

El espíritu de Santi



Nº. 65 Agosto 2019

Camino Sanabrés Albergue de Tābara



El espíritu de Santi

Camino Sanabrés

Albergue de Tábara

Editorial

TIEMPO DE CAMBIOS

Asegura ese refranero popular al que suelo recurrir con bastante frecuencia, que más vale lo malo conocido, que lo bueno por conocer, pero también soy consciente que cualquier regla suele tener su excepción y espero y deseo que en esta ocasión se cumpla la excepción.

Cada cuatro años, tenemos la potestad de poder elegir a aquellos que van a representarnos en cada uno de los asuntos importantes para cualquier comunidad y estos cambios se han producido recientemente a raíz de las últimas elecciones municipales y autonómicas.

Siempre resulta una incógnita saber de antemano lo que van a hacer los nuevos que llegan, porque estamos acostumbrados a que las cosas y sobre todo las promesas que

se dicen en el momento que van buscando nuestro voto, una vez que alcanzan sus objetivos, cada una de estas promesas suele quedarse en papel mojado.

Levamos años, seguramente demasiados tratando que uno de los iconos, no solo de nuestro camino, sino de todos los caminos que van siguiendo los peregrinos, la imagen pétrea del Santiago peregrino de Santa Marta de Tera, tenga la protección que necesita para evitar su degradación permanente y su destrucción al estar expuesta a todo tipo de amenazas, sobre todo en lo que a la climatología se refiere.

En este tiempo hemos podido ver la intransigencia de quien contaba con la facultad de poder darle una solución al problema y como desde el principio no ha querido saber nada de nuestras demandas y de las de todos aquellos

que nos preocupaba su estado, nos estamos refiriendo al exdirector de Patrimonio de la Junta de Castilla y León Enrique Saiz, que desde la primera reunión, expresó su rechazo a nuestra documentada propuesta.

En la consejería que lleva los temas de los Caminos de Santiago, se han producido cambios que parecen importantes, el más significativo de ellos es que ahora la responsabilidad de este



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

área, corresponde a otra formación política y a un nuevo Consejero.

Desconocemos de momento quien va a ser el nuevo responsable de Patrimonio en la comunidad, pero la dirección de Turismo, que también tiene competencias en los temas que afectan al Camino, ha recaído en Estrella Torrecilla, una zamorana de la que todos tenemos buenas referencias y conocemos su trayectoria en favor del turismo de la provincia y estamos convencidos que va a seguir contando con la aprobación en su gestión de la mayoría. También en la Diputación de Zamora ha asumido las competencias de turismo Jesús María Prada, un sanabrés que se ha manifestado públicamente sobre la conveniencia de proteger este icono de los Caminos, porque es consciente de la importancia que tiene su conservación.

Otro de los nombramientos que se ha producido recientemente es el de Clara San Damián como delegada de la Junta de Castilla y León en Zamora, Clara es una zamorana

que a su manera siempre se ha preocupado de Zamora y de los zamoranos y cuando conozca con detalle la situación de este hito peregrino, no permanecerá indiferente al problema que se le plantea para protegerlo.

Solo falta conocer a quien debe tomar la última decisión, el nuevo director de Patrimonio y ver la línea que va a llevar en el desarrollo de su gestión, porque si desde varias instancias se le presenta el riesgo de este icono, vamos a imaginar que no será tan insensible como su antecesor a tomar soluciones y cumplir con su cometido, que no es ni mas ni menos que la protección de nuestro patrimonio.

Hay que tener un poco de confianza en el futuro, porque peor que estábamos antes va a ser muy difícil que podamos estar y con un poco de voluntad y sobre todo con ganas de asumir la responsabilidad que se les ha entregado, seguro que nuestro Santiago Peregrino, encuentra esa protección que tanto venimos demandando.



CUESTIÓN DE LÓGICA

Los que siguen esta publicación, pueden comprobar en las estadísticas que publicamos mensualmente, una tendencia que se viene reflejando año tras año, lo cual también es algo lógico en este Camino que van siguiendo los peregrinos desde el sur de la península.

Al contrario que ocurre en la mayoría de los Caminos que recorren los peregrinos, la Vía de la Plata y el Camino Sanabrés, en los meses de verano (Julio y Agosto), ven como el número de peregrinos va descendiendo respecto a los meses de primavera y de otoño, que es cuando se contempla el mayor volumen de peregrinos.

Esto es debido a que la mayoría de los que pasan por el albergue municipal de Tábara y por otros albergues del Camino Sanabres, proceden de Sevilla que es donde comienzan su peregrinación, el año pasado, los peregrinos que comenzaron a caminar en la capital andaluza representaron el 43,04% de todos los peregrinos que pasaron por Tábara.

En los meses de verano esa cifra va disminuyendo de forma muy significativa, porque cruzar en verano Extremadura, con los inconvenientes añadidos que muchas veces

se encuentran los peregrinos es, cuando menos una temeridad por las elevadas temperaturas que algunos días tienen que soportar y por la ausencia de arbolado que ofrezca una pequeña sombra en los descansos.

Es en estos meses cuando se contempla la opción de recorrer el Camino Sanabres, que se presenta como un camino

idóneo para los que solo disponen de dos semanas y para los que huyen de las altas temperaturas y van buscando un camino que ofrezca abundante vegetación y resulte más fresco, no cabe duda que los ríos Tera y Esla, cubren esa demanda de los peregrinos y además el verdor que se van encontrando desde que salen de Granja de Moreruela hacen recomendable esta ruta.

Por eso se incrementa de

forma significativa el número de peregrinos que comienzan su camino en Granja de Moreruela o por motivos de transporte en Zamora y en este mes de agosto, Granja de Moreruela ha sido el punto de partida del que más peregrinos han salido para recorrer este Camino Sanabres que se está posicionando como una de las alternativas a la masificación de otros caminos y además ofrece esas jornadas suaves y agradables que van buscando muchos peregrinos.



Peregrinos en el Albergue de Tábara - Estadísticas

A continuación ofrecemos los datos de los peregrinos que han pernoctado en el Albergue de peregrinos de Tábara durante el mes de agosto.

ALBERGUE DE TÁBARA – PEREGRINOS MES DE AGOSTO 2019										
SEXO		PROCEDENCIA					CAMINA			TOTAL
Mujeres	Hombres	España	Europa	Asia	América	Otros	Pie	Bici	Caballo	
40	123	81	76	1	4	1	133	30	0	
ESPAÑA PROCEDENCIA POR COMUNIDADES										
Andalucía	Madrid	Valencia	Castilla León	stilla Man	País Vasco	Otros				
21	16	9	9	9	4	13				
PROCEDENCIA PAÍSES										
Italia	Alemania	Francia	Holanda	Bélgica	Austria	Otros				
37	9	8	4	3	3	18				
EDAD DE LOS PEREGRINOS										
<20 años	21 a 35 años	36 a 50 años	>50 años							
2	36	53	72							
LUGAR DE INICIO DE LA PEREGRINACIÓN										
Granja Morerueta	Sevilla	Zamora	Salamanca	Valencia	Otros					
40	39	31	25	5	23					



Anécdotas



- Nunca he estado de acuerdo en que algunos se tomen el camino como una competición y cuando tengo la oportunidad de decírselo a quien lo hace así, no la desaprovecho, porque el camino es algo más que una prueba y algunos se pierden todo lo que puede proporcionarles. Normalmente la etapa que recorren los peregrinos que llegan hasta Tábara, comienza

en Granja de Morerueta, son casi 30 kilómetros que son suficientes para una jornada. Por eso cuando a las tres de la tarde me llamó un peregrino que se encontraba en Granja de Morerueta y tenía previsto llegar hasta Tábara, imaginé que venía en bicicleta, pero al decirme que venía caminando, pensé que se le iba a echar la noche encima y así se lo hice saber y le propuse que si esto ocurría me llamara por teléfono e iría a buscarle. Cerca de las diez, le

llamé y aún no había llegado a la población anterior por lo que fui a recogerle y fue cuando me comentó que había comenzado a caminar ese día en Zamora, cerca de 60 Km. lo cual es una temeridad, se lo recriminé, aunque como en este caso fuera joven y de Kenia, era una distancia excesiva en la que apenas podría sentir las sensaciones que le ofrecía el camino. La jornada siguiente tenía previsto comenzarla a las cinco de la mañana, pero debió ver mi contrariedad y aceptó desayunar con los demás peregrinos a las siete y desde ese día tomarse el Camino con un poco más de sosiego.

- Siempre se agradece la visita de los amigos y si, como en esta ocasión, llegan directos desde Galicia y se acuerdan de traer una buena ración de pulpo de Melide, pues se disfruta con esos recuerdos que el camino nos fue dejando de esta población en la que la parada del peregrino resultaba casi obligatoria. Ginés y Toñi, me obsequiaron con esta visita y con ellos pase unas horas hablando de lo que nos gusta y sobre todo de esas nuevas aventuras que el bueno de Ginés tiene ya en mente, en las que le veremos pasar por Tábara después de haber visitado





en Almonte a la Blanca Paloma. Seguro que será un espectáculo verle llegar en compañía de su inseparable Como tu, que es el nombre de su perro y en esta ocasión, en lugar de la burra que le ha acompañado en la mayoría de los caminos, lo hará con un animal un poco mayor que se estrenará en esto de la peregrinación.

- Aunque agosto no suele aportar muchos peregrinos al albergue, sí llegan desde lugares a veces un tanto exóticos como ese mexicano que comenzó su camino en Granja de Moreruela y nada más llegar su avión a Madrid se desplazó hasta Granja para comenzar su camino. también contamos con un peregrino Filipino y con el keniano del que ya hemos contado la anécdota de su larga jornada hasta Tábara.



AGUSTÍN PASCUAL PINO

LA RAYA A RAIA

CAMINANDO POR LA FRONTERA LUSO-ESPANOLA

Alter Ego

Agustín Pascual Pino
Presenta su libro
La Raya A Raia

20 de septiembre - 19:00h
Salón de Actos del Ayuntamiento de Famoselle

camino virgen, los parajes por los que se va caminando son de una belleza espectacular.

- Agosto suele ser el mes en el que el efecto del sol hace que los frutos vayan madurando y se recoja la cosecha que lentamente se ha ido produciendo en los árboles y en los arbustos. también es cuando aprovechamos para hacer la recolección de moras de zarza que luego convertiremos en esas mermeladas que por las mañanas suelen



hacer las delicias de los peregrinos en el desayuno. Es una labor ardua porque su tamaño hace que se necesiten muchas horas para conseguir al menos unos tarros y también resulta un tanto complicada, porque a pesar de la protección que llevas puesta, siempre las púas de las zarzas se resisten a que cojamos su fruto y van aferrándose a las prendas y a la piel dejándonos marcados por unos días, pero el resultado final siempre merece la pena.



- Agustín Pascual, es un peregrino asturiano que pasó por Tábara hace unos meses acompañado por Rubén García Blázquez y en la tertulia que suele surgir en los albergues me habló de un libro que había publicado sobre sus andanzas por la Raya con Portugal, sin duda uno de esos caminos diferentes que van buscando los peregrinos que ya se han ido saturando de los caminos masificados. Próximamente se hará la presentación de su libro en Famoselle uno de los pueblos por los que pasó caminando y quién sabe si lo que en él nos cuenta, anima a otros a seguir este trazado, que según Agustín, además de ser un



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste



Imágenes



Reproducimos algunas fotos de los peregrinos que han pasado por el albergue de Tábara durante el mes de Agosto.



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste





Próximos proyectos

• El uno de Octubre, la Asociación de Peregrinos de Ávila ha tenido a bien pensar en mi persona, para dar una charla sobre la hospitalidad en el Camino y de paso aprovecharé para exponer los proyectos que estamos haciendo en Zamora con el fin de demostrar que la acogida tradicional sigue siendo lo que van buscando los peregrinos en estos caminos menos concurridos en los que la magia del Camino no ha desaparecido del todo.

Es siempre un placer la visita a esa bonita ciudad amurallada, ya lo hice cuando presenté el primer libro "Sentimientos peregrinos" y disfruté estando una quincena de hospitalero en su bonito albergue y ahora seguro que este reencuentro con buenos y viejos amigos será también para disfrutarlo.

Mensajes Peregrinos

Reproducimos algunos de los mensajes que dejan los peregrinos en el libro destinado para ellos en el albergue a lo largo de este mes:

- Hemos tenido un buen día y la suerte de llegar a un albergue como este.
- Gracias por ofrecernos un fin de etapa maravilloso. La bienvenida, la estancia y la despedida no han podido ser mejores. Espero que podáis seguir ofreciendo esto a los peregrinos durante mucho tiempo.
- Tercer año y siempre me llevo la tranquilidad que necesito, gracias por el sitio tan acogedor que tenéis.
- Grazie mille per l'ospitalita, la gentilezza, le attenzioni e gli spirito di riflessione.
- Muchísimas gracias por esta acogida que dais a la gente, por la sonrisa y las ganas de compartir.
- La vostra accoglienza, il vostro sorriso, mi hanno riaperto el camino.

- Merci beaucoup pour l'hospitalité, un albergue agréable on l'ou sent à l'aise.
- Lugares como éste te devuelven la fe en el camino. Gracias no recuerdo haberme encontrado tan cuidado y mimado desde que era un chavalín.
- Uno de los albergues donde mejor se vive la auténtica esencia del camino.
- Der weg ist das ziel weil man an besonderen orte besondere menschen trifft
- Gracias por compartir, por dar todo, por hacer sentir.
- gracias por saber sacar de cada persona lo mejor de si mismo y compartirlo entre todos
- Muchísimas gracias por enseñarme cual es el verdadero espíritu del camino
- Thak you from the bottom of my heart for the most wonderful way you welcomed me.



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste



VISITA DE PROMONUMENTA



ProMonumenta, es una asociación de amigos que nació para la protección del Patrimonio Cultural de León, aunque cuentan con socios en cualquier parte del mun-

do, todos aquellos que valoran el patrimonio que nos ha sido legado y quieren que se conserve para que podamos transmitirlo a las generaciones venideras, pueden formar parte de esta asociación que tiene su sede en León.

Entre las actividades en las que se ocupa este colectivo destacan los trabajos que realizan para el mantenimiento de los bienes que nos han sido legados y para ello periódicamente realizan trabajos de campo desbrozando la maleza que amenaza a algunos de nuestros monumentos más emblemáticos y se ocupan y preocupan de su estado de conservación, proponiendo acciones encaminadas a su mantenimiento.

También realizan una revista de gran calidad en la que nuestro patrimonio repartido por cualquier punto de nuestra comunidad es objetivo de ser resaltado y difundido a través de las páginas de su revista.

Otra de las actividades que periódicamente vienen realizando consiste en organizar charlas y conferencias con especialistas en cada tema que se aborda, con un calendario muy interesante y activo durante todo el año.

Periódicamente se reúnen para conocer y visitar aquellos lugares que tienen especial interés para sus miembros realizando visitas culturales a diferentes monumentos que hay a lo largo de nuestra comunidad.

Este fin de semana, ha sido Zamora el lugar elegido y más de medio centenar de miembros de este colectivo se han desplazado hasta nuestra provincia acompañados de su presidente; Marcelino Félix Fernández y han contado con un programa de visitas muy intenso.

Primero han estado en Santa Marta de Tera contemplando todo el entorno de la iglesia románica de la localidad y especialmente, la imagen del Santiago Peregrino de Santa Marta de Tera, un hito de los Caminos de Santiago sobre el que ProMonumenta también ha manifestado su preocupación por el estado de deterioro y riesgo que esta

imagen corre, sumándose a la indicativa de la Asociación Zamorana de los Caminos a Santiago, encaminada a concienciar a las administraciones competentes sobre el riesgo que la obra corre y buscar su protección.

Más tarde han llegado hasta Tábara donde han contemplado la Iglesia de Santa María y el Centro de interpretación de los Beatos de Tábara, quedando gratamente impresionados de lo que el Scriptorium tabarense representó para el arte medieval a través del legado que nos ha llegado.

Tábara también fue el lugar elegido para recuperar fuerzas antes de desplazarse hasta El Campillo, donde disfrutarían con la visita al templo visigótico de San Pedro de la Nave, una de las joyas que conservamos en la provincia y que se libró de desaparecer para siempre cuando se construyó el embalse de Ricobayo que anegó las tierras en las que se encontraba emplazado este hermoso templo con unos capiteles únicos.

Seguramente la adversa climatología no les permitiría disfrutar de la última visita que tenían programada al castillo de Castrotorafe, porque la tormenta fue adquiriendo la máxima intensidad a la hora que tenían dispuesta la visita. Es significativo que las cuatro visitas que este colectivo ha previsto en nuestra provincia hayan sido a lugares emblemáticos por los monumentos que posee cada uno de ellos, pero también hay algo que tienen en común las cuatro poblaciones y es que alguno de los Caminos que conducen a Santiago discurre por estos lugares, porque como ya venimos diciendo desde hace tiempo, nuestra provincia tiene ese patrimonio inmaterial en los Caminos de Santiago que vertebran casi toda la provincia y es una lástima que los responsables políticos que hablan de turismo, de cultura y de despoblación, no sepan o no quieran trabajar conjuntamente para conseguir que el Camino de Santiago que recorre el 30% de los pueblos de la provincia, tenga la atención que se merece, para conseguir que los peregrinos se conviertan en nuestros mejores embajadores.

Gracias a los amigos de ProMonumenta, por compartir un poco de su tiempo con nosotros y por la difusión, protección y divulgación que hacen de nuestro rico patrimonio.



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste



EL MILAGRO DE LA LUZ

Muchas veces, cuando contemplamos la luz en el horizonte vemos como parece que por arte de magia, va cambiando las formas, los tonos y tenemos la sensación que cada instante el cielo cambia. Es el milagro que en ocasiones suele producir el fenómeno de la luz, como el que ocurre cada equinoccio en la Iglesia de Santa Marta de Tera.

Cuando el párroco de la localidad, don Julián Acedo, a finales del siglo pasado se encontraba en el interior de la iglesia y fue observando que un haz luminoso que penetraba por el óculo, iluminaba por completo la imagen



que se encuentra en uno de los capiteles del altar mayor, seguramente pensó que era fruto de la casualidad, pero la observación que desde ese momento fue haciendo le hizo comprender que no era fruto de la causalidad, porque el arquitecto que diseñó la iglesia así lo quiso.

Desde aquel momento, el fenómeno de la Luz Equinoccial de Santa Marta de Tera se fue dando a conocer y cada vez son más los curiosos que desean presenciarlo y acuden desde todos los lugares para poder ser testigos de este fenómeno que nos anuncia la primavera y el otoño.

Desde hace cinco años, la asociación del Monasterio de Santa Marta de Tera viene programando una serie de conciertos para disfrute de los que se acerquen a la población bañada por el Tera y en esta ocasión podremos disfrutar de un concierto de guitarra ofrecido por Juan Gallardo Sierra.

Todos los visitantes, peregrinos, autoridades que se acerquen esos días hasta este enclave del Camino Sanabrés, podrán disfrutar de cada uno de los actos que se vayan

organizando según llega el día en el que se produce este acontecimiento.

La iglesia se abrirá para tal fin a las 9,30 de la mañana ya que el fenómeno de la luz equinoccial se produce sobre las 9,50 horas y aunque el día en el que ilumina por completo el capitel es el 21, también se podrá contemplar de forma parcial los días 22, 23 y 24.

Sin duda un motivo más que justificado para acercarse hasta Santa Marta de Tera y ser testigos de algo que solo se puede presenciar dos días al año, gracias al ingenio de quienes hace siglos pensaron en la forma de poder anunciar los días que comenzaban las dos estaciones en las que se produce el fenómeno.



SANTA MARTA DE TERA: ENTRE DOS MUNDOS LITÚRGICOS Y POLÍTICOS

Javier Callado y Maite Fernández

La iglesia de Santa Marta es el último canto del prerrománico del Reino de León y el primero del arte románico en ese ámbito. El templo reúne las características constructivas del arte leonés, pero fue transformado estéticamente de forma inmediata a su conclusión, en torno a 1080. La autoridad eclesiástica se encontró una construcción recién terminada, adaptada para la liturgia hispano visigótica, cuando el Rey de León impuso el cambio de rito litúrgico, la forma de dar las misas, en su política de pacto con el papado.

VISTA GENERAL DEL TEMPLO DE SANTA MARTA DE TERA. AUTOR: MAITE FERNÁNDEZ



El templo prerrománico de Santa Marta de Tera.

Para entender la peculiar coyuntura que rodeó al edificio de Santa Marta de Tera hemos de comprender la política en el momento de su construcción. Nos encontramos en torno al año 1075. Reina Alfonso VI de León. La escenografía de las misas cristianas condiciona la construcción de los templos, que son espacios funcionales diseñados para ello. En el Reino de León se celebra una liturgia cristiana cercana a la tradición más antigua, aquella que se asemejaba a la judía. En ella una parte de la celebración se hacía ocultando el altar -y a los celebrantes dentro de él- mediante una cortina. Para ello el ábside -espacio del altar- tenía la forma de habitación abierta por uno de sus lados: el que se abría al resto del templo.

Sucedía así porque los primeros pasos del cristianismo fueron los de una secta de los judíos. La forja de sus dogmas como religión con entidad propia avanza definitivamente en los siglos IV y V, aunque por aquel entonces to-

davía quedaban muchos concilios que celebrar y muchas discusiones de dogma que sostener entre los teólogos. Nos encontramos por tanto ante una realidad religiosa muy diferente de la actual. El cristianismo toma los ritos judíos -cuya liturgia se liga a la presencia del arca de los libros sagrados en la cabecera de la sinagoga- y produce una evolución propia: el altar semicerrado.

VISTA INTERIOR DEL ÁBSIDE DE SANTA MARTA DE TERA. AUTOR: MAITE FERNÁNDEZ



Parte alta del altar semicerrado de la iglesia de Santa Marta de Tera.

Dentro del espacio geográfico del cristianismo coexistían distintas tradiciones y diferentes patriarcas espirituales: egipcio, sirio, bizantino,

griego, romano... No predominaba una autoridad máxima aceptada por todos. En conclusión, los primeros siglos del cristianismo, hasta el siglo XI, se registra una autoridad religiosa fragmentada y distintas celebraciones litúrgicas en el cristianismo: irlandesa, galicana, hispana en varias versiones, etc. Esto supone que la misa y su escenografía eran diferentes en función del lugar geográfico y de la tradición predominante. El tipo de liturgia determinaba la forma del templo, especialmente en su cabecera, escenario de la celebración.

Hubo varios intentos de homogeneización litúrgica, como la impuesta desde el año 750 aproximadamente en el Imperio Carolingio, la actual Francia y su periferia, de acuerdo con el Papa de Roma por Pipino el Breve y sus descendientes. Ello supondrá que el territorio al norte de la marca andalusí -la frontera marcada por el Califato de Damasco en la Península Ibérica- dominado por Carlomagno seguirá el rito emanado de Roma. En consecuencia donde hoy están Navarra, País Vasco, La Rioja, el norte de Huesca y el norte de Cataluña las iglesias de la época que han llegado hasta nosotros están adaptadas al antiguo rito galo-romano porque seguían la tradición carolingia desde el siglo IX.

Esto supone que sus altares tienen una estructura abierta hacia la nave, rodeada en muchos casos por un espacio semicircular, que da hacia el exterior un aspecto lobulado al ábside. En esto difieren notoriamente de las iglesias de los reinos de Asturias, posteriormente de León y de las andalusíes, con sus altares en espacios semicerrados



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

El Espíritu de Santi

y cuadrangulares tanto interior como exteriormente. La divergencia de rito propiciará el contacto de las iglesias asturleonesas y andalusíes con las orientales, más afines, especialmente con la potente iglesia egipcia, centrada en el núcleo históricamente más poblado del Mediterráneo: el delta del Nilo.

MAPA DEL REINO DE ASTURIAS Y DEL IMPERIO CAROLINGIO EN LA PENÍNSULA EN TORNO A 820, SEGÚN JAVIER CALLADO



El Reino de Asturias mantenía un débil contacto con el Imperio Carolingio. Por el contrario sus amplias zonas de contacto con el área andalusí permitían un intercambio intenso.

visigodo, que estaba directamente relacionado con las iglesias orientales, al igual que en el mundo andalusí. El contacto con la iglesia copta (egipcia) se hace especialmente evidente en la advocación de algunos templos, como San Julián de los Prados (San Julián y Santa Basilisa eran egipcios), iglesia palatina de Oviedo, y en la copia de las iluminaciones de los beatos leoneses del siglo X, que beben en la tradición de las ilustraciones coptas. Es lógico puesto que la expansión del Califato de Damasco, un imperio al fin y al cabo, abrió de nuevo el espacio común a lo largo de la costa mediterránea sur que había establecido Roma primero y Constantinopla después. Como en los inicios del Islam existía una gran tolerancia y apertura religiosa -que no se restringirá hasta el siglo X de forma notoria- es lógico pensar en la facilidad de desplazamiento de las autoridades religiosas, maestros de obra, monjes, etc a través de este corredor hacia oriente. Eso permite explicar, por ejemplo, las influencias persas en la arquitectura de los reyes de Oviedo, seguramente originada por los maestros de obra, llegados de aquella zona.

MAPAS DE LOS IMPERIO ROMANO EN EL AÑO 400 (1), BIZANTINO EN EL AÑO 575 (2) E ISLÁMICO DE DAMASCO EN EL 750 (3) EN EL MEDITERRÁNEO SUR, SEGÚN JAVIER CALLADO.

1



2



3



El corredor cultural, idiomático y político del sur del Mediterráneo tuvo continuidad desde el Imperio Romano, siguiendo por el Imperio Bizantino y llegando hasta el Imperio de Damasco, un poder político de incipiente religión islámica, pero gran apertura religiosa.

ción de poder temporal de los papas de Roma, produce el Cisma de Oriente de 1054: las iglesias orientales no reconocieron la superioridad de patriarca alguno sobre los demás y la iglesia de Roma quedó segregada del resto.

El Reino de León ya estaba en intenso contacto con Roma desde la llegada al trono de Fernando, hijo del Rey de Navarra y consorte de la Reina Sancha, heredera del trono (1037). En el reino pamplonés por su lado, se practicaba entonces el rito impuesto por los carolingios cuando aún era una aglomeración de condados y no un reino independiente. El contacto de los reyes leoneses con la Abadía de Cluny desde la llegada de Fernando al trono era estrecho, hasta el punto de que fue el Reino de León el principal financiador de esta institución tanto con él como con su hijo el rey Alfonso de León. Sin embargo en Cluny se oficiaba el rito romano en las misas, no así en el Reino de León porque se seguía el tradicional hispano visigodo. Cluny, en territorio de los francos, es una pieza clave del Papa de Roma para imponer su reforma -llamada "gregoriana" en honor a uno de los papas que la impulsó, pese a no ser el iniciador- a partir de 1050. La Abadía de Cluny tenía una peculiaridad: no rendía cuentas a los obispos

En torno a 1050 los patriarcas romanos del cristianismo quisieron imponer su autoridad sobre el resto. Además, deseaban normalizar un tipo de liturgia, que ya se realizaba en algunas partes del espacio del antiguo Imperio Carolingio en su estado original o mezclada con tradiciones locales como la galicana. Este movimiento político, que persigue también la dota-



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

y sus abades dependían directamente del Papa de Roma. Cluny representa el brazo ejecutor de la reforma gregoriana allá donde se asienta: la homogeneización del misal, el nombramiento de los obispos por el Papa y no por el rey, el establecimiento de reglas comunes para toda la iglesia ... y la emergencia del papado como un actor político de primer orden.

TECHUMBRE DE SANTA MARTA DE TERA) Y BÓVEDA DE SAN ISIDORO DE LEÓN. AUTOR: MAITE FERNÁNDEZ.



En esta abadía, poblada por monjes entre los que había expertos en edificación, se producen importantes avances arquitectónicos. Sus maestros de obra, extendidos por numerosas fundaciones filiales de la matriz cluniacense, cubren grandes naves con techumbres de piedra. Mientras tanto en gran parte de Europa aún se cubría con cubiertas de madera las iglesias. Además, siguiendo la ideología papal, convierten los templos en catecismos mediante la inclusión de esculturas relatando escenas pintadas en colores vivos, integradas en los elementos constructivos, así como pinturas murales que cubren los paramentos. La arquitectura religiosa cluniacense representó una revolución, eso sí, adaptada a la liturgia gregoriana: con altar abierto y semicircular. Con la llegada de Cluny desaparecía la cortina en las celebraciones y la cabecera -con el altar- se hacía siempre visible desde la nave donde asistían los fieles. Además se eliminaban los cancelos que cerraban el acceso al presbiterio -espacio inmediato al altar- al pueblo.

La techumbre original de Santa Marta de Tera es de madera, como se hacía en la tradición prerrománica leonesa, pese a la importancia de este templo por sus dimensiones. Por el contrario las bóvedas de San Isidoro de León son de piedra, una de las innovaciones de la arquitectura románica.

Por lo tanto en el Reino de León se daba la paradoja de que en torno a 1050 el rey mantenía estrechas relaciones con Roma y los francos, pero su iglesia se mantenía en

contacto directo con las homólogas orientales, donde el rito litúrgico era similar. En sus monasterios no se seguía mayoritariamente la regla benedictina, como en el resto de Europa, sino la egipcia, o copta, de San Antonio y sus derivadas. Esta situación era difícilmente sostenible en lo político y es Alfonso VI de León quien le pone final.

En 1080 Alfonso VI de León convoca un concilio en Burgos donde impone el cambio de rito en la misa: suprime el hispano visigodo e implanta el romano. Ello trasluce la aceptación plena de la reforma gregoriana y la toma de partido por el Papa de Roma en lo político. Ante las resistencias de clero y fieles, unos pocos templos conservaron el "privilegio" de celebrar misas con el rito hispano visigodo, como la propia capilla palatina de León, hoy conocida como San Isidoro. El resto verán prohibida esta liturgia. La cabecera de la iglesias se construirá con forma semicircular en la mayoría de los casos y siempre abierta a la nave mayor.

El paso definitivo de esta reforma es la erección de una nueva abadía en Sahagún -sobre otra preexistente- con los nuevos principios. Es diseñada y fundada por monjes constructores procedentes de Cluny. La nueva abadía sigue su mismo modelo religioso y de poder: la dependencia directa del Papa de Roma. La abadía de Sahagún se convertirá en el lugar donde reposen los restos de Alfonso VI de León por decisión propia, lo que da pie a pensar la importancia que este personaje dio al monasterio y a su significado.

EL MONASTERIO DE SAHAGÚN (NAVE ULTRALATERAL DENTRO DE UN CONJUNTO DE 5 NAVES). AUTOR: MAITE FERNÁNDEZ



En 1085 Alfonso VI de León trajo un grupo de monjes de Cluny que levantan en Sahagún una abadía enorme a imagen y semejanza de la francesa, con técnicas arquitectónicas y decoración plenamente románica.

Y llegados a este punto volvemos nuestra mirada a Santa Marta de Tera, donde el obispo de Astorga había estrenado un edificio en 1077 aproximadamente, justo antes del Concilio de Burgos, levantado con los criterios de la iglesia hispana antes de la reforma gregoriana. Así se deduce en el documento de la donación del lugar de Celadilla. La reacción episcopal tras el concilio es inmediata: se rededica el edificio con ajezados románicos



El Espíritu de Santi

al estilo de Jaca, sustituyendo la cenefas prerrománicas, se embuten capiteles y esculturas en las portadas, ventanales al modo románico y seguramente se pintaron sus muros. Además de retirar los canceles, propios del rito hispano visigótico, se corrigieron sus arcos de herradura mediante la sustitución y el embutido de capiteles nuevos en el hueco de las dovelas bajas, seguramente esculpidos y traídos desde algún lugar lejano. Poco después Alfonso VI de León confirma los privilegios y donaciones al monasterio.

Sin embargo, en Santa Marta de Tera no se puede ocultar su carácter prerrománico a los ojos del observador, ya que en el templo quedaron numerosos indicios, testigos de cómo se concibió: arcos de herradura, ábside semicircular, asientos para los canceles en las columnas del crucero, restos del nártex o decoraciones prerrománicas en las hornacinas de la cabecera.

CAPITELES SUSTITUIDOS (4), DECORACIONES PRERROMÁNICAS DE LAS HORNACINAS DEL ALTAR (5 Y 6), ASENTAMIENTOS DE CANCEL EN EL CRUCERO (7), ARCOS DE HERRADURA (8), ASENTAMIENTO PARA EL RIEL DE CORTINA EN EL ARCO DEL ALTAR (9) Y MODILLONES DE ROLLOS LEONESES (10). AUTOR: MAITE FERNÁNDEZ

4



CAPITELES SUSTITUIDOS

5



DECORACIONES PRERROMÁNICAS DE LAS HORNACINAS DEL ALTAR

La iglesia parroquial de Santa Marta de Tera es un unicum, un templo mestizo, el fruto de una coyuntura histórica compleja y difícil, de profundos cambios religiosos y políticos. Es un edificio prerrománico con decoraciones románicas, bastante bien datado por las fuentes en ese momento gracias a la donación de Celadilla. Sus esculturas, y especialmente el Santiago peregrino de la portada sur, es la primera representación o de los primeros del Reino de León sin duda. Eso le hace especialmente valioso y singular.

Por eso salvar la estatua del apóstol, castigada por el tiempo y la meteorología, mediante su musealización es

el símbolo del respeto a lo que somos y a lo que fuimos; sería un tributo al cambio que nos construye como socie-

6



DECORACIONES PRERROMÁNICAS DE LAS HORNACINAS DEL ALTAR

7



ARCOS DE HERRADURA

8



ASENTAMIENTOS DE CANCEL EN EL CRUCERO

9



ASENTAMIENTO PARA EL RIEL DE CORTINA EN EL ARCO DEL ALTAR

dad moderna y culta, como colectivo con futuro que no renuncia a su memoria.



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste



Y MODILLONES DE ROLLOS
LEONESES

en Santa Marta de Tera se aprecia con claridad la sustitución los capiteles, con eliminación de las últimas dovelas que conformaban el arco de herradura. Sin embargo aún se aprecia en el crucero el arco ultrapasado. Las hornacinas del altar conservan la decoración prerrománica. Los asientos del cancel que cerraba el espacio central del crucero aún se pueden ver. Incluso se aprecian las inserciones de la barra para suspender la cortina que tapaba el altar durante la celebración sobre los capiteles laterales del altar mayor. El templo está rematado por modillones de rollos leoneses, que se reproducen desde los tiempos de San Miguel de Escalada (910) primer templo conocido del prerrománico del Reino de León.



EL SANTIAGO
PEREGRINO DE SANTA
MARTA DE TERA.

AUTOR: MAITE
FERNÁNDEZ

El Santiago peregrino de Santa Marta de Tera es una de las primeras representaciones del mismo en el Reino de León.



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste



MES INTENSO EN LUBIAN

El mes de septiembre, se presenta intenso en Lubian y en el valle que hay entre las pórtelas por las numerosas actividades que hay programadas para esos días.

El día 15 se va a realizar una jornada de convivencia que se ha denominado el día del Camino en lo alto de la Canda y los que estén interesados en participar podrán ascender este hermoso puerto que separa las dos comunidades.

Una vez en la cima, se han programado una serie de actividades y festejos en donde los participantes disfrutaran como peregrinos de todo lo que los organizadores han dispuesto para ellos, desde comida y bebida a animación musical donde seguro que los peregrinos que vayan recorriendo el camino alargaran un poco más esa jornada para poder disfrutar de algo especial y diferente en su camino. Los días 27, 28 y 29 con motivo de la festividad de la patrona se va a celebrar una nueva romería en el Santuario de la Tuiza. Van a ser tres días de fiesta en donde la música será siempre la protagonista y también se ha dispuesto una degustación de ternera al Burduntzi para todos los que se acerquen hasta el Santuario.

Los más devotos podrán asistir a la celebración de la misa y a la procesión que se hace por los alrededores del Santuario con la imagen de la Virgen que será portada en andas por quienes desde niños la admiran y la veneran.

Pero las actividades no terminan con este amplio programa, también se va a celebrar el día 29 una Feria de artesanía y de productos de la tierra donde estará garantizado de nuevo, las ricas viandas que se van a exponer y degustar, siempre amenizado como no podía ser de otra forma en este pueblo en el que la música es una seña de identidad, con varias actuaciones.

Adjuntamos los carteles anunciadores de cada uno de estos actos para que quien desee asistir a todos ellos pueda ver los horarios y la programación que se ha realizado.



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste



**RIONEGRO DEL PUENTE, Zamora.
ENTREGA DE LOS PREMIOS HISPANOAMERICANOS DIEGO DE LOSADA DE POESIA Y FOTOGRAFIA.**

XXXVIII PREMIO HISPANOAMERICANO DE POESIA "DIEGO DE LOSADA" 2019

El Jurado de este premio estuvo formado por: FRANCISCO J. ALONSO DE VEGA, ISABEL MAYO OTERO, ANA ANTA VEGA. Actuó como Secretaria del Jurado MARIA JESUS RODRIGUEZ FREIRE. El Jurado concedió estos premios: -Primer Premio Diego de Losada 2019, al poema titulado: "NOSTALGIA DE LOS BALCONES", cuyo autor es: AMANDO GARCIA NUÑO, de Madrid. -Accésit del Premio Diego de Losada 2019, al poema titulado: "ESTA HISTORIA" cuya autora es: NURIA HERNANDEZ GONZALEZ, de Madrid.



Acto de entrega de los Premios Diego de Losada 2019

ENTREGA DE PREMIOS

El pasado 11 de agosto de 2019 se celebró el acto de entrega de los Premios Hispanoamericanos Diego de Losada de Poesía y Fotografía. En dicho acto estuvo presente el Diputado de Cultura y Vicepresidente Segundo de la Diputación de Zamora, D. Jesús María Prada Saavedra. Le acompañaban los dos Diputados de zona, D. Ramiro Silva y D. Manuel Santiago, así como la Corporación Municipal de Rionegro del Puente, alcaldes de municipios cercanos, representantes de la Asociación Diego de Losada, la mayoría de los autores premiados y también los componentes de los distintos Jurados. El acto fue dirigido por Eva Lobato, acompañada de María Jesús Rodríguez y María del Mar Tostón. Una vez entregados los premios, cerraron el acto el Alcalde de Rionegro del Puente, José Colino y el Diputado de Cultura Jesús María Prada, quien anunció que la Diputación volverá a apoyar a partir del próximo año el Premio Hispanoamericano Diego de Losada de Pintura.

XXXVIII PREMIO HISPANOAMERICANO DIEGO DE LOSADA DE POESIA 2019

Primer Premio: **AMANDO GARCIA NUÑO**

NOSTALGIA DE LOS BALCONES

*Vuelvo a casa atravesando el invierno,
olvido y luz sobre las ropas húmedas*

(Gamonedá)

Recuerdo, cuando niño, una vecina
asomada al balcón todas las tardes
por ver pasar la vida. Eso decía,
sentada en una silla de tijera
entre geranios mustios y esperanzas
secando al sol junto a los calcetines.

Salía hacia las cinco, esa hora incierta
de hombres ausentes y radionovelas.
La rutina reptaba por la calle:
chicos volviendo a gritos del colegio
-las rodillas, los sueños, desollados-,
cierres que bostezaban, la pasión
entre mesas camilla... Y corazones
destilando infinitos por la acera.



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

El Espíritu de Santi

Pero ella, juraba, veía enamorados
cogidos de la mano en cada esquina,
abuelas que peinaban sus recuerdos
a la sombra del banco,
ilusiones
con aromas a malta y vaquería.
Veía el gozo al volante de un seiscientos
que cruzaba la calle entre estertores,
descubría un bosque en sus geranios
de hojas lacias, tierna figura insomne
entre las soledades de la siesta...

Han pasado los años y no he vuelto
jamás por aquel barrio de mi infancia
por no llenar de grietas la memoria.
He olvidado los cruces de esa tierra
entre chapas corriendo hacia un futuro
de terraplenes,
pero cada tarde
hacia esa hora incierta de las cinco,
me asalta la visión de esa mujer
que en su balcón escaneaba el alma
de una vida en barbecho.

Hasta es posible
que un día de estos, si retorna el eco
huído, me mude de esta casa con jardín
donde sólo me encuentro enredaderas,
a un cuarto piso, con la vida al patio,
entre esquejes de ayer y dos macetas,

y me asome al balcón más interior
por ver si áquel que fui vuelve del cole.

ESTA HISTORIA.

Accésit del Premio Diego de Losada de Poesía 2019

Mirarse.
Sentirse.
Reconocer en ellas,
después de quince años,
lo que eres,
y lo que ya no eres,
y lo que nunca fuiste.

Quebrarse.
Romperse.
Palpar las erosiones
del cuerpo, de la piel

y de la mente.

Acariciar el borde
de una misma.
Deshacerse.

Recuerdos.
Espacios.
Imágenes pintadas
en la frente,
decoloradas por el paso del tiempo.

Arte.
Restauración cuidada
o compulsiva
del pasado
ante la perspectiva
de un futuro imposible.

La vida como un cuadro
cada vez más pequeño.
Vuestros pinceles reelaboran
mi obra inacabada.

Y están ellos.
Puros.
Nuevos.
Que vienen a marcar
un punto de inflexión
en esta historia,
que son la conjunción
perfecta e infinita
de las cosas.
Que con sus ojos limpios
y sus manos pequeñas
le arrebatan al tiempo
el curso de las horas.

Que pintarán paisajes
diferentes
con sus dedos pequeños,
con sus manos pequeñas
y que quizá algún día,
no tan lejos,
cuando se sienten
a reescribir el cuento,
descubran nuestros nombres,
ya sin rostro,
en las primeras hojas
del cuaderno.



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

XXVIII PREMIO HISPANOAMERICANO DE FOTOGRAFIA "DIEGO DE LOSADA" 2019

El Jurado de este Premio estuvo formado por: -María Luisa Prieto Cuesta-Olatz Ortiz Digon-Socorro Pérez Colinas-Actuó como Secretaria del Jurado María del Mar Tostón Santiago. El Jurado concedió los siguientes premios:

TEMAS DE ZAMORA.-

Primer Premio a la fotografía titulada: "BERCIANOS" Cuyo autor es: JOSE LOPEZ GIMENEZ (Sax, Alicante). Segundo Premio a la fotografía titulada: "PARTIENDO ALMENDRAS" Cuyo autor es: JAVIER MORALES VEGAS. Tercer Premio a la fotografía titulada: "LA LAVANDERA" Cuyo autor es: SEVERINO MARTIN CAÑEDO (Zamora)

TEMAS DE ESPAÑA E HISPANOAMERICA:

Primer Premio a la fotografía titulada: "BIENVENIDOS A BELCHITE" Cuyo autor es: JOSE MANUEL MAIQUEZ MIJARES (La Línea de la Concepción, Cádiz)



Primer Premio Temas de España e Hispanoamérica.
"Bienvenidos a Belchite", de
José Manuel Maiquez Mijares
(La Línea de la Concepción, Cádiz)



PRIMER PREMIO DEL V CONCURSO DE RELATOS CORTOS 2018

"En el Camino"

Autor: **MIGUEL ANGEL GUTIÉRREZ NARANJO**. Sevilla

Mi nombre es Juan Expósito Iñán, tengo 37 años, estoy casado, soy funcionario del Ministerio de Fomento y me considero una persona normal. Les cuento todo esto para decirles que estoy cuerdo, que no tengo ningún desequilibrio mental y que soy el primero en entender que la historia que les voy a contar es difícil de creer.

Desde siempre me ha llamado la atención el Camino de Santiago, pero por circunstancias lo iba dejando y nunca me terminaba de decidir, hasta que al final reuní el valor necesario, se lo propuse a mi mujer y lo preparamos todo para salir al Camino. Era el mes de enero de 2008. Nos hacía mucha ilusión hacerlo juntos, pero en el último momento, ella no pudo venir por motivos laborales. Estuve a punto de desistir yo también, pero mi mujer sabía lo importante que era para mí y me animó a seguir adelante en solitario. Mi intención era hacer el Camino Sanabrés desde Zamora capital. Sabía que esa ruta en verano puede ser muy calurosa y por alguna razón pensé que enero podía ser un buen mes para atravesar Zamora, Orense y llegar a Santiago. Ahora lo pienso y sé que fui un imprudente,



Primer Premio Temas de Zamora: "Berciano", de
JOSE LOPEZ GIMENEZ, Sax, Alicante.

Segundo Premio a la fotografía titulada: "SILUETAS FESTERAS" cuyo autor es: JOSE LOPEZ GIMENEZ (Sax, Alicante)
Tercer Premio a la fotografía titulada: "AGUA" cuyo autor es: DANIEL BOYANO SOTILLO, (Puebla de Sanabria, Zamora)



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

pero hace 10 años tenía 10 años menos y me creía capaz de todo. Como os contaré a continuación, me equivoqué.

Salía a caminar temprano. Apenas había peregrinos. En algunos albergues dormí solo. Una vez coincidí con un alemán con el que fui incapaz de establecer comunicación. Hablaba con mi mujer todos los días dos o tres veces, pero la ausencia de noticias mundanas, la soledad y el silencio iban calando en mi alma como un remedio para restañar las heridas. Caminaba y escribía, normalmente en los albergues o en los bares de los pueblos, donde los parroquianos me miraban con curiosidad y me daban conversación, ávidos de novedades. Todo iba bien hasta la mañana del día 17. Había pasado la noche en un albergue de Santa Croya de Tera.

Recuerdo que, apenas crucé el puente, me paré en Santa Marta a admirar la imagen de Santiago peregrino en la portada sur de la iglesia. La mañana amaneció fría. Todo apuntaba a que el día se mantendría similar a los anteriores cuando el viento cambió de repente. Apreté el paso, confiando en que llevaba ropa apropiada para cualquier inclemencia del tiempo. No era cierto. No hay gore-tex ni camiseta térmica que te salve del viento que baja en enero de la Sierra de la Culebra. Lo peor fue cuando empezó a nevar. La previsión decía que nevaría mucho más al norte, en Muniellos y la Sierra de Ancares, pero las nubes se habían dado prisa en cubrir el noroeste de Zamora. La nieve es traicionera para el peregrino. Bastan unos centímetros para cubrir el suelo con un manto blanco que tape las señales. No sé en qué momento me perdí. En cualquiera de los cruces tomé la dirección equivocada. Confío bastante en mi instinto y más o menos mantenía las referencias con el horizonte y sabía que seguía avanzando hacia el oeste.

La nieve y el viento arreciaban y decidí consultar el GPS del móvil para dirigirme al pueblo más cercano a guarecerme. No fue una buena decisión. Mientras miraba la pantalla pisé en falso y perdí el equilibrio. En mi caída noté cómo el teléfono salía despedido de mi mano antes de dar de bruces contra el suelo. Me preocupaba mucho perder el móvil, así que antes incluso de intentar levantarme alcé la cabeza apoyado en mis manos para ver dónde había caído. Lo encontré poco antes de que la nieve lo cubriera. Había ido a parar a un charco de nieve y barro y en la distancia pude distinguir la pantalla hecha añicos.

(Fragmento). Solicite el relato completo a:
mozarabesanabres@gmail.com

VI Concurso de Relatos Cortos sobre El Camino de Santiago "MOZÁRABE SANABRÉS"



BASES

- 1.- Pueden participar en este concurso todas las personas mayores de 16 años de cualquier nacionalidad. Los trabajos se presentarán en castellano, han de ser originales y no podrán haber sido premiados en otros concursos. La extensión máxima es de 3 hojas DIN A4, debiendo enviarse por triplicado. El tema del concurso versará sobre el Camino de Santiago (vivencias, diario, historias, costumbres, etc.). Cada participante puede enviar uno o dos trabajos, siempre en envíos diferentes.
- 2.- Todos los trabajos presentados llevarán un título y un seudónimo, y se acompañarán de un sobre cerrado, en cuyo exterior figurará el título y seudónimo y en el interior los datos personales del autor, domicilio, teléfono, correo electrónico.
- 3.- Los trabajos podrán enviarse entre el 1 de Agosto y el 15 de Septiembre de 2019, por correo o por correo o agencia a la siguiente dirección: Concurso de Relatos. Asociación de Amigos del Camino de Santiago Mozárabe Sanabrés. Ctra. Nacional 525, Km. 49. 49326 Rionegro del



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

Puente. Zamora. (España) También se pueden entregar personalmente en el Albergue de Peregrinos de Rionegro del Puente. (No se permite concursar por correo electrónico).

4•.- PREMIOS: Un jurado nombrado por la Asociación de Amigos del Camino de Santiago Mozárabe Sanabrés, valorará todos los trabajos presentados y seleccionará los dos mejores relatos. Primer Premio: 250 euros, placa conmemorativa, diploma, una estancia en el Hotel Carrís Cardenal Quevedo, de Ourense, lote de libros y regalos. Segundo Premio: 150 euros, placa conmemorativa, diploma, lote de libros y regalos. Los trabajos premiados podrán ser editados conjuntamente por la organización para el fomento del Camino de Santiago.

ENTREGA DE PREMIOS. Se celebrará en el Albergue de Peregrinos Virgen de la Carballada, de Rionegro del Puente, el sábado 2 de noviembre de 2019. Si alguno de los premiados no pudiera asistir, se le hará llegar el premio.

5•.-El hecho de presentarse a este concurso supone la aceptación de las bases.

Todas las comunicaciones con la organización serán por carta o por correo electrónico. **No se admiten llamadas telefónicas**



Ayuntamiento de
Rionegro del Puente (Zamora)

Fundación Barrié

LINTEO
EDICIONES



CH
Carrís Hoteles



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste



RELEVO EN FONTANILLAS DE CASTRO



Los peregrinos que necesitaban ese lugar especial en que poder dar por finalizada su jornada.

Hasta ese momento, en este pequeño pueblo de la Vía de la Plata, se había habilitado un centro que se utilizaba para más servicios que demandaba el pueblo y solo era utilizado como albergue por aquellos peregrinos que no podían seguir adelante, por lo que anualmente venía acogiendo a 60 o 70 peregrinos cada año, un número muy reducido de todos los que van caminando por este histórico Camino.



El ayuntamiento de San Cebrian de Castro, municipio al que administrativamente pertenece Fontanillas de Castro, recibió en donación una casa que los responsables municipales vieron que podía paliar la carencia que tenían hasta ese momento con los peregrinos que decidían dar por finalizada su jornada del Camino.

Después de las reformas necesarias, se ha conseguido un hermoso lugar de descanso para los peregrinos, con unas instalaciones muy modernas y un patio interior en el que el descanso de los que llegan hasta allí se encuentra suficientemente garantizado, además los alrededores también tienen un encanto especial porque el castillo de Castrotafe se encuentra muy cerca y el embalse de Ricobayo se extiende por parte del término municipal.

Cuando el Ayuntamiento y su alcalde contactaron con la Asociación Zamorana de los Caminos de Santiago para que se hicieran cargo de la gestión del nuevo albergue,

entendieron la filosofía de acogida de la AZACS sobre la acogida tradicional que esta asociación está tratando de aplicar en los albergues que gestiona (cena comunitaria desayuno comunitario y mantenimiento a través de los donativos que dejan los peregrinos) y aceptaron la propuesta que la asociación expuso.



El objetivo que se perseguía era situar al albergue de Fontanillas de Castro entre esos lugares especiales del Camino y tratar que en el primer año de funcionamiento, los que elegían este lugar se incrementara por seis y luego ya era cuestión de que el boca a boca fuera haciendo su efecto, porque el peregrino siempre se convierte en el mejor embajador de aquellos lugares por los que va pasando.

Jagoba Negueruela, fue el primer hospitalero que tuvo el albergue en el que ha estado cinco meses y en este tiempo ha dado hospitalidad a unos 300 peregrinos, con lo que se van cumpliendo las previsiones que se hicieron inicialmente.

Ahora a Jagoba, le ha relevado Karin, una hospitalera holandesa que seguro que sigue con la buena labor que Jagoba realizó e irá dando ese toque femenino que hace que los peregrinos se sientan como en su casa.

Seguiremos con esta acogida que los que la reciben la califican como una de las especiales de su camino y Fontanillas cada vez se convertirá en ese lugar obligado de descanso porque se puede convertir en una de las etapas lógicas de la Vía de la Plata ya que se encuentra a menos de 30 kilómetros de Zamora, una parada obligatoria de todos los peregrinos.



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste



AL UNIVERSO PEREGRINO

Cada año, es menor el sentido que muchos de los que recorren los Caminos que conducen a Santiago dan a su peregrinación y crece el número de los que lo recorren, únicamente porque se ha puesto de moda.

nos va a que tan unos los grinos traban en lugares del que unos denominan **"Patrimonio Inmaterial del Camino"**, esos albergues que mantenían la filosofía de la Hospitalidad tradicional, se van perdiendo y lo que es más preocupante, la renovación parece una utopía.

Encontrar en el Camino lugares como (**Arres, Grañón, Tosantos, Bercianos, San Roque, Bodenaya, Güemes, Fuenterroble,....**), por citar solo algunos, de esas docenas de albergues y hospitales de peregrinos, que nos vienen a la mente cuando pensamos en la hospitalidad, son los que dan un valor y un sentido a esta peregrinación.

No resulta sencillo ponerlos en la orbita peregrina y tampoco es fácil mantener la filosofía, eso lo saben y son conscientes los peregrinos que aman este camino como siempre se ha mantenido, hasta que ha llegado la perversión de ponerlo en el circuito de la moda.

Nuestra asociación (AZACS), en los dos años que lleva de vida, se ha propuesto recuperar uno de los caminos que tradicionalmente recorrían los peregrinos, pero que ha ido decayendo por la falta de infraestructuras. Se trata del Camino Zamorano Portugués que parte de Zamora y a través de Braganza enlaza con el Camino Sanabrés en Verín.

Para que este camino sea una realidad, es preciso establecer un lugar de acogida en la primera etapa, en

Almendra, a 20 km de Zamora, porque hasta Braganza hay infraestructura suficiente aunque el año próximo se va a mejorar la señalización y la acogida en la parte de Portugal.

Disponemos de una **casa parroquial en un estado ruinoso**, que es preciso acondicionar para que los peregrinos dispongan de un lugar en el que se les ofrezca hospitalidad (acogida, cena, desayuno) a cambio de la aportación que cada uno pueda hacer para su mantenimiento.

Ponerlo en marcha es una ardua tarea para una asociación incipiente, por eso recurrimos al mundo peregrino para quienes lo deseen, se impliquen en este proyecto. Cualquier aportación es buena (**herramienta, materiales, equipamiento o pequeñas aportaciones** que nos permitan adquirirlo)

En la revista El camino Sanabrés que muchos recibís, podéis ver la evolución que están teniendo las obras, así como las aportaciones de todo tipo que estamos recibiendo para que se convierta este año en una realidad.

Si estás interesado en colaborar en este proyecto, tienes varias formas de hacerlo:

- Enviar tu aportación (económica o material) a:
Albergue de Tábara
Camino Sotillo s/n
49140 - Tábara – Zamora
- Hacer tu aportación por pequeña que sea en la Cuenta: IBAN ES90 2108 4606 18 0010100204

Mensualmente, a través de la revista iremos exponiendo la evolución de las obras, así como las aportaciones que vamos recibiendo y los mecenas que contamos para este proyecto.

Agradeciendo tu atención y tu colaboración, te saluda atentamente.

José Almeida – Presidente (AZACS)



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste



Almendra

APORTACIONES PARA ALMENDRA A

31.08.2019

Como asegura el dicho, de bien nacidos es ser agradecidos y queremos dejar constancia de los que están haciendo que el proyecto de acogida para los peregrinos en Almendra del Pan sea una realidad.

- Fernando Iglesias (vajilla, cristalería y menaje de cocina)
- Pedro Vega (Una ingletadora y un cepillo eléctrico para los trabajos que se van haciendo en estos momentos)
- A.M.E (200 € para adquirir material y lo que se necesite)
- Josefa R.H. (Un microondas eléctrico)
- Luís Miguel A.R. (20 €)
- Ramón García (herramientas de albañilería)
- Sara 50 €
- V.S.S. 100 €
- British Columbia de Canadian Company of Pilgrims 1.190 €
- Luís Miguel A.R. (Herramientas diversas de albañilería).
- Juan Carlos Robledo (Herramientas de albañilería y construcción).
- David S. 20 sacos de cemento 50€
- Asociación Jacobea de Almería Camino Mozárabe 150 €
- Antón A. Pombo 50 €
- Manuel Oliva 100 €
- Offredi Candida Locatelli Mari 100 €
- Marianne Staufer 50 €
- Ana Basilio Carnicer 100 €
- Mario Bottaro 100 €
- José Maria Díaz Bernardez 100 €
- Menéndez Villalba Luís 100 €
- Jose (el civil) Almendra 50€
- Gerar el peregrino de almendra útiles necesarios
- Jose (el...de Almendra) muebles, baños radiadores...
- May y José María 50 €
- Toronto Camino Pilgrims 200 €
- Covadonga 20 €
- Antonio Retamosa 50 €
- David Carricondo (Bodenaya) 60 € para una estu-

fa de leña

- A.M.E. 50 € para una estufa de leña
- Toronto Camino Pilgrims 1.988 € para la electricidad
- Asociación A.C.S. de Sevilla 400 €
- Gronze 200 €
- José Antonio Quintas 50€
- Caja Rural de Zamora Equipamiento e instalación de fontanería 2.500 €
- American Pilgrims on the Camino 4.000 \$
- Luis Francisco Epelde 50 €
- AJOVA 300€
- Ander Boragina Almeida 50€
- Alai Boragina Almeida 50€
- Plan Xacobeo 10.000€
- Ana Iranzo Pontes 70 €
- Maria Sagrario Otero Roman 500€
- Luis Lorenzo Prieto 60€
- José Luís de Juana Pérez 30€
- V.S.S. 25€
- Ascensión Julián 50 €
- Elvira Merchán Herrero 100€
- Soledad Cortés Torres 100€
- Manuela Santamaría Ferrero 5€
- V.S.S. 70€
- Secundina González Pérez 10€
- Maria Asunción Álvarez Fernández 50€
- Maria Concepción Sánchez 10€
- Rosa Maria Llamas Segurado 30€
- Maria Sagrario Otero Román 300€
- Maria Teresa González 10€
- Petra Brigitte Hoi 10€
- Carmen Blanco Vara 50€
- Elvira Merchán Herrero 100€
- José Luís de Juana Pérez 30€
- Antonio Sabate Barrubés 20€
- Guillermo Martínez Pajares 20€
- Mónica González Fernández 50€
- Rosa Delgado de Anta 20€
- Ana Maria Cuadrado Fernández 50€
- Maribel Martín Rodríguez 10€
- Ana Iranzo Pontes 100€
- Maria del Rosario Parra 30,08€
- Aurora Mateos 30€
- Luis Lorenzo Prieto 50€
- Secundina González Pérez 20€
- Federico Gomez 45€



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

- Basilio Sendin Ferrero 30€
- Elvira Merchán Herrero 50€
- Toya Hernández Garzón 60€
- Jean Simón 30€
- José Antonio Quintas 50€
- Fran Hailey 100 €
- Antón Pombo 50€

Gracias amigos/as peregrinos/as, este es vuestro proyecto porque gracias a colaboraciones como las vuestras, las obras siguen avanzado. En poco tiempo esperamos acoger a los primeros peregrinos. Un abrazo a todos/as.

EMPUJON FINAL

Las obras que se están realizando en la Casa Parroquial



de Almendra del Pan para que sirva de acogida a los peregrinos que van recorriendo el Camino Zamorano-Portugués, se van acercando a su fin y ya se está trabajando en acondicionar el patio interior donde los peregrinos podrán disfrutar de su estancia.

Quedan algunos trabajos que para una persona, resultan difícil poder acometer, por eso se ha requerido ayuda de los miembros de la Asociación Zamorana de los Caminos de Santiago quienes han respondido enseguida a la llamada.



Se ha ido hormigonando el suelo del patio y por las imágenes podemos ver como los que son peregrinos han cambiado momentáneamente el bordón por una pala y mientras unos en la hormigonera van haciendo la masa otros se encargan de ir extendiéndola por todo el patio.

No será la única vez que realicen esta tarea, porque hasta que todo quede como se desea, es preciso dedicarle el tiempo que sea necesario, pero el ánimo con el que van, pensando en el confort que van a encontrar los peregrinos, supera el esfuerzo que se vaya a hacer.



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste



ALBERGUE DE RICOBAYO - AUGUST 2019

Paul Garland

for their first pilgrimage.



I was really pleased when Francisco, our first pilgrim, visited by car with his wife a fortnight ago to say Hola! and to get the albergue stamp which we hadn't yet got when he stayed. And to get a telephone call from Santiago from Vladimir to say he'd arrived safely. And to hear from Lorinda that she'd overcome her injuries and was soldiering on into Galicia. And to see Jaček and Darwina's photo of their arrival in Compostela. That's one of the pleasures of hosting long-term in a small albergue, being able to keep in touch with people who have passed through.

I was away on a busman's holiday for 10 days at the end of the month, helping Jesus Jato again at Ave Fénix in Villafranca del Bierzo on the Francés. The amazing Tracey Ponting - a hospitalera from England with much experience looking after pilgrims in Portugal and Galicia - covered for me, and while disappointingly she had no-one stay during her time here, she added many feminine touches to the albergue, and made some very attractive signs for outside. We now have seat covers, flowers in the bathroom (!), more kitchen utensils, a nice tea-set, and a stock of home-made chicken curry in the freezer in individual portions ready for hungry pilgrims. And honey, home-made pickle, spices, incense... Tracey made many friends in the village who have generously offered help, and developed contacts with local businesses and organisations. A big Thank You! I shall be taking another break in November, this time to Santa Cruz, Sahagún - yes, another busman's holiday - and I hope



Tracey can cover for me then again.

Thanks also to Rebekah Scott from Peaceable Kingdom in Moratinos for bringing some folding chairs, and to her and José Almeida from Tábara for bringing a very much apprecia-

After a very quiet June and July, only to be expected for a new albergue on a little-used route to Compostela, August saw a welcome increase with 13 pilgrims staying at Ricobayo. After the first pilgrim who stayed on opening night, June 3rd, it was 55 days until the next one came! Although the numbers are low, and so not too much should be read into them, here is a brief summary for the year so far: 53% male/47% female; 70% on foot/30% by bicycle; 79% started in Zamora (other starting points were Madrid, Irun, Sevilla, Sanabria and Córdoba); 47% were from Spain, mostly from Pais Vasco and Galicia; 74% were between 35 and 60 years old (including a French family with a three year old and eleven year old); and 42% were Camino veterans while surprisingly 58% chose this route



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

ted stock of books.

The day after I returned, Father Daniel and hospi Raúl, from Sahagún, appeared with a wonderful and varied supply of food items. Dani had seen a photo of me with Mariko from Japan and thought I looked 'thin'. (I'm always thin!) Thank you!

A few days back, Father Javier and Victor, treasurer and secretary respectively of the Zamoran Association of the Friends of the Camino, took Josep (permanent hospi at Alcañices) and me on an exploratory excursion to Bragança and Vinhais, Portugal, through the Montesinho national park and on to Verín where the Camino Zamorano Portugués, confusingly also known as the Via de la Plata Portugués, joins the Sanabrés. Ostensibly to show Josep and me the route so we could help pilgrims with directions and accommodation planning, it was really an excuse for a day out!

But seriously, it was a very useful day - now we know what types of terrain pilgrims can expect, which are the stretches with little or different signage, where there are and where there aren't services and water, etc. The Association can now give feedback to ADATA, the local organisation responsible amongst many other things for the development of the camino in the area, on the stages from Fonfria to the border. In July, Josep and I had been taken by Xemma from ADATA to reconnoitre the route between Zamora and Fonfria, so now all 106km of the way in Spain has been checked out. In the near future, both ADATA and the Zamora Association will be meeting with their counterparts in Portugal.

At present there is no current guidebook for the route, not even in Spanish. English-speaking pilgrims use Alison Raju's pioneering 2005 CSJ London guide, and the Zamora Tourist Office hands out a brief outline of the route which is no longer up to date. The best guide at the moment is the cycling organisation BTT's pamphlet of 2015 which at least has a good map as far as the border with Portugal. However, ADATA and the Zamora Association are working on a new paper and pdf guide, which I will translate. Watch this space!

As I write this in early September the days have become welcomingly cooler, down from the mid-30s to a more comfortable mid-20s. The nights are cooler too, and we'll need to think about winter requirements soon. But we have a pellet stove and the promise of blankets, at 800m altitude it freezes here in winter. And no north facing winds! We will be open every day of the year.

Slowly but surely people are beginning to hear about the route. We already have a 'reservation' for November, a pilgrim from England with a special interest in Visigothic architecture. He'll love San Pedro de la Nave in Campillo, one of the oldest if not the oldest Visigothic churches in Spain, which was resited stone by stone when the Ricobayo reservoir flooded its original location after the construction of the Ricobayo dam in 1929/32. This re-siting was one of the first instances of the Spanish state looking after its architectural heritage. And by the end of September, the new Association albergue in Almendra del Pan should be open, which will mean pilgrims won't have to walk 37km from Zamora to the next albergue here at Ricobayo (though Almendra does have a sleeping-place if you ask around, on the floor but indoors at least!).

If you would like to keep up with developments here in Ricobayo, do please visit and join our Facebook group Albergue de Ricobayo - Camino Zamorano Portugués. We already have 85 members, some of whom have posted teaser photos of their pilgrimages from previous years. It's in both English and Spanish, with route maps and features on local characters, pastimes and customs. I will post the new guide to the route as soon as it's ready. Maybe we shall meet?





Alcañices

El paisaje y la historia del camino Zamorano- Portugués



Todo peregrino/na que siga este camino (Portugués de la Vía de la Plata) para buscar el silencio, la paz exterior e interior, buscar respuestas a lo que sea, formar parte del camino, ser naturaleza... podrá también contemplar, disfrutar y participar del paisaje tanto de la parte española como de la portuguesa.

Salir de Zamora, escoger este camino, llegar a la primera etapa de Ricobayo, después Fonfria, Alcañices y Quintanilha (primera población portuguesa) se llega a Bragança, situada en la región de Tras os Montes, un territorio montañoso lleno de paisajes singulares. Unas visitas recomendadas es ver su castillo medieval protegido por una muralla, en cuyo interior hay un pequeño pueblo bien conservado, visitar la iglesia de Santa María o la Domus Municipalis, construida en el siglo XII, lugar de reunión de los hombres que gobernaban el municipio. La etapa de Quintanilha a Bragança, sigue hasta la aldea de Gimonde, donde convergen los ríos Sabor, Onor y Ribeira do Frio, cruzados por tres puentes, alguno de ellos de origen romano.



Pasamos parte del parque de Monteseinho, una de las zonas protegidas más grandes de Portugal, cuyo símbolo es la flor del castaño. Se sitúa en el nordeste transmontano, formando los puntos extremos Bragança, Vinhais, Cisterna i Río de Onor. Abarca las sierras de Monteseinho (1438 m) y de Coroa (1117), es un paisaje de montaña que se

distingue por el contraste entre las cumbres y los valles abiertos por los cursos de agua en un terreno pizarroso. Los ríos Igrejas y Onor forman el Sabor, en el pueblo de Gimonde i aguas abajo el río Sabor recibe su afluente, el Maças (Manzanas en español), donde a veces nieva bastante. Los bosques incluyen robledales, sotos, pinos y abedules.

A la salida de Bragança, a cerca de tres kilómetros, también podemos dirigirnos, si tenemos el tiempo necesario,

lo que queda de un monasterio benedictino del siglo XII (castro de Avelás) del que sólo restan la cabecera románica, con ábside y las arquerías ciegas superpuestas. Fue una institución acaudalada que desempeñó un papel fundamental en la repoblación de la región y en la asistencia a peregrinos a camino de Santiago de Compostela desde el siglo XII hasta finales del siglo XVI.

Las etapas portuguesas

Gracias a unos peregrinos, que pasaron por el albergue de Alcañices dejaron algunos datos interesantes para recorrer las diferentes etapas de este camino, de la parte portuguesa. La de Quintanilha a Bragança, nos explican, es una etapa espectacular, dura y con bastante barro y agua si ha llovido. Se llega a una altitud de 882 metros.

De Bragança a Vinhais es larga, mixta, entre camino-carretera. Se llega a una altitud de 902 metros, entre subidas y bajadas, atravesando parte del parque de Monteseinho.

De Vinhais a Edral (mitad de la siguiente etapa) es una etapa larga y muy dura, bajada extremadamente larga y pronunciada con su correspondiente subida de las mismas características, el valle es espectacular. El punto más alto será 885 metros.

La salida de Edral es una bajada con pendiente pronunciada y mucho asfalto, continuamos andando sin posibilidad de desayunar. Después de la bajada se vuelve a subir para terminar otra vez entrando en España después de alojarse en Segirei.

Un peregrino es un ser tan afortunado que siempre encuentra la felicidad al completo



escoja el camino que escoja, sea fácil o difícil...lo importante es que encuentre la libertad, la armonía, la calma, la satisfacción, la quietud, la placidez y la tranquilidad. Reconocerá su verdadera naturaleza relacionándola con todo lo que vaya encontrando en su travesía.

Os animo a todos/as a experimentar este camino, esta aventura, que una vez terminada, recorriendo los casi 400 kilómetros, desde Zamora, habréis disfrutado de su naturaleza, de su historia, de todo el peregrinaje de un camino tranquilo que llega a Santiago con mucha sabiduría natural e histórica de parte del territorio español y portugués.

Joseph Bosch Planas



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

Hitos del Camino

14- Alfonso X El Sabio y Las Cantigas de Santa María.

Alberto Solana de Quesada



Nacido en Toledo en 1221, primogénito del Rey Fernando III y de Beatriz de Suabia, fue el rey de Castilla y León desde 1252 hasta 1284, año que murió en Sevilla. Su ingente labor cultural y su inmensa labor literaria, jurídica y científica le ganaron el sobrenombre del Sabio por el que se le identifica. Educado como su padre en Galicia, adquirió el gusto por el gallego como lengua poética, lo que impulsó el desarrollo de la

lírica galaicoportuguesa a la que contribuyó con 44 cantigas profanas, en su mayoría satíricas y sobretodo impulsó la elaboración de un corpus de cantigas de temática religiosa, las Cantigas de Santa María.

Elaboradas a mediados del siglo XIII constituyen el cancionero religioso medieval de la literatura en galaico-portugués, frente al profano que estaría constituido por las cantigas de amigo, de amor y de escarnio. Por su coherencia, la belleza de los códices que las contienen, por su número y por su temática, constituyen un hecho singular sin precedente en la historia de la música medieval de Occidente.

Se trata de un conjunto de 427 composiciones en honor a la Virgen María, de las que 356 son cantigas que narran milagros de la Virgen María, y las demás, salvo una introducción y dos prólogos, son de alabanza o loor a la Virgen, o se refieren a festividades marianas o cristológicas. Todas están acompañadas de escritura musical, salvo el poema de introducción.

La devoción mariana estaba en auge en ese siglo y participaban en ella religiosos y caballeros. En este ambiente el rey alentaba en sus cantigas a poetas y juglares para que dedicaran sus esfuerzos e inspiraciones a la «Santa Dama».

Las dudas sobre la autoría directa del rey Alfonso X el Sabio están resueltas hacia su participación como com-



positor en no pocas, al menos diez de ellas de atribución real en integridad de modo indudable. Un manuscrito toledano le atribuye la autoría de unas cien, pero en muchas de ellas debe ser de una forma participada, y otras muchas fruto de la labor encomendada

a los colaboradores integrantes de su corte poética, entre ellos el clérigo compostelano y conocido como segrel de cantigas profanas galaico-portuguesas Airas Nunes. Una cita del prólogo de las cantigas, apoyaría la idea de la autoría personal del monarca: *...quero seer oymais seutrobador, / e rogo llo que me queira por seu / trobador e que queirameutrobar / rezeber, ca per el queireu mostrar / dos miragres que elafez...*

El propio códice nos precisa su participación mediadora en una miniatura (Ms. T11 de El Escorial, fol. 170v) en que aparece el rey arrodillado, presentando a la Virgen los músicos y bailarines que interpretan música para ella. Obsérvese su papel mediador acentuado por la posición de su mano derecha, que se señala a sí mismo. Esta y otras referencias directas a su persona convierten esta obra en la más personal de Alfonso X el Sabio.

Las 427 cantigas se conservan en cuatro códices, todos procedentes de la corte real. El primero es el llamado Códice de Toledo, que perteneció a la catedral toledana hasta 1869 y ahora se conserva en la Biblioteca Nacional de Madrid. Contiene 128 composiciones con notación musical. Son 160 hojas de pergamino a dos columnas, en letra francesa del siglo XIII. Otros dos se conservan en la Biblioteca de San Lorenzo del Escorial, el códice J.b.1, con 198 cantigas en 296 hojas de pergamino escritos con letra francesa del siglo XIII, con notación musical y miniaturas de gran valor iconográfico. Y el códice J.b.2, el más rico de los cuatro, con 417 cantigas e ilustrado con 40 miniaturas en 361 hojas de pergamino también escrito a dos columnas con letra francesa del siglo XIII. El cuarto es el códice de Florencia, conservado en su Biblioteca Nacional, con 104 cantigas, 2 de ellas exclusivas, pero quedó inacabado en algunas estrofas, con miniaturas sin dibujar y líneas de notación musical en blanco. Son 131 hojas escritas con letra gótica del siglo XIII.



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste



La importancia de las cantigas de Alfonso X el Sabio reside en aspectos literarios, musicales y pictóricos. Musicalmente la colección esta considerada la más importante de la música monódica medieval. Alfonso X heredó de su padre Fernando III su Capilla musical, con intérpretes y compositores de varias culturas, de los que aparece rodeado en la miniatura de la cantiga nº 1 del código, al igual que en otra aparece rodeado de los miembros de la escuela de traductores. Las melodías están tomadas de fuentes diversas: la monodia gregoriana, la lírica popular y las canciones de los trovadores, y adoptan en su mayoría la forma de rondeau, con un estribillo musical que se repite tras las glosas.

Los códices de la Biblioteca del Escorial están adornados con profusión de miniaturas. Muchas de ellas han sido decisivas para el conocimiento de los instrumentos medievales que se usaban en el siglo XIII. En el código de cantigas están representados todo tipo de instrumentos: organistrum, salterio, laúd, viola de arco, rabel, cítara, arpa, trompa, trompeta, castañuelas, cornamusas, dulzainas y muchos otros. De algunos sabemos sus características por las imágenes de las cantigas de Santa María, hasta el punto que el estudio minucioso de las miniaturas ha sido importantísimo en la investigación de la música de la época, y la reconstrucción de los instrumentos.

Este ha sido el caso del rebec morisco o rabel, que



aparece en la cantiga 170, reconstruido con distintos materiales, tal como se ve en la miniatura.

La importancia de las cantigas de Alfonso X el Sabio reside en aspectos literarios, musicales y

Desde los siglos XI o XII existen dos tipos de "guitarras" o "guiternes": la latina (origen greco-latino), de fondo plano, y la guitarra morisca (origen árabe) de fondo ovalada, de la familia de los laúdes. Uno y otro tipo de guitarra están perfectamente representados en las miniaturas de las Cantigas de Santa María de Alfonso X el Sabio.



Un instrumento de origen incierto es la Baldosa, quizás emparentado con el laúd y la cítola. El mostrado aquí es una fiel reproducción de los que aparecen

representados en la miniatura de la Cantiga de Santa María nº 120.

Como evolución de instrumentos vemos el carillón de campanas, de dos formas medievales, ambas representadas en las Cantigas de Santa María. Uno con las campanas



en forma de tulipa y golpeadas directamente con un martillo por el intérprete; el otro, técnicamente más completo, tañido mediante un mecanismo indirecto que actúa sobre los badajos de cada una de las siete campanas, configurando una escala diatónica.

El órgano portativo o de mano, que aparece en la



miniatura de la cantiga 200, era muy usado desde el siglo XII. Su timbre era muy agudo por la cortedad de sus tubos. El fuelle se acciona con una mano mientras con la otra se



tañe el teclado. Se usaron hasta bien entrado el siglo XV en procesiones religiosas, y música de calle.

Un instrumento que echará hondas raíces folclóricas



en Galicia es la gaita, que aparece en la cantiga de Santa María 340. El nombre inicial es el de cornamusa, como se le llama en Francia, y en el reino de Aragón. Consiste en un odre o pellejo donde se almacena el aire, una boquilla para introducirlo, un tubo melódico o clarinete, y dos bordones o roncones, que hacen resonar la fundamental y la quinta. Llegó a Europa en la Edad Media, procedente de Asia, y ya no nos abandonaría nunca, aunque muy pronto se lo recluyera en la trastienda de la música folclórica y popular. Una variedad de la gaita, documentada en la cantiga 260 es el odrecillo, pequeña gaita sin bordón y con

un puntero recto y largo, pero quebrado en forma angular.

Por último, una de las aportaciones más valiosas de las Cantigas de Santa María de Alfonso X, son las riquísimas ilustraciones, que constituyen una verdadera historia dibujada en viñetas de extraordinaria calidad pictórica.

Su riqueza temática es inmensa al mezclar

loores a la virgen con relatos de milagros muy difundidos en la edad media y sucesos de la vida personal del monarca. Son testimonio de la intensa devoción Mariana que, aunque no se relaciona directamente con la peregrinación jacobea, si arraigó en ciudades del Camino de Santiago como Villasilga o Ponferrada donde, por mediación milagrosa de la Virgen, algunos peregrinos jacobeos obtienen la curación a su retorno de Santiago.

El tema de cada historia se desarrolla en seis viñetas separadas por cenefas, pero conformando una unidad gráfica, y constituyendo un documento precioso por la perfección de su factura, por su riqueza cromática y por la abundante y variada información que aportan. Su valor iconográfico es incalculable por el admirable realismo

de las imágenes y su originalidad y mérito es incomparablemente superior a cualquier otra obra europea, y nos ofrece un documento fiel de la forma de vida hispana en la Edad Media, en detalles inagotables como la indumentaria de hombres y mujeres, moros y judíos, sus calzados y tocados, la arquitectura, las armas, los navíos, el mobiliario de todo tipo, los tapices, los retablos, la orfebrería, los cuadros, las esculturas, los instrumentos musicales e infinidad de detalles que hacen de esta obra un monumento histórico y artístico sin parangón.

CANTIGAS PREPRESENTATIVAS RELACIONADAS CON EL CAMINO Y LA PEREGRINACIÓN:

Cantiga nº 26, "Non e gran cousa": sobre como Santa María juzgó el alma de un peregrino que iba a Santiago, que se mutila y muere en el camino por engaño del diablo, para que volviese al cuerpo e hiciese penitencia. Se trata de uno de los más conocidos relatos tradicionales del Camino de Santiago. En el siglo XII era conocido como el gran milagro y tenía una fiesta especial en la catedral compostelana. Un peregrino peca contra la castidad y engañado por el diablo se mutila los genitales, con lo que muere en pecado y el diablo se lleva su alma. Santiago le defiende y reclama la abogacía de la Virgen María.

Cantiga nº 49, "Ben com'aos": sobre como Santa María guió a los peregrinos que iban a su iglesia de Soissons, y siendo de noche erraron el camino. Se trata de la aparición de la Virgen Peregrina que ilumina y conduce a los peregrinos que andan perdidos y temerosos ante los peligros de la noche.

Cantiga nº 157, "Deus por sa Madre castiga a vegadas ben de chão": sobre unos romeros que iban a Rocamador y se albergaron en un burgo, y la hospedera les hurtó la harina que traían. Como castigo quedo con un cuchillo en la boca del que no pudo librarse hasta que lloró su pecado ante Santa María de Rocamador (variante francesa del Camino de Santiago desde Puy-en-Velay).

Cantiga nº 184, "A Madre de Deus": sobre el milagro de Santa María para salvar a un niño en el vientre de su madre, que ocurrió en un lugar montañoso en tierra de Santiago.

Cantiga nº 253, "De grand'á Santa María": sobre un peregrino de Francia que iba a Santiago, que en Santa María de Villalcazar de Sirga, no pudo dejar la barra de hierro que traía en penitencia.

Cantiga 268, "Gran confiança na Madre de Deus sempr' averdevemos": sobre la curación de una mujer tullida de pies y manos por Santa María de Villalcazar de Sirga.

Cantiga 278, "Como sofre mui gran coita": Sobre la curación de una ciega por intercesión de Santa María de Villalcazar de Sirga.

Cantiga nº 313, "Ali u todo los santos": sobre la protección por Santa-María de Villa-Sirga de una nave en peligro, al invocarla.



IV Semana Jacobea en Ávila

Asociación de Amigos del Camino de Ávila



IV Semana Jacobea en Ávila

Del 30 de Septiembre al 4 de Octubre de 2019
y del 18 al 30 de Octubre de 2019



30 de Septiembre - Lunes - 19,00 h.

En el Salón de Actos de la Biblioteca de la Junta de Castilla y León.
Sesión de Cine fórum relacionado con el Camino de Santiago con la película "O Apostolo".

1 de octubre - Martes - 20,00 h. En la sala del Episcopio.

D. José Almeida, escritor y hospitalero, disertará sobre "Camino y Hospitalidad".

2 de Octubre - Miércoles - 20,00 h. En la sala del Episcopio.

D. Javier Pérez de Andrés, periodista, hablará sobre el Camino de Santiago con la conferencia: "A 454 días del próximo Xacobeo".

3 de Octubre - Jueves

Jornada de Puertas Abiertas en el Albergue Las Tenerías.
Con horario de 11 a 13.30 h. y de 16.00 a 19.00 h.

4 de Octubre - Viernes

Cuenta cuentos solidario para un Centro de personas con discapacidad en Guatemala.
A cargo de "POLEO Y MENTA", con la obra "De cuento a cuento". Precio de entrada: 2 €
En sesiones de 18'30 h y 19'30 h. Dos pases. En la Sala de "El Episcopio".

Del 18 al 30 de octubre, en la Sala de Exposición de El Episcopio

Exposición fotográfica "Los Caminos de Santiago en Galicia",
cedida por la Xunta de Galicia. Xacobeo 2021



PROGRAMA

30 de Septiembre - Lunes - 19,00 h.

En el Salón de Actos de la Biblioteca de la Junta de Castilla y León.

Sesión de Cine fórum relacionado con el Camino de Santiago con la película "O Apostolo".

1 de octubre - Martes - 20,00 h. En la sala del Episcopio.

D. José Almeida, escritor y hospitalero, disertará sobre "Camino y Hospitalidad".

2 de Octubre - Miércoles - 20,00 h. En la sala del Episcopio.

D. Javier Pérez de Andrés, periodista, hablará sobre el Camino de Santiago con la conferencia: "A 454 días del próximo Xacobeo".

3 de Octubre - Jueves - 20,00 h.

Jornada de Puertas Abiertas en el Albergue Las Tenerías.
Con horario de 11 a 13.30 h. y de 16.00 a 19.00 h.

4 de Octubre - Viernes

Cuenta cuentos solidario para un Centro de personas con discapacidad en Guatemala.

A cargo de "POLEO Y MENTA", con la obra "De cuento a cuento". Precio de entrada: 2 €

En sesiones de 18'30 h y 19'30 h. Dos pases. En la Sala de "El Episcopio".

Del 18 al 30 de octubre, en la Sala de Exposición de El Episcopio

Exposición fotográfica "Los Caminos de Santiago en Galicia", cedida por la Xunta de Galicia. Xacobeo 2021



Foto15



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

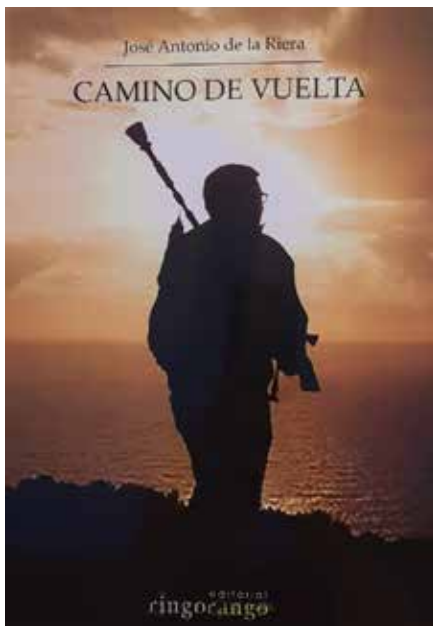
“Camino de vuelta”

José Antonio de la Riera

“Camino de vuelta” presentado en Muxía el seis de septiembre de 2019

Algunas notas del autor, con el agradecimiento a mi amigo y tocayo José Almeida.

.....



Servidor es activista, y esta obra está escrita por un activista del Camino de Santiago, quiero que esto vaya por delante y nadie se engañe, independientemente de cualquier ejercicio literario, servidor no engaña a nadie a ese respecto: soy un activista y lo soy por convicción. He pretendido ser valiente, y aportar pasión, alma y sentimiento a este trabajo, sin eso la vida

no es nada ni vale nada. Y el Camino tampoco. Después de más de treinta años a pie de obra, todavía con el polvo del Camino en mis ropas, me he ganado algún derecho a esa valentía y he procurado ejercerla en todas las páginas de “Camino de vuelta”. Quiero añadir que estar en Camino de vuelta no significa para nada “estar de vuelta”, quien lo esté no ha aprendido nada del Camino de Santiago, el Camino es ante todo humildad y aprendizaje permanente. Sobre todo porque ese aprendizaje vino de la mano de gigantes, muchos de nosotros hemos tenido la suerte de caminar a hombros de gigantes, esos fueron nuestros maestros,

Pero si es importante exigir el derecho a desandar lo andado, ¿habéis hecho alguna vez la prueba? Las nubes no son las mismas, ni el viento, ni las encrucijadas, ni tampoco es el mismo el viejo con el que pegas la hebra a pie de camino, ni el vino sabe igual, ni tampoco la jodida codorniz que canta en la sirga es la misma, ni los bosques

y las montañas, ni tú tampoco eres el mismo. El Camino de vuelta te da otra visión, te permite un cierto distanciamiento muchas veces necesario. Y eso permite que nada te sea ajeno, ni nada lo ha sido en este trabajo.

Ni tampoco me fue ajeno el pobre emigrante Mohamed, con el que compartí arco iris de alfombras, compañía, mesa, agua y una tortilla sin cebolla en un bar de Arzúa ante las miradas incendiarias de un dueño que lo había pretendido echar entre insultos y con el que casi acabo a trabucazos. Le tuve que explicar que los seres humanos se cuentan de uno en uno. Ni tampoco he dejado de pintarle la cara para la posteridad a un tabernero salido e hí de puta, que acosaba a las mujeres a pie de Camino. Lo he transformado en un canecillo rijoso y empalmado de Frómista, un pobre mono de cipote enhiesto que, tras trato con el diablo, quedó transformado para la eternidad en Pichorino de Hontanas, tabernero rijoso y salido del Camino de Santiago. Desde luego, estoy esperando una querella. En Camino de Vuelta aparecen también, en alegre rife, burros calvinistas, la Santa Compañía, un conselleiro, yo que sé... y en alegre aquellarre madrugador en cierto barreto de Padrón, que dios nos conserve, juntos y revueltos, putas, picoletos, taxistas, peregrinos, camioneros, chulos con traje de rayas color marrón glacé, un corresponsal de la Radio Galega y el señor cura de Carcacia, juntos y alegremente revueltos en cierta amanecida caminera, todo ello vivido, y anotado, intensamente en primera persona por servidor de ustedes, entre el pestazo a viksvaporub de un grupo de bicigrinos de Almería que no entendían nada de aquel maravilloso caos, ellos se lo perdieron, eso, entre otras cosas, es el Camino de Santiago, que se camina pero también se vive con los pies en el suelo y la cabeza en las estrellas. También queda retratado Pepe el Lacónico, otro cantinero del Camino Portugués que protagonizó con nosotros la famosa anécdota del “Catástrofe” y, desde luego, mi gran héroe, un personaje real, Xan da Seara, de oficio “virador de santos”.

Y tampoco han quedado atrás las luces y las sombras de una aventura única, la última gran aventura que nos ha sido dado vivir en Europa. Las luces y las sombras de la meta, Compostela, una ciudad única, desconocida por casi todos, sobre todo por algunos autores de guías todo a cien, y también, y sobre todo, los mitos y leyendas del Camino, buena parte de ellos generados por los propios peregrinos. Que otra cosa es si no el Vakner, el monstruo que creó la imaginación de un peregrino armenio, Martir de Arzeibaján, que llegó al Finisterre en el siglo XV y nos dejó una descripción de lo que no puede ser otra cosa que un lobishome?- Mitos y ritos que se repiten sobre un espacio sagrado a lo largo de la historia, perfectamente asumidos también por los peregrinos actuales, basta con asomarse a algunos relatos para constatarlo. El relato de una peregrina catalana en 2003 y en las proximidades de



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

A Fonsagrada difiere poco del de Martir de Azeibajan cinco siglos antes.

También he querido contestar, y lo hago sin remilgos, a la sempiterna pregunta: ¿quién, vive Dios, está enterrado en Compostela?... ¿Santiago Hijo del Trueno, Prisciliano, el sursumcorda, un aquelarre de huesos de santos? ¿Quién está ahí, si es que hay alguien?, y sobre todo: ¿por qué habría que sacar a hombros al gran tapado, al zorro que acecha desde las montañas de Cantabria, a Beato de Liébana?

Siguiendo con las respuestas, he querido dejar claras también las respuestas a muchas preguntas que nos han hecho estos años a los pintadores de flechas, a la gente que a comienzos de los noventa investigamos y sacamos al mundo las viejas rutas de peregrinación en Galicia: ¿por qué este itinerario, a qué esta encrucijada, para qué este desvío? Las respuestas no están en el viento, desde el primer momento tuvimos muy claro que cada época ha tenido su Camino, que



no es lo mismo un camino prerromano de castro a castro, una vía romana pasa el paso rápido de tropas y pertrechos, un camino medieval serpenteando de feria en feria, de reliquia a reliquia, de sopa boba a sopa ilustrada, un camino real, los caminos diecio-

chescos incluidos los famosos trazados de los arzobispos Rajoy y Malvar que un Camino del siglo XXI. Historicidad sí, pero: ¿qué camino, de qué época, por qué y para qué un trazado? Al final, el problema de la historicidad lo resolvimos con una única pregunta: ¿para qué y para quiénes estos Caminos? Y de esa respuesta surgieron los caminos actuales. Y les dimos un nombre: los Caminos de lo Posible. Pero esos Caminos de lo Posible son los Caminos actuales, los de la época que nos ha tocado vivir, el Camino del siglo XXI.

Pero sobre todo en todas las páginas de Camino de vuelta estamos presentes tú y yo, nosotros, los peregrinos.

Desde hace años y en multitud de aulas abiertas y cerradas, congresos, sesudos estudios y procelosas tesis, beneméritos varones y dignísimas damas nos han estudiado en profundidad a nosotros, a los peregrinos y al fenómeno de la peregrinación. Raramente se han puesto de acuerdo en sus teorías: desde el homo viator de Robert Plötz, el contenido penitencial que resalta Mariño, la prominente

función simbólica del itinerario que resalta Turner incluso la presencia de un Dios laico (Ortega)

De lo que no cabe duda, y es constatable para cualquiera que se acerque al Camino, es que el peregrino parece vivir un periodo liminal, sumergido en una burbuja donde y ajeno a casi todo, durante un viaje donde ritos y símbolos cobran una importancia fundamental. El carácter flexible de todo lo ritual que preside la peregrinación jacobea permite que viejos y nuevos elementos se conjuguen con absoluta naturalidad, que antiguos mitos se barajen sin problema alguna con mitos y ritos de nueva creación, y que a la par se resalte de forma poderosísima la función simbólica del itinerario. Para mí el Camino no es otra cosa que un espacio sagrado, un magnífico legado de la historia por donde marcha lo mejor de nosotros mismos.

Es por todo ello que algunos antropólogos han estudiado la peregrinación como un fenómeno sintomático de una sociedad que percibe su estado como crítico en los albores de un milenio lleno de incertidumbres apelando, tal vez, a recursos de un pasado excesivamente mitificado para tapar las carencias de la época actual. Todo ello lleva a un presente como representación de un momento negador de importantísimos valores. Por eso la propia sociedad crea recursos instrumentales y simbólicos para compensar esa falta de valores en periodos de crisis. A su vez, el hombre del presente, agobiado y alienado por la época que le ha tocado vivir, se introduce ligero de equipaje en un espacio sagrado que iguala a todos bajo las mochilas. La peregrinación se va convirtiendo así en una vía de escape, un viaje a Ítaca, sí, pero un viaje a Ítaca pasando por Esparta. Todo invita a sumirse en un estado de reflexión hasta el punto de que para muchos el Camino representa una auténtica catarsis y proporciona además algo muy difícil de conseguir en las condiciones de vida actuales: el distanciamiento. Distanciamiento de la familia, de las responsabilidades de la vida cotidiana y de la sociedad a la que pertenece. De ahí la burbuja en la que viaja el peregrino.

Pero ¿hay realmente muchos puntos de contacto entre los peregrinos del siglo XXI y sus colegas del siglo XII?, ¿es, acaso, el peregrino actual un compulsivo perseguidor de reliquias?, ¿busca realmente el peregrino actual la redención de sus pecados junto a la lejana tumba del fin del mundo o acaso la meta se hace secundaria agigantándose, en cambio, el propio Camino como protagonista absoluto de la peregrinación actual, independientemente de meta alguna?

En todo el Camino de Vuelta subyacen estas preguntas y poco a poco van surgiendo las respuestas.

.....

Pero llegados aquí, y precisamente por ser valientes y porque algunos nos hemos ganado algún derecho a no regalar nada, y menos que nada estampitas, tenemos que



señalar que el Camino está en una encrucijada. Una encrucijada donde acecha permanentemente el mago Hermógenes, señalado enemigo del Apóstol y sus peregrinos. Y empiezo a apuntar: vengo señalando que a los enemigos clásicos de los peregrinos, las tres "ces": curas, cans e cantineiros, se añaden ahora dos más: concejales y consejeros. Y también los iluminados y los oportunistas. Todo ello lo demuestra la presencia últimamente de buzos con aletas en el Obradoiro, llegados de Cantabria en singular titiritada submarina, portando latas de anchoas como regalo de otro iluminado, el señor Revilla. Por favor, un poco de respeto, quiten sus manos del Camino de Santiago y no lo utilicen para vender su particular humo, gracias.

Bien, hemos pasado de un Camino para peregrinos, trabajado e impulsado por gigantes como Elías, a un Camino asunto de estado, a un Camino administrado, a un Camino asimilado ya, y a pasos agigantados, no a cultura alguna

sino a la cultureta del ocio, de las prisas, de la satisfacción inmediata.

Camino administrado, camino vulgarizado, camino todo a cien, sí, pero meus: ¿cómo se administra la magia, que sello o tampón se le pone al milagro, que

subsecretario despacha leyendas o, lo que es peor, que Director Xeral de Turismo le tramita la pensión a nuestro pobre viejo, Don Gaiferos de Mormaltán? Ah del Camino. Y, por otra parte, se está produciendo una desnaturalización y domesticación galopante del propio patrimonio del Camino de Santiago. El asfaltado salvaje de las rutas en Galicia (y tenemos pruebas para llenar cuatro biblias), el no saber o no querer reaccionar ante atentados ambientales y paisajísticos como la salvaje Mina de Touro a pie de Camino, la aberración paisajística de las eólicas del Monte Oribio, el asfaltado no menos salvaje de Foncebadón y la autopista que se está creando desde Rabanal, algo que estamos denunciando cotidianamente desde la FICS, el permitir un año sí y el siguiente también que el peregrino sea utilizado como moneda de cambio de turoperadores y depredadores al por mayor, el querer convertir a Compostela en una nueva Lourdes u otra Fátima alejándola

de su historia, son manifestaciones cotidianas de lo que está ocurriendo, el menosprecio y abandono de una de las patas, del alma, del propio Camino, la hospitalidad tradicional de mano tendida, muchas veces maltratada e incomprendida por muchos que se consideran a sí mismos "peregrinos". Y todo ello unido a la inanición y pesebrismo de la mayoría de asociaciones jacobeanas a las que lo mejor que les podría ocurrir es disolverse en la nada en que actualmente habitan. Si Elías levanta la cabeza los patea en los genitales a todos.

Y no solamente las administraciones públicas han desembarcado en el Camino como elefantes en cacharrería con una falta de sensibilidad absoluta, salvo las excepciones de siempre. Los supuestos guardianes, los que se encogieron los hombros con frialdad burocrática cuando entraron en Compostela los primeros peregrinos bañados en amarillo por Valiña (al que, por cierto, hicieron la vida im-

posible), los que durante años acogieron a los peregrinos del Apóstol con frialdad inquisitorial, es decir, los responsables de la catedral de la Jerusalén de Occidente, son (y a distancia sideral) los principales responsables de la encrucijada en que se



encuentra la peregrinación jacobea actual.

La inventio, ajena totalmente a la historia, de la Compostela todo a cien en honor de no se sabe que estadísticas absurdas, ha propiciado un Camino kleenex de usar y tirar, la universalidad la han convertido en una romería local de cinco días, y han facilitado su integración en la cultura de las prisas: yo quiero esto y lo quiero rápido y con el mínimo esfuerzo, están intentando matar la magia y desnaturalizar la última gran aventura que cabía imaginar en Europa. Una aventura que fue un regalo, un nuevo milagro de O Cebreiro, propiciado por gente altruista que se dejó la piel en ello. Por eso tienen poco o ningún perdón. Y por eso algunos no nos llamamos ni debajo del agua.

Hay un antiguo dicho: el peregrino nace al Camino en lejanas montañas, muere en la sirga y los Campos Góticos castellanos y resucita en el Finisterre. Pero: ¡cómo coño va a resucitar nadie, si no ha muerto, si ni siquiera ha nacido al Camino! Dónde Eunáte, dónde los amaneceres de



Estella, dónde la magia de San Antón de Castrojeríz, donde las miles de estrellas de la Sirga, donde el Irago, dónde la sonrisa de Pilar en O Cebreiro?

Hay un libro injustamente olvidado, El Camino de Santiago Vías Estaciones y señales, del ingeniero Arturo Soria y Puig, donde se hace una magnífica descripción del Camino, el Camino, el itinerario, es como el humilde hilo de un rosario de donde cuelgan, como grandes cuentas, los grandes elementos patrimoniales, las grandes catedrales, las maravillas del románico, las leyendas, las consejas, los mitos... el Camino como el hilo y las cuentas de un gran rosario. Sí, pero nos preguntamos: estos del Camino todo a cien que pretenden colgar de ese hilo?: ¿la pulpería Ezequiel de Melide, el taxi que les lleva las mochilas, el recibo de la agencia de turismo que les organiza el trote verbenero, o acaso la papela que regalan en Compostela, también todo a cien, que les identifica como peregrinos? Bien, perdonad, pero algunos tenemos el deber de denunciar esta situación aunque nos cuelguen de un palo mayor en Compostela, que será lo más probable. Pero debemos hacerlo sobre todo por todos los que han trabajado por resucitar uno de los mayores regalos que hemos recibido del pasado y por el que mucha gente ha trabajado con altruismo y dedicación infinitas.

Pero uno quiere acabar con optimismo, en cierta manera no queda otra. Habrá Camino siempre que el más humilde peregrino cuelgue el alma de su bordón y avance un metro, y otro y otro más, conjugando un verbo por veces lacerante, llegar. Porque al final, y esa es su grandeza, el Camino está hecho por y para seres humanos y, como afirmaba Jean Noel Gurgand en esa obra mítica que es "Rezad por nosotros en Compostela": "el Camino no morirá nunca mientras un solo peregrino, inmóvil en su cama y con los ojos bien abiertos en la noche, siente que todavía anda, como esos perros dormidos ante el llar que persiguen en sueños cualquier simulacro de pieza mayor. Es en ese momento cuando el Camino te vuelve a coger en sus olas y parece que algo te aprieta el corazón, recordándote lo que puede haber de más humano en tu condición de hombre"

José Antonio de la Riera

www.caminodevuelta.com

Ficha: Camino de Vuelta

José Antonio de la Riera.

Fotografías: Manuel G. Vicente. Prólogo de Antón Pombo.

Editorial Ringo Rango, Madrid. 237 p.p. 35 ilustraciones.

ISBN 978-84-17839-28-4

LAS MARCHAS DE AZACS. VÍA DE LA PLATA (I)

Víctor Sierra

El pasado viernes 30 de agosto, varios integrantes de la Asociación Zamorana de los Caminos de Santiago (AZACS), acompañados de dos socios de la agrupación *Peregrinos por un Día*, recorrieron el primer tramo de la Vía de la Plata en la provincia, entre las localidades de El Cubo de la Tierra del Vino y Villanueva de Campeán (13 km), actividad que se enmarca dentro de los proyectos de la Asociación de revisar el estado y señalización de todas las rutas jacobeanas que cruzan nuestra provincia, al objeto de determinar sus deficiencias ante la llegada del próximo Año Santo.



El grupo partió a las 7:40 de la mañana en autobús de línea regular "Zamora-Salamanca" para desplazarse al punto de inicio, comenzando la andaduracuando aún no eran las 8:30, todavía con la temperatura un tanto fresca, aunque el día se anticipaba caluroso.

La iglesia parroquial de Santo Domingo de Guzmán, con su crucero jacobeano en las inmediaciones, despide a los peregrinos. Una vez cruzado el arroyo *San Cristóbal*, abandonamos el pueblo de El Cubo de la Tierra del Vino por una pista de tierra, flanqueada por la antigua infraestructura del ferrocarril de la Ruta de la Plata (Sevilla-Gijón)—fuera de servicio desde hace casi 35 años—, que llevamos por nuestra derecha, e interminables campos de cultivo a la izquierda.



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

El camino, llano, discurre por cotas próximas a los 850 m de altitud, entre encinas y retamas. Apenas hemos recorrido medio kilómetro cuando llegamos a una bifurcación en la que no vemos ninguna indicación de cuál es la opción que debemos tomar, aunque nosotros sí la sabemos. El spray de pintura de color amarillo solventa esta primera duda, quedando perfectamente indicado para los que vengan detrás.



El firme del terreno, en general, se encuentra en buenas condiciones, aunque un tanto afectado en algunos puntos por el tránsito de maquinaria agrícola. Un kilómetro más delante de la bifurcación anteriormente citada encontramos una zona de grandes charcos, sin duda provocados por las últimas tormentas y los aportes de escorrentías de las fincas colindantes. En algún caso son de considerable tamaño, lo que dificulta el paso, en especial a los peregrinos en bicicleta.



Tras caminar setecientos metros, en un cruce de caminos —el que parte a la derecha, cruzando las vías del tren, enlaza con la carretera nacional N-630—, llegamos a una

pequeña área de descanso, en la que el Ayuntamiento de Corrales del Vino ha instalado un panel informativo recordándonos la historia de estas tierras y la ubicación de las pequeñas localidades que las pueblan.

Recorridos algo más de tres kilómetros, el camino gira bruscamente a la izquierda, abandonando la compañía de la vía férrea, para tomar un poco más adelante una pista que parte a la derecha, iniciando una pequeña subida que finaliza en un magnífico mirador sobre las comarcas de Sayago y del Vino: Peñausende, Cabañas de Sayago, San Marcial, Casaseca de Campeán... son pueblos perfectamente reconocibles.

Durante un corto tramo se transita por una meseta en la que abundan los pinos, antes de comenzar a descender hacia Villanueva de Campeán, apenas visible desde aquí por estar oculta tras pequeñas lomas.

Los viñedos jalonan la ruta, no en vano estamos en la comarca que da nombre a una Denominación de Origen: *Tierra del Vino*. Pero no solo la cantidad y calidad de las uvas llama nuestra atención, sino también la falta de señales jacobitas y la mala visualización de las existentes. Esta es la tarea que nos hemos propuesto, la de mejorar la señalización e informar a la Administración que corresponda (local, provincial o autonómica) para que repare el firme de aquellos puntos del camino que lo precisen.

A las 11:45 llegamos a nuestro destino, Villanueva de Campeán. Tras un refrigerio en el bar del pueblo, visitamos las ruinas del Convento del Soto (s. XV) antes de regresar al cercano pueblo de Corrales del Vino (4 km), única opción para tomar de nuevo el bus de regreso a Zamora.

Con una comida en el *Merendero Asturias* concluyó esta primera jornada de “trabajo de campo”, que en fechas sucesivas tendrá continuidad con la etapa Villanueva de Campeán – Zamora.



Expresiones, en italiano, de peregrinos de comienzo de siglo XXI

Mario Clavell

En el primer lustro pasabancientos de peregrinos sin aglomeración por la Oficina de Acogida

-quizá todavía en el despachito de la Quintana-, donde el libro de firmas estaba a la vista y era practicable. Por gentileza de don Jaime y después de don Jenaro, pude repasar la deposición de los peregrinos pasados esos años, y de los cuales transcribo a continuación unos cuantos redactados en lengua italiana:

Nunca hemos estado solos. La mano del Absoluto ha estado siempre sobre nosotros por intercesión de Santiago. Ha sido un tiempo de gracia. Sergio y Gigi, 27.06.05

Cuando estoy en el C me encuentro a mí mismo; cuando estoy en casa (Pistoia) pienso siempre en el momento de partir. Umberto, Pistoia, 10.0X.04.

2.400 km en bici desde Italia: sin un pinchazo, no cogimos agua, nieve, ni granizo... Hoy salgo de la iglesia y llueve; cojo la bici y tengo una rueda pinchada. El C se ha acabado. Dios me ha acompañado hasta aquí y ahora volvemos a casa como buenos amigos. Chiara, 28.02.01

Después de tanto caminar no sé si seré capaz de encontrar la carretera a casa, y eso que volver es más fácil que partir. Pero sé que encontraré estrellas que nos guían; todo lo que necesitamos nos viene dado; aprendemos a tener confianza. Elena (Brescia), 1.V.01

Somos cuatro amigos de la Suiza italiana, uno de ellos, Marco, es ciego. Da gracias al Señor por haberle dado la fuerza necesaria para realizarlo. Incluso sin vista continúa viviendo de modo diverso una vida igualmente hermosa. Marco y cuatro más, 31 jul 01

Partimos con motivaciones diferentes y nosotros mismos

éramos muy distintos (un cura, unos seminaristas, algunos universitarios, una sola mujer. En el Camino hemos descubierto el sentido de la amistad fraterna entre personas diversas. Haz, Señor, que esto perdure en tu Nombre (nueve firmas), 5.V.01

La perseverancia que nos ha acompañado en el Camino, al comienzo de nuestra vida matrimonial, nos acompañe también en nuestra vida de pareja -posiblemente con menos sufrimiento. Erica y Eriberto, 17.08.01

Tengo todavía tanto miedo pero puedo gritar así de fuerte que lo afronto con más valor. Santiago, te dejo todo mi dolor y mis miedos. Pier Luigi, 17.02.02

Grande ha sido el esfuerzo interior en este largo camino de 2.100 km en 53 días desde la ciudad de Constanza. Ahora estoy confuso, emocionado, feliz. G.T 4-05. 02

El corazón está lleno de alegría por nuestros treinta años de matrimonio. M.C., 27.06.02

Esta es la última palabra después de haber dejado tantas en refugios y senderos... La penúltima ha sido una solicitud de matrimonio después de un camino que, entre tantas cosas hermosas ha traído todavía esta. Besos, M y C. 21.V.03

...Quince días desde León meditando el Evangelio de san Marcos. Lo firman diecisiete florentinos. 12.08.03

Mario y Alberto, os he encontrado en el camino, pero quedáis impresionados en el corazón. No nos volveremos a ver, pero os habéis convertido en mis héroes. Que la luz que os ha conducido hasta aquí, os conduzca por el camino de vuestra vida. Maurizio. 17.08.03

Sergio y Renata transcriben a plumilla y con letra gótica el himno Te Deum. Firman italicí peregrini, A.D. 28.05.05.



Bastones de peregrinos abandonados en la Oficina de Acogida, 2005.



Giovani Dalmasses peregrinó en familia en 2006.



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

Un peregrino curioso y el castillo de Benavente "COSAS QUE SON DE REY"

José I. Martín Benito



Castillo de Benavente.

Bartolomé de Villalba y Estaña fue un clérigo benedictino, autor del **Peregrino Curioso y otras Grandezas de España**, un manuscrito de 1577 que fue publicado casi 300 años después de

haber sido escrito, gracias a la Sociedad de Bibliófilos Españoles entre 1886-1889.

El autor, valenciano de origen (1548-1602) viajó por España y Portugal entre 1573 y 1576. Hizo el Camino de Santiago por la vía de la Plata. Procedente de Salamanca, llegó al monasterio de Valparaíso, y luego Zamora, Moreruela y Benavente; desde aquí a Astorga, el Bierzo y el Cebreiro camino de Galicia.

De Benavente ensalza el castillo-palacio y la armería, así como el trato con el que le dispensaron los señores de la villa. Es uno más de los testimonios que alaban tan magnífico palacio, que le dejó sorprendido, tanto la edificación como lo que en ella se guardaba. "Tiene el Conde cosas que son de Rey y demuestran la antigüedad de aquella casa", escribe nuestro peregrino.

El castillo se le antoja como uno **"de los alcázares reales buenos que hay en España"**, porque es palacio con todas las calidades que se requieren... con su foso y barbacana y otras cosas que le fortifican, y demás de esto... gran patio, lindos corredores, hermosos balcones... salas, recibidores, antecámaras". Alaba también la armería, "que es cuadrada, y todos los blasones de las personas calificadas están allí, y es muy dorada y vistosa, y demás de esto hay unos aposentos con un corredor que extiende la vista al campo, al río, á la huerta, á la villa, que es cosa real, y todo es tan

bueno".

El peregrino curioso se refiere también a los **monasterios** de monjes y monjas con los que contaba la villa benaventana, entre ellos el de **Santo Domingo, San Francisco y San Jerónimo**, que en ese momento estaba en obras sufragadas por el conde.



Mercurio peregrino.
Durero.

El Hospital de la Piedad

Villalba y Estaña no podía pasar por alto la obra benéfica del conde en relación con las peregrinaciones a Santiago, el hospital de la Piedad, donde alaba el tratamiento que se hace a los peregrinos:

"De ahí se puso en un hospital, que tiene el Conde para peregrinos, donde se les festeja, no como en hospital sino como en palacio".

El jardín y el bosque

Pero si el castillo sorprendió al peregrino valenciano, tampoco le dejó indiferente el jardín. Este estaba precedido de una larga alameda, "que tiene tres carreras de caballo...", que es cosa por cierto rica ver aquella multitud de árboles y aquella altura y la amenidad que mueven". Del jardín dice que es muy hermoso, con muchos viveles de pescado. Sin embargo, el peregrino no quiso ver el coto de caza de los condes, a pesar de que lo quisieron llevar, excusándose que no era montero. No obstante, refiere que hay en la dehesa muchos corzos, **gamos y otros géneros de caza**.

De Benavente partió el peregrino hacia Villabrázaro, donde tuvo una amarga experiencia como ya relatamos en un post anterior.



Escena de caza aristocrática.

El impresionante castillo de Benavente fue derribado y, posteriormente, demolido, en el siglo XIX y primer tercio del siglo XX.



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

El Espíritu de Santi

Os dejo aquí el relato del peregrino:

“Otro día dio el Pelegrino en la principal villa de Benavente, que es cierto de las mejores poblaciones de su tamaño en España. Tiene tres mil vecinos; es poblada de mucha gente de lustre. Tiene buena campiña, y buenas huertas; tierra bastecida de todas provisiones. Es de lo bueno de Castilla la Vieja, y los condes tienen aquí calificadas casas, las cuales pudo ver el Pelegrino á placer, por que el conde de Mayorga y [el] de Luna, como habían estado con su padre en Valencia, recibieron al Pelegrino bien benignamente; y Don Diego Ladron de Guevara fue su guía para ver las cosas notables: que cierto sin fiction ninguna, tiene el Conde cosas que son de Rey y demuestran la antigüedad de aquella casa, la calidad de la cual es notoria á todos los de España y á los de Europa. Entre otras cosas, el palacio del Conde, que está subido en un alto, es de los alcázares reales buenos que hay en España, porque es palacio con todas las calidades que se requieren, lo uno porque es fuerte y está bien murado, con su foso y barbacana y otras cosas que le fortifican, y demás de esto secundariamente tiene en sí todo lo que se puede pedir, gran patio, lindos corredores, hermosos balcones y enayas (sic) y rejados grandes; salas, recibidores, antecámaras, y entre las piezas muy buenas que tiene, notó el Pelegrino la sala que llaman de las armas, que es cuadrada, y todos los blasones de las personas calificadas están allí, y es muy dorada y vistosa, y demás de esto hay unos aposentos con un corredor que extiende la vista al campo, al río, á la huerta, á la villa, que es cosa real, y todo es tan bueno que se le hace agravio notable en no explicarlo, y tanto, que cualquier señor que la viere, quedará con gusto della.

Y ansí, llegando un príncipe de Alemania á visitar al Conde, que se conocían, le comenzó á mostrar su recámara y armería y cosas particulares, y entre ellas el Conde, por cosa que lo merecía, le mostró su palacio y grandezas, y particularmente, viniendo á la cocina, como por allá son más epicúreos, dixo el Príncipe: “Pequeña cocina me parece esta, Señor Conde, para tan gran cassa”. El Conde, que era sabio, le respondió: “Ser pequeña la cocina ha hecho que la casa sea tan grande”. Respuesta de príncipe prudente por cierto. Pues siguiendo nuestro Pelegrino los pasos de su guía, llegaron á la armería, la cual sin agravio de nadie, quitando la del Rey, es la mejor cosa que hay en España. Habrá en ella más de dos mil coseletes todos con el aderezo necesario y unos espejos que os podéis mirar en ellos, y otras muchas invenciones y generos de armas, que nuestro pelegrino quedó muy pagado. De ahí se puso en un hospital, que tiene el Conde para pelegrinos, donde se les festeja, no como en hospital sino como en palacio. Tiene dedicados para él tres mil ducados de renta, y se precian aquellos señores de tener particular vigilancia en él. De

allí pusieronle en San Francisco, sepultura de los condes, y es el vaso de abajo muy curioso: casa muy buena de cuarenta frailes, aunque se quemó ha pocos años. Allí dieron con él en San Jerónimo, monesterio que para el Santo labraba á la sazón el Conde; de allí á Santo Domingo, casa de veinte frailes, y después á dos monesterios de monjas, unas dominicas y otras franciscas. Este ultimo es grande, de cincuenta mongas y donde los condes menguan las mujeres de su linaje recogíendolas allí. De todo esto el Pelegrino estaba tan pagado, que dixo á su guía: “que, señor tantas calidades tiene en su tierra haze mal en ir á mandar á las agenas,”- “Esto decis, le respondió, porque el Conde fue el Visorey en Valencia[1], pues aunque no estemos en ella quiero que veais lo que, fuera della, habeis visto pocas cosas mejores, que es el jardín del Conde”. Al cual fueron, y nuestro Pelegrino luego echó ojo á una cosa harto rara, que es un hueso ó una canilla estar metida dentro de una piedra, lo cual muestra que creciendo la ha embebido allí[2], y entrando por la primera puerta vió otra bravata, que hay una alameda que tiene tres carreras de caballo, la cual sirve de recibidor del jardín, que es cosa por cierto rica ver aquella multitud de árboles y aquella altura y la amenidad que mueven. Entrando dentro el jardín, que es muy hermoso con mucha jardinería en las yerbas, muchos viveles con pescados, su casa, y en esta otra curiosidad no menos de notar, que está repartida de tal manera que la Condesa con sus damas no tenga que de partir ni que, si quieren, con el Conde ni sus criados; que todo pareció á nuestro Pelegrino muy bien, y aunque al coto le querian llevar, que á medida legua ó poco más debe de estar, se excusó con el habito, que no era de montero. Tienen en la dehesa muchos corzos, y gamos particularmente y otros generos de caza, y en Benavente detuvose nuestro Pelegrino más de lo que pensaba”.

[1] Se refiere a Juan Alonso Pimentel Enríquez, VIII conde de Benavente, que fue virrey de Valencia desde 1598 a 1602 y luego virrey de Nápoles, entre 1603 y 1610. El conde murió en 1621, siendo Presidente del Consejo de Italia. Sobre su figura y labor de mecenazgo, véase M. SIMAL LÓPEZ, Los condes-duques de Benavente en el siglo XVII. Patronos y coleccionistas en su villa solariega. Benavente, 2002, pp. 33-48.

[2] Se refiere, seguramente, a un fósil. Recordemos como el área de Benavente, ha deparado hallazgos paleontológicos, al igual que se han hallado en el término de Matilla de Arzón. Véase el artículo de E. JIMÉNEZ FUENTES, “Restos de tortugas y Rinocerontes fósiles de Benavente”. Brigecio, estudios de Benavente y sus tierras, anuario nº 1, 1989, pp. 165-166.



COLABORACIÓN

José Almeida

En El momento que te embarcas en una reforma como la que la **Asociación Zamorana de los Caminos de Santiago** está realizando en la casa parroquial de **Almendra del Pan** para que sirva de acogida para los futuros peregrinos que van a recorrer el **Camino Zamorano-portugués**, asumes que hay cosas que no van a quedar como es tu deseo, principalmente por la falta de medios con la que afrontas dicha obra.

Son muchas las necesidades y pocos los medios con los que una incipiente asociación como la nuestra, cuenta para un proyecto de tanta envergadura, por lo que muchas veces te ves en la necesidad de recurrir a la buena voluntad y a la predisposición de algunos proveedores.

La mayor parte de lo que se va haciendo en la casa, son cosas que no se ven, porque van quedando ocultas por lo que se encuentra a la vista de todos y una de las cosas que siempre será lo primero en lo que se fijen los futuros peregrinos que se acojan en el proyectado albergue, será lo que lo envuelve todo, la pintura con la que se cubre puertas, techos, paredes, se encontrará a la vista de todos. Por eso, el voluntario que esta acometiendo toda la reforma, una persona que procede del mundo de la construcción y que sabe lo que se trae entre manos, tenía desde el primer momento claro, que la pintura era una de las partes esenciales en la obra proyectada y quería que para su trabajo, en lo que se refiere a la parte de la pintura contáramos con lo mejor.

La suerte en ocasiones se alía con la necesidad y cuando supo que en **Zamora** había una tienda especializada en pinturas de la marca **MONTÓ**, lo tuvo claro enseguida y como un buen profesional, dijo que hiciéramos lo posible para que **MONTÓ**, fuera quien nos proveyera de la pintura y como profanos que somos, nos dejamos aconsejar por el que sabía.

La predisposición de los responsables de **TIENDAS MONTÓ en Zamora**, nuestros amigos de **Pinturas Puertica Patxi y Alberto**, fue inmediata sabiendo el destino que íbamos a dar a sus productos y dentro de las posibilidades de esta empresa, se implicaron en nuestro proyecto

haciéndonos la mejor propuesta que podían ofrecernos. La casa, esta cambiando de color, lo que antes resultaba apagado, ahora se ve con colorido y es gracias al empleo de la pintura que se esta aplicando en todo lo que se ve a simple vista y en el momento que terminemos la obra, sin duda, relucirá como lo fue imaginando en su mente quien está realizando los trabajos de reforma.

En nombre de la Asociación y de los futuros peregrinos que van a encontrar su descanso en el futuro albergue de **Almendra del Pan**, solo queda agradecer a la empresa **MONTÓ** y a su delegación en **Zamora**, la buena predisposición que han tenido con nuestro proyecto, porque formaran parte del mismo y les consideraremos como unos colaboradores más de lo que deseamos que encuentren los peregrinos a su paso por **Zamora**.



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

SENDERISMO: ¿CÓMO ALIMENTARSE?

Sonia Gómez



El **senderismo** es una actividad deportiva no competitiva que acerca las personas al medio natural y al conocimiento de la zona a través del patrimonio

y los elementos etnográficos y culturales tradicionales.

Por tanto, esta actividad constituye una simbiosis entre deporte, cultura y medio ambiente.

Previamente a la realización de una ruta es recomendable conocer una serie de consejos generales como es la indumentaria, climatología, características orográficas del terreno, entre otros. Además de todo lo anterior es necesario que el senderista disponga de unas pautas nutricionales para evitar desfallecimientos, mareos u otro tipo de indisposiciones que hagan que una jornada relajante y placentera se convierta en un problema para la salud.

Las indicaciones que se describen a continuación están diseñadas para jornadas que empiezan temprano y que acaban con la comida principal. Asimismo, hay que tener en cuenta que las raciones no especificadas en este artículo dependerán de las características físicas del senderista.

La ingesta estará constituida en mayor medida por hidratos de carbono complejos (cereales, pasta, patata, legumbres) y simples (fruta y verdura), en menor medida por grasas (frutos secos, aceite, alimentos de origen animal), en tercer lugar, y en proporción inferior al anterior por proteína. Esta distribución será válida principalmente para las ingestas más importantes como son antes de la salida y al final de esta.

Antes de una salida

Es de gran importancia esta ingesta ya que será el princi-

pal combustible que se irá gastando durante la jornada. A continuación, se presentan opciones más comunes en la dieta mediterránea a modo de ejemplo con la posibilidad de efectuar las substituciones que más se adapten a nuestros gustos y posibilidades.

- Pan con aceite (tomate y fiambre son opcionales) o Cereales
- Lácteo (yogur, queso o leche) o bebidas vegetales para los intolerantes a la lactosa
- Una pieza de fruta de temporada

Durante la ruta

Si la ruta no requiere un gran gasto calórico porque no es muy intensa será suficiente a mitad de camino ingerir una pieza de fruta de temporada o barrita de cereales. Se puede acompañar con un puñado de frutos secos naturales.

Al finalizar la ruta

Esta ingesta también será importante para reponer niveles de hidratos de carbono y proteínas que se hayan gastado durante la jornada.

Se presentan unas opciones a modo de ejemplo. Si elige comer dos platos, uno de ellos puede estar formado por verduras u hortalizas y el otro por una combinación de hidratos de carbono complejos (pasta, patata, cereales, legumbre) con proteína (huevo, lácteos, carne, pescado).

Primer plato	Segundo plato
Ensalada	Macarrones a la boloñesa
Espinacas con garbanzos	Pollo a la plancha con patatas
Judías verdes con patata	Cerdo con pisto
Alcachofas con jamón	Pescado azul o blanco con guarnición

Postre: fruta de temporada o lácteo

Hidratación

Hidratarse con frecuencia a lo largo de la ruta de senderismo es esencial y un aspecto que nunca debemos descuidar especialmente en verano.

Debido a la transpiración **sudamos** y, por ello, nuestro



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

cuerpo pierde parte de su agua, acompañada de **sales minerales** y diversos **electrolitos** como el sodio o el potasio. **El calor acelera el proceso** y nos hace sudar aún más.

Es mucho mejor ir bebiendo pequeños tragos con frecuencia que grandes tragos en menos tomas. **Lo ideal, al menos, son unos 50-100 ml. cada 15-20 minutos.** Otra manera de hacer una **estimación rápida** del líquido que debemos llevar para una ruta es calcular al menos **un litro de agua por cada dos horas de trayecto**, aunque para esto necesitamos saber, de antemano, la duración aproximada que va a tener nuestra ruta.

En cuanto al tipo de bebida que nos conviene llevar, **lo ideal es agua** y que esta contenga además sales minerales como el potasio, el sodio o el magnesio. Es por ello que son recomendables también las bebidas **isotónicas**.

La fruta también nos hidratará además de proporcionarnos azúcares y fibra.

Fuente: <http://experienciasactivas.com/senderismo-consejos-08-como-alimentarse/>

Sonia Gómez
Bióloga y nutricionista



Cómo actuar con perros sueltos, cuando voy haciendo el Camino (Consejos prácticos I)

Raúl Fdo. Gómez

A lo largo de estos años, en verdad, no he tenido muchos problemas con ataques de perros sueltos por el camino, porque no es muy normal ver deambular a los perros por los caminos y en la mayoría de las fincas estos están atados, o bien las fincas disponen de vallas periféricas, para impedir que los perros se salgan a los caminos.

No obstante, en alguna ocasión en la que además caminaba solo he sufrido algún susto de varios animales que han intentado atacarme, sobre todo por las dehesas de la vía de la Plata, en la que abundan las fincas de ganado vacuno.

Desde aquí te haré algunas recomendaciones particulares que he ido recogiendo de las diversas experiencias de peregrinos que me la han ido contando a lo largo del tiempo, además de las mías propias.

Como son experiencias personales son subjetivas de llevarlas a cabo al cien por cien, por lo tanto, aplicarlas con sentido común y según los casos en los que os encontréis. Yo en todos mis caminos llevo una navaja de dimensiones reducidas de tipo multiusos, que en caso de necesidad me plantearía el utilizarla. La he desenfundado en multitud de ocasiones por el miedo que te puede producir el ver a animales sueltos, pero no me ha hecho falta usarla nunca, y esto te da cierta seguridad.

Me han comentado, que si realizas algún tramo del camino en solitario es bueno llevar algo de pan, porque en caso de intento de ataque de un perro esto puede distraer al animal.

Una botella de plástico también es útil para distraer a un perro con malas intenciones

El cinturón con fuerte hebilla puede ser un arma de defensa ante un ataque.



El Espíritu de Santi

El gesto de agacharte para coger una piedra también es eficaz.

Nunca correr, ni hacer aspavientos, ni hacer creer al perro que está por encima de tí.

También es útil no mirar al perro a los ojos, ya que esto provocaría un hipotético desafío hacia el perro.

El bastón o palo para andar, sin la protección de goma de la punta te puede servir en un momento dado para ahuyentarlos.

He visionado una serie de links en YouTube que me han parecido interesantes y por eso quiero compartirlos con vosotros.

todo lo contrario a lo que os he aconsejado.

Caminaba por la Vía de la Plata por la zona del embalse de Alcántara y vi a lo lejos un perro grande que parecía ser un mastín, que iba caminando tranquilo por el camino.

De pronto veo que se para y vuelve su mirada hacia mí (no os podéis imaginar el susto que me dio). Bueno pues encima en su lento caminar veo que da marcha atrás y que se dirige a este pobre peregrino que le temblaban las piernas.

Cuando llegó a mi altura se sienta sobre sus patas traseras, y no me quedó que hacer otra cosa que acariciar su enorme cabeza y como si se tratase de un viejo amigo comenzó a lamerme la mano.



<https://www.youtube.com/watch?v=tTpF3BY8Ab4>
<https://www.youtube.com/watch?v=DkZhQeN-zVs>
<https://es.wikihow.com/reaccionar-ante-el-ataque-de-un-perro>

Al camino tenemos que ir preparado en todos los sentidos, ya que nos puede pasar alguna incidencia que no habíamos contemplado, y aunque el porcentaje de que te ataque un perro es bastante pequeño hay que estar alerta por si acaso.

Quiero quitar un poco de hierro a este consejo que hoy os he querido apuntar con la siguiente anécdota, que es

Después de darle un poco de pan este perro dócil y cariñoso, me siguió toda la etapa hasta que llegué a Cañaveral en el que decidió prescindir de mi presencia y continuar su camino hasta Dios sabe dónde.

Me sentí muy acompañado todo el rato por el susodicho perro e incluso llegué misteriosamente a pensar, si este perro podría alojar algún espíritu de un peregrino, que en su día murió en la zona y nunca llegó a su casa.

Cosas que pasan en el camino

Raúl Fdo. Gómez
“Aprendiz de peregrino”



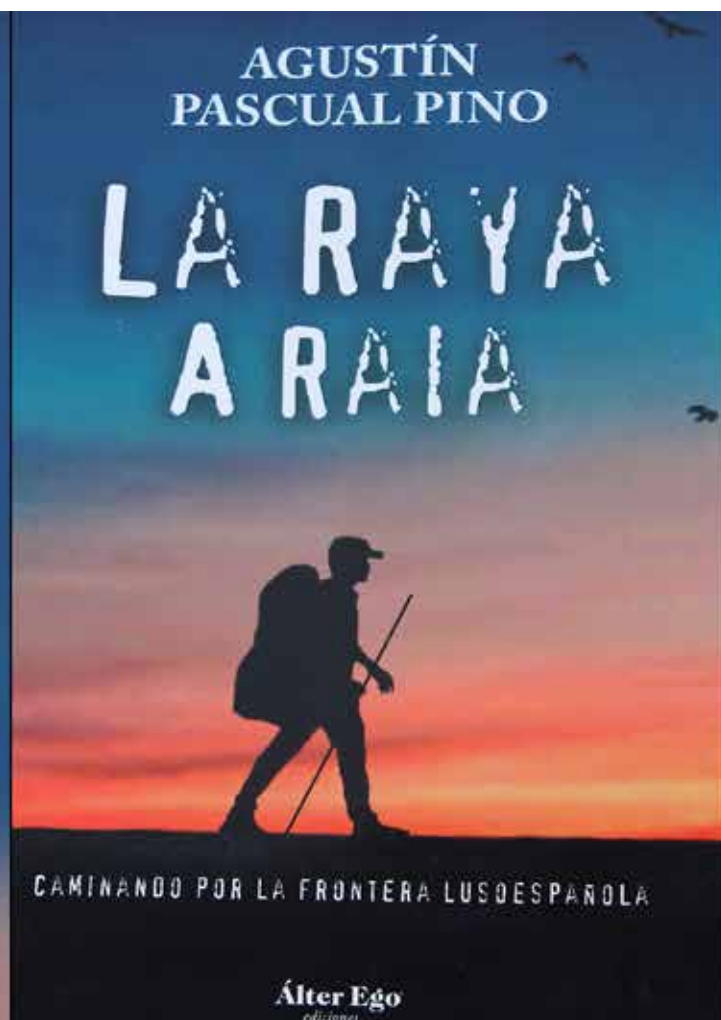
Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste



Agustín Pascual Pino

Prsenta su libro

**La Raya
A Raia**

20 de septiembre - 19:00h

**Salón de Actos del
Ayuntamiento de Fermoselle**



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

Un poco de Historia: El Peregrino Jacobeo “Concheiro”

Raúl Fdo. Gómez

Podemos decir que el hecho de que el ser humano siempre haya tenido en su mente el afán de la peregrinación es consubstancial al mismo y ni decir tiene que bastante anterior al fenómeno de la peregrinación cristiana.

Los hindúes peregrinaban a Mathura, cuna de Krishna. Los chinos a Qufu, provincia de Shandong, lugar en donde se encuentra enterrado Confucio. Los antiguos griegos a lugares como Delfos, Olimpia y Eleusis. Los musulmanes a La Meca y Medina, lugar en donde nació Mahoma. Y los cristianos fundamentalmente a Jerusalén, para visitar los santos lugares; y a Roma para visitar la tumba de San Pedro. Además del jacobeo objeto de este epígrafe.

En la cristiandad se observan las primeras peregrinaciones a Tierra Santa en el siglo II, como queda expresado por Dante Alighieri en su obra “Vita Nuova”:

“Romeros, Palmeros y Peregrinos”

Llámense romeros en cuanto van a Roma

Llámense palmeros en cuanto van a Tierra Santa

Pero en verdad se llaman peregrinos en cuanto van a la casa de Galicia,

porque la sepultura de Santiago hízose más lejos de su patria que la de ningún otro Apóstol

A los que peregrinaban a Tierra Santa (Jerusalén) se les denominó Palmeros porqué solían traerse palmas de recuerdo.

A los que emprendían el camino hacia Roma para venerar la tumba de San Pedro, se les llamó Romeros.

Y a los que se encaminaban a Santiago, para visitar la tumba del Apóstol, Peregrinos en sentido estricto. Bien es verdad que en Compostela se les denominaba “concheiros”, por ser la concha o venera, su emblema o distintivo; y Jackets o jacobitas en Francia.

Sobre el uso de este símbolo hay diferentes tesis que

explican su uso, y una de ellas sería que la utilizaban los peregrinos para beber agua de los manantiales y ríos por donde pasaban. También se atribuía esta simbología al distintivo que dignificaba la peregrinación a Santiago y que se usaba a lo largo de toda la vida, incluso en algunas ocasiones incrustándose en los escudos de armas en caso de ser noble el peregrino. En otros individuos de menor relevancia social el uso que se hacía era ponerla en los dinteles de las puertas de sus casas para presumir ante los demás de haber logrado la peregrinación a Santiago.

La gran pregunta que se hacen una gran mayoría de peregrinos antes y después de realizar el Camino es la siguiente:

¿Qué clase de persona es aquella, que un buen día abandona todo lo que le fija al hombre a la tierra: seres queridos, hábitos de vida, lugar de nacimiento, bienes materiales; y expone su vida a los peligros lanzándose a lo desconocido, sin más guía que su espíritu y las estrellas como techo de su existencia?

A diferencia de lo que ocurre en la actualidad, el móvil principal para que los peregrinos atestaban las vías de peregrinación era de naturaleza esencialmente religiosa: venerar la tumba de Santiago el Mayor. En otras ocasiones el motivo de la peregrinación era menos desinteresado y espontáneo: en cumplimiento de alguna promesa realizada en momentos de gran apuro. También contaban los móviles de prestigio, por lo que en Compostela se facilitaban certificados de haberla llevado a cabo (costumbre que subsiste a través de la Compostela). Igualmente se podía peregrinar por encargo al no poder efectuar la peregrinación la persona que lo encargaba.

Los peregrinos de una misma comarca solían partir en grupo para mejor defenderse de los peligros del camino, y lo hacían en las épocas de menor trabajo en el campo o en las de climatología más favorable, como podrían ser la primavera, el verano o el otoño.

En el caso de efectuar el camino a pie y antes de emprender tamaña aventura el peregrino jacobeo solía testar y también confiar sus bienes a un monasterio, cuyo abad, a su vez le entregaba el bordón la calabaza la escarcela y el rosario; ya que el viaje podía durar meses e incluso años, en el caso de efectuarlo a pie. Algunos investigadores también han demostrado, que a caballo lo podían realizar entre 35 y 55 jornadas. A razón de 8 leguas diarias (1 legua equivale a 4,82803 km) por lo tanto recorrerían 38,62 km diarios.

No todo era trigo limpio en las peregrinaciones. La picaresca fue tomando cuerpo con el transcurso del



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

tiempo. Entre los peregrinos no faltaban las peleas entre grupos de distintas nacionalidades. Pero el más negro contrapunto al fenómeno espiritual era la avaricia y falta de escrúpulos de todos aquellos que se han beneficiaban económicamente, hasta el punto de no verlo más que como una fuente de ingresos: clérigos, prelados, mesoneros, comerciantes, etcétera.

Podemos encontrarnos obra de la picaresca española como "La pícara Justina", en la que se describe como una hermosa mesonera seducía a los peregrinos para obtener ventajas económicas de estos.

Raúl Fdo. Gómez

Docente Colaborador Local en el Aula Abierta de Mayres de La UPO en Historia de España e Historia de las Religiones

1-Jacques y Jacobo son los nombres de Santiago en francés



RESURGIR

José Almeida

El camino **Zamorano-portugués**, que parecía encontrarse en un letargo demasiado prolongado sin apenas contar nada más que con un puñado de peregrinos que se atrevían a recorrerlo cada año, parece que va comenzando a resurgir y aunque no será uno de esos caminos que lleguen a ponerse de moda, si confiamos que cuente con el suficiente número de peregrinos que vayan haciendo cada año que pase, que sea un poco más atractivo.

Este camino que fue brotando cuando la climatología en los meses de invierno resultaba demasiado acusada y los peregrinos que venían caminando desde el sur, al llegar a **Zamora** e informarse que las **Portillas** se encontraban intransitables por la nieve acumulada, optaban por seguir avanzando a través de **Alcañices y Braganza** para enlazar con el **Camino Sanabrés** en **Verín**.

No se trata de un camino nuevo ya que su trazado se encuentra documentado entre los caminos históricos que iban siguiendo los peregrinos y se tiene constancia que en la villa de **Valdeperdices**, ya en el año 907 un señor cedió una casa para que se acogiera en ella a peregrinos. Pero en los últimos años, cuando todos los caminos habían visto como descendía el número de peregrinos, en este trazado seguramente el descenso fue un poco más acusado y la señalización se fue borrando en el momento que fueron desapareciendo hospitales y albergues de peregrinos y estos dejaron de recorrerlo, llegando a medio centenar escaso de peregrinos, los que se atrevían a caminar por el.

Desde que nació la **Asociación Zamorana de los Caminos de Santiago**, uno de los primeros objetivos fue recuperar esta ruta de peregrinación, porque además como nuestra asociación, lleva el nombre de **Zamora** y eso le confiere un plus añadido para quienes formamos parte de la asociación.

Pero por delante había mucho trabajo que hacer antes de poder recomendar a los peregrinos que afrontaran estos 200 kilómetros de camino. Primero había que señalizarlo y luego dotarlo con los equipamientos necesarios para que los peregrinos encontraran acomodo al finalizar cada



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

El tramo que nos correspondía, la provincia de **Zamora**, ya se encuentra perfectamente señalizado y en unos meses estará acondicionada la acogida para peregrinos en **Almendra del Pan**, para que las etapas que tienen que recorrer los peregrinos resulten lógicas y asumibles.

Pero en la parte portuguesa, todavía quedan algunos detalles pendientes porque según las conversaciones que hemos tenido en diferentes reuniones, nos aseguraron que en el 2019 estaría señalizado todo el trazado y en el año 2020 se habilitarían los albergues necesarios para acoger a los peregrinos. Aunque no tenemos confirmación de momento de que estas cosas se hayan realizado.

Confiamos que muy pronto podremos informar sobre como se encuentra este bonito camino, para que los peregrinos se puedan aventurar por el, aunque algunos no pueden esperar y ya están confirmando que en los próximos meses piensan recorrerlo, aunque les advirtamos que todavía hay algunas lagunas que se deben ir solucionando.

En los próximos meses, un grupo de peregrinos **Astorianos** formado por 40 personas, vienen recorriendo el **Camino de Levante** y cuando lleguen a **Zamora** van a continuar hacia **Alcañices y Braganza**.

También otro grupo similar formado por peregrinos de **ACASAN de Salamanca**, comenzaran a caminar en **Medina del Campo** y al llegar a **Zamora** seguirán el trazado del **Camino Zamorano-portugués**.

Solamente estos dos grupos van a duplicar los peregrinos que anualmente vienen recorriendo este camino, lo que nos hace concebir esperanzas de ese resurgir que confiamos que ya sea una realidad para el próximo Xacobeo.



EL ALMA DE LA RIOJA

José María Maldonado

La Rioja nos muestra su sonrisa
haciendo alegre ya el primer instante:
es que la hija y la nieta de Felisa
aún saludan a cada caminante.

Es una amable y tierna bienvenida
que introduce un matiz en el sendero,
una impresión de patria compartida
donde nunca te sientes extranjero.

Voy feliz por la senda que desciende
a la ciudad que aguarda tras el río.
Una luz en el alma se me enciende
y siento este lugar como algo mío.

El alma de la Rioja se condensa
casi en cualquier lugar de su paisaje,
que esta tierra es pequeña pero intensa
y ha de llenar de paz nuestro viaje.

Nos quedan días de gloria entre las mieses
caminando el mejor de los caminos,
en Logroño seremos logroñeses,
y en Nájera seremos najerinos.

Así iremos, tal hijos adoptados
sintiendo al despertar cada mañana
una honda alegría de enamorados,
y el alma cada vez más riojana.

Será imposible, amigos caminantes,
marcharse sin que exclame el corazón
su deseo de retorno cuanto antes
que se hará una promesa allá en Grañón.

José María Maldonado

(Letra de una canción perteneciente al CD "Hitos del Camino")



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

NOS ESTAN ECHANDO DEL CAMINO

José Almeida

Recientemente una peregrina octogenaria que se encontraba en el albergue municipal de **Tábara**, se lamentaba asegurando que desde hacía muchos años, desde aquella primera vez que sus pies pisaron el camino, se sentía peregrina, pero cada año que iba transcurriendo, tenía la sensación que la estaban echando del Camino.



Ya había desistido de recorrer el **Camino Francés** que era el que siempre más la había atraído y se había ido refugiando en otros caminos menos transitados, en los que todavía de vez en cuando encontraba la esencia de aquellas primeras peregrinaciones, pero cada vez con más frecuencia se encontraba con situaciones y sobre todo con comportamientos que la estaban pareciendo que no tenían nada que ver con lo que ella esperaba encontrarse en su camino y sobre todo, estaban comenzando a desaparecer esas sensaciones que antes lo representaban todo, y las que ahora tenía eran capaces de hacer que las malas experiencias fueran cada vez más habituales y frecuentes en sus caminos.

No sabía cuanto tiempo seguiría en el **Camino** porque siempre se decía que sería la última vez, ya no disfrutaba como lo hacía antes, aunque al final siempre quedaba ese poso que la hacía volver y sobre todo, se seguía sintiendo un poco más viva y más libre en cada camino que recorría. Sin lugar a dudas, las reflexiones de esta buena peregrina estaban provocadas por esa razonable evolución que es la que hace que las cosas cambien, casi siempre para mejorar, aunque en este caso, no se seguía esa lógica que vemos en los cambios y tenía razón cuando aseguraba que

al peregrino le van despojando y arrojando de su camino porque los cambios, para algunos resultan muy difíciles de asimilar.

La peregrinación fue concebida como un esfuerzo personal por parte de quien la recorría, ese era el valor que se le daba al logro que se conseguía cuando el objetivo se había cumplido, que era llegar con el propio impulso hasta los restos de un santo y que al postrarse ante él, se le quería rendir reconocimiento y la admiración o veneración que se iba acumulando en cada una de las jornadas de su largo camino y cuando se conseguía, se desbordaban todas las emociones por el logro conseguido y sobre todo, por lo que se había dejado cada uno en el camino para lograrlo.

Algunos en lugar de caminar con el impulso y el esfuerzo de sus pies, sobre todo en los casos de la gente más pudiente que podían permitírselo, lo hacían a lomos de animales que les desplazaban de un lugar a otro. Esas son las dos formas de peregrinación que se han conocido a lo largo de los siglos y son además las únicas que nos vienen a la mente, porque son las que consideramos lógicas.

Los animales se vieron reemplazados después de muchos siglos por las bicicletas y aunque para algunos, de esta forma se devaluaba un poco el esfuerzo en la peregrinación (un ciclista recorre tres jornadas por cada una de los que van caminando) y siempre ha existido cierta controversia y también un poco de polémica con la forma de recorrer una peregrinación, pero se va asumiendo y aceptando esta forma de recorrer el camino, porque así también esta recogido en las credenciales que llevan los peregrinos, como una forma de hacer la peregrinación, teniendo siempre en cuenta que las distancias no deben ser las mismas para conseguir el papelito que se les da luego en Santiago, para que puedan decir que han recorrido el camino o una parte de el.

Fuera de estas formas de hacer la peregrinación, lo demás, es rizar el rizo, como decía un buen hospitalero que de esto sabe un poco más que nadie, muchos buscan in-



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

El Espíritu de Santi

mortalizar ese minuto de gloria y poder presumir de ello, aunque a otros muchos nos produzca vergüenza ajena.

Adaptar a la bicicleta una batería eléctrica para que el que va sobre ella no tenga que realizar ningún esfuerzo, no deja de ser una aberración y sobre todo, tergiversar el sentido que debe tener toda la peregrinación.

Que decir de los que van recorriendo el camino en moto, en quad o en coche, más de lo mismo, porque algunos cuando vemos el camino que otros presumen de haberlo recorrido, no solo nos produce un poco de bochorno, sentimos que nos encontramos fuera de sitio.

Pero como dicen algunos, todo vale, cada uno hace la peregrinación como puede o como quiere porque para eso



la **Iglesia** que debe velar por el sentido de la peregrinación y la **Xunta de Galicia** que es quien se ha otorgado la potestad de regularla, lo aceptan y a veces hasta lo promueven y si ellos dicen que todo vale, quienes somos los demás para decirles lo contrario.

Es más, son ellos los que tratan que cada año, los números se vayan incrementando, hasta que llegue ese día que revienten y para ello, no tienen ningún rubor en animar a autobuses a que se llenen de peregrinos, promueven el tren del peregrino que lleva a los esforzados peregrinos hasta **Santiago** y desde la estación, casi siempre con mucho esfuerzo por tener que llevar el bordón, la vieira y otros adornos peregrinos, recorren el kilómetro que les separa de la catedral compostelana, para hacerse acreedores de recibir la ansiada **Compostela** que enmarcaran y expondrán en su página de facebook, para que sus amigos vean que también son peregrinos.

Todo debería tener un límite, pero este se encuentra solo en lo que la imaginación pueda llegar a concebir en el peor de los sueños, porque ya nada puede llegar a extrañarnos. Que unos vayan recorriendo el camino a ritmo de

swing, por supuesto que evitando la subida al Perdón, a la Cruz de ferro o al Cebreiro porque eso no está para los zapatos de charol, no deja de ser una horterada supina.

Cada uno va haciendo que sus sueños se imaginen la situación más rocambolesca y como todo vale, pues a ponerlo en práctica y sobre todo a dar la nota. Un monopatín, unos patines en línea y hasta el circo de la cabra tienen cabida en esta esperpéntica situación a la que hemos llegado.

La penúltima, no se puede asegurar que es la última, porque seguro que desde que plasmo en el papel estos pensamientos hasta que la revista se publique pueden surgir nuevas. El colmo ha sido ver como tres buceadores, con su traje de neopreno, sus escafandras y sus aletas, emergían en la **Plaza del Obradoriro** (no se como habrán recorrido los últimos kilómetros, creo que por el **Ulla y el Sar**, resulta difícil bucear), pero allí estaban, plasmando ese minuto de gloria que el hospitalero decía, dispuestos a conseguir su ansiada **Compostela** marina. Espero que al menos hayan tenido el detalle a su paso por **Santoña** haber cogido unas buenas antxoxas para obsequiar al señor deán y a la señora consejera.

Pero como todo vale, y los números son los que más cuentan, ya están saliendo las credenciales caninas, aunque las que hace una asociación de peregrinos que trata de promover la peregrinación en su provincia no sirvan para adquirir la **Compostela**, ya se sabe, la pela es la pela. Si uno llega organizado (bus, tren, barco,...) que importa que los sellos anteriores a **Santiago** no estén en la credencial, todo cuenta para las cifras finales, aunque a un peregrino que haya recorrido mil kilómetros y se lesione a 50 kilómetros de la meta se le pongan todo tipo de pegajos porque le faltan los dos últimos sellos y no se le pueda dar el papelito en cuestión, pero ya se sabe, las normas son las normas.

Tengo conocimiento que se ha colocado algún hito del Camino en uno de los polos terrestres, supongo que será para ampliar los lugares de procedencia de los peregrinos y tiene que resultar muy chic para la autoridad de turno, hacerse una foto con un esquimal y no sería de extrañar que con el paso del tiempo alguien se proponga comenzar su peregrinación desde algún lugar de la luna. Como vemos, la imaginación desconoce los límites del ser humano, lo mismo que la estupidez de algunos.

Si algunos sobrevivieron al **Xacobeo del 2010** como aseguraba el bueno de **Triskel**, dudo mucho que el camino que conocemos y queremos, sobreviva al **Xacobeo del 2021** y si lo hace, será con esos turistas que van al tufillo



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tabara



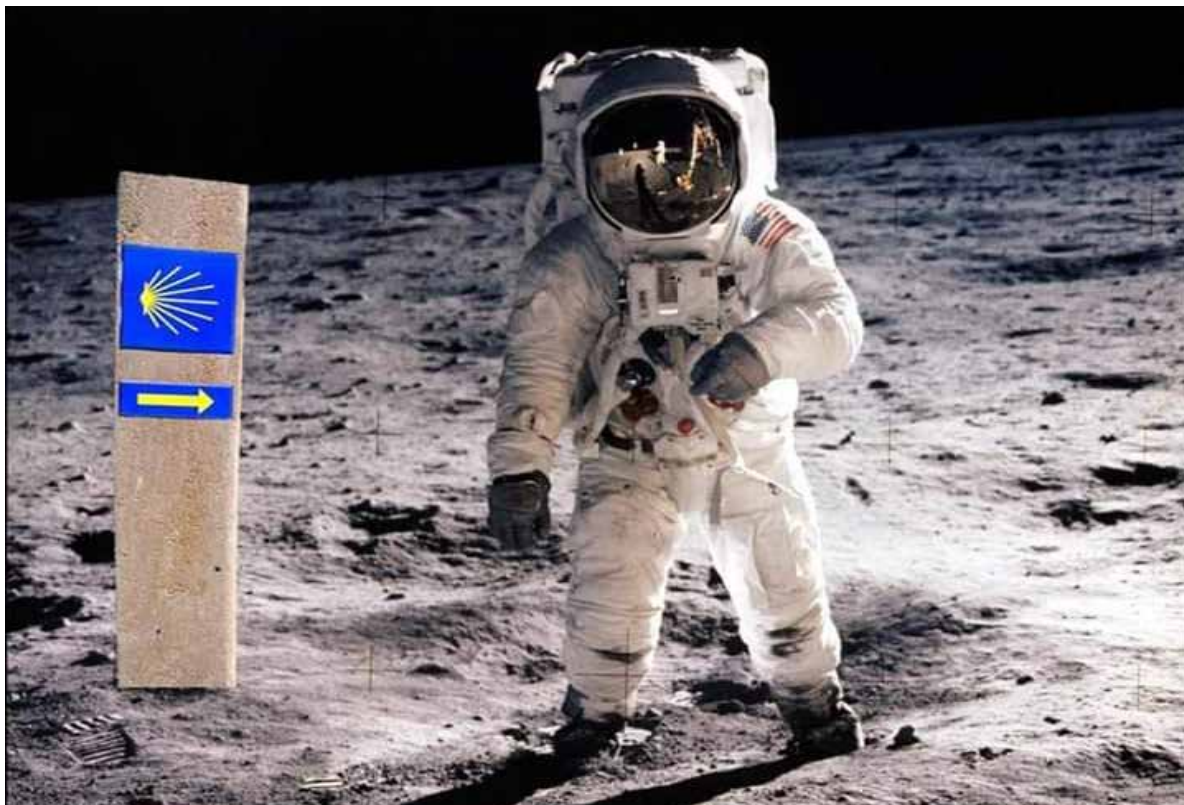
Tabara, Alba y Aliste

de la moda que representa el camino.

Que nos quedara todavía por ver, porque la imaginación no tiene límites y como el Camino lo aguanta todo, porque cada uno lo hace como quiere, seguiremos sintiendo vergüenza ajena pensando que el sueño de don Elías nos lo han prostituido hasta el punto de hacerlo irreconocible. Pues si peregrina, nos están echando del camino, porque cuando llegamos a él, fue porque observamos una serie de valores que algunos se han ido encargando de erradicar para convertirlo en esa moda que transforma la esencia de lo que un día lo puso en el lugar que debería estar y como tú, antes de seguir sintiendo bochorno por lo que

vamos viendo es mejor marcharnos, dejar que se acabe descomponiendo para que vuelva a resurgir, porque si ha pervivido doce siglos, es porque es eterno y aunque todo lo que en la actualidad rodea al Camino vaya desapareciendo, el camino nunca lo hará, siempre habrá sobre él un peregrino que mantenga viva lo que es la esencia de la peregrinación.

Parafraseando al bueno de Antonio Fraguas, que se estará partiendo de risa al ver todo este circo en el que estamos convirtiendo el Camino, solo se me ocurre esa cita que puso en una de sus creaciones; ***"joder que tropa"***.



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

GASTRONOMÍA **Recetas**

CACHOPO DE TERNERA

El Forastero Tabarés

Receta asturiana paso a paso

4 filetes de ternera cortados dobles, tipo librillo para San Jacobo (unos 120 g. la unidad)

4 lonchas de jamón serrano (se puede sustituir por cecina)

4 lonchas de queso suave y lascas de Cabrales)

Sal (al gusto)

Para el rebozado:

100 g. de harina

2 huevos grandes y 200 g. de pan rallado

Acompañamiento:

4 patatas gallegas grandes.

4 pimientos del piquillo

Aceite de oliva virgen extra suave (el necesario para freír)

Los empanaremos con el clásico rebozado, pasándolos por harina, huevo y pan rallado y los freiremos con el aceite caliente

Ingredientes

4 filetes de ternera cortados dobles, tipo librillo para San Jacobo (unos 120 g. la unidad)

4 lonchas de jamón serrano (se puede sustituir por cecina)

4 lonchas de queso suave y lascas de Cabrales

Sal (al gusto)

El forastero tabares



Asociación Peregrina del Espíritu de Santi



Excelentísimo Ayuntamiento de Tábara



Tábara, Alba y Aliste

El Espíritu de Santi

EL CAMINO SANABRES
49140 Tábara (ZAMORA)

Redacción y Dirección: José Almeida
Maquetación: Santiago Andrés
Edita: Tu voz digital.com
Albergue de Tábara
El Espíritu de Santi

Colaboradores:

Celes Verdes Panizo, Felipe Lubian, Alberto Solana de Quesada, Víctor Sierra, José María Maldonado, Ángel Panizo, Manuel Rossi, Mario Clavell, Alex Peregrino, José Ignacio Martín Benito, Fernando Regueras Geande, Raúl Fernández, M^a. Sagrario Otero Román, El Forastero Tabarés. Santos Vaquero Cueva,

Teléfonos: 607 770 735
637 926 068
Mail: alberguedetabara@gmail.com
tuvoz@tuvozdigital.com
Web: tuvozdigital.com
Facebook: Albergue de Tabara
tuvoztabara
Twitter: @tuvoz_tabara





20 años

FUNDACIÓN CAJA RURAL

UNIDOS

trabajando para todos

Porque sabemos que, juntos, hemos conseguido desarrollar ininidad de proyectos en los ámbitos de la cultura, la salud o el arte en nuestra tierra. Unidos, las iniciativas sociales y culturales se hacen realidad. Un propósito por el que la Fundación Caja Rural ha trabajado durante estos veinte años y seguirá haciéndolo con más ilusión y energía si cabe porque, juntos, no tenemos límites para lograr un mañana que asegure la prosperidad de todos los zamoranos. Es el futuro que perseguimos y defenderemos siempre.



Compartimos futuro

