

¿Por qué Caminar?

¿Por qué Caminar a Santiago de Compostela?

Si te preguntas o te has preguntado: ¿Por qué Caminar a Santiago de Compostela? Te doy algunas de mis razones a las que puedes añadir las tuyas personales apreciado **Camino Lover**.

Mi libro "Guide des chemins de pèlerinage du monde" escrito por Fabienne Bodan tiene 472 páginas y en ellas se detallan 800 Caminos de los 5 continentes. Lo que me lleva a intentar comprender la razón por la que el ser humano peregrina.



A mí me gusta peregrinar, me llaman los **Caminos de Santiago** y por ampliación todos los Caminos de Peregrinación por diversas razones que recojo a continuación.

Trascendencia

Creo en la trascendencia, es decir, en que existe algo después de la muerte. Quizá no es exactamente como lo pintan las Religiones, pero sí creo en que hay algún lugar al que trasciende nuestro ser. Así que peregrinar me pone en contacto mejor que en mi vida corriente con esa trascendencia.

Momentos difíciles

Peregrinar me ayuda a enfrentarme a los momentos difíciles de mi vida. Cualquiera los tiene y cualquiera puede beneficiarse de caminar y pensar en ello.



Desenchufar

Peregrinar me lleva a otro mundo donde la prisa, las obligaciones cotidianas, el estrés, no existen.

Relax

Peregrinar me relaja, me calma, la serenidad acude a mí sin querer, solo por el simple hecho de caminar varias horas al

día. A veces practico alguno de los ejercicios de **Paulo Coelho** que explico en la página de **Alquimia y Magia** de este blog.

Meditar

Peregrinar me hace meditar casi sin querer. No necesito estar en un templo budista de cara a una pared blanca, con un monje detrás que, si me duermo, me pega con su caña de bambú. El cansancio acude a mí y luego se va, finalmente es como si los pensamientos también desaparecieran y entonces me relajo de verdad. Entro en el Nirvana.

Buen rollo

Peregrinar aleja de mí los malos pensamientos y acrecienta los pensamientos positivos. Soy más imaginativo- Soy más creativo. Soy más práctico, pragmático. Lo urgente desaparece o es controlado a su exacto lugar.



Naturaleza

Como expliqué en un post anterior practico el “**Shinrin-Yoku**”, tomo un baño de bosque, de Naturaleza y mejora mi

salud y mi mente. Cada estación del año me da valores positivos y cuando camino largo tiempo puedo ver cómo van cambiando las cosas con el paso del tiempo.

Unidad con el Universo

Peregrinar me hace sentir ser una parte de la Creación. Sentirme uno con las estrellas, la vida de todo tipo y con todo lo creado.



Gente auténtica

Cuando peregrino conozco gente auténtica. Por un lado están los otros peregrinos con los que quieras o no estableces vínculos de solidaridad, de cooperación, de amistad y de afecto. Se hacen cenas en común, se conversa, se aportan ideas y se comparten cosas materiales.

De otro lado están los habitantes de los pueblos, aldeas e incluso de las ciudades por donde pasas. Gente menos corrompida por la sociedad de consumo que la media general.

Sensibilidad

Peregrinar y sobretodo hacerlo a un ritmo pausado me permite reconocer una infinidad de cosas que generalmente pasan desapercibidas. Desde un bosque hasta un animal, el calor del sol en mi cara, el viento, todo.



Un “reset”

Como en los ordenadores hacemos un “reset” cuando peregrino las cosas vuelven a su lugar, los valores se clarifican y toda la basura que he ido acumulando desaparece como por arte de magia.

Decisiones importantes

El “reset” me permite afrontar decisiones importantes con claridad, Valoro la posibilidad de equivocarme como el riesgo necesario en todos los ámbitos de la vida y no me obsesiono.

El gimnasio

La actividad física que hago en mi vida de ciudad es ir al

gimnasio. Sin embargo, caminar, peregrinar, es una actividad que hago durante más horas y mucho más completa.



Tus razones

Tu punto de vista es el mejor punto de vista. Te he expuesto las mías con las que puedes coincidir o no. Lo importante es cómo te ayuda a ti. Recuerdo que cada persona es un mundo, cada mundo es diferente del otro y en cada mundo existe una distinta vara de medir.

Puedes encontrar otras formas de pensar en los foros de los andarines de todo el mundo como en el francés de «**Randonner Leger**» o el americano de «**Backpacking Light**».

¡ ! BUEN CAMINO PEREGRINO ¡ !

¡ ! ULTREIA ET SUSEIA ¡ !