

**CORREO
ELECTRÓNICO**

El caso es que a petición de un amigo, me vi en la tesitura de tener que dar unos consejos a una peregrina que se iba al camino. No la conocía de nada, no sabía ni su edad, ni su forma física, ni sus motivaciones... nada. Pero creo que en todo peregrinar han de concurrir unas pautas básicas, así que se me ocurrió mandarle el siguiente correo electrónico.

"Hola Gemma":

Te escribo a petición de nuestro común amigo, así que lo primero que he de decirte es que me das mucha envidia pues ocho días en el Camino dan mucho de sí.

Si me lo permites, te voy a dar unos consejos; aunque ya sabes los consejos si se quieren se toman y si no, como las lentejas.

No te apresures por llegar a Santiago, tienes tiempo más que de sobra.

No madrugues, en Galicia amanece muy tarde y de noche no se ve el Camino. No tengas prisa ni por salir al Camino ni por llegar al albergue, el camino no lo van a quitar y la cama no se la van a llevar.

Junto al saco, llévate una esterilla para echarte la siesta allá donde mejor te parezca, cómodamente. Valen poco y apenas pesan, pero con ellas tendrás confort en cualquier lugar.

Camina a tu ritmo, no lo hagas al ritmo de otra persona, pues es entonces cuando aparecen ampollas, lesiones, tendinitis... Recuerda que cada uno ha de dar sus pasos a su ritmo, y desde O'cebreiro hay aproximadamente 180.000.

Disfruta del calor, del frío, de la lluvia, de la niebla y de la brisa. Déjate llevar por lo que vaya viniendo, pues tienes todo el resto del año para dormir calentita y cómoda en tu casa. El Camino es improvisación, sorpresa, relax y disfrute.

No te fijes metas diarias, camina mientras te parezca. Si un día crees que has caminado poco, quizás al día siguiente camines menos, por lo que si un día estás bien, y te sientes a gusto, disfrútalo, aprovecha, avanza en tu camino.

No cargues con mucha agua, hay bares de sobra, pero hidrátate bien antes de empezar y al terminar el día.

Cuidado con tus cosas de valor (teléfono, documentos y dinero) No las abandones, ni en la ducha. El Camino siempre fue sitio de pillos y gallofos.

Ten presente el dicho de que los males del peregrino son las 3 "ces": Os curas, os canes y os cantineiros.

Lo dicho, me das mucha envidia pásalo muy bien y no tengas prisa por llegar a Santiago. Allí solo hay una tumba y aunque hay quien dice que lo enterrado quizás sólo sean huesos de pollo, la experiencia merece la pena.

Un saludo y no dudes en llamarme si tienes cualquier duda.

¡Buen Camino Peregrina!

Javier de la Fuente

