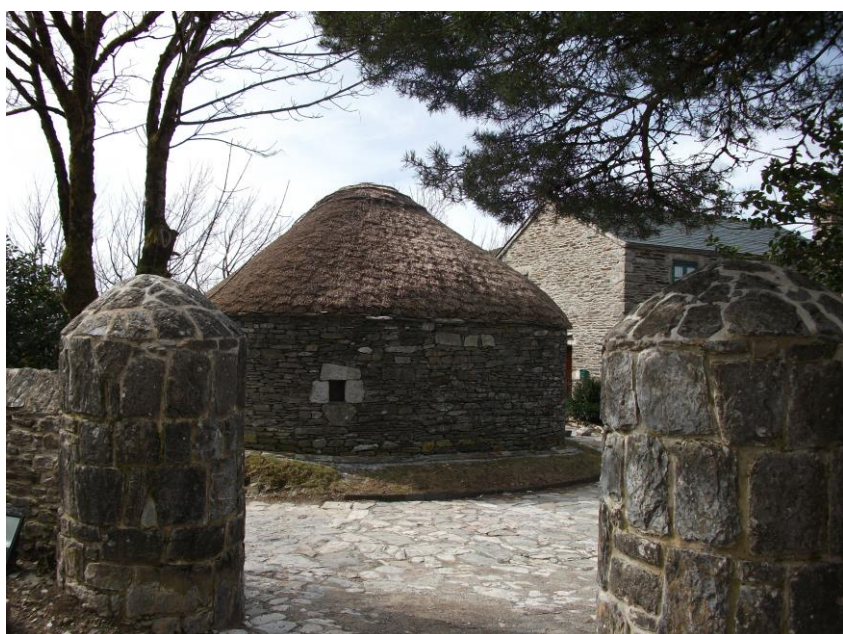
Por ROSA Álvarez y DIEGO LOPEZ.
5ª Etapa: miércoles, 9 de abril de 2014.

Breve reseña de O CEBREIRO:

El tramo gallego del Camino Francés comienza en O Cebreiro, una aldea de origen prehistórico situada a 1300 m de altitud, entre las sierras de O Courel y Os Ancares, y es que los límites de las provincias de León y de Lugo se unen en la Sierra de los Ancares. Es una Reserva Nacional con una fauna y una riqueza paisajística de lo mejor de España. Cuenta con tradiciones, creencias y leyendas que son arropadas por una arquitectura popular cuyo elemento más antiguo son las pallozas y los hórreos, y con una ruta salpicada por brezos, retamas, centenarios bosques de hayas y robles (carvallos) junto a caseríos dispersos por aquí y por allá.

Cebreiro es el pueblo que da la bienvenida al peregrino en Galicia. Su fundación se remonta al siglo XI. En 1962 se realizó una reconstrucción con la que O Cebreiro ha tomado su imagen actual. El templo consta de tres naves separadas por pilares y rematada en triple cabecera. La climatología ha influido en la escasez de vanos y el grosor de los muros. En el interior destacan la capilla de San Benito, dedicada a los monjes fundadores y la capilla del Milagro. Aquí están el Cáliz del Santo Grial en el que según la tradición se recogió la sangre de Cristo y también una famosa Talla de la Virgen. Conserva también la pila bautismal, a la izquierda de la entrada, de cuando todavía se celebraba el bautismo por inmersión. Al lado de esta iglesia se encuentra la Hospedería de San Giraldo de Aurillac construida sobre los restos del antiguo

hospital de Peregrinos. Hay que ver la pila bautismal, donde se realizaban los bautismos por inmersión hasta el siglo XIII. La capilla del Santo Milagro, donde se encuentra una talla románica de Santa María La Real y donde se obró el milagro, al convertirse físicamente en la consagración el pan y el vino en la carne y sangre de Jesucristo. A los pies del altar el sepulcro del párroco Elías Valiña, gran impulsor del Camino de Santiago y fallecido en 1989.



“La libertad no hace felices a los hombres, los hace simplemente hombres” (Anónimo).

PLAN DE RUTA:

Desde el albergue de O Cebreiro se pueden tomar dos rutas, un sendero, o bien el camino original, bajando hasta la carretera general y siguiendo por ella hasta Liñares (unos 3 km). Una vez en Liñares, después de tomar el primer sendero pedregoso, se comienza a ascender sobre Os Ancares y se llega al alto de San Roque (1.270 metros) donde se encuentra una estatua de un peregrino oteando el valle. Una vez ahí y siguiendo las señales se entra al pueblo, donde hay un albergue.

A la salida de Hospital y siguiendo el camino marcado, se llega a la carretera para caminar junto al arcén, cruzando dos pequeños arroyos antes de tomar un desvío a la derecha, donde se continúa la ruta por una pista semi-asfaltada paralela a otro arroyo; un poco más tarde se hace entrada en O Padornelo. Pasada la iglesia de San Juan, las señales conducen a un camino de piedra que discurre en empinada pendiente al alto de Poio (punto más alto del Camino Francés). Desde allí se continúa por la carretera hasta Fonfría y a la salida de ésta el camino se divide en tres, debiendo continuar por el medio (un camino de pizarra) que desemboca en la carretera al comienzo de Triacastela. Tras unos pocos metros, el camino continúa recto hasta Biduedo. Allí se sale por la izquierda y luego El Camino prosigue bajando por sendas pedregosas hasta llegar a la entrada a Fillobal, donde es preciso torcer a la izquierda e ir siguiendo las señales hasta Pasantes y, desde allí, a Triacastela y su albergue.



“La libertad no hace felices a los hombres, los hace simplemente hombres” (Anónimo).

Mapa y perfil de la etapa

21 kilómetros



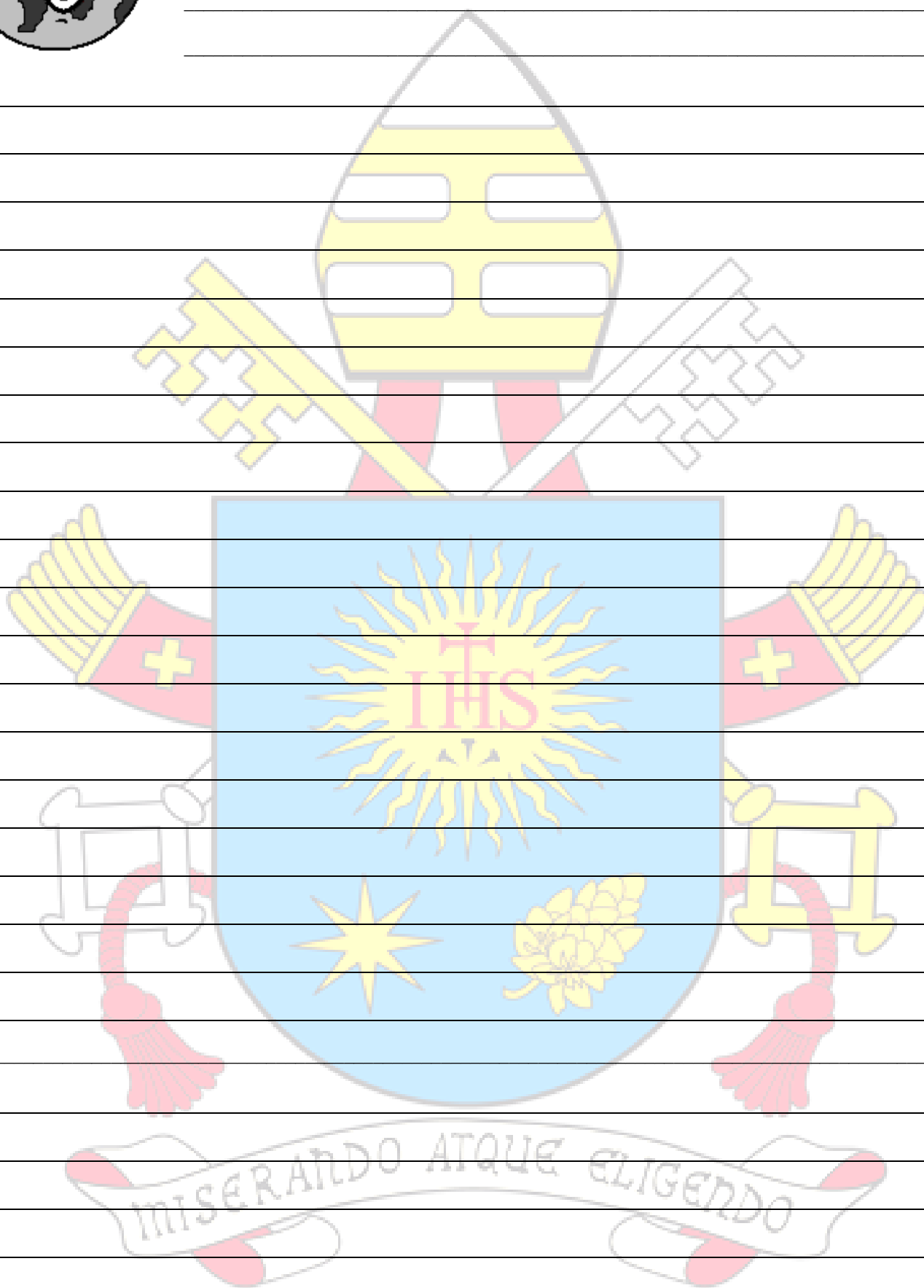
Leyenda: Alto S. Roque, Hospital da Condesa, Fonfría, O Biduedo y Pasantes.

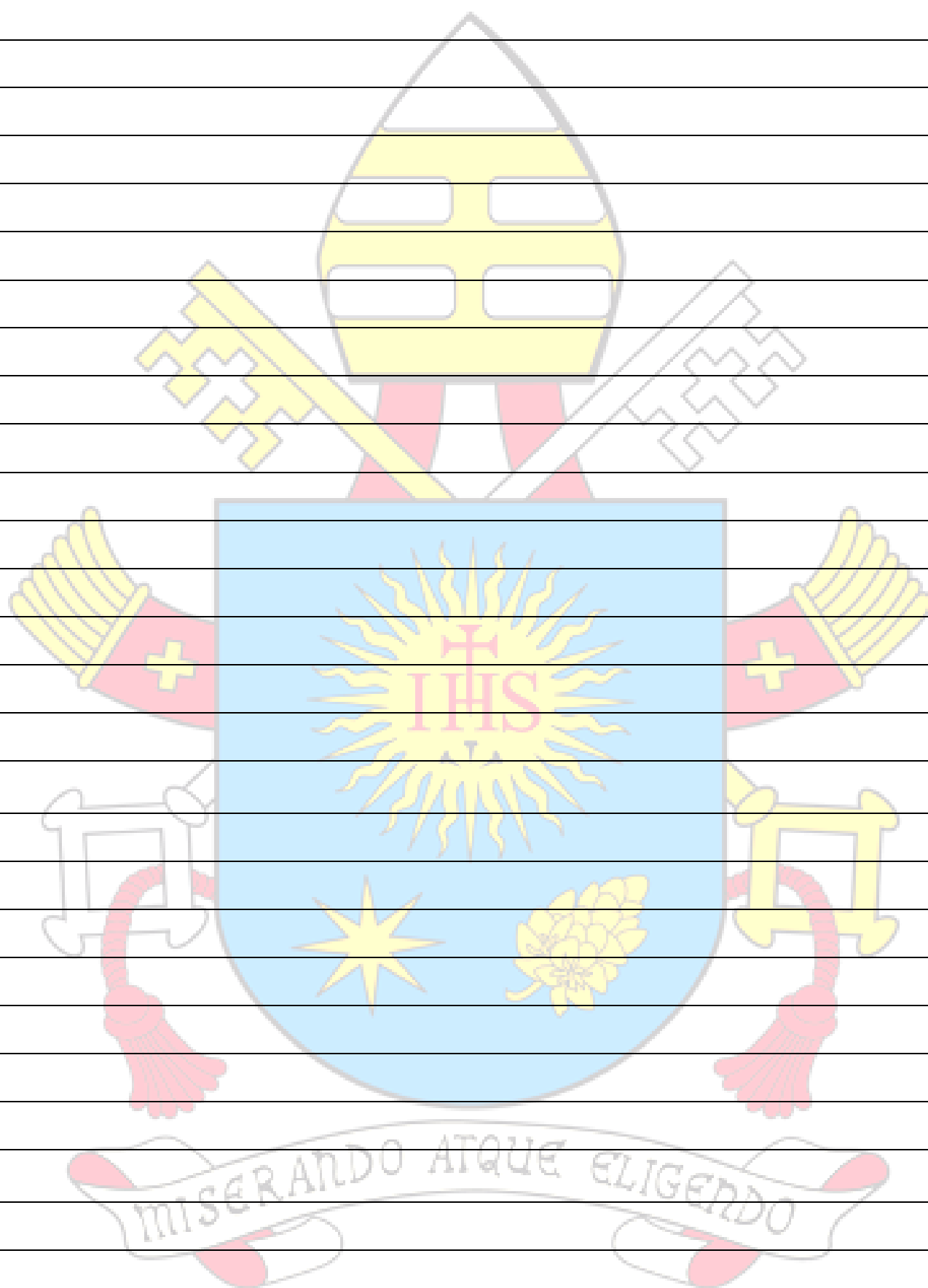


“La libertad no hace felices a los hombres, los hace simplemente hombres” (Anónimo).



En Triacastela, miércoles 9 de abril de 2014.





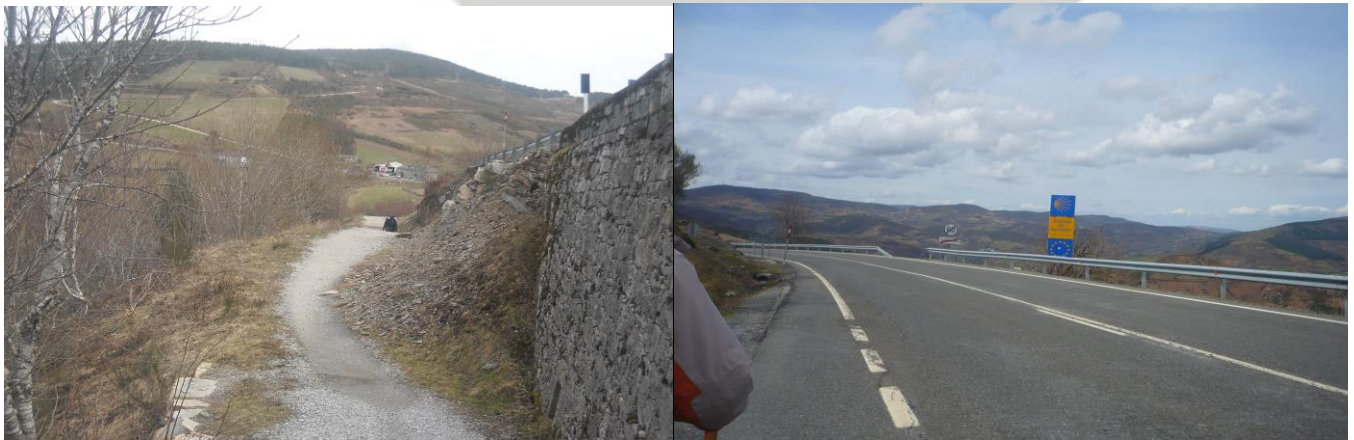
“Diario de un peregrino”.

Curiosidades y leyendas del Camino:

Sobre Hospital da Condesa: El origen de la localidad se explica por un antiguo hospital allí fundado en el siglo IX por la condesa doña Egilo, según esto sería uno de los hospitales más antiguos del Camino. La iglesia de San Xoan es parecida a la O Severito (torre de tres pisos y pórticos de tres entradas) antes de llegar a Hospital da Condesa en el alto de San Roque y en un desvío a la izquierda de 300 metros se llega a un mirador natural sobre el valle de Veigas da Forcas, aquí se divide la vertiente cantábrica y la atlántica. Como infraestructura para el peregrino sólo está el refugio.

Sobre el cementerio cubierto: En el pueblo de San Juan de Padornelo estuvieron asentados los caballeros sanjuanistas. Parte de la antigua iglesia de esta orden se convirtió con el tiempo en un curioso cementerio cubierto. Este es uno de los escasos ejemplos que podemos encontrar en la actualidad de este tipo de construcciones destinadas a albergar a los difuntos de las clases sociales más bajas, ya que durante siglos fueron especiales y casi exclusivamente reservados a la nobleza y el clero.

Sobre Fonfría: En la iglesia de Fonfría se custodia un hermoso cáliz trabajado en plata dorada que muestra una muy curiosa inscripción que reza: "Soy de Fonfría". Se desconoce el origen del cáliz y por supuesto del sentido de la inscripción. Puede hacer referencia a una donación realizada por un vecino del pueblo que quiso ponerlo así de manifiesto. Pero la explicación que se antoja más plausible es la de que se trata de una medida disuasoria ante posibles ladrones, ya que la venta de la joya se dificultaría notablemente con semejante inscripción.



Sobre estafadores y piedras para Santiago: Triacastela toma su denominación de tres castros, hoy desaparecidos. Históricamente, desde la Edad Media, tuvo como motores de su economía y desarrollo la explotación de canteras de caliza y la prestación de servicios y atención a los peregrinos. De hecho, cuentan las crónicas medievales que hasta aquí llegaban representantes de los posaderos de Santiago de Compostela que, utilizando subterfugios y engañando a los peregrinos haciéndose pasar por uno de ellos o por comerciantes, recomendaban determinados establecimientos hosteleros donde, al llegar, los peregrinos eran estafados o robados por los posaderos. Tradición durante la Edad Media fue que cada peregrino cargase con una piedra de la cantera que todavía se explota en el municipio y la trasladase hasta Castañeda (como unos cien kilómetros) donde se ubicaban los hornos en los que se producía la cal que se utilizaba en la construcción y reparación de la catedral de Santiago. De esta forma los peregrinos participaban activamente en la construcción de tan magna obra. Quienes entienden el Camino de Santiago como una ruta iniciática que conduce hacia los saberes ocultos de la alquimia, pueden entender la ofrenda de la piedra como un signo de que se ha alcanzado la propiedad de otra piedra, la filosofal.

De Triacastela a Mercadoiro

Por ALVAR de Pedro y ÁVARO Domínguez.
6ª Etapa: jueves, 10 de abril de 2014.

Breve reseña de TRIACASTELA:

Triacastela es un municipio histórico muy visitado por los peregrinos ya durante la Edad Media. Ya aparece en el Códice Calixtino como final de la etapa XI de la ruta a Compostela. Hay en esta población numerosos signos Jacobeos como la Iglesia Parroquial, el Antiguo Hospital, la Casa da Pedra, el Mesón do Camiño y la Casa Consistorial. La vida social gira en torno al albergue y a todo cuanto está relacionado con la Ruta Jacobea. Triacastela fue un hito a través de la historia de las peregrinaciones, a cuyas tierras dio más realce Alfonso IX, monarca al que algunos atribuyen su fundación. Se le dice capital de los tres castillos, aunque no existen restos de ninguna fortaleza. Lo que si caracterizó desde siempre a Triacastela son sus tres castros, hecho que vendría a demostrar la distribución de su población desde la



prehistoria. Triacastela sorprenderá al caminante por ser el municipio más pequeño de la ruta y el menos habitado. Y por ser además el único que prácticamente vive de la tradición Xacobeá. Si tres son los castros que la conforman, también al menos son otros tres los ríos que la bañan con delicadeza. El Oribio, conocido también como el Sarria, el Balsa y el Santalla: al paso de cualquiera de ellos descubrimos espacios tan hermosos y singulares como estos.

“El futuro pertenece a quienes creen en la belleza de sus sueños y el nuestro está a punto de cumplirse” Anónimo

Alguien, con criterios ya modernistas, llamó a Triacastela “Perla del Oribio”. Alimenta una fértil vega, bien regada y guarnecida, con rincones verdes donde todavía crecen especies autóctonas. Como autóctonos son los rasgos de algunos de los pueblos que salpican este paisaje de montaña. O Breixo fue antiguamente el centro neurálgico de Triacastela. Hoy es guarida de descanso y abrigo de las ruinas de la que parece ser fue la más antigua de las capillas de la zona.

No le faltan a la pequeña Triacastela condiciones para aportar al mundo peregrino lo que busca y precisa. Este entorno es una ventana abierta a la serenidad y a los recuerdos. En estas tierras, cargadas de historia y leyenda, se unen los vestigios del pasado, con los caprichos de la naturaleza y el arte que dejaron nuestros antepasados esparcido por las diversas construcciones de interés: la capilla de San Salvador, la iglesia de Santalla.

Pero el vivo ejemplo lo tenemos en la Iglesia de la parroquia de Cancelo. Este es el centro de reunión de los devotos del Santiago y de Santa Lucía. Dos retablos barrocos flanquean la entrada y nos conducen a un tercer retablo, éste de la época románica y que comparte protagonismo con las hermosas pinturas del altar mayor. Aquí encuentra el peregrino la deseada paz, haciendo de Triacastela el final de la etapa desde Villafranca. Esta villa ya aparece en el Códice Calixtino como la undécima etapa del camino Francés. Cuenta la tradición que cada peregrino llevaba de estas montañas una piedra caliza en su zurrón hasta Santiago para cocer en los hornos de Cal y construir así la catedral del Apóstol. Triacastela, con el paso de los años se ha convertido en una guía de monumentos Xacobeos.

Empezamos por la Iglesia Parroquial, en la que se hace notar la restauración del S.XVIII. Luce en el frente de la torre, los tres clásicos castillos y un enorme campanario. Según una inscripción, en 1790 se construyó la torre. Tiene ésta 4 cuerpos, los tres primeros de planta cuadrada y el cuarto cubierto con una bóveda hexagonal. En Triacastela todo tiene nombre propio, calles repletas de signos de peregrinación, posadas, la vieja cárcel, el antiguo Hospital, o mismo A Casa da Ponte a la salida del pueblo, donde a parte de comer, los peregrinos podían herrar a sus caballos antes de partir hacia las pintorescas tierras de Samos y San Xil.



“El futuro pertenece a quienes creen en la belleza de sus sueños y el nuestro está a punto de cumplirse” Anónimo

Perfil y mapa de la etapa

35 kilómetros



Leyenda: S. Xil, Furella, Calvor, Sarria, Barbadelo, Brea, Ferreiros y Rozas.



“El futuro pertenece a quienes creen en la belleza de sus sueños y el nuestro está a punto de cumplirse” Anónimo

PLAN DE RUTA

A la salida de **Triacastela** se presentan dos alternativas para llegar a Sarria y después a Ferreiros, una por San Xil y otra por Samos. La variante de Samos se desvía hacia el sur por el entorno del río Sarria, ofreciendo hermosos paisajes y numerosos ejemplos de la arquitectura popular gallega. Se dirige al Monasterio de Samos, uno de los más antiguos de Occidente (s. VI) y de allí, a Sarria. El recorrido parte del albergue de Triacastela hacia el centro del pueblo, pasando por la Iglesia de Santiago y su camposanto para llegar al antiguo hospital de peregrinos, donde una flecha un tanto borrosa indica la dirección a seguir. Pasados la carretera general y el parque infantil, se encuentra una



señal indicativa del camino a **San Xil**, a la derecha y en cuesta hacia abajo; la variante de Samos se toma en la dirección opuesta, hacia la izquierda. Pero nosotros seguiremos la ladera izquierda de la carretera hasta el río **Celeiro**, que cruzaremos siguiendo los indicadores que aparecen, y por el puente medieval de A Áspera dejamos **Sarria**. Continuamos un trecho próximo al río hasta cruzar la vía del tren, entonces, tras atravesar un arroyo por un puente de madera, ascendemos por una fuerte, aunque no muy larga pendiente y rodeados de bosque en donde podemos ver algún grueso castaño centenario. Al llegar a lo alto el camino se vuelve más llano. Luego continuamos por la carretera hasta Barbadelo, donde tenemos albergue de peregrinos y frente a éste podemos admirar la iglesia románica de Santiago de **Barbadelo**. En los alrededores también hubo un hospital de peregrinos. Continuamos entre prados donde podemos ver pastando a las vacas de raza rubia gallega y frisona, fuente de ingreso de la mayoría de las familias que viven en los pequeños pueblos que atravesamos. También dejamos atrás cultivos de trigo, maíz y pequeños huertos, así como bosquecillos de robles y castaños. Así dejando atrás pequeñas aldeas: **Rente, Mercado da Serra, Mouzós...**, podremos ver hórreos, utilizados tradicionalmente para almacenar mazorcas de maíz. Cerca de **Peruscallo** está la iglesia románica de Santa María de Velante. Tras dejar atrás **Brea**, después cruzar varios arroyos, nos adentrarnos en las tierras de **Paradela** donde irán irrumpiendo en el paisaje zonas de monte bajo formado por tojos y brezos acompañados de retamas blancas, ruscus y madroños. Entre **Brea** y **Ferreiros** se encuentra el mojón que indica que faltan 100 kilómetros a Santiago. Según el Códice Calixtino, antiguamente en esta zona, engañaban con gran asiduidad a los Peregrinos, afortunadamente hoy ha cambiado y es una de las

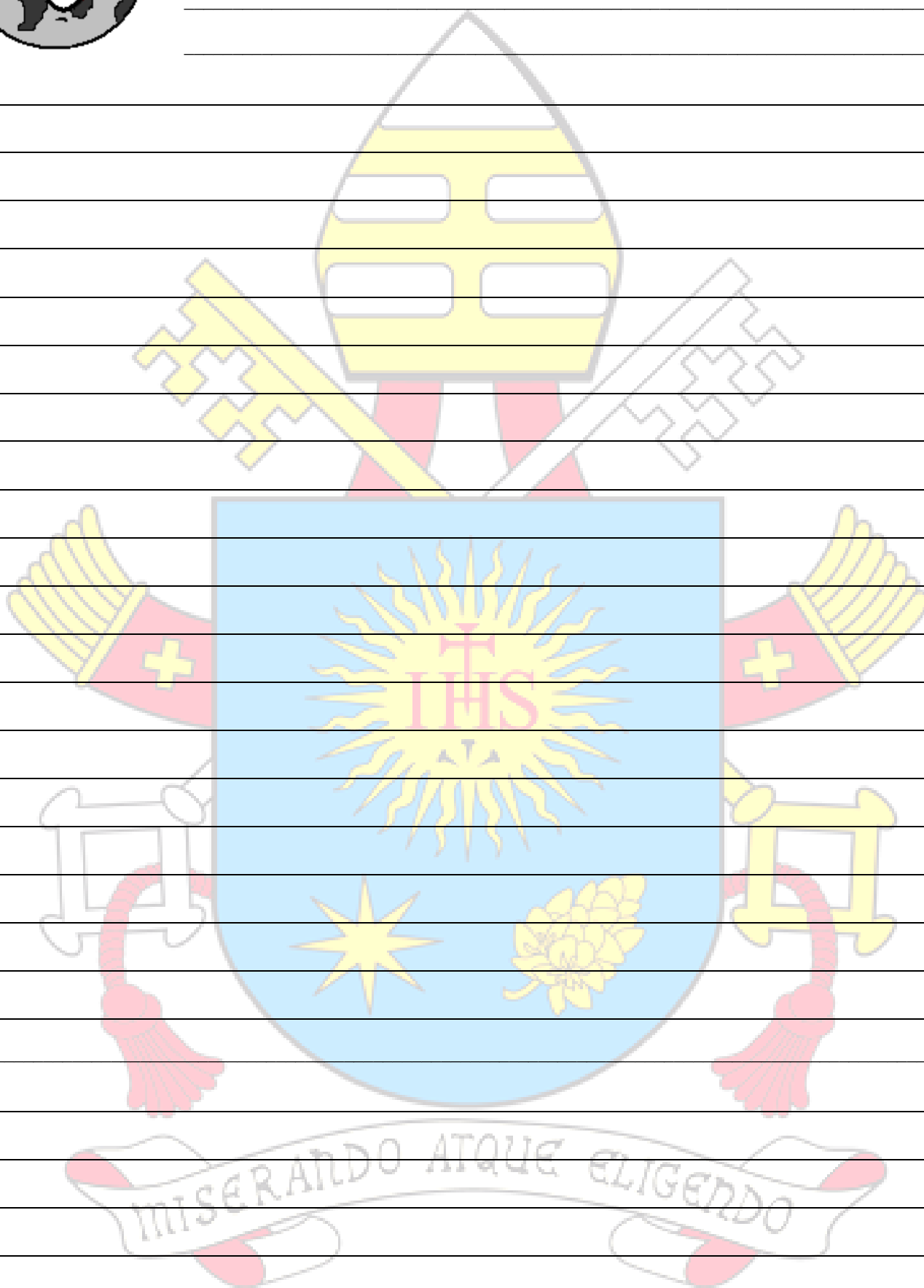


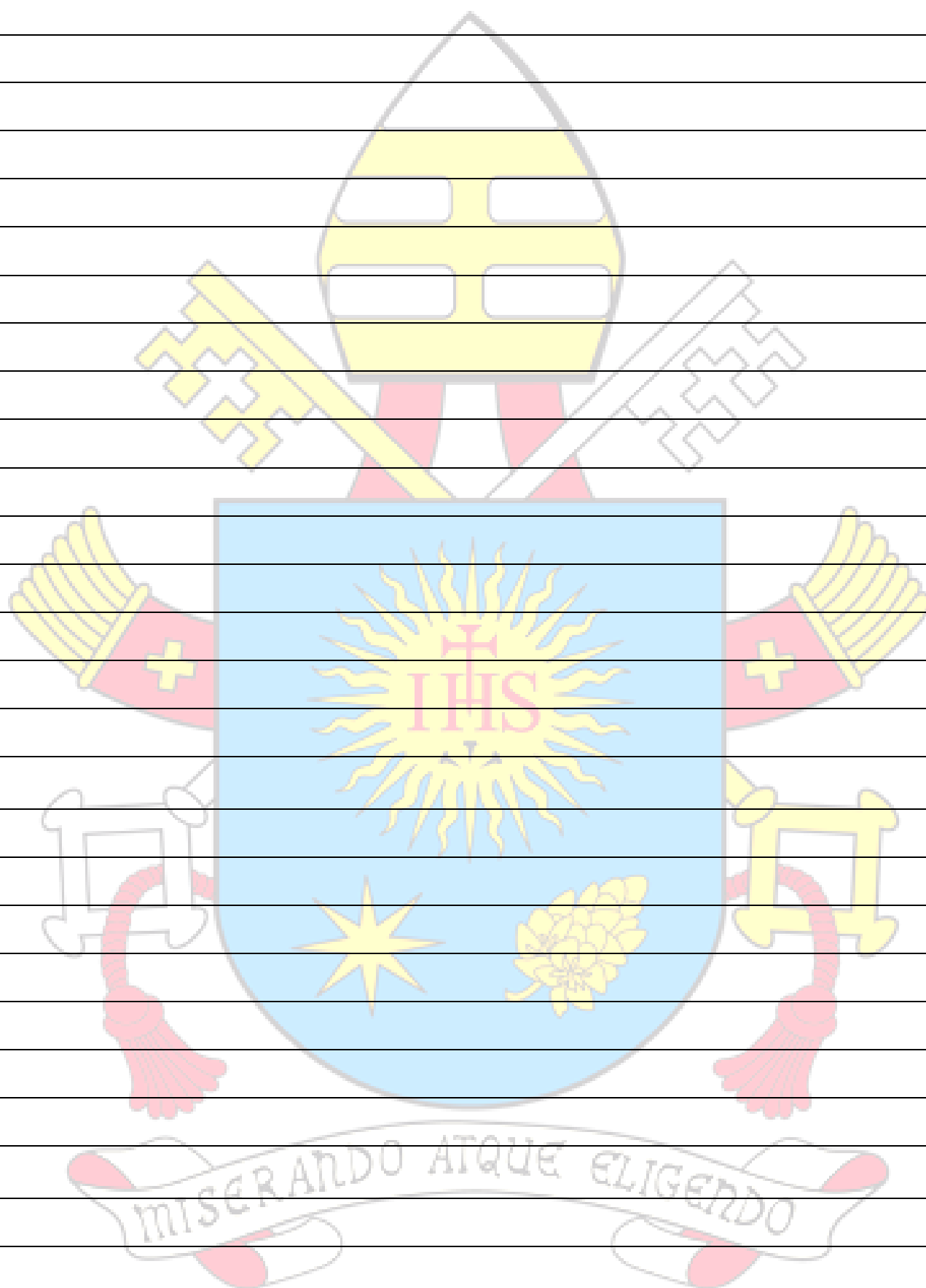
zonas del camino con mejor trato y acogida. Salimos por **San Lázaro**, cruzamos el ferrocarril y el Río Celeiro, llegamos a los caseríos dispersos de **Vilei**. Seguimos por zonas de bosque y empezamos una subida de 200 m que finalizara a 13 K en **Ferreiros**, una pequeña aldea surgida al amparo del camino, siendo lugar de “herrerros” para los peregrinos a caballo. Su parroquial es un templo austero con una hermosa portada románica del siglo XII. Y de Ferreiros a **Mercadoriro** ya sólo son tan sólo 3 K de bajada al río donde esta la casa rural que disfrutaremos tanto como merece el esfuerzo de esta larga jornada.

“El futuro pertenece a quienes creen en la belleza de sus sueños y el nuestro está a punto de cumplirse” Anónimo



En Mercadoiro, jueves 10 de abril de 2014.





“Diario de un peregrino”.

Curiosidades y leyendas del Camino:



Sobre “la concha de vieira como símbolo jacobeo” cuenta con una leyenda: se dice que sucedió en las inmediaciones del lugar donde se varó la barca que transportaba a Galicia los restos del apóstol desde Palestina. Al parecer, una comitiva de novios recién casados distinguió en el horizonte una barca a la deriva que se acercaba a la playa con riesgo de naufragar. Ante esta visión, el novio se lanzó con el caballo al agua, con tan mala suerte que acabó engullido por el mar. Desesperado, invocó a los cielos y el milagro llega a modo de una extraña fuerza que lo arrastró, salvándolo,

hacia la orilla. Caballo y jinete pisaron tierra firme justo en el momento en que la barca que transportaba los restos del apóstol alcanzaba la orilla. Todos consideraron la salvación un milagro del Apóstol que transportaba la barca. Tanto jinete como cabalgadura, estaban completamente cubiertos de conchas de vieira, y de este modo quedaron indisolublemente unidos la imagen de Santiago con la concha de vieira.

Sobre el milagro del gallo y la gallina: Sucedió que en el siglo XIV peregrinaba a Compostela, Hugonell, un joven alemán de 18 años que va acompañado por sus padres. En el mesón donde se hospedan trabaja una muchacha joven que se enamora de él y le requiere de amores, a lo que el muchacho se niega. Despechada y con ansias de venganza, guarda en el zurrón del joven una copa de plata y luego le acusa de robo. El joven Hugonell y sus padres se disponen a partir para seguir el peregrinaje, cuando llega la justicia y comprueban la acusación registrando el zurrón del muchacho. Le declaran culpable y es condenado a la horca. Los padres no pueden hacer nada por él más que rezar a Santiago. Al acercarse al cuerpo ahorcado de su hijo para despedirse oyen cómo éste les habla desde la horca y les dice que está vivo por la gracia del Santo. Felices y contentos van a comunicar la noticia al corregidor que, justo en ese momento, está cenando opíparamente unas aves. El corregidor naturalmente se burla de lo que oye y lanza la frase conocida: «Vuestro hijo está tan vivo como este gallo y esta gallina que me disponía a comer antes de que me importunarais». Y en ese momento, las aves saltan del plato y se ponen a cantar y cacarear alegremente. De esta leyenda nació el dicho popular: «En Santo Domingo de la Calzada, cantó la gallina después de asada».

Sobre “El juego de la oca”: este juego podría tener sus orígenes en el Camino de Santiago. Hay estudiosos que defienden que el juego de la oca es una especie de juego iniciático diseñado por los gremios de constructores que representaría el recorrido del Camino. Los puentes se consideran símbolos de transición, de cambio, y se corresponderían con algunos de los principales puentes que encontramos en la ruta jacobea. La oca siempre fue un animal asociado a lo misterioso, y cada oca representaría un punto importante para superar la etapa y seguir nuestra evolución personal. Algunos consideraban la casilla de la muerte como un castigo para quien no supo aprovechar las oportunidades de crecimiento personal que ofrece el Camino. Otros piensan que la muerte representa a Santiago, donde el peregrino abandonará su vida anterior en busca de la transmutación definitiva que se produce en la última casilla, la situada en el Finis Terrae.





Sobre las guerras de Sarria: Corría el siglo XV cuando los miembros de las clases más populares, hastiados de los abusos de la nobleza, deciden organizarse en una hermandad "*así de labradores como de hijosdalgo contra los caballeros e señores de Galicia*". Solicitaron autorización al rey Enrique IV que inmediatamente vio en ésta su oportunidad de vengarse de los levantiscos nobles gallegos que lo habían depuesto del trono de Aragón. Así pues, con el apoyo del rey, los llamados Irmandiños se sublevaron contra los nobles. Agrupados en un ejército de 80.000 hombres se dedicaron a arrasar

fortalezas y poner en fuga a nobles y obispos. *Cayeron así más de 130 fortalezas y castillos*, entre ellos el de Sarria, hasta que una nueva alianza entre el rey y la nobleza debilitó a los sublevados hasta su derrota definitiva. La represión fue feroz y los Irmandiños fueron *condenados a reconstruir con sus propias manos todas las fortalezas destruidas*. Bien diferente es la guerra que allá por 1.995 declaró su alcalde a la despoblación y la soltería. Fue siguiendo el ejemplo que unos años antes había dado el pequeño municipio de Plan, en Huesca, como el alcalde de Samos organizó una *caravana de mujeres* para que visitasen la población con el ánimo de conocer a los solteros del pueblo y acabar con esta condición.

Sobre la iglesia de San Pedro de Portomarín: De la original únicamente se conserva su portada principal, obra de finales del siglo XII. Presenta tres arquivoltas de medio punto decoradas con motivos diversos, perlas o bolas y billetes. Las columnas, acodilladas, llevan capiteles decorados con motivos vegetales y animales afrontados (grifos en un caso y aves en otro). Fue consagrada por Rodrigo II, obispo de Lugo en el año 1182.

Sobre la Iglesia de San Juan o de San Nicolás en Portomarín: Se trata de un templo de una sola nave de cinco tramos. De ellos, el más próximo a la cabecera, está cubierto con bóveda de crucería y el resto lo está con bóveda de cañón apuntada. Los diversos tramos quedan separados entre sí por arcos fajones que descansan en columnas entregas. El ábside, semicircular, se cubre con cuarto de esfera, mientras que el tramo recto que lo precede lleva bóveda de cañón. Es iluminada por un rosetón. Del exterior de la iglesia destaca su aspecto de fortaleza, justificado por



su situación estratégica junto al río Miño. Edificio del siglo XII o en los inicios del XIII y se acabó en el primer cuarto de esta centuria. Es obra de un taller que con toda seguridad conocía el trabajo del maestro Mateo en la catedral de Santiago de Compostela.

Sobre Iglesia de San Tirso en Palas de Rei: Iglesia de la que solamente se conserva de su época de construcción la portada románica de una de sus fachadas. La Iglesia fue construida sobre el siglo XII, en su interior, destaca un retablo en la capilla mayor, de estilo neoclásico.



De Mercadoiro a Palas del Rey

Por ÁLVARO Gómez y ÁLVARO Bermejo.
7ª Etapa: viernes, 11 de abril de 2014.

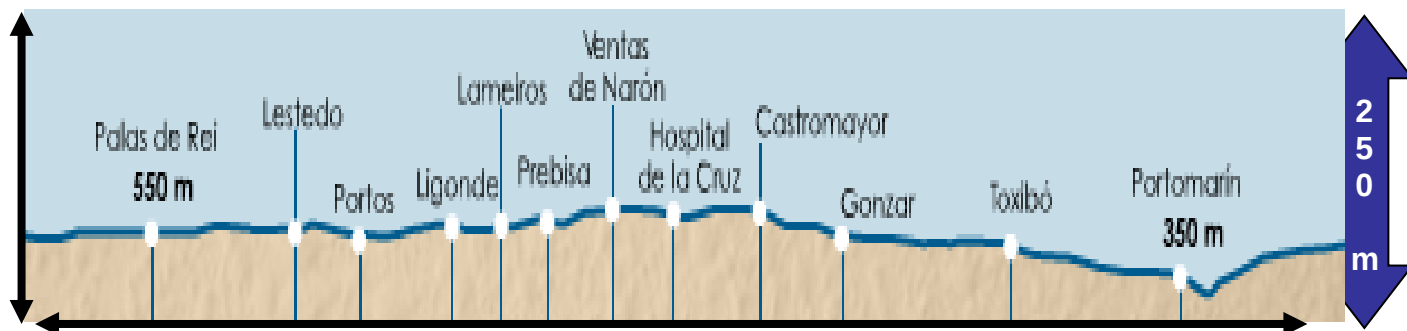


Breve reseña de PORTOMARÍN:

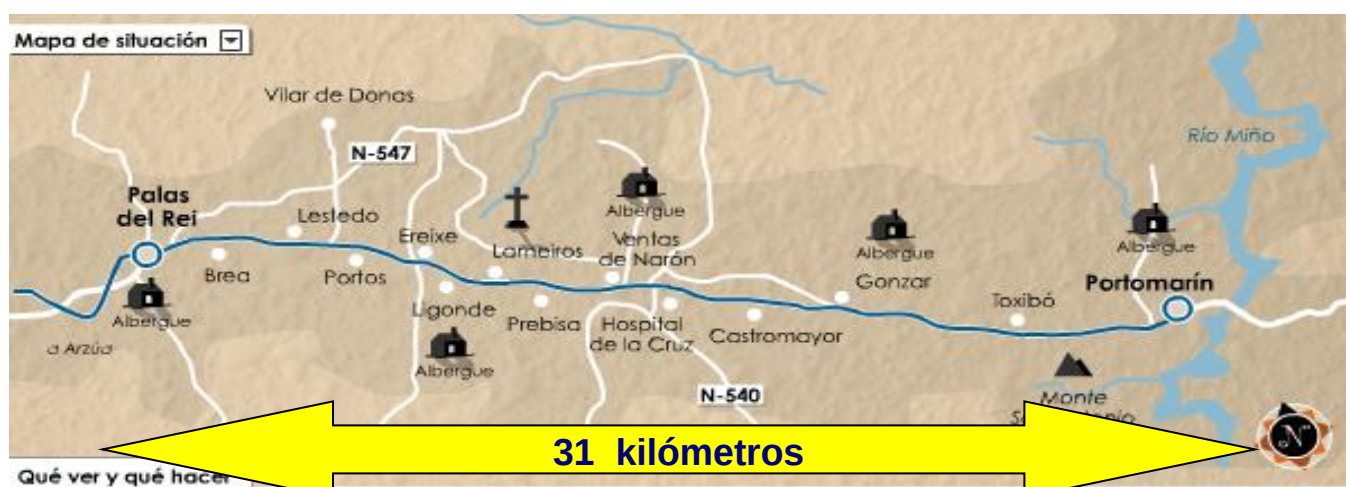
Portomarín fue desde antiguo un enclave estratégico para la custodia del paso del río Miño que desde tiempos de los romanos se realizaba a través de su antiguo puente. Este puente fue destruido por orden de doña Urraca durante sus enfrentamientos con su esposo Alfonso I el Batallador. Superada la situación, se ordenó su reconstrucción y el maestro encargado fue *Pedro Deustamben* o Pedro Peregrino, que la tradición asegura fue padre físico y espiritual del misterioso

maestro Mateo, famoso por su genial obra en la catedral de Santiago. Toda la población, con el reconstruido puente incluido, fue ***anegada por las aguas al construirse el embalse de Belesar*** en 1.966 a pesar de que había sido declarada Conjunto Histórico-Artístico veinte años antes. El pueblo fue reconstruido en una nueva ubicación a donde se ordenó ***trasladar piedra a piedra los Monumentos Nacionales*** con que contaba la antigua Portomarín. Así, se trasladó la iglesia-fortaleza de San Nicolás, la fachada de la ermita de San Pedro, la Casa del Conde y el palacio de Berbeto. Especial mención merece la ***iglesia de San Nicolás***. Perteneció a la Orden de Caballeros de San Juan de Jerusalén y muestra un innegable ***parentesco con la catedral de Santiago*** de Compostela tanto en soluciones técnicas aportadas como en los 24 ancianos que decoran la puerta principal, donde muchos autores ven la mano del maestro Mateo aunque todavía sin el virtuosismo que exhibirá en el Pórtico de la Gloria compostelano. Curiosas piedras talladas que evocan los signos utilizados en juegos iniciáticos que practicaban peregrinos y miembros de las logias de canteros. La talla de la Anunciación del pórtico norte que muestra entre el Ángel y la Virgen una planta con tres hojas (la trinidad) de la que cuelgan las piñas de la fecundidad y la inmortalidad. La talla de un capitel en el que se representan dos pájaros con cabeza humana coronados con diadema y con la mirada perdida en el mismo punto simbolizando la altura espiritual de los compañeros, la coronación de la gran obra iniciática, la mirada interior. Estos son algunos ***ejemplos del simbolismo y la carga esotérica e iniciática que muchos autores ven en esta iglesia*** y que ha llevado a afirmar que debió ser construida y decorada por la logia de uno de los mejores maestros del Camino, probablemente el mencionado Pedro Deustamben. Aún cuenta la iglesia con otra particularidad; al ser trasladada piedra a piedra no se tuvo en cuenta la norma o canon tradicional que indica que los templos deben tener su ábside orientado hacia el oriente o Jerusalén y la fachada hacia poniente. Por tanto podría decirse que la iglesia está mal orientada y esto genera una ***sensación lumínica inhabitual***.

“Todo hombre ha de ser diligente para escuchar, parco en hablar y lento a la cólera; pues el hombre encolerizado no practica la justicia que Dios quiere.” Sant., 1,19.



Perfil y mapa de la etapa



Leyenda: Hilacha, Portomarín, Hospital de la Condesa, Ligonde, Eirexe y Brea.



“Todo hombre ha de ser diligente para escuchar, parco en hablar y lento a la cólera; pues el hombre encolerizado no practica la justicia que Dios quiere.” Sant., 1,19.

PLAN DE RUTA:

De espalda a Roza y saliendo de Mercadoiro, poco después nos encontramos en con Hilacha, y ya desde el monte de San Antonio, junto a Portomarín, se desciende hasta Toxibo y Gonzar. En Castromaior se hallan las ruinas del castro que dan nombre al pueblo, Hospital da Cruz debe su topónimo a un antiguo hospital de peregrinos. Dejamos atrás Ventas de Narón, Prebisa, Lameiros y antes del llegar



a Ligonde se encuentra el cruceiro de Lameiros (1670), donde los cuatro lados de la base representan al calvario o a la muerte de Jesús (martillo, clavos, espinas y calaveras), mientras que en la cruz asombra el relieve de la maternidad o la vida. Tras el paso por Eirexe y Portos, y algo apartado de la ruta, se encuentra Vilar de Donas, donde se está la mejor joya valiosa de las más de veinte pequeñas iglesias románicas del municipio de Palas de Rei: la Iglesia del Salvador con una portada de gran belleza con unas arquivoltas de gran riqueza iconográfica. Ya de nuevo en la ruta se llega a Lestedo, Valos, Brea y el alto Do Rosario. Según la tradición no documentada el nombre de Palas de Rey proviene del palacio que aquí poseía el rey godo Witiza.

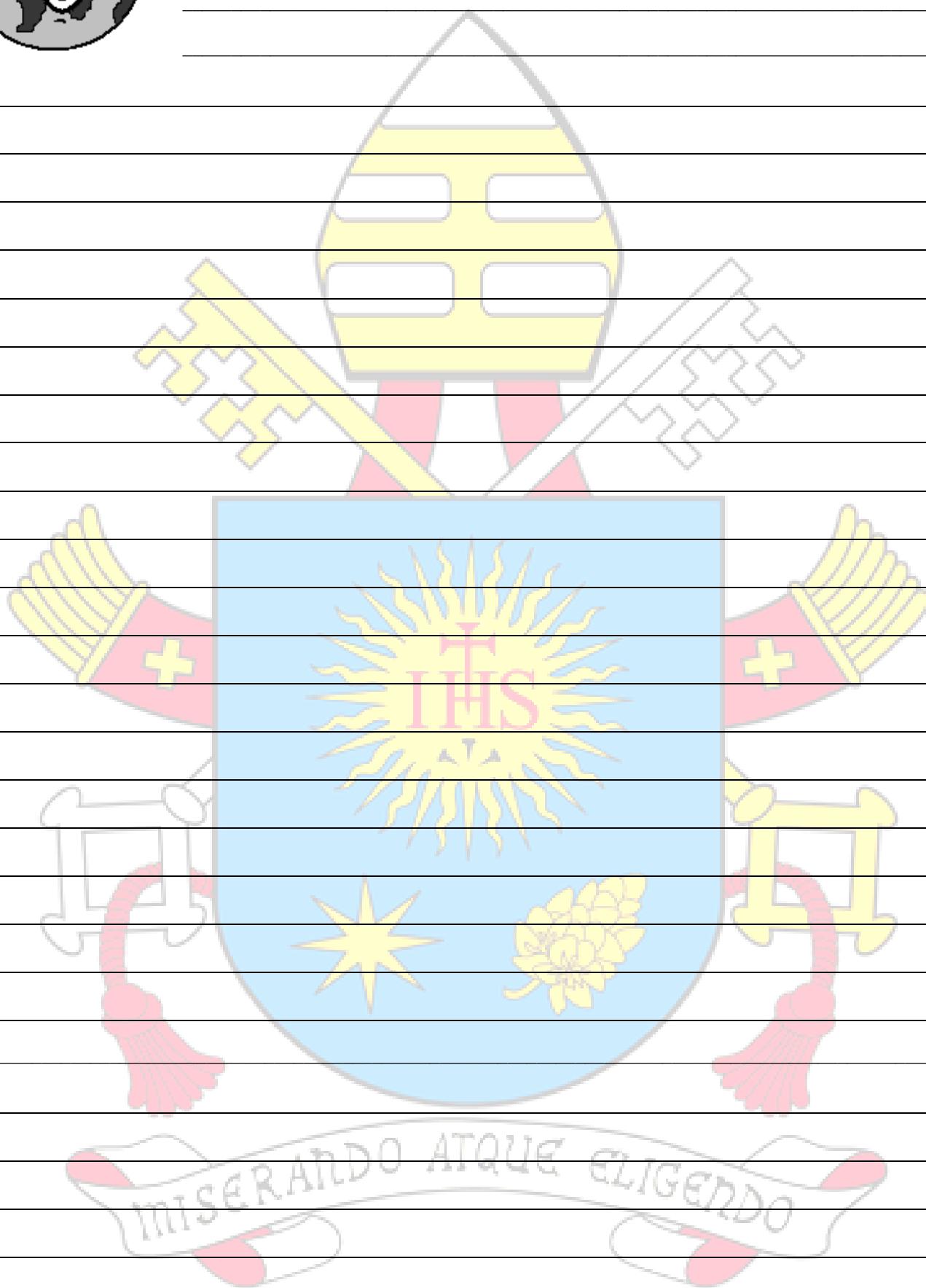


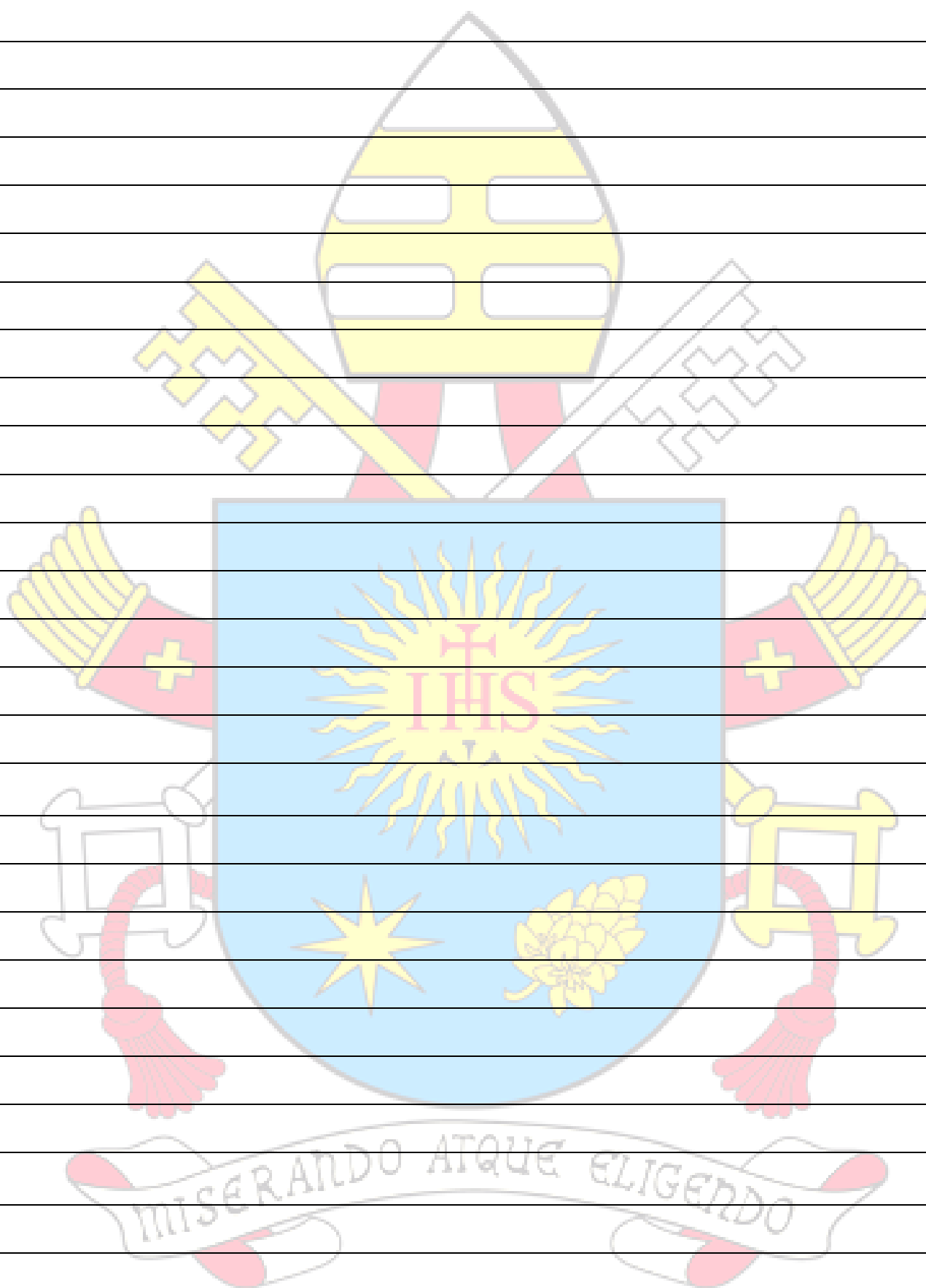
La tónica general de esta etapa es el ascenso, ya que de los 31 kilómetros con los que cuenta 20 “pican” hacia arriba. Lo bueno que tiene es que el peregrino se encuentra con un escenario maravilloso gallego, que además suelen ir acompañados de la niebla típica, y un suelo favorable, tanto en los tramos asfaltados como en los caminos,. Esta jornada arranca pues con una fuerte subida nada más salir de Portomarín, lo que permite hacerse una idea de cómo va a ser el resto. Esta primera pendiente se encuentra rodeada por un arbolado que, a pesar del esfuerzo al que obliga la cuesta, la hace muy agradable.

“Todo hombre ha de ser diligente para escuchar, parco en hablar y lento a la cólera; pues el hombre encolerizado no practica la justicia que Dios quiere.” Sant., 1,19.



En Palas de Rei, viernes 11 de abril de 2014.





“Diario de un peregrino”.



De Palas del Rey a Ribadiso

Por ROCÍO García y PABLO Rodríguez.
8ª Etapa: sábado, 12 de abril de 2014.

Breve reseña histórica de PALAS DEL REY:

La historia de Palas del Rey se presenta íntimamente unida a la cultura castrense, conservando aún hoy numerosos restos arqueológicos (mámoas, dólmenes y castros) testigos de un remoto asentamiento. Según la tradición, el ayuntamiento debe su nombre “pallatium regis” al palacio del rey visigodo Witiza, que reinaría entre los años 702 y 710. En Palas, Witiza habría matado al Duque de Galicia, Favila, padre de Don Pelayo.

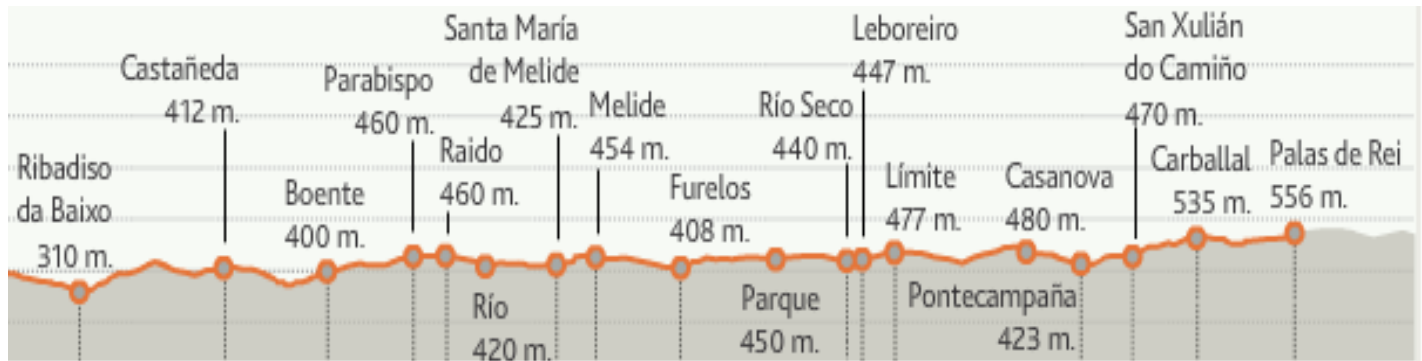


El estilo románico entró por el camino de Santiago, dejando su huella en la arquitectura religiosa, destacando la iglesia de Vilar de Donas, uno de los referentes principales del románico galego, declarada en 1931 monumento histórico-artístico. Sus pinturas murales forman uno de los conjuntos más destacados y mejor conservados de Galicia.

Por aquí pasaba la vía “Lucus Augusti”, y ya en el siglo VI se constata su pertenencia al condado de “Ulliensis”, siendo la Edad Media un período de prosperidad para la villa, en buena parte gracias al Camino de Santiago. El “Códice Calixtino” citaba Palas como parada obligada de los peregrinos para afrontar los últimos tramos de la ruta.

“Ya desde la cuna se nos tatúan a todos las creencias de nuestra tribu; el grabado puede parecer superficial, pero es indeleble” (Anónimo).

Perfil y mapa de la etapa



Leyenda: S. Xulian, Casanova, Leboreiro, Furelos, Santiago de Boente y Castañeda.



PLAN DE RUTA:

1º. Nos levantaremos a las 6:45 recogeremos nuestras cosas y lo dejaremos todo al menos igual que lo encontramos o mejor y saldremos a caminar aproximadamente a las 7, antes de salir del albergue agradeceremos al hospitalero que nos haya alojado. Cruzamos la carretera junto a la Casa del Concello de Palas de Rei y bajamos por la travesía del Peregrino para atravesar de nuevo la carretera y continuar descendiendo por la empedrada rúa do Apostolo.

Por tercera vez salvamos la carretera y seguimos de frente por la rúa Río Roxán, donde hay una escultura de unos peregrinos bailando firmada por J. Novo. Salimos a la avenida de Compostela, coincidente con la N-547, y tras quinientos metros (pasado el punto kilométrico 35 de la nacional) torcemos a la derecha para cruzar el río Roxán.

“Ya desde la cuna se nos tatúan a todos las creencias de nuestra tribu; el grabado puede parecer superficial, pero es indeleble” (Anónimo).



El mojón 64 nos anuncia la llegada a la parroquia de San Sebastián de Carballal. Bajo una fronda subimos hasta un par de aldeas de esta parroquia y bajamos para cruzar la N-547 (Km 2,1). El mojón 63,5 nos introduce en una senda rodeada de eucaliptos y robles, muy propensa a embarrarse, que llega hasta el lugar de Lacua (Mojón 63).

Una buena hilera de losas de piedra impide enfangarse en la balsa de agua. Proseguimos hasta San Xulián do Camiño, anunciado por el mojón 62,5. A la vera del Camino se encuentra la iglesia románica de finales del XII, que exhibe en primer término el

ábside (Km 3,4). Por pista asfaltada pasamos el lugar de Pallota (Mojón 62) y descendemos sin cuartel por una preciosa corredeira hasta el río Pambre para llegar a Ponte Campaña, perteneciente a la parroquia de Mato (Km 4,5). A continuación sobreviene un tramo espectacular. Cual bosque de *Fangorn*, abrazados por roca y ramas retorcidas, progresamos hasta Casanova, donde almorzaremos.

2º.- Retomada la marcha muy pronto llegaremos, sobre las 11:00 h, a Leboreido, donde a su paso visitaremos la **iglesia de Santa María** que es de estilo **románico de transición**, de **una sola nave y ábside circular**. En el **tímpano** de la portada hay esculpida una hermosa imagen de la **Virgen**; enfrente está la fachada del antiguo hospicio de peregrinos fundado por la familia Ulloa en el siglo XII. Delante se puede observar un típico **cabeceiro**, es decir un granero en forma de gigantescos canastos utilizado para conservar el maíz, como si se tratara de un primitivo hórreo. Y ya sobre las 12.45 h, que llegaremos a Meleide, pararemos para comer en una pulpería. Las casas de esta localidad coruñesa aparecen cuando sólo quedan 55 km para llegar a Santiago de Compostela, entre Palas de Rei y Arzúa, y en pleno Camino. Como si fuésemos un peregrino más, el casco antiguo nos da la bienvenida con una joya artística de la zona: el Cruceiro, que se encuentra junto a la capilla de San Roque. Es el más antiguo de Galicia y su origen se remonta al siglo XIV. Unos pasos más allá llegamos a la Praza do Convento, centro neurálgico de la localidad, donde podrás disfrutar de la belleza de la Iglesia de Sancti Spiritus, antiguo convento franciscano fundado en el siglo XIV que hoy mantiene una capilla con mucho encanto. En su interior destaca su retablo barroco del siglo XVII y su bóveda ojival.



“Ya desde la cuna se nos tatúan a todos las creencias de nuestra tribu; el grabado puede parecer superficial, pero es indeleble” (Anónimo).



3º: Sobre las 15.30 h. salimos de Melide andando por El camino primitivo hacia Catañeda para llegar a las 18:00 h. a Catañeda y visitarla. A continuación de Melide, Boente, con su iglesia de Santiago, y Castañeda, son otras dos pequeñas localidades con antigua tradición jacobea, la segunda muy ligada a la de los hornos de cal empleada en la construcción de la catedral de Santiago. Las pequeñas piedras que los peregrinos traían desde las canteras calizas de Triacastela, eran algo más que un símbolo de participación en esta empresa. Más adelante el peregrino cruza el río Iso por un pequeño puente

medieval que da acceso a otra importante instalación asistencial: el hospital de Ribadiso, el último que permaneció abierto en el Camino Francés. Se recuperó como albergue en 1993. En la villa quesera de Arzúa, el peregrino puede todavía encontrar importantes vestigios jacobeos: la Rúa do Camiño, la iglesia de Santiago, la capilla de A Magdalena, perteneciente a otro desaparecido hospital, etc. El entorno de Arzúa, con una importante oferta de turismo rural, ofrece otros motivos de interés, especialmente en las proximidades del embalse de Portodemouros (museo de la miel, rutas de senderismo señalizadas, instalaciones para deportes acuáticos, etc.).

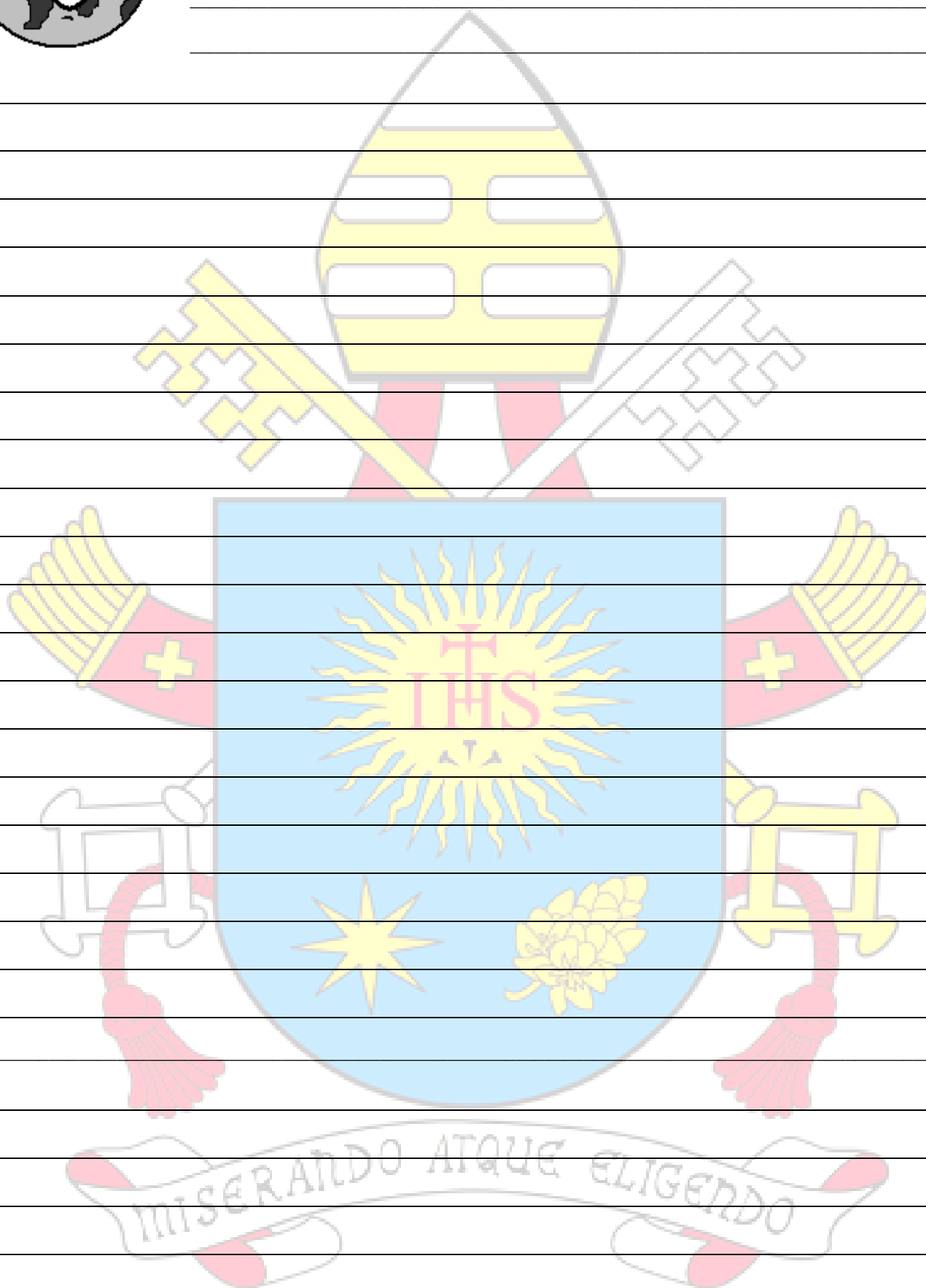
4º. Y a las 19.00 h llegaremos a Ribadio de Baiso donde nos hospedaremos. Sobre el río Iso, en Rendal, existe un grupo de casas que reciben el nombre de Ribadixo. Allí se conservan un puente de la época medieval y un conjunto de edificaciones en estado casi de completa ruina que nos indican la existencia de un Hospital donde se atendía a los caminantes, según consta en un documento fechado en el año 1523. El puente presenta un único arco de medio punto de amplio desarrollo y escasa luz. La calzada ha perdido el empedrado. Los materiales de construcción oscilan entre la sillería del granito y el esquisto de escasa calidad debido a diversas reformas y reconstrucciones posteriores al siglo XIII, fecha posible de su construcción. Nada más cruzar el río Iso por un idílico puente medieval, se encuentra el antiguo Hospital de San Antón de Ponte de Ribadiso (s. XV) convertido en un magnífico albergue. Sorprende que este minúsculo pueblo tenga este importante albergue. Ribadiso es un bucólico conjunto de casas tradicionales de pizarra a orilla del río Iso. No hay ningún tipo de abastecimiento, aunque Arzúa queda a dos kilómetros.

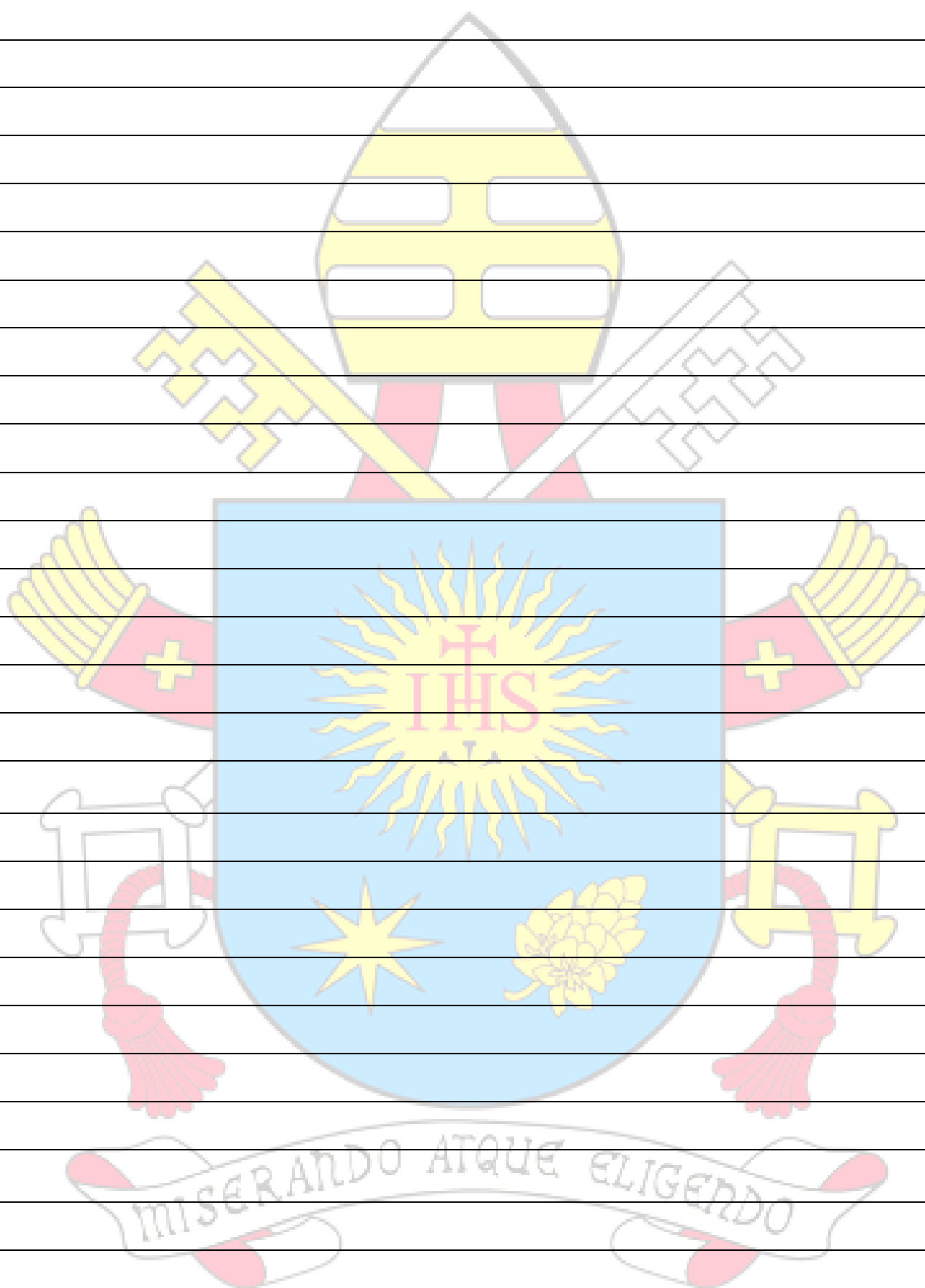


“Ya desde la cuna se nos tatúan a todos las creencias de nuestra tribu; el grabado puede parecer superficial, pero es indeleble” (Anónimo).



En Ribadiso de Baixo, sábado 12 de abril de 2014.





“Diario de un peregrino”.

Curiosidades y leyendas del Camino:



El castillo de Hambre: Pasado Palas de Rei, desde Pontecampaña podemos tomar un desvío que, a través de Sambreixo, nos lleva al Castillo de Pambre, del siglo XIV, que está formado por una gran muralla almenada con torreones en cada esquina, que protege en su interior una alta y maciza torre del homenaje. Fue éste uno de los escasos castillos y fortalezas que *sobrevivió al levantamiento de los Irmandiños*, y en sus instancias resuenan los ecos de la leyenda que cuenta cómo un *noble caballero francés* que, peregrinando a Santiago fue herido por unos bandoleros, se acogió la hospitalidad brindada

por el devoto señor del castillo para reponerse. El castellano vivía con *susdos jóvenes* hijas que inmediatamente se entregaron a los cuidados del noble peregrino. Tan joven y apuesto les resultaba el caballero que *ambas quedaron prendadas de él* aunque sin llegar a disputárselo. Ya convaleciente, el caballero mostró una clara inclinación por una de ellas y acabó por pedir su mano a su padre que gustoso se la concedió. Se celebró la *boda* en la catedral de Santiago y, ya como marido y mujer, ambos viajaron a Francia para vivir en las propiedades del caballero. Se cuenta que *la otra hermana quedó sola en el castillo* siempre con la esperanza de que algún día su gran amor regresase por ella. Pasaba el tiempo y ella continuaba subiendo a la torre del castillo para otear el horizonte esperando a su amado hasta que un día allí la encontraron fría, muerta, con la mirada clavada en el Camino Francés.

La iglesia de Santa María de las Nieves, en Leboreiro, tiene en su tímpano una talla de la Virgen sedente o coqueta que reproduce la imagen de la Virgen custodiada en su altar mayor. Cuenta la leyenda que cerca de donde se encuentra esta iglesia, cuando todavía no se había levantado, *comenzó a manar una fuente* acompañada de deliciosos y místicos aromas diurnos y resplandores o extraños fenómenos lumínicos nocturnos. Los asombrados vecinos, seguros de que aquellos portentos escondían hechos sobrenaturales o milagrosos, procedieron a *excavar en los alrededores encontrando una imagen de la Virgen*. Felices por el hallazgo, decidieron trasladar la imagen a la iglesia parroquial pero al día siguiente la imagen había desaparecido para volver al punto donde fue hallada. Varias veces repitieron los vecinos la operación y en todas las ocasiones la Virgen volvía junto a la fuente, hasta que, reunidos para estudiar la posibilidad de construir una capilla o ermita en el lugar de la aparición, un cantero tomó la palabra y propuso *realizar una talla a imagen y semejanza de la encontrada y colocarla en el tímpano de la iglesia parroquial*. Así se hizo y él mismo se encargó de tallarla. Esta feliz idea parece que fue del gusto de Nuestra Señora, que *desde aquel momento consintió en permanecer en el altar mayor*. Sin embargo, los vecinos cuentan que todavía, en las noches oscuras en que nadie la observa, la imagen acude a la fuente para bañarse y peinarse los cabellos. **El nombre de Leboreiro** de la villa deriva del latín *Campus Levurarius*, que viene a significar *Campo de liebres*, *al parecer por la abundancia de esta especie en los contornos*. Es curiosa la simbología que en diferentes culturas se asocia con este animal. Desde las culturas precolombinas maya y azteca hasta la china pasando por la mitología clásica a menudo han asociado este animal con ritos iniciativos, el culto a figuras femeninas y ancestrales rituales de fecundidad.





De Ribadiso a O Pedrouzo

Por IRIS Rioseras y DIEGO López.
9ª Etapa: domingo, 13 de abril de 2014.

Breve reseña de RIBADIXO y ARCA:

Ayer, nada más cruzar el río Iso por un idílico puente medieval, nos encontramos con el antiguo Hospital de San Antón de Ponte de Ribadiso (S. XV), donde hemos dormido. Albergue magnífico que es el más antiguo del camino francés, conservado tal cual hasta la actualidad y rodeado por pequeño pueblo de Ribadiso con un bucólico conjunto de casas tradicionales de pizarra. Hoy, de Ribadiso a O Pedrouzo, si atendemos a la palabra “Da Baixo”, pronto nos daremos cuenta que Arca está en lo alto y que, por lo tanto esta etapa es de ascenso hasta la misma entrada de la localidad donde se llanea hasta la salida donde está el albergue de Arca.

Así, nosotros, camino de O Pedrouzo (Arca) iremos viendo que las casas están agrupadas en torno a la carretera nacional, y ya en Arca veremos que la villa ofrece tantos servicios como una ciudad importante, y es que Arca, antesala de Santiago, es un tapón de peregrinos en verano, pero con parajes esplendidos, al ser una zona muy verde de vegetación y alamedas de eucaliptos, como último refugio antes de llegar al Monte do Gozo.



Por tanto, esta novena etapa es de 21,5 Km, prácticamente llaneando con leves ascensiones y por un camino tan bien conservado como señalizado, por lo cual es fácil de recorrer; además está acompañado de un paisaje muy agradable y bonito por la abundante vegetación que nos rodea, aunque tengamos que ir sorteando a la carretera una y otra vez, por lo que hay que estar muy atento a los cruces de la nacional y seguir siempre la flecha amarilla sin querer recortar el itinerario pues es muy fácil perderse (además de peligroso).

“No cambies la salud por la riqueza, ni la libertad por el poder” (Anónimo).

21 kilómetros



Perfil y mapa de la etapa



Leyenda: Ardua, Calzada, Ferreiros, Brea, Santa Irene y Rua.



“No cambies la salud por la riqueza, ni la libertad por el poder” (Anónimo).



PLAN DE RUTA:

1º A las 7:00 h empezamos a levantarnos, dejando un margen de media hora para estar todos cambiados para ir a desayunar. El desayuno será en el propio albergue a las 7:30 h aproximadamente. Antes de partir hacia la “dura” jornada, debemos tener todo recogido y no dejarnos nada en el albergue, para ello la encargada de Objetos Perdidos deberá revisar que no nos olvidemos nada. Todos debemos partir de Ribadiso de Baixo con mucha alegría para emprender la marcha.

2º Sobre las 8.30 h deberemos estar preparados para emprender la marcha desde Ribadiso de Baixo hacia O Pedruzo. Nos encontramos en la comarca de Arzúa, el camino se presentará, en esta etapa, dócil y en muy buen estado, ascensiones y descensos, alternando con tramos llano, y también disfrutando de los hermosos parajes de la comarca.

3º Cuando lleguemos a Ferreiros sobre las 10:30 h, pararemos en un lugar de paso, para almorzar: frutos secos, pequeñas piezas de fruta. Para reponer un poco de energía y continuar el camino con fuerza. Continuaremos el camino, sin mucha dificultad, este camino que recorreremos es la última etapa antes de emprender el último camino hasta Santiago.

4º Ya, alrededor de las 13:00 h, haremos la gran parada para comer, entre Brea y Sta. Irene, y, aunque no todos los días comeremos caliente, ni de bocadillo, hoy toca una gran comida de restaurante con el menú del lugar, para después continuar con la ruta. Si da tiempo, donde nos estacionemos, podríamos hacer un pequeño paseo y ver el lugar. Debemos apreciar el paisaje tan natural que se nos ofrece a lo largo del camino, y aprovechar y enriquecernos de la experiencia.

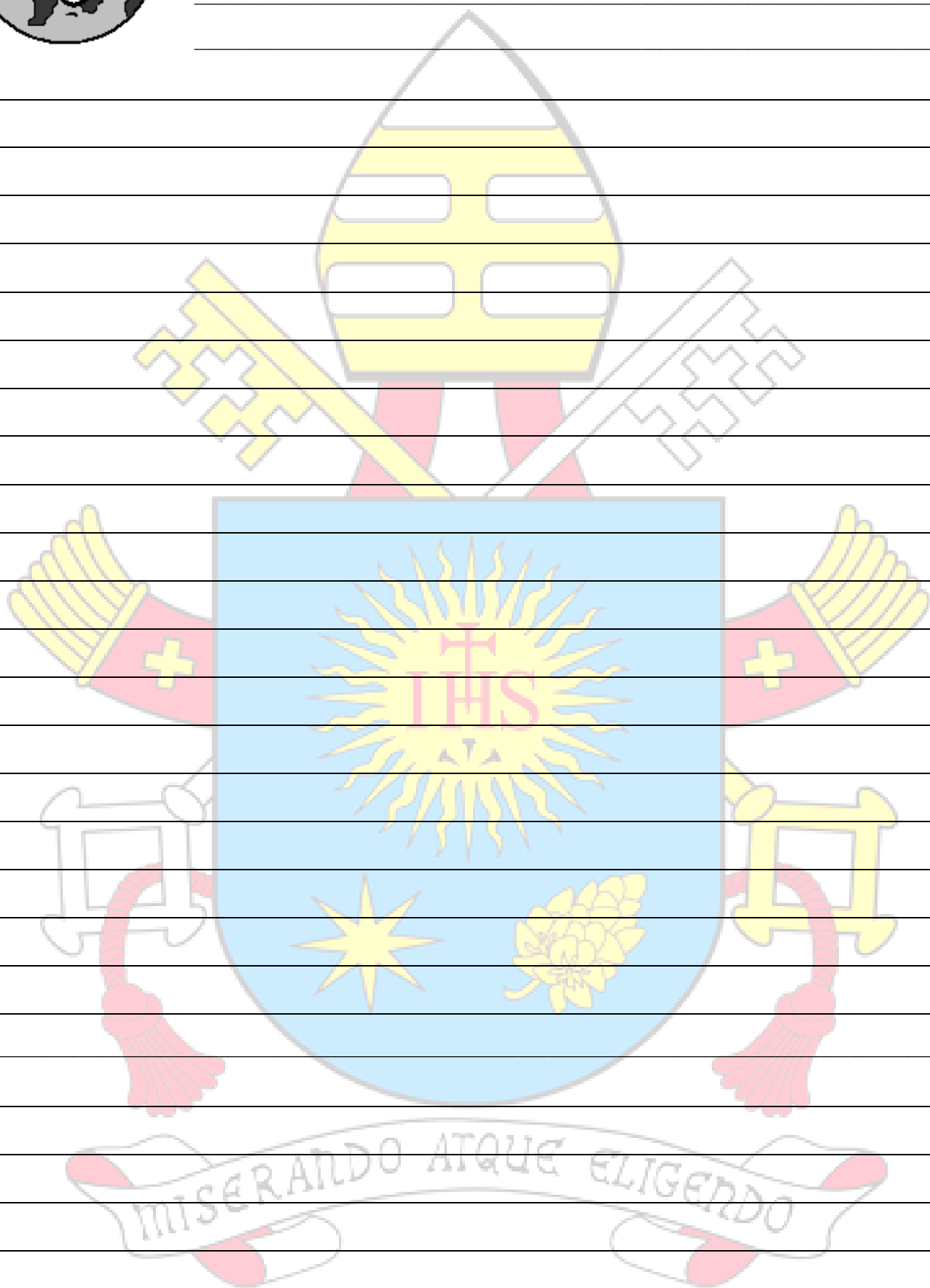
5º Sobre las 16:00 h haremos una pequeña merienda muy breve de una gran pieza de fruta o algo semejante, y empezaremos ya el último tramo de la etapa. Nos encontraremos a alrededor de una hora de O Pedruzo. **Y, en torno a las 17:00 h , deberíamos llegar a O Pedruzo.** Por una pequeña carretera se llega a O Pino, cruza la carretera general por debajo de un túnel en la comarca de Arzúa y luego vuelve a cruzarse con ella a la altura de Santa Irene donde se encuentra el albergue público y una capilla. Desde la entrada a O Pino destacan grandes tramos que se internan por bosques de eucalipto y replantación de pinos y abetos en filas totalmente simétricas, lo que produce un curioso efecto visual. Cuando lleguemos allí, iremos al albergue directamente, y después de la merecida ducha, ya curadas las heridas y con las mochilas bien organizadas, daremos un paseo por O Pedruzo para disfrutar del paisaje antes de cenar caliente y hacer algún pequeño juego, para que, finalmente, acabar descansando ya en el albergue (dormir será una necesidad, pues, será tal en cansancio que nos acostaremos temprano, para que la jornada siguiente sea llevadera.

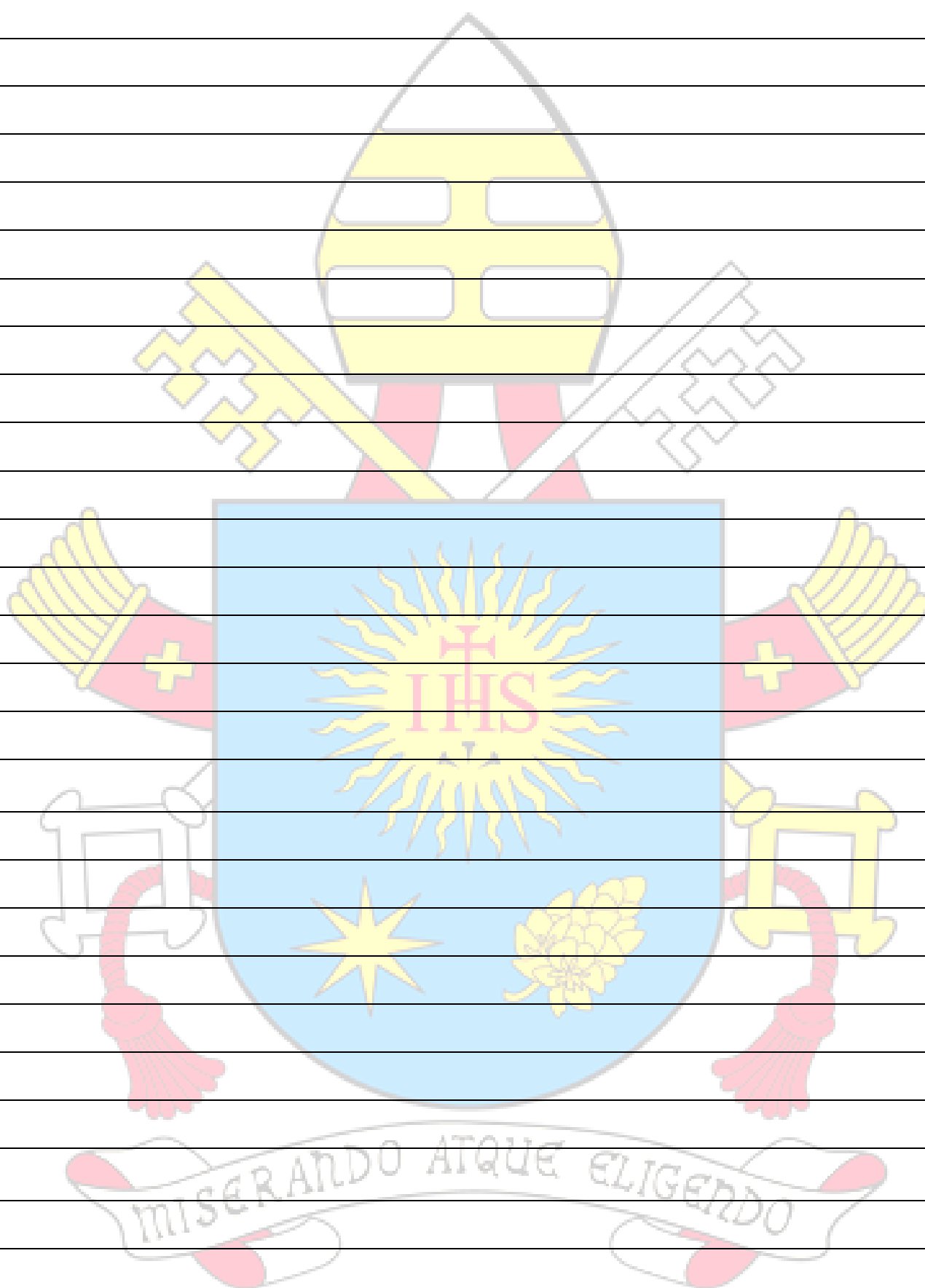


“No cambies la salud por la riqueza, ni la libertad por el poder” (Anónimo).



En O Pedrouzo, domingo 13 de abril de 2014.





“Diario de un peregrino”.



De O Pedrouzo a Monte o Gozo y Santiago de C.

Por JAVIER R., ANA B. G, RAFA N., Álvaro D., Diego L. y Álvaro B.
10ª y 11ª Etapa: lunes 14 y martes, 15 de abril de 2014.

Breve reseña de O PEDROUZO (Arca) y Monte do Gozo (Santiago de C.):

En la antesala de Santiago: O Pedrouzo y Arca, que están pegados, es la zona de eucaliptos que se convierte en el último refugio antes de llegar al deseado Monte do Gozo, donde casi se ve a la vista Santiago de Compostela. En Pedrouzo - pegando a Arca- como hay un bar que abre temprano y sirve desayunos, cogeremos el “último aliento” para encaminarnos a nuestra meta.

Desde el gran complejo en que se ha convertido el Monte do Gozo se ve, por fin, Santiago de Compostela. El nombre: Monte o Gozo, obedece que está muy cerca de Santiago de Compostela y desde su cima se puede apreciar las torres barrocas de la capital, meta de la gran ruta jacobea. También parece derivar de los gritos de alegría que prorrumpían los peregrinos al alcanzar la cima. Una curiosidad es que como muestra de respeto, siempre ha sido tradición que desde este punto hagan el último tramo a pie quienes hasta aquí llegaran a caballo, y también todavía se conserva la costumbre de disputar una carrera entre los distintos peregrinos para ver quien alcanza primero la cima y ser nombrado “Rey de la peregrinación” quedando esto reseñado por sus compañeros en el reverso de la Compostela (es posible que esta tradición haya dado origen a apellidos muy populares en España y Europa con Rey, Roy o Leroi).



“Lo importante no es llegar sino ir” (Robert Louis Stevenson).



Perfil y mapa de la etapa



Leyenda: Arca, Labacolla y San Marcos.



“Lo importante no es llegar sino ir” (Robert Louis Stevenson).



PLAN DE RUTA:

Seis kilómetros de ascenso, pasando por la pequeña población de S. Marcos, son los que restan para llegar a Monte do Gozo. No son precisamente muy agradables, ya que buena parte del tramo hay que hacerlo por el asfalto, pero la seguridad de que muy pronto vamos a ver las agujas de la Catedral de Santiago (si el tiempo lo permite), suplirá con creces nuestras últimas penurias como peregrinos.

Superados los últimos escollos y localidades del Camino: atrás quedan Lavacolla, en donde se adecentan los peregrinos antes de su entrada en Compostela, según el Codex Calixtinus, al pasar por delante de la capilla de San Roque en S. Marcos al pie de la colina del Monte do Gozo. Ya desde aquí, con apenas 379 m de altitud, en lo alto del conjunto escultórico de bronce de dos peregrinos, divisamos y dominamos la ciudad del Apóstol.

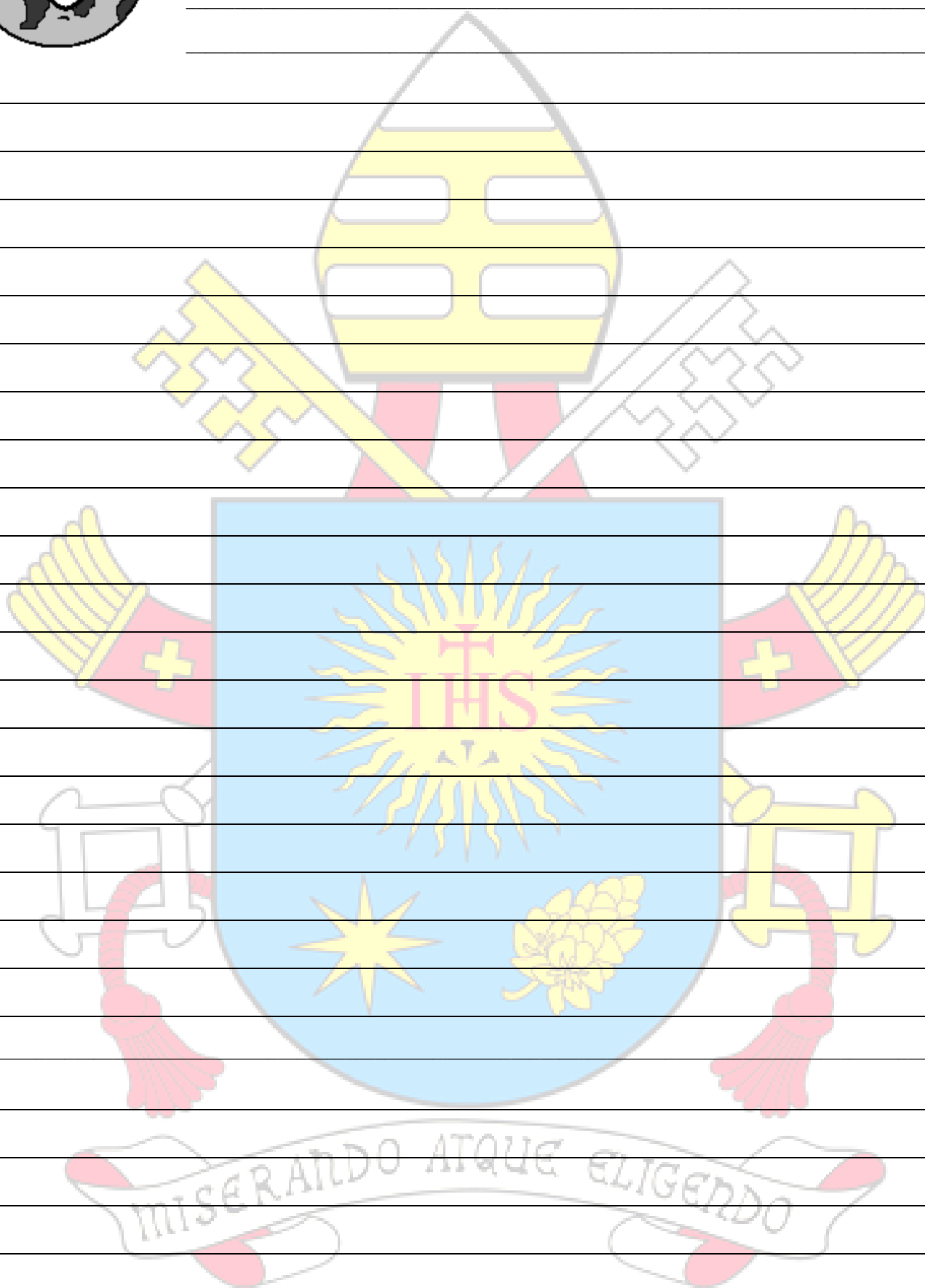
Es la etapa más gozosa de toda la ruta. Es prácticamente un tramo urbano de 4.5 kilómetros, bien señalizado que sigue la traza histórica. Es interesante, emocionante y último tramo, discurre en su totalidad sobre el asfalto, en suave descenso y pisando avenidas, calles y plazas de la deseada Santiago de Compostela.

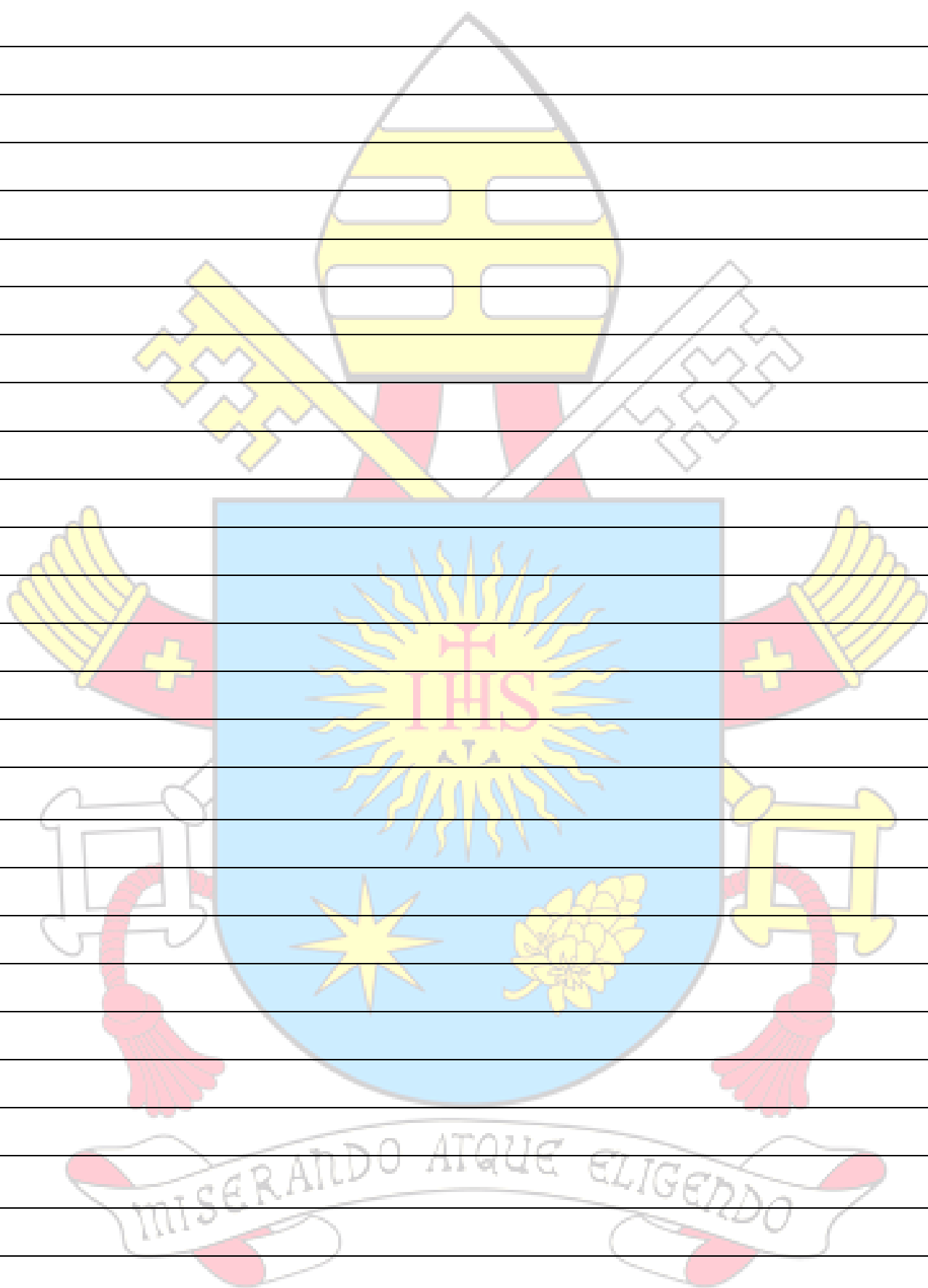
Pero... ¡qué más da! ... la Catedral está al alcance de la mano. La mochila no pesa, las endurecidas piernas parecen volar sobre el asfalto. Apenas algún anciano se fija en el paso del peregrino, pero él siente millones de aplausos en lo más íntimo de su corazón. Se madruga para llegar relativamente pronto a la Catedral, dar un fuerte abrazo al Santo sin tener que hacer largas colas y coger un buen sitio para la "Misa del Peregrino". La emoción y los sentimientos que le embargan, no se pueden describir, atrás quedó la dureza y grandeza del Camino con todas sus vivencias. Nada es comparable. ¡¡¡ULTREIA PEREGRINO Y HASTA SIEMPRE!!!

“Lo importante no es llegar sino ir” (Robert Louis Stevenson).



En Monte do Gozo, lunes 14 de abril de 2014.



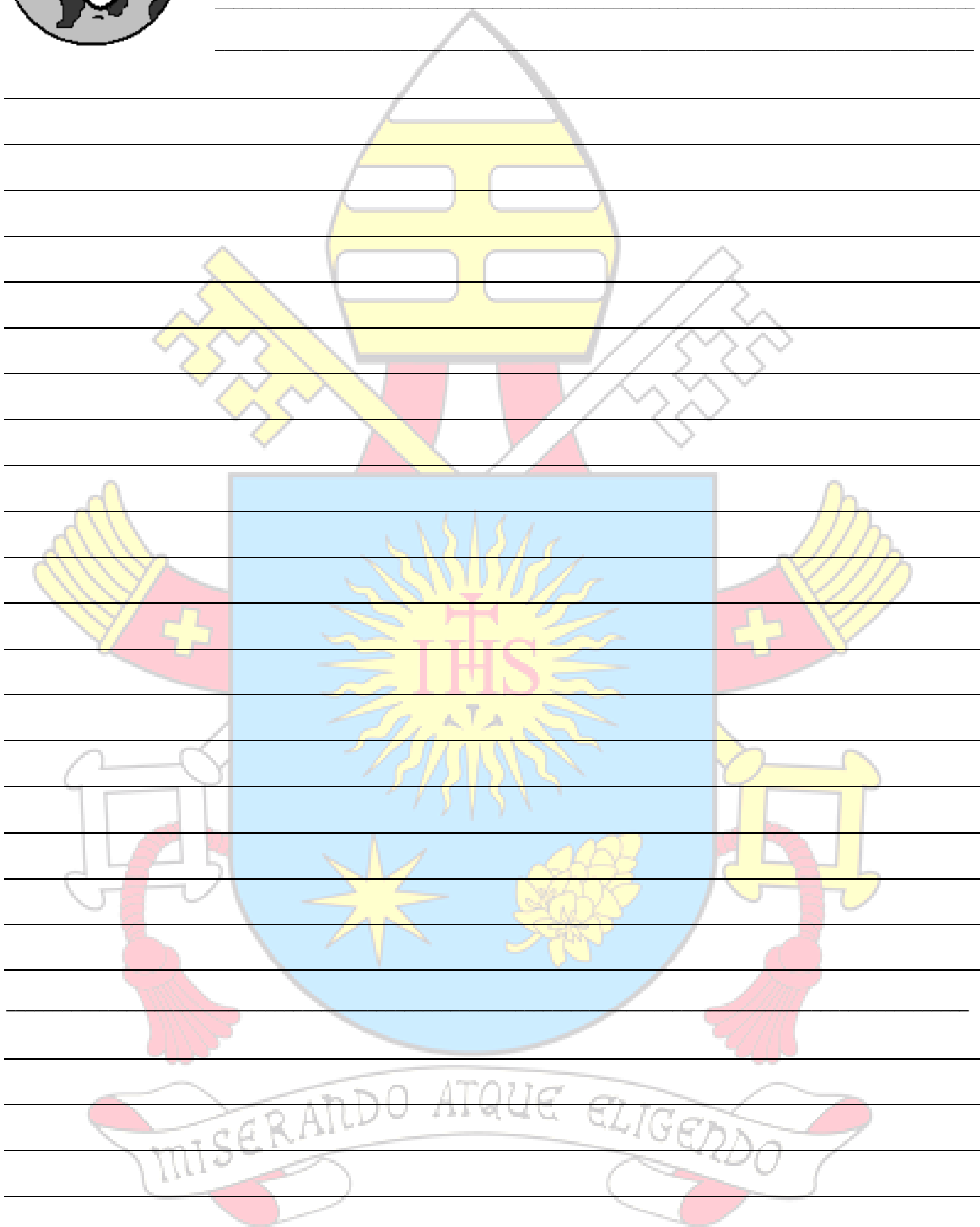


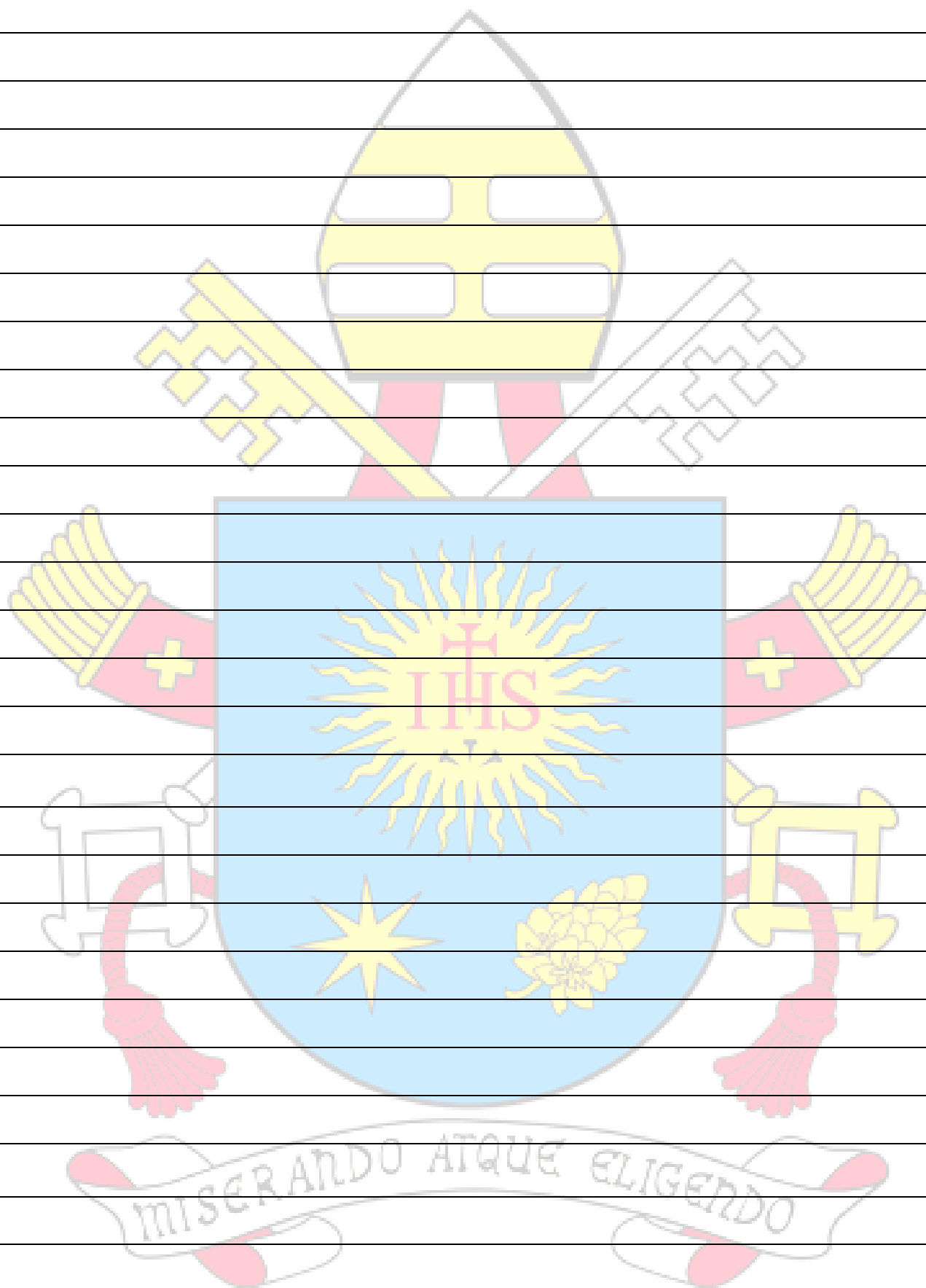
“Diario de un peregrino”.





En Santiago de Compostela, martes 15 de abril de 2014.





“Diario de un peregrino”.



SABIAS QUE...

AL LLEGAR A SANTIAGO DE COMPOSTELA

Al llegar a Santiago de Compostela, la meta “volante” del Camino, de nuestra peregrinación, de la vida misma,... ese día vamos más deprisa: **¡Son tantas cosas las que hay que ver y las que vamos a sentir que...!** Pero para que no te pierdas nada, ten en cuenta algunos detalles que llenan esta experiencia, como los **“gestos y ritos” comunes que todos los peregrinos hacen para tener un “BUEN CAMINO”**. Te animo a que dediquéis un tiempo a reflexionar y entender cada uno de los rituales de los peregrinos antes de repetir por inercia la liturgia del Camino, no sea que acaben por perder su sentido al estar vacíos de contenido.

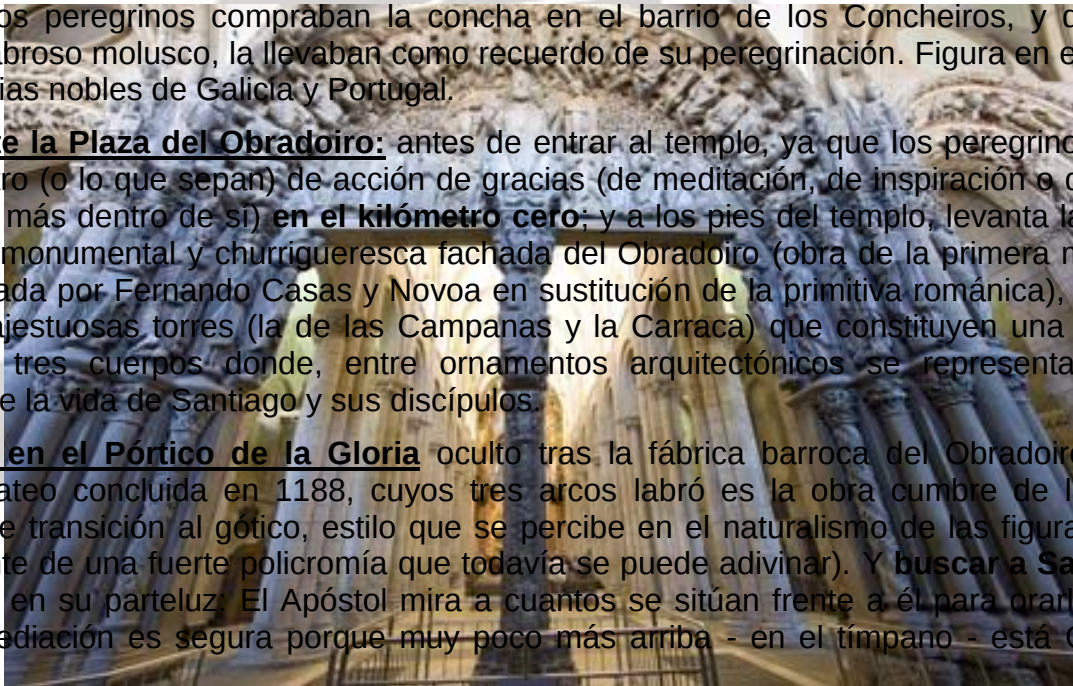
Entrar en la ciudad: como puedas pero siempre por dónde “marca” el camino (sigue la dirección de las “flechas amarillas” para no perderte ni en “una etapa urbana”), y siempre “por lo que más quieras”: los motivos, las razones, las personas, los sentimientos,... con los que haces tu peregrinación para tener este “buen camino”.

Llevar tu concha de Santiago: Es la insignia del peregrino desde el principio de las peregrinaciones jacobeanas y recuerda que no solo es la parte superior de un molusco muy abundante en las costas gallegas llamado “vieira” (de unos diez centímetros de diámetro y de forma convexa), que los hombres y mujeres se colocaban sobre la esclavina o en el sombrero.

Existen varias **leyendas** que vienen a ser la misma. Dicen que un joven señor, Cayo, se paseaba a caballo, cerca del mar, el día de su boda mientras algunos invitados domaban potros y se ejercitaban en el manejo de las armas (justas medievales); el brioso corcel de Cayo emprendió veloz carrera hacia el mar desapareciendo entre las olas, con su jinete. La boda se cambió en duelo al creer perdido para siempre a Cayo. Pero no fue así. Después de caminar largo trecho bajo el agua, aparecen junto a la barca en que los discípulos de Santiago traen su cuerpo desde Jafa, saliendo ilesos hasta la playa, trotando sobre las olas, comprobando que sus vestidos estaban cubiertos por una especie de milagrosa armadura de conchas, fiel testimonio de sus sobrenaturales aventuras... Él y los suyos se convirtieron al cristianismo. A la entrada de Santiago, los peregrinos compraban la concha en el barrio de los Concheiros, y después de gustar el sabroso molusco, la llevaban como recuerdo de su peregrinación. Figura en el Blasón de varias familias nobles de Galicia y Portugal.

Pasear ante la Plaza del Obradoiro: antes de entrar al templo, ya que los peregrinos **rezan** un Padrenuestro (o lo que sepan) de acción de gracias (de meditación, de inspiración o de lo que le salga de lo más dentro de sí) **en el kilómetro cero**; y a los pies del templo, levanta la vista para **admirar** la monumental y churrigueresca fachada del Obradoiro (obra de la primera mitad del S. XVIII realizada por Fernando Casas y Novoa en sustitución de la primitiva románica), enmarcada por dos majestuosas torres (la de las Campanas y la Carraca) que constituyen una especie de retablo de tres cuerpos donde, entre ornamentos arquitectónicos se representan diversos episodios de la vida de Santiago y sus discípulos.

Detenerse en el Pórtico de la Gloria oculto tras la fábrica barroca del Obradoiro, obra del maestro Mateo concluida en 1188, cuyos tres arcos labró es la obra cumbre de la escultura románica de transición al gótico, estilo que se percibe en el naturalismo de las figuras (dotadas originalmente de una fuerte policromía que todavía se puede adivinar). Y **buscar a Santiago** que nos espera en su parteluz: El Apóstol mira a cuantos se sitúan frente a él para orarle (o lo que sea); su mediación es segura porque muy poco más arriba - en el tímpano - está Cristo en la Gloria.



Y luego, **recorrer visualmente** toda su imaginería en bajo relieve y cada una de sus esculturas en miniaturas. Sobre la interpretación iconográfica del conjunto no parece haber acuerdo: se trata de una representación de la Gloria, el Infierno y el Purgatorio?...¿del Juicio Final?...¿de la Iglesia de Cristo, el pueblo judío (izquierda) y los gentiles (derecha)?...dejemos para los expertos la respuesta...; así que **te puedes centrar** en una buena descripción: en el arco central donde vemos, en el tímpano, al Salvador acompañado del Tetramorfos, ángeles y otras figuras (¿los Elegidos?); en las arquivoltas los 24 ancianos del Apocalipsis; en las jambas profetas y apóstoles conversando entre sí; en el parteluz, vemos al exterior, sobre el Árbol de Jessé, al apóstol Santiago, y en el interior, lo que se ha venido considerando un autorretrato del Maestro Mateo; y en el arco de la izquierda hay profetas en las jambas y personajes del Antiguo Testamento en las arquivoltas, mientras que en el de la derecha las jambas las ocupan santos.

Recuerda que la columna central del pórtico, que representa el árbol de Jessé (árbol genealógico de Cristo), tiene cinco surcos, fruto de la erosión de los dedos de los peregrinos durante siglos; ya que el peregrino suele **poner los dedos** sobre ellos y así se pone en contacto íntimo con el lugar sagrado, se integra a él, y lo une con las almas de los antepasados (de todos los que pusieron antes sus dedos allí), a través de la piedra. Esta tradición tiene reminiscencias precristianas y de inconfundible esencia mágica, como los **croques**. ¿Qué es un croque?, ¿Por qué se lo dan los peregrinos? Tradicionalmente se cree que en el Pórtico, el Maestro Mateo, se autorretrató en la figura orante que está arrodillada en la parte posterior del parteluz. Popularmente se le llama "O Santo dos Croques". Es creencia popular que al **golpearse** la frente sobre la cabeza de la figura del arquitecto se obtendrá sabiduría y prudencia.

Subir al Camarín del Apóstol: por la derecha hasta llegar a la espalda de la escultura de Santiago, que es de piedra, (obra de la escuela del maestro Mateo) con el asiento y la esclavina, que son de plata (donación del Arzobispo Monroy), adornada con numerosas y auténticas piedras preciosas; y la lámpara que fue hecha con las armas del Gran Capitán ("Para que ilumine y de luz a mi ánima", dijo el insigne militar). Y al **bajar** verás que igual que al subir se ve tras las rejas de plata de estilo rococó el altar con la nave central de la catedral. Y, **abrazar al Santo** ¿Qué significa?, ¿qué sentido tiene? Es una piadosa tradición dar el abrazo a Santiago desde la consagración del templo en 1211 y tú podrás repetirlo con el significado que quieras, abrazando en él -por ejemplo- a quién tu más quieras, por lo que tu hallas llegado hasta aquí y/o para lo que tú desees, esperes,...

Visitar la Tumba Apostólica: ¿Dónde está? ¿Cuándo lo descubrieron? ¿De dónde ha salido la actual hornacina? Esta visita tiene que ser algo personal o en grupos muy pequeños pues no hay sitio, ya que en la Cripta está el sepulcro de Santiago y sus discípulos Atanasio y Teodoro. Este lugar es la parte inferior del Mausoleo del Apóstol (S. I.), descubierto en las excavaciones del siglo XIX. La reliquia reposa en una urna de plata con el anagrama de Cristo (crismón) en la tapa. En el frontal se representa a Cristo Pantocrator con los símbolos de los Evangelistas, acompañado de los Apóstoles. Al visitarla los peregrinos **profesan** su fe. Es el momento fundamental. El rezo del **Credo ante la Tumba de Santiago** es una manifestación de adhesión a la Fe predicada por el Apóstol en estas tierras del extremo de Occidente.

Y asistir a la MISA DEL PEREGRINO. ¿Qué significado tiene celebrar una Eucaristía al llegar a Santiago?, ¿Qué celebran en ella los peregrinos?, ¿Qué es la ofrenda al Santo?, ¿Por qué se confiesan y comulgan?, ¿Qué es la "misa crismal"? ¿Por qué desfilan tantos curas y quién es el obispo?, ¿Por qué cantan en latín?, ¿De qué va el concierto de la coral polifónica?, ¿Cuándo y por qué nombran a los peregrinos en la misa?,... Podría decirte muchas cosas, pero me perdería con el escenario y no sabría contarte realmente lo más importante entre estas cuatro palabras, así que creo que es mejor que tú vayas y lo sientas: ¡tienes que ir, estar,... sin perderte un detalle! Quizás te sorprenderá la atmosfera, quizás te dejarás llevar por el ambiente, quizás te perderás entre el bullicio de tanta gente, quizás... pero no dejes de ver, oler, oír, tocar, sentir todo el misterio que envuelve Santiago. Vívelo tú mismo y luego ya entenderás qué estoy diciendo y porqué insisto en que hay que hacer el Camino y estar en la misa del Peregrino (y, si quieres, hablamos a la vuelta de camino y me cuentas tú experiencia).





En torno a SANTIAGO DE COMPOSTELA

La **CATEDRAL** es el máximo exponente de Santiago de Compostela. Esta construcción se inició a partir del momento en que se produjo el descubrimiento de la Tumba. Aun cuando se conserva la Capilla del Salvador de influencia prerrománica, es un templo esencialmente románico con planta de cruz latina, al que posteriormente se añadieron elementos barrocos de carácter decorativo. Cabe destacar el Pórtico de la Gloria, que constituye un conjunto escultórico iconográfico románico, de una gran belleza. Su fachada principal da a la excepcional Plaza del Obradoiro (obra de Oro), corazón y referencia de la Ciudad y en cuyo lugar también se encuentra el Hospital real, mandado construir por los Reyes Católicos en el año 1492 (hoy Parador Nacional).

Son muy importantes las **PLAZAS** como la Plaza de la Quintana, donde una gran escalinata divide la "Quintana de Muertos", abajo, de la "Quintana de Vivos", arriba. A ella dan el Pórtico Real, donde se sitúa la popular "Berenguela" o Torre del Reloj, y la Puerta del Perdón que sólo se abre en los Años Santos. La Plaza de las Platerías, llamada así por los numerosos comercios de plateros que existen bajo las arcadas del claustro de la Catedral, con su fuente de Caballos en el centro. La Plaza de la Azabachería, que debe su nombre al gremio de los azabacheros. En este lugar se hallaba la primitiva puerta románica, llamada Puerta del Paraíso, lugar por donde entraban los peregrinos, desprendiéndose de sus ropas a los pies de la "Cruz d'os Farrapos", que tomaría su nombre de los harapos que allí dejaran los peregrinos. Junto a las Plazas destacan los **MONASTERIOS**, como el Monasterio de San Pelayo, con su inmensa fachada, que fue fundado por Alfonso II para custodiar la tumba del Apóstol, siendo, por tanto, uno de los más antiguos de la ciudad. El Monasterio de san Martín Pinario, uno de los más monumentales de Santiago, cuya procedencia se debe al oratorio que en el año 912 el obispo Sisnado dedicó a San Martín.

Así como los **PALACIOS** de Galmírez y Rajoy, este último alberga en la actualidad la Presidencia de la Xunta de Galicia y el Ayuntamiento Compostelano. Los colegios de san Jerónimo y Fonseca, ambos fundados por el Rey Alfonso III en el siglo XV. Las casas del Cabildo y de los Canónigos.

Y también el **CONVENTO** de S. Francisco que rememora la peregrinación del Santo de Asís a Compostela en los años 1213-1215. Según la leyenda San Francisco recibió una revelación divina por la que se le encargaba que erigiera un monasterio en "Val de Dios", terreno que pertenecía al Monasterio de San Martín Pinario. El citado monasterio cedió el terreno a cambio de la entrega anual de un cestillo de peces, (solemne ceremonia que perduró hasta finales del siglo XVIII, en que los monjes de San Francisco entregaban el citado tributo a los de San Martín). La financiación de tal proyecto debía hacerse con un tesoro que sería hallado por Cotalay en una fuente. Y así sucedió, Cotalay encontró el tesoro, levantándose un edificio gótico del que hoy sólo quedan cinco arcos en el patio de la sala capitular. El convento actual y sus dos claustros son del s. XVII y la Iglesia del XVIII. Actualmente el monasterio alberga un interesantísimo Museo. No olvidarse de los **COLEGIOS** como el de S. Jerónimo cuyo bellissimo pórtico románico de acceso al centro es de inevitable visita y parada.



La fachada de Platerías que es la entrada sur de la catedral y consta de dos puertas románicas abocinadas. En el tímpano de la izquierda está representada la tentación de Jesús en el desierto, hay una mujer semidesnuda con una calavera en el regazo. El tímpano de la derecha representa escenas de la Pasión y la Adoración de los Reyes. En el friso central, el Salvador, Abraham y escenas varias. La disposición original de los elementos iconográficos quedó desvirtuada desde que en el S. XVIII fueron alojadas aquí numerosas imágenes recuperadas de la desmantelada fachada de Azabacherías (entrada norte de la catedral). La jamba de la izquierda representa al rey David tocando la vihuela.

La plaza de la Quintana que no es la plaza más grande de Compostela, ni tampoco la más ostentosa pero es sin duda una de las más concurridas. Por su situación, lugar de paso en la zona monumental, y por su configuración, unas escaleras que proporcionan un anfiteatro natural para descansar un rato, es elegida como punto de encuentro y lugar de reposo por numerosos turistas y locales. La piedra desnuda de esta plaza, contrasta con las ostentosas plazas de Platerías y Azabachería que la limitan por ambos frentes. La gran escalinata usada como lugar de descanso, delimita dos niveles en la plaza de la Quintana: la **Quintana de muertos** y la **Quintana de vivos**, más elevada. La Quintana de muertos debe su nombre a que fue usada como cementerio de canónigos del convento de San Paio de Antaltares y ocupa una buena parte de la extensión de la plaza. El nivel superior, o Quintana de Vivos, ofrece una perspectiva completa de la plaza donde aparece el único elemento vertical, la torre del reloj con la campana más famosa de la ciudad: la Berenguela.

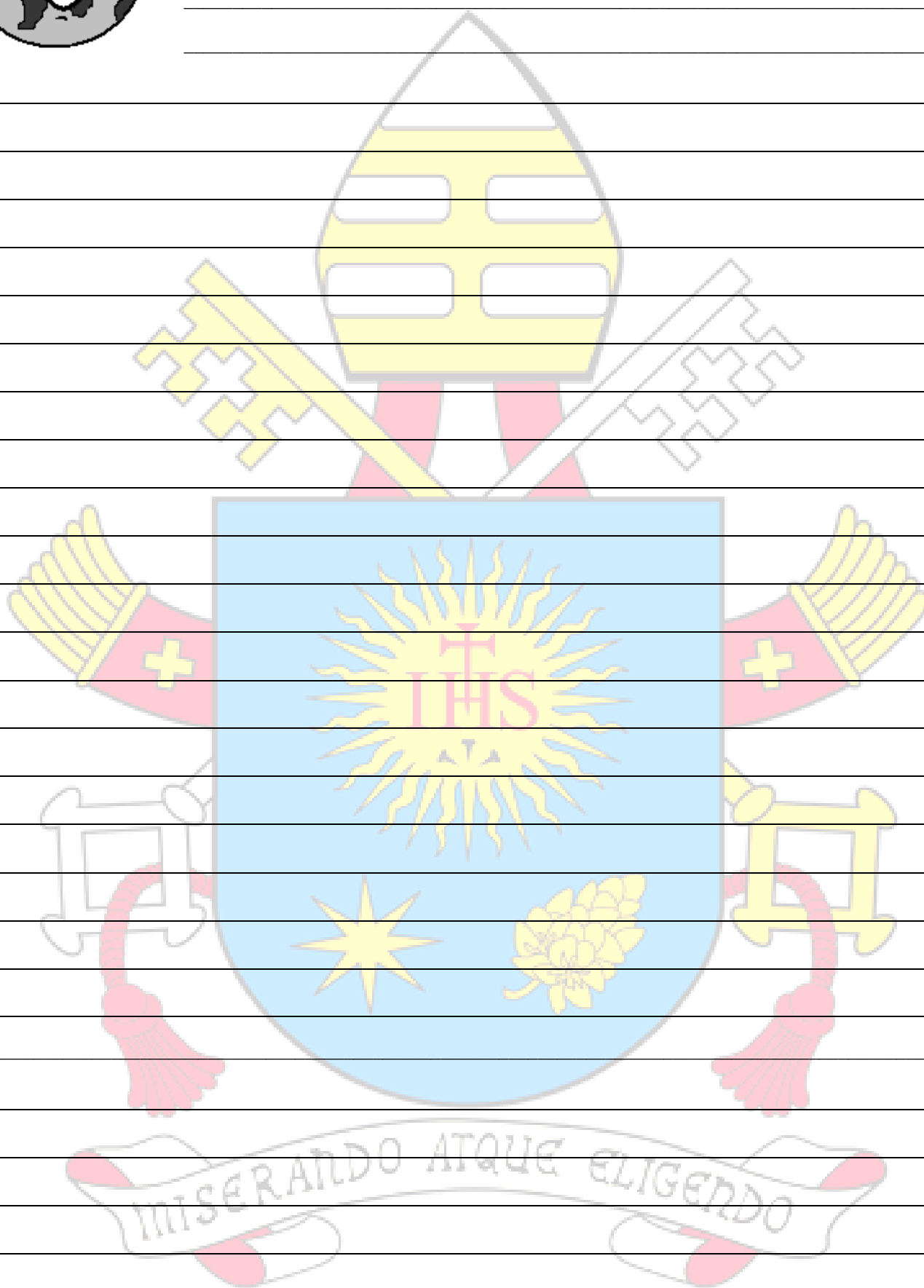
La plaza del Obradoiro (obrador en gallego) que es sin duda el símbolo de Santiago de Compostela y una de las plazas más emblemáticas del mundo, no sólo por la majestuosidad de los edificios que la rodean si no por su significado como punto final del Camino de Santiago. La historia de la plaza del Obradoiro comienza sobre el año 1100, cuando el arzobispo Gelmírez decide trasladar la diócesis a Santiago y construir una gran basílica románica sobre la iglesia que guardaba los restos del apóstol Santiago. A partir de ese momento, la gran plaza se usa como almacén y taller para los materiales necesarios en la construcción de los emblemáticos edificios que la rodean. Al Sur se sitúa el Colegio de San Xerome, sede del rectorado de la Universidad de Santiago de Compostela. Frente a la catedral aparece el palacio de Raxoi, donde se encuentra el Ayuntamiento de la ciudad. Por el Norte, la plaza aparece cerrada por el Hostal de los Reyes Católicos, hoy parador nacional aunque fue construido como hospital para peregrinos.

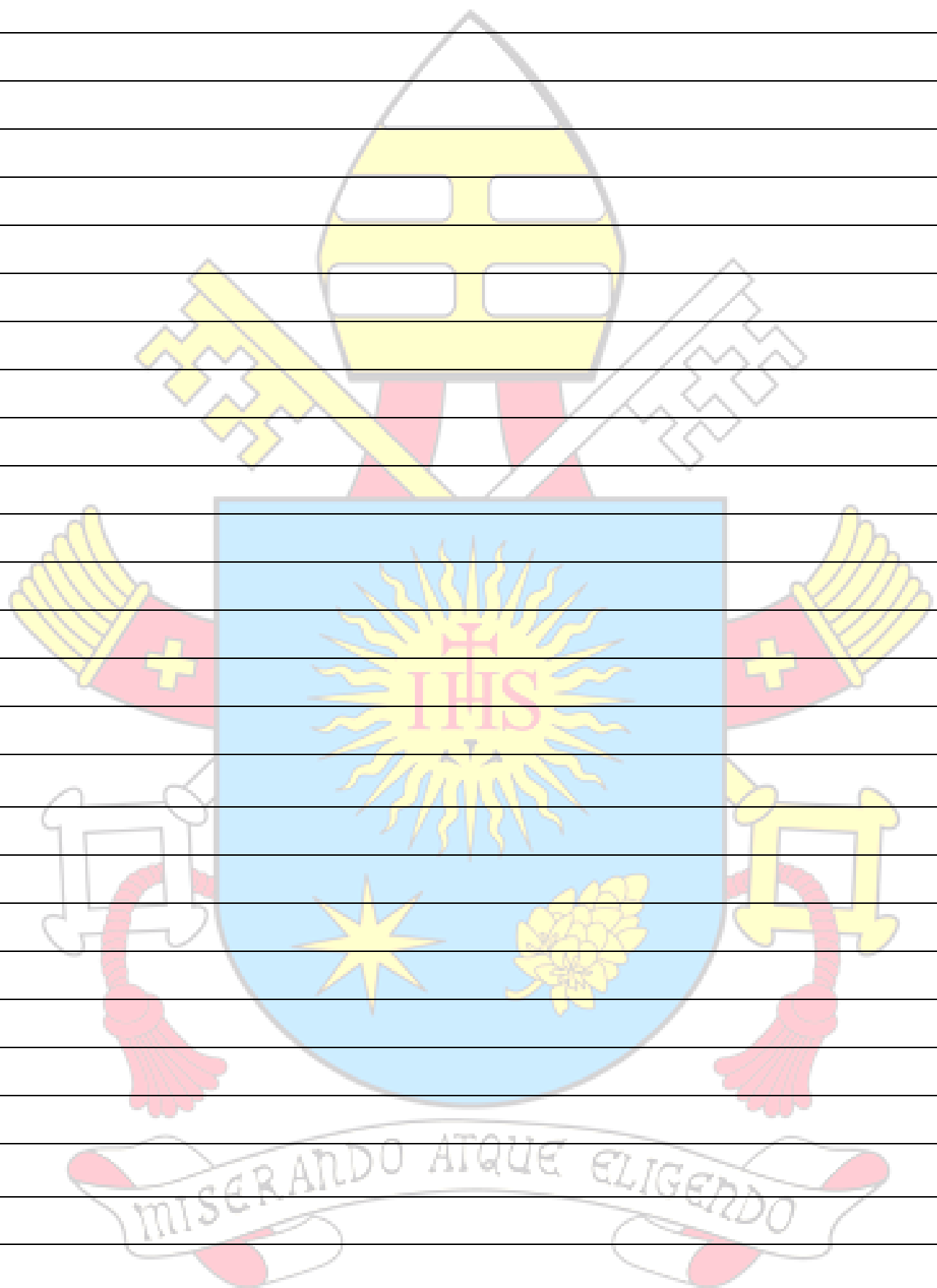
La fachada del Obradoiro de la que dicen que fue construida para proteger el Pórtico de la Gloria del deterioro que estaba sufriendo por las inclemencias meteorológicas. En el siglo XVIII se decidió construir la actual fachada barroca, obra de Fernando de Casas Novoa. La fachada tiene unos grandes huecos acristalados que permiten iluminar la antigua fachada románica. Arriba, en el centro está Santiago Apóstol. Un nivel más abajo, sus dos discípulos, Atanasio y Teodoro, todos vestidos de peregrinos. En medio, la urna (representación del sepulcro encontrado) y la estrella (representación de las luminarias que vio el ermitaño Pelayo) entre ángeles y nubes.

El “Pórtico de la Gloria” que es la obra cumbre de la escultura románica. Representa el Juicio Final y estaba originalmente policromada. Está firmada por el maestro Mateo y fue concluida en 1188. El pórtico se divide en tres arcos de medio punto. Tímpano central del Pórtico de la Gloria: en el centro se observa un Cristo en majestad mostrándonos las llagas de sus pies y de sus manos, muestra de su sufrimiento como humano, rodeándolo aparece el tetramorfos (representación de los cuatro evangelistas: Mateo -ángel-, Marcos -león-, Lucas -toro- y Juan -águila-). A ambos lados del Cristo observamos también a los ángeles portando los instrumentos de la pasión. Los que más cerca estuvieran de Cristo, clavos, corona de espinas y cruz, no son tocados directamente por los ángeles puesto que no se creen con poder de tocarlos. Los demás los llevan en las manos como la jarra donde Poncio Pilato se lavó las manos. En la arquivolta aparecen los veinticuatro ancianos del Apocalipsis afinando sus instrumentos para dar un concierto en honor a Dios.



En Madrid, miércoles 16 de abril de 2014.





“Diario de un peregrino”.



¿Y qué es eso de...?

¿El Botafumeiro?: Observa que en el crucero de la Catedral, pende una cuerda de una trócola especial, que sirve para hacer funcionar el famoso botafumeiro. Pesa unos 80 Kg. por lo que Víctor Hugo lo llamó: "El rey de los incensarios". Ocho hombres expertos en su manejo, mediante un movimiento pendular, lo hacen llegar hasta casi tocar la bóveda, mientras tocan las "Chirimías", en las grandes fiestas o cuando hay peregrinación. Y es que resulta que en la Edad Media, las oraciones de los peregrinos subían al



Todopoderoso
acompañadas por el
incienso del
Botafumeiro, aunque
el humo también
servía para purificar
la atmósfera,

perfumando las grandes naves de la Basílica y la tribuna, donde los peregrinos habían descansado durante la noche anterior. También quemaban incienso en grandes braseros con el mismo fin. Se dice que mientras funcionaba en presencia de Catalina de Aragón, salió disparado por una ventana, sin herir a nadie.

¿La Compostelana? ¿Qué es?, ¿Qué significa?, ¿Dónde se consigue?, ¿Cómo obtener la "Compostela"? Se conoce con el nombre de **La Compostelana** a la Certificación Oficial que concede la Catedral de Santiago a las personas que realizan la peregrinación por motivos religiosos. Los requisitos necesarios para que se extienda esta Certificación, a parte del anterior, son: recorrer a pie, en bicicleta o caballo una parte del camino de Santiago y acreditarlo en la llegada (al menos 100 Km a pie o a caballo y 200 en bicicleta). La acreditación del Camino recorrido se efectúa con la **Credencial del Peregrino**, en la que se van poniendo sellos o firmas de las parroquias, albergues, refugios o personas representativas de los pueblos por donde transcurre la peregrinación. De no poder conseguir dicha Credencial, esta puede suplirse por un diario de ruta con las firmas y sellos de cada etapa del Camino.

¿El Jubileo? ¿Cómo se gana el Jubileo? Para ganarlo no es necesario hacer el Camino. Basta con **visitar la Catedral recitando alguna oración**, como el Padrenuestro o el Credo, rezando por las intenciones del Papa, además de **confesarse y comulgar** cualquier día comprendido entre los 15 antes y 15 después de la visita. Tal y como hicieron generaciones de peregrinos y creyentes venidos de todos los rincones del mundo, desde el comienzo de las Peregrinaciones en la Edad Media.

¿La Cruz de Santiago? En su origen fue una cruz-espada que llevaban los Caballeros de la Orden de Santiago. Esta orden Militar fue creada, como casi todas las demás Ordenes Militares, en el siglo XII. Las principales fueron: Calatrava, Alcántara y Santiago. Sus componentes eran Religiosos-Militares. Hacían votos de Pobreza, Castidad y Obediencia. Vivían en comunidad. Algunos habían recibido las Ordenes Sagradas, otros eran monjes y muchos de ellos eran seglares y nobles. Tuvieron grandes señoríos. La riqueza de la Orden de Santiago superó la del mismo Rey, que por temor a su poderío las hicieron desaparecer poco a poco. Sin embargo, existen hoy día la Orden de Santiago y algunas más.

CAMINANTE

CAMINANTE, SON TUS HUELLAS

EL CAMINO Y NADA MÁS;

CAMINANTE, NO HAY CAMINO,

SE HACE CAMINO AL ANDAR.

AL ANDAR SE HACE EL CAMINO,

Y AL VOLVER LA VISTA ATRÁS

SE VE LA SENDA QUE NUNCA

SE HA DE VOLVER A PISAR.

CAMINANTE NO HAY CAMINO

SINO ESTELAS EN LA MAR.

PEREGRINO

Ya estás en pie, caminante,
dispuesto para marchar,
pero es menester que sepas,
caminante, adónde vas.

Ya estás en pie, caminante,
dispuesto para buscar
pero es menester que sepas,
lo que sales a buscar.

Recuerda a aquel caminante
que un día también salió,
pero siguiendo una sombra,
el camino equivocó.

Y cuando volvió la cara
la sombra se disipó:
descubrió que estaba solo
pues sólo encontró a su yo.

No creas que es suficiente
tomar al alba el bordón
ni basta la cantimplora,
el pan o la innovación.

Importa caminar juntos
unidos en el amor,
rompiendo cualquier espero
que cierre tu corazón.

Antonio Machado

Elenco de testimonios de...

PEREGRINOS

“Muchas veces pensé hacer el Camino de Santiago pero no acababa de decidirme. Mi encuentro con una amiga, me permitió hacer realidad mi proyecto. El relato de su experiencia me animó. No lo pensé más. Dejé todo por unos días y me puse en camino. Verdaderamente valió la pena. Nunca lo olvidaré”.

“El Camino no empieza en Roncesvalle ni termina en Santiago. Aprendes algo de las gentes y disfrutas de su entorno, pero nunca olvides que el camino es tu misma vida. El Camino de Santiago, como la vida misma, como Él que nos sostiene, es una experiencia maravillosa. No tiene fin, porque llegas y te das cuenta de que tienes que seguir caminando, desde Santiago hacia los demás, hacia el interior de ti mismo, hacia Dios”.

“Sin darme cuenta, la peregrinación a Santiago de Compostela se transformó en un viaje a través de mí mismo. He recorrido lugares luminosos y alegres, oscuros y tristes, pero, sobretodo he viajado a los rincones más profundos de mi alma y siempre con una oración en mis labios: TU SEÑOR ME CONOCES POR FUERA Y POR DENTRO DE MI.

“El entusiasmo inicial cuando se estaba repleto de expectativas y fortalecido por el propósito, se vio poco a poco disminuido frente a los obstáculos de los primeros días, hasta el punto de llegar a pensar en no continuar. Sólo la convicción, el compromiso y la fuerza interior que transmite el Camino me impulsaron a seguir, no con resignación, sino con la seguridad y energía que convierte en placentero lo que antes producía molestia, preocupación y desconcierto”.

“Con frecuencia, durante el Camino y sobre todo en las noches, después de la cena, se forman tertulias en donde se manifiestan las intenciones que motivaron a realizar el Camino, se cuentan las incidencias del día, se relatan anécdotas y se comparten recuerdos y experiencias de vida. Todo esto nos llena de paz y sosiego en nuestro interior”.

“En un cruce del camino me encontré con una chica, joven, extranjera,... muy religiosa, compartimos malestares y preocupaciones, y después de caminar juntos en silencio durante un buen rato, prefirió la soledad del camino para encontrarse con Dios”.

“Señor: te doy gracias y te pido perdón porque después de cinco años de sufrimientos en la enfermedad perdí la fe. Pero, en este año, me empujaste a dejar mi casa para iniciar el camino de Santiago. A lo largo de estos días de caminata desde Astorga, sentí tu presencia, tu fidelidad y tu amor. Me abriste los ojos y el corazón sobre el camino que tengo que seguir y aprendí a dejarme guiar por Ti. Me hiciste comprender que una vez llegue a Santiago, el camino empieza y seguirás acompañándome; eso llena mi corazón de alegría y esperanza para renovar mi fe. Te lo agradeceré, Señor, siempre, a lo largo de mi vida”.

“He iniciado con mucha ilusión el Camino para ofrecer a Dios lo mejor de mi vida. En todo este caminar he mantenido un dialogo permanente con Dios, agradeciéndole todas esas cosas que nos parecen pequeñas en el diario vivir, pero que en la soledad y en el esfuerzo tanto se valoran. Renuevo el propósito de volver a realizar el camino el próximo año, pues siento que en los esfuerzos y silencios veo con claridad mis metas como persona, y me hacen comprometerme con una actitud cristiana en mi vida”.

“No soy el más religioso del mundo, ni practicante habitual, pero venir a ver al Apóstol me da energía y paz, me emociono cuando llego y me siento mejor conmigo mismo. Rezo, y en definitiva: ¡creo!

“Llevaba mucho tiempo sin confesarme. No sentía tampoco la necesidad de hacerlo. Haciendo el Camino de Santiago descubrí algo de lo que ahora estoy enormemente satisfecho. Descubrí la dimensión de culpa que yo, como toda persona, llevo dentro de mí. Y no es crearme un sentimiento de culpabilidad que me ahogue, sino detectar mis errores y luego superar esa barrera interior que me impide un diálogo hondo y sincero con Dios y con los demás. Y al llegar al sepulcro del Apóstol Santiago me acerqué al sacramento de la Penitencia y tengo que decir que me encontré con migo mismo y con algo que hacia mucho que buscaba: la armonía y la paz interior”.

“¡La experiencia de la fe! Reencuentro con Dios, conmigo mismo, con los demás desde el prisma de la fraternidad, día a día, en cosas pequeñas pero muy significativas, con gentes distintas, desde la bondad y la sencillez de la acogida. Cada día iba experimentando la alegría del encuentro y el compartir. Pisar sobre las huellas de Santiago Apóstol es conectar con la fe de los apóstoles que por él nos ha llegado a nosotros. El Camino de Santiago, donde Dios te va llenando sin tú verlo, y Santiago va guiando, hasta sin quererlo a veces, a quienes al final se fían y encuentran a Dios”.

RETRATO DE UN PEREGRINO

Es una persona extraordinaria. Tiene entre 30 y 40 años. Es un obrero robusto, capaz de sufrir noches de vigilia, largas jornadas de camino bajo el sol. Su presencia y su mirar seducen. Su palabra, unas veces es ruda, otras afectuosa, pero siempre directa.

Conoce el trabajo de los hombres porque lo ha practicado largo tiempo. Es un artesano lleno de buen sentido. No es un intelectual, porque no ha frecuentado las universidades, pero sus conocimientos son profundos y amplios. Comprende a las gentes por instinto porque su sensibilidad, que es viva, abre los corazones.

Libre de todo lazo, se pone a disposición de todos, para servirles, para amarles y hacerles amar. Los que sufren en su alma o en su cuerpo son los que atraen su benevolencia. Con todos es sencillo, hombre de pueblo y gran señor a la vez.

No se une a ninguna clase social, a pesar de su preferencia por los pobres. Guarda una soberana independencia. Respecto a los que le solicitan: familia, amigos, adversarios, autoridades religiosas y civiles, opinión pública...

No hace política. No se mezcla en negocios. Su empresa va más lejos y más alto. Cumple su misión con una impresionante autoridad. Tranquilo, seguro de sí mismo, domina y construye su destino. Sabe actuar con paciencia, progresar, adaptarse, pero siempre marchando en línea recta.

Afronta lúcida y valientemente la incomprensión, la envidia, el odio. Nadie le asusta. Dice la verdad, guste o no guste. Le causan horror los hipócritas y los orgullosos. Permanece insensible ante el entusiasmo irreflexivo de sus admiradores. Sabe descubrir hábilmente las trampas de sus enemigos. Con toda paciencia corrige los errores de sus amigos.

Admira la fe y la generosidad de los humildes, anima la confianza que le dan sus compañeros, pero sin adularlos. Les confía sus designios, los asocia a su misión. Su grandeza intriga, pero no aplasta. Su amor libera y estimula. Este retrato es rigurosamente histórico. Este hombre es auténtico. Se llama **JESUS**.

UNA FILOSOFIA PARA EL CAMINO

**ESTAMOS AQUÍ,
PORQUE NO HAY NINGÚN REFUGIO
DONDE ESCONDERNOS DE NOSOTROS MISMOS.
HASTA QUE UNA PERSONA
NO SE CONFRONTA EN LOS OJOS
Y EN EL CORAZÓN DE LOS DEMÁS
ESCAPA.
HASTA QUE NO PERMITE A LOS DEMÁS
COMPARTIR SUS SECRETOS,
NO SE LIBERA DE ELLOS.
SI TIENE MIEDO A DARSE A CONOCER A LOS OTROS,
AL FINAL, NO PODRÁ CONOCERSE A SI MISMO,
NI A LOS DEMÁS,
ESTARÁ SÓLO.**

**¿DÓNDE PODREMOS CONOCERNOS MEJOR
SINO EN NUESTROS PUNTOS COMUNES?
AQUÍ JUNTOS,
UNA PERSONA PUEDE MANIFESTARSE CLARAMENTE,
NO COMO EL GIGANTE DE SUS SUEÑOS
NI COMO EL ENANO DE SUS MIEDOS,
SINO COMO UN HOMBRE,
PARTE DE UN TODO,
CON SU APORTACIÓN A LOS DEMÁS.
SOBRE ESTA BASE
PODREMOS ENRAIZARNOS Y CRECER,
NO SOLOS COMO EN LA MUERTE,
SINO VIVOS
PARA NOSOTROS MISMOS Y PARA LOS DEMÁS.**

Our Philosophy: "I am here because there is no refuge. Finally, from myself. Until I confront myself in the eyes and hearts of others, I am running. Until I suffer them to share my secrets, I have no safety from them. Afraid to be known, I can know neither myself nor any other, I will be alone. Where else but in our common ground, can I find such a mirror? Here, together, I can at last appear clearly to myself not as the giant of my dreams nor the dwarf of my fears, but as a person, part of a whole, with my share in its purpose. In this ground, I can take root and grow, Not alone anymore as in death, But alive to myself and to others".



El Cabildo de esta Metropolitana y Apostólica Iglesia Compostelana custodidó del sello del altar beato Apóstol Santiago, para extender cartas auténticas de visita a todos los fieles y peregrinos de la orbe de la Tierra que, por motivo de devoción o de voto, acudan al templo del Apóstol Santiago, Patrón y Tutelar de las Españas, hago notorio a todos y cada uno de los que vierén el presente que:

D. ha visitado piadosa y devotamente este santísimo Templo.

Como carta credencial, le confiero el presente título, que refrendado con el sello de dicha Santa Iglesia.

Dado en Compostela el martes día 15 del mes de abril en el año del Señor 2014 por el Secretario del Cabildo.



Canonicus Deputatus pro Peregrinis



Un texto bíblico como espíritu del CAMINO 2014.

“1. Os pido, pues, hermanos, por la misericordia de Dios, que os ofrezcáis como sacrificio vivo, santo, agradable a Dios. Este ha de ser vuestro auténtico culto.

Elena.

2. No os acomodéis a los criterios de este mundo, al contrario, transformaos, renovar vuestro interior, para que podáis descubrir cuál es la voluntad de Dios: qué es lo bueno, lo que le es agradable, lo perfecto. Esther

3. Os digo, además, a todos y a cada uno de vosotros, en virtud de la gracia que Dios me ha confiado, que no os estiméis más de lo debido; que cada uno se estime en lo justo, conforme al grado de fe que Dios le ha concedido. Alonso

4. Porque así como en un solo cuerpo tenemos muchos miembros, y no todos los miembros desempeñan la misma función, Marta

5. así también nosotros, aunque somos muchos, formamos un solo cuerpo al quedar unidos a Cristo, y somos miembros los unos de los otros. Víctor

6. Puesto que tenemos dones diferentes, según la gracia que Dios nos ha confiado, el que habla de parte de Dios, hágalo de acuerdo con la fe; 7. el que sirve, entréguese al servicio; el que enseña a la enseñanza; Natalia y Diego

8. el que exhorta, a la exhortación; el que ayuda, hágalo con generosidad; el que atiende, con solicitud; el que practica la misericordia, con alegría. Pablo L.

9. Que vuestro amor no sea una farsa; detestad lo malo, abrazaos a lo bueno. 10. Amaos de verdad unos a otros como hermanos, rivalizad en la mutua estima. Rosa

11. No seáis perezosos para el esfuerzo; manteneos fervientes en el espíritu y pronto para el servicio del Señor. Alvar de P.

12. Vivid alegres por la esperanza, sed pacientes en la tribulación y perseverantes en la oración. 13. Compartid las necesidades de los creyentes; practicad la hospitalidad. Álvaro G.

14. Bendecid a los que os persiguen, bendecid y no maldigáis. 15. Alegraos con los que se alegran; llorad con los que lloran. Rocío y Pablo R.

16. Vivid en armonía unos con otros y no seáis altivos, antes bien poneos a nivel de los sencillos. Y no seáis autosuficientes. Iris

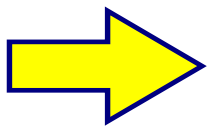
17. A nadie devolváis mal por mal; procurar hacer el bien ante todos los hombres.

18. Haced lo posible, en cuanto de vosotros dependa, por vivir en paz con todos; Javier y Álvaro B.

19. No os toméis la justicia por vuestra mano, queridos míos, sino dejad que Dios castigue, pues dice la Escritura: **“A mí me corresponde hacer justicia; yo daré su merecido a cada uno”**. Esto es lo que dice el Señor. Ana Belén y Diego

20. Por tanto, si tu enemigo tiene hambre, dale de comer; y si tiene sed, dale de beber. Actuando así, harás que enrojezca de vergüenza. 21. No te dejes vencer por el mal; antes bien, vence al mal a fuerza de bien”. Rafa y Álvaro D.

Carta del apóstol San Pablo a los romanos, 12, 1-21.



Credencial para sellos.

	En Astorga, V. 4		En Rabanal, S. 5
En Molinaseca, D. 6		En Villafranca, L. 7	
	En O Cebreiro, M. 8		En Triacastela, X. 9
En Mercadoiro, J 10		En Palas, V. 11.	
	En Ribadiso, S. 12		En Pedrouzo, D. 13
En Monte o G., L. 14		En Santiago, M. 15	

PEREGRINO:



*CAPITULUM hujus Almae Apostolicae et Metropolitanae
Ecclesiae Compostellanae sigilli Altaris Beati Jacobi Apostoli
custos, ut omnibus Fidelibus et Peregrinis ex toto terrarum
Orbe, devotionis affectu vel voti causa, ad limina Apostoli
Nostri Hispaniarum Patroni ac Tutelaris **SANCTI JACOBI**
convenientibus, authenticas visitationis litteras expedit, omni-
bus et singulis praesentes inspecturis, notum facit: _____*

*hoc sacratissimum Templum pietatis causa devote visitasse.
In quorum fidem praesentes litteras, sigillo ejusdem Sanctae
Ecclesiae munitas, ei confero.*

*Datum Compostellae die _____ mensis _____
anno Dni _____*



Manro Felici

Canonicus Deputatus pro Peregrinis

