



# viagem

<http://www.estadão.com.br>



## Vida de peregrino

Ao longo de 31 dias, nossos repórteres caminharam 800 quilômetros pela rota mais famosa do Caminho de Santiago e contam, nesta edição especial, as belezas e agruras da jornada

# Guia prático do peregrino

## Perfil altimétrico e distância entre as paradas



TOTAL: 773,1 KM

## O Caminho



NAS PRÓXIMAS PÁGINAS O CAMINHO SERÁ APRESENTADO SEGUINDO A ORDEM ACIMA

## A história

São vários os caminhos que levam a Santiago de Compostela, onde estariam os supostos restos mortais do apóstolo Tiago, descobertos no século 9º – o Caminho Francês é o mais movimentado e famoso. A partir do século 11, cris-

tãos de toda a Europa passaram a fazer o percurso, com o objetivo de expurgar seus pecados. Entretanto, muitos nobres enviavam seus criados para peregrinar em seus nomes e recebiam a remissão de suas culpas.

**CHAPÉU**  
Modelo tuaregue ou safári, com tecido com filtro UV mais proteção na nuca

**Filipe Araújo**  
FOTÓGRAFO E VIDEOAKER

**Felipe Mortara**  
REPÓRTER



INFOGRÁFICO: GISELE OLIVEIRA, MARCOS BRITO E MAURO GIRÃO/ESTADÃO FOTO: FILIPE ARAUJO/ESTADÃO

**MOCILA**  
De 35 a 60 litros, com barrigueira para distribuir o peso para a cintura, fita peitoral para ajustar ao corpo e capa de chuva específica

**ÓCULOS DE SOL**

**CAMISETA**  
De poliamida, tecido leve, com fator de proteção UV 50 e tratamento anti-odor  
● LEVE 3

**CAJADO OU BASTÕES**  
De caminhada. Procure se acostumar ao uso antes da partida

**CALÇA-BERMUDA**  
De caminhada, feita de poliamida, e proteção solar. Bermuda, de preferência, com encaixe para a parte inferior da calça  
● LEVE 2

**BOTA DE CAMINHADA**  
Um número acima do habitual, forrada por membrana tecnológica impermeável  
● LEVE TAMBÉM 1 PAPETE

- EXTRAS**
- 2 CUECAS
  - 6 PARES DE MEIAS
  - 1 PAR DE LUVAS
  - 1 GORRO
  - 1 PONCHO E 1 CASACO IMPERMEÁVEIS
  - 1 NÉCESSAIRE COM ITENS PESSOAIS

## Credencial do peregrino

É o passaporte oficial do caminhante, a prova de que cumpriu seu percurso. Deve ser carimbado e datado a cada parada, geralmente em albergues, restaurantes, igrejas e lojas



## Os símbolos

**A vieira**  
A concha típica da costa da Galícia foi adotada na idade média como prova de que os peregrinos cumpriram a jornada. Até hoje costuma ser carregada no pescoço ou na mochila

**Setas amarelas**  
Pintadas por associações de amigos do Caminho, indicam sempre a direção de Santiago de Compostela. Podem estar em qualquer canto, paredes, chão ou placas de rua

**Pedra na Cruz**  
Uma das lendas mais fortes do Caminho diz que é preciso levar uma pedra de sua terra natal até a Cruz de Ferro, na região de Manjarín. O peregrino deve lançá-la de costas, simbolizando tudo o que deixou para trás

**Compostelana**  
Em Santiago, o peregrino deve se dirigir à Oficina del Peregrino (Rua do Vilar, 3), apresentar sua credencial carimbada e ali receber a compostelana, o certificado de conclusão da peregrinação. Deixe um donativo

## Nossa jornada

- 35 DIAS DE VIAGEM
- 24,9 QUILOMETROS POR DIA (MÉDIA)
- 28 DIAS CAMINHANDO
- 3 DIAS DE DESCANSO
- €53 VALOR MÉDIO DE GASTO DIÁRIO PELOS REPÓRTERES

## O Caminho em 2014

- 237 MIL PEREGRINOS CONCLUÍRAM O TRAJETO
- 52,2% NÃO ERAM ESPANHÓIS
- 54% HOMENS
- 46% MULHERES
- 88,7% A PÉ
- 10,6% DE BIKE
- 0,64% A CAVALO
- 0,04% DE CADEIRA DE RODAS

## Sem mochila

Você não precisa carregar sua mochila todo o tempo. Nos albergues há envelopes de empresas especializadas. Preencha a cidade e o albergue de destino e coloque dentro o valor cobrado (€ 4 ou € 5). Para estes dias, leve uma mochila dobrável (10 a 15 litros)

- ALGUMAS EMPRESAS:
- Correos (elcaminoconcorreos.es)
  - Antzin (antzin-mochileros-a-santiago.es)
  - Jacotrans (jacotrans.com)
  - Camino Fácil (caminofacil.net)

**NA WEB Especial.** Vídeos da jornada, conteúdo extra e dicas para preparar a mala

estado.com.br/e/santiago

**QUEENSBERRY**  
viagens  
o melhor da vida é viver

**IMPERDÍVEL**

Aproveite nossa seleção de roteiros e escolha um **DESTINO ESPECIAL** onde **SEU DINHEIRO VALE MAIS!**

**VIAGEM PARA OS PAÍSES ONDE A MOEDA LOCAL SUBIU MENOS**

Nos últimos dois anos (Out. 2013 – Out. 2015) estamos todos muito cientes do fato que o dólar americano aumentou 80% contra o real. Porém, em outros países o aumento foi muito menor:

ÁFRICA DO SUL	29%
AUSTRÁLIA	35%
NOVA ZELÂNDIA	40%

**ESPLÊNDIDA AUSTRÁLIA – 11 dias / 10 noites**  
Com hospedagem de luxo.  
Adelaide, Kangaroo Island, Hamilton Island e Sydney.

**Saídas 2016: Diárias**  
[válido para saídas de Jan. 18 a Fev. 28]

a partir de: **R\$ 6.468**  
+ 4x R\$ 3.773  
à vista R\$ 21.560

**PAISAGENS E VINHOS NA AUSTRÁLIA**  
13 dias / 12 noites  
Adelaide, Melbourne, Cairns e Sydney.

**Saídas 2016: Terças-feiras**  
[válido para saídas de Jan. 05 a Mar. 15]

a partir de: **R\$ 5.543**  
+ 4x R\$ 3.234  
à vista R\$ 18.479

**EQUIPE ESPECIALIZADA E MAIS DE 40 ANOS DE TRADIÇÃO NO ATENDIMENTO A VIAGENS PERSONALIZADAS**

Para mais detalhes e outros roteiros, consulte sempre o seu agente de viagens!  
**São Paulo 11 3217.7600 | www.queensberry.com.br**

Preços publicados por pessoa em apto. duplo, somente terrestre. Preços correspondentes às datas de saídas indicadas e não inclui taxas. Disponibilidade e preços sujeitos a alterações sem aviso prévio. São os valores mínimos do programa convertidos pelo câmbio vigente na data de fechamento do jornal. Preços em reais serão reconversíveis pelo câmbio turismo na data de pagamento. Parcelamento com entrada de 30% + 4 parcelas iguais. Câmbio: US\$ 1,00 = R\$ 4,03 em 11/12/2015. Imagens meramente ilustrativas.



**Placidez.** Rebanho de ovelhas no início da jornada, entre os Pireneus; abaixo, placa de 'Pare' ganhou uma intervenção peregrina

# O Caminho de cada um

Dores, sentimentos, questões, respostas. São muitas as razões que levam peregrinos do mundo inteiro a encarar uma aventura de belezas e desapegos

**Felipe Mortara** / TEXTOS  
**Filipe Araújo** / FOTOS  
SANTIAGO DE COMPOSTELA

Desaprender a seguir conchas e setas amarelas, destreinar os olhos. Aos pés caleçados, desensinar a planar sobre estradas e caminhos de terra, sobre ruas de pedra, calçadas milenares. Fazer de um cajado, outra fiel companheiro, um mero pedaço de madeira. Existe uma lacuna na tentativa de explicar o vazio que é chegar a Santiago de Compostela após caminhar por mais de 30 dias. Não é felicidade nem tristeza, quase não é real. O peregrino que conclui sua jornada se torna mais um órfão do Caminho de Santiago.

O trajeto por onde tantos passaram em centenas de anos agora também me pertencem. Os motivos, para boa parte deles, tinham a ver com fé ou crença no poder redentor dos supostos restos mortais do apóstolo Tiago, descobertos no século 9 e que hoje repousam na Catedral de Santiago de Compostela. Cada passo ao longo dos quase 800 quilômetros percorridos entre setembro e outubro deste ano, desde Saint Jean Pied de Port, na França, e cada aprendizado edificaram esta jornada.

Bem como a força das hordas de peregrinos que para lá rumaram entre os séculos 12 e 17 e trouxeram a essência, a legitimidade do Caminho de Santiago. Acompanhados de todo legado, fé e misticismo que cercam o Caminho Francês, como é chamado esse trecho, eu e o fotógrafo e videomaker Filipe Araújo nunca

estivemos sozinhos.

Cabe ressaltar que, embora todos rumem à Catedral de Santiago, cada um faz seu próprio Caminho. Desconstruir-se ao longo de 30 e poucos dias para remontar-se ao longo do porvir. Uma reengenharia de vida que não segue regras e lógicas. Se a trilha é praticamente uma só, as histórias, condições, expectativas e entregas de cada peregrino são distintas. Ainda que estejamos todos a nos abraçar diante daquela catedral, o resultado não é o mesmo para cada um. Passa a fazer sentido a contraditória ideia de que o caminho começa em Santiago.

Colocar-se em marcha continuamente com tempo dedicado a isso apenas, e nada mais. Intervalo raro e estranho na vida, leva tempo a se acostumar com o status de peregrino – e a legitimar-se como tal perante si próprio. Estar algo inédito em um lugar novo cuja paisagem se transforma a cada instante. Parece muito o

tempo empenhado, e muita a distância a percorrer, mas, na prática, é muito pouco.

São em média 25 quilômetros diários de caminhada, partilhando a comida e interagindo com pessoas. Horas seguidas exposto à verdade da natureza, do vento, do sol, da chuva e do frio. A cada noite, o sono é em uma cama, evidenciando o pouco valor do ter.

**Carga.** Nas mochilas, peregrinos trazem o que podem ou não suportar. Carregados de simbolismos, os desapegos materiais têm duplo sentido: desfazer-se de algo que lhe pesa, mas que pode ajudar o outro. Idealistas e utópicos perceberão no Caminho um quê de experiência socialista bem-sucedida, em que a ausência de oferta de privilégios e luxos nivela os peregrinos por meio de necessidades básicas: comer, dormir, tomar banho.

Embora de cantos variados do mundo, cada peregrino tem co-

mo estopim para a empreitada motivos que se assemelham. Das perdas, de amor, de emprego ou de um ente querido. Das buscas, de sentido, de encontro consigo, de respostas complexas. Diz um provérbio do Caminho que, em vez de respostas, volta-se para casa com mais perguntas.

Eis um processo de superação e introspecção em que tudo aflora. O ritmo de cada peregrino, sua passada e velocidade de percepção, têm a exclusividade de uma impressão digital. Cada um tem o seu e não se espanta se houver dissonância com um companheiro de caminhada. Eu e Filipe Araújo descobrimos compassos diferentes, andamos em toadas distintas e tive bons encontros e reencontros, ao sabor do Caminho.

Se a história, os valores e a bagagem de cada pessoa a fazem moldar o mundo à sua maneira, com o trajeto não seria diferente. Singulares, os significados que cada peregrino atribui ao percurso se harmonizam à vivência, aos encontros e esforços de cada um. Peregrinar é sobre se conhecer, não se penitenciar. E um tanto distinto de turistar, como sempre estive acostumado. É um outro estar.

Já quase no fim, me bate uma vontade estranha. De recomendar a você que pare de ler este texto e simplesmente vá. Munir-se de informações, história e relatos de outros peregrinos é ótimo, mas pode ser um dos ingredientes perversos do despertar da expectativa. A jornada sempre será diferente. Imagine, leia, escute. Apenas para descobrir que não será como você pensava.



## Desafios de andarilho

### 1 Bolhas

Para evitá-las, passe uma camada de vaselina no pé, especialmente nos calcanhares e entre os dedos. Se alguma aparecer, fure com agulha esterilizada e lave diariamente com água oxigenada e iodo. O Compeed, adesivo de silicone que protege a região afetada, não foi eficiente

### 2 Dores musculares

Muita massagem com creme ajuda. Caso a dor se intensifique, tome um relaxante muscular e, em último caso, ibuprofeno efervescente de 400mg, vendido nas farmácias espanholas. Alivia a dor em 40 minutos

### 3 Sobe e desce

Consulte a altimetria no dia anterior. Procure sair cedo para andar no seu ritmo. Beba muita água (3 a 4 litros) e descanse quando estiver ofegante

### 4 Refeições

Nem todos os albergues têm café da manhã. Na chegada à cidade, compre algo para o lanche ou um piquenique no caminho no dia seguinte, além de frutas, castanhas e chocolate. À noite, come-se muito menu peregrino: entrada, prato principal, sobremesa e água ou vinho (€ 10, em média)

### 5 Sono

Acredite, pode ser difícil pegar no sono. Nos quartos coletivos dos albergues, há sempre um "roncador". Leve tampões de ouvido e máscara para dormir

### 6 Peso

Lidar com cada grama carregado é um exercício diário de negociação. Há pontos de descarte onde você deixa o que não quer e pode pegar algo que necessita. Lembre-se: a mochila deve ter no máximo 10% de seu peso

## Nossos albergues favoritos

### Públicos

**Hospital de Peregrinos San Nicolás; Puente Fitero; donativos**

Noite mais especial da viagem, em uma igreja do século 11. Recebe 14 peregrinos por noite.

**Hospital de Peregrinos Estella; +34-948-556-301; € 6**

Tem quatro grandes dormitórios para 16 peregrinos cada, bons chuveiros e área comum. **Albergue Paroquial, Bercianos; +34-987-784-008; donativos** Acolhedor e concorrido. Quem chega primeiro, pega os bel-

ches; os atrasados, colchonetes. **Seminário Menor La Asunción, Santiago; +34-881-031-768; € 10** Imenso, com jeitão de colégio interno. Há quartos privados simples por € 13, com cama e pia.

### Privados

**La Morena, Ledigos alberguelamorena.com; € 8** Aberto este ano, a melhor cama da viagem e também o melhor menu peregrino, por € 10. **Cuatro Cantones, Belorado cuatrocantones.com; € 11** Simpático, com cozinha e menu a €

10. Tem jardim e piscina aquecida. **Puerta de Nájera, Nájera alberguedenajera.com; € 10** Limpo e com preço justo.

**Albergue Sansol, Sansol deshojandoelcamino.com; € 12** Piscina gelada para os pés peregrinos no jardim. **Palo de Avellano, Zubiri elpalodeavellano.com; € 16** Limpo e organizado.

### De brasileiros

**Estrella Guia, Puente la Reina bit.ly/nataliaestrella; € 12** A gaúcha Natália Ferreira acolhe

com sorrisos e café com bolo. **Refugio Acacio y Orietta peregrinando.org; donativos** Casado com a italiana Orietta, o carioca Acacio recebe gente de todas as nacionalidades. **Casa Rural San Nicolás, Molinaseca; bit.ly/sanicolas; € 25** A paulistana Mara Xavier, o filho Murilo e a nora Erika dão um show de hospitalidade. **La Casiña di Marcelo bit.ly/casinamarcelo; € 10** O gaúcho Marcelo Ramos Einloft fez de uma antiga prisão de Palas de Rei um albergue.

● **Mr. Miles e Turista Profissional.** Excepcionalmente, nesta semana as colunas de Mr. Miles e do Turista Profissional Ricardo Freire serão publicadas apenas na internet. Acesse: [estadao.com.br/e/mrmiles](http://estadao.com.br/e/mrmiles) e [estadao.com.br/e/ricardofreire](http://estadao.com.br/e/ricardofreire)

Este hotel é um achado!

Veja porque no site: [plazzahotel.com.br](http://plazzahotel.com.br)

**Plazza HOTEL**  
(19) 3824.1411

Águas de Lindóia

---

Em Águas de Lindóia, o charme de antigamente, o conforto do presente, um cenário de sonhos para sua viagem a dois ou com a família!

**Grande Hotel Glória**

Um cinema de verdade. Uma pizzaria. E até um SPA!

Tudo isso no Hotel que saiu do lazer comum!

**Hotel Guarany Águas de Lindóia**  
0800 701 0408 - (19) 3924.8080  
[www.hotelguarany.com.br](http://www.hotelguarany.com.br)

(19) 3824.8484 [www.grandehotelgloria.com.br](http://www.grandehotelgloria.com.br)



**Orisson**  
Um café e albergue a 800 metros acima do nível do mar, com um quê de Serra da Mantiqueira



**Guenduláin**  
Uma das poucas vilas abandonadas do Caminho, Guenduláin abriga palácio homônimo em ruínas

**Fonte de Vinho**  
Nas Bodegas Irache, vinícola inaugurada em 1891, há uma torneira com vinho à vontade para os peregrinos

**Los Arcos**  
Descubra palácios barrocos e casas típicas dos séculos 17 e 18, além de três delicadas capelas

**Logroño**  
Faz uma das mais intensas celebrações de Semana Santa da Espanha



### Saint Jean Pied de Port

Única parada em solo francês, o centro velho é o último passo antes de subir os Pireneus

### Zubiri

Em basco, Zubiri significa "o povado da ponte" e é a própria quem dá elegante boas-vindas à cidade

### Pamplona

O Museu de Navarra abriga vasta coleção de Goya e mosaicos romanos em um antigo hospital de peregrinos de 1556

### Santa Maria Eunate

Preciosa joia octogonal em estilo românico do século 12, esta igreja possui energia singular

### Puente la Reina

Ainda preserva a esplendorosa ponte medieval de sete arcos e 110 metros do século 11



FOTOS FILIPE ARAUJO/ESTADÃO



**Rotina.** Ruína em Viana; catedral de Pamplona; lava-pés na entrada de Logroño; estacionamento de botas em albergue de Zubir



FELIPE MORTARA/ESTADÃO



## Menus que valem a pena

### Mesón El Llar (Murias de Rechivaldo)

+34-987-107-215  
Um dos poucos restaurantes do Caminho com menu peregrino vegetariano (€ 11). O suco verde (erva-doce, maçã, gengibre, couve) traz bem-estar imediato.

### O Mirador (Portomarín)

omiradorportomarin.com  
O *pulpo a feira* (polvo cozido com pimenta) é um clássico (€ 9) e o bacalhau cozido (€ 15), espetacular.

### O Dezaseis (Santiago)

+34-981-564-880  
Sempre tem fila – reserve na véspera. Destaque para as vieiras à galega (€ 4,70) e a *tabla de queixos* (€ 12), com todo tipo de queijos.

### La Bodega del Húmedo (León)

labodegadelhumedo.com  
Ares de grã-fino e cozinha à altura. O bacalhau à la Bodega (€ 16) é preparado com esmero e a torta de queijo caseira (€ 5) fecha a refeição.

### Mesón Froilán (Burgos)

+34-947-279-790  
Vá direto ao balcão de *pintoxos*, com tacos de morcilha (€ 3), perritos calientes (€ 2) e batatas bravas (€ 4).

### A Taberna do Bispo (Santiago)

+34-981-586-045  
Tapas frias e quentes, que valem por um jantar. De € 2 e € 5 a porção.

### Las Vistillas (San Vicente de Sonsierra)

+34-941-334-533  
Menu com três pratos a € 50. Prove a bochecha de boi.

# Só um passo após o outro

Entre a primeira partida, sem jeito nem cadência, e a icônica conclusão da primeira semana, dá-se a transformação: a rota começa a fazer sentido

Desajeitados e sem cadência, calejado e andarilho ensaiam os primeiros passos sob o som duro da ponta de aço tocando o chão de pedras de Saint Jean Pied de Port. São os metros inaugurais de um sonho (de algo intenso, poderoso). Desça a Rue de la Citadelle, atravesse o Portão de Notre-Dame e a ponte homônima. Aí, quando menos se espera, algo mágico acontece. Mentira, nada ocorre. Simplesmente um passo depois do outro, só. E percebe-se o tamanho da ansiedade e da mística que envolve o Caminho de Santiago.

Cerca de 20 dos 25,1 quilômetros da jornada inaugural o empurrar Pireneus acima. Numa bifurcação, a estrada fica para trás. Até o Passo de Lepoeder, a 1.450 metros de altitude, apenas você, alguns rebanhos de ovelhas, vacas e ariscos cavalos. Nada o lembrará que cruzou a fronteira, já não é mais França. Nenhuma placa dá as boas-vindas à Espanha, apenas um discreto arbusto de saborosas amoras selvagens. Sirva-se, peregrino.

Saia de Saint Jean o mais cedo possível (até as 8 da manhã), sob o risco de alcançar Roncesvalles, Roncevaux ou Oreaga só à noite. Em espanhol, francês ou basco, chega-se ao mesmo lugar – a 960 metros de altitude e enevoado ao entardecer.

No formidável e portentoso albergue municipal que data de 1127 (não há praticamente mais

nada na vilinha de 30 habitantes), dezenas de peregrinos podem repousar da exaustiva jornada em imensos dormitórios para 20 pessoas. Sempre às 20 horas, a missa tem leituras em vários idiomas e é um dos ritos de passagem para novos peregrinos. A descida do segundo dia, até Zubiri, não vai ficar marcada na memória. De lá até Pamplona, outro dia de esforço médio.

**Célebre.** Cercada por um conjunto de muralhas do século 16, Pamplona honra o status de primeira grande cidade do percurso. A sinalização sempre impele o peregrino até os centros históricos e por ali vão aparecendo os albergues. Ruas estreitas de pedra serpenteiam cheias de vida depois da *siesta* – na Espanha, o comércio costuma fechar as portas das 14 às 17 horas.

Fora dos oito dias de julho (6 a 14) em que se celebra a Festa de São Firmino, a única referência que você terá dos touros que cruzam a cidade em menos de três minutos são as miniaturas nas lojas de souvenir. O claustro e todo o interior gótico da Catedral de Santa Maria de Pamplona fazem jus à sua história, que remonta a vestígios visigodos encontrados sob a construção do século 10. Faça vista grossa para a insossa fachada neoclássica.

Sob o sugestivo nome de Alto do Perdão, o principal marco entre Pamplona e Puente la Reina

abriga um grande parque eólico em seu cume. Sofre-se um pouco na subida e muito na descida, com pedras soltas.

Estella, destino do quinto dia de andança, foi o mais importante pouso para peregrinos no século 11. Do esplendor que a tornou merecedora da alcunha "La Bella", guarda a igreja de San Pedro de la Rúa, do século 12, com leve influência árabe em seus traços. Procure o Astariaga Asador, restaurante especializado em carne na Plaza de Fueros, onde é possível jantar bem por € 10.

Em Los Arcos, permita-se embasbacar com a abundância de ouro no altar da igreja de Santa Maria. Mais à frente, entre pernoitar em Sansol e Torres del Rio, prefira a segunda (um quilômetro adiante), por ter uma oferta mais ampla de albergues e restaurantes.

O horizonte começa a se encher de vinhedos. Onze quilômetros separam Sansol e Viana, que marca a despedida da região de Navarra e a entrada em La Rioja, excelente ponto de parada para um lanche. Dali, mais nove quilômetros até Logroño, último pernoite da etapa. Antes de adentrar a cidade, tire suas botas e descanse no lava-pés. Ao fim do sétimo dia, as dores vão amainando e, aos poucos, se transformam em endorfinas. A caminhada começa a ganhar sentido.

## ANTES DE IR

### Quando ir?

A primavera (abril a junho) e o outono (setembro a novembro) são os melhores períodos para fazer o trajeto. Ainda assim, lembre-se que o Caminho cruza regiões de altitudes e climas distintos – fomos entre setembro e outubro e pegamos de 5 a 28 graus, ventos de até 70 km/h nas Mesetas e chuvas.

### Quanto dias?

Na teoria, o Caminho Francês, com 800 km, pode ser completado entre 30 e 33 dias. Nós previmos 31 e não foi o suficiente. Pausas são necessárias para amenizar a fadiga acumulada. Planeje um dia de descanso a cada 7 ou 8 caminhados. Conte então com algo entre 35 e 40 dias.

### Preparação física

Subir escadas com regularidade, ciclismo e corrida ajudam a preparar o corpo. Faça trilhas com a mochila que vai levar para se habituar ao peso.

### Outros meios

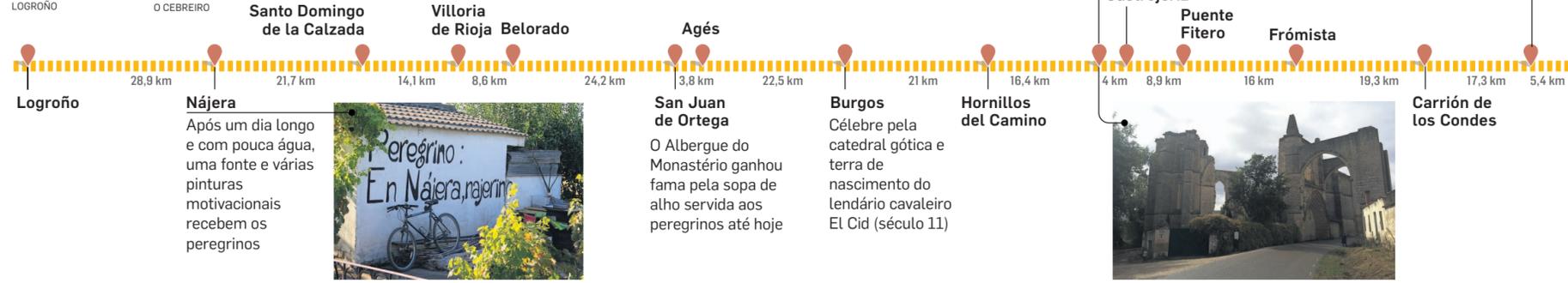
Quem vai de bicicleta consegue completar o trajeto entre 10 e 15 dias, mas acaba ficando muito restrito a seu próprio grupo. Pedala-se, em média, de 50 a 80 km por dia. Se não quiser levar a própria bike, é possível alugar lá. Há também quem faça o Caminho a cavalo. Veja os prós e contras desses meios alternativos: [bit.ly/bikeoucaavalo](http://bit.ly/bikeoucaavalo)

### Quem ajuda no Brasil

A Associação de Confrades e Amigos do Caminho de Santiago de Compostela (Acacs-SP; [santiago.org.br](http://santiago.org.br)) tem sede fixa em São Paulo. A Associação dos Amigos e Peregrinos do Caminho de Santiago de Compostela do Brasil ([caminhodesantiago.org.br](http://caminhodesantiago.org.br)) tem vínculo com uma associação espanhola e informações sobre alterações e dificuldades no roteiro.



0 km 453,8 km  
LOGROÑO O CEBREIRO



**Surpresas.** Mercado de pulgas toma a Praça do Mercado de Logroño no domingo; chão forrado de avelãs



# O corpo se acostuma

'Pintxos' em Logroño, pausa em Santo Domingo, visita a vinícola, trechos fáceis: 12 dias depois, as dores sumiram e bateu a sensação de conforto

Esquinas com ângulos retos, ruas com arcadas, catedral portentosa e uma viela charmosíssima cheia de bares vivos. Não conheci ninguém que não tenha adorado Logroño. Em pleno domingo, uma feira de antiguidades toma a Plaza Mercado, famílias inteiras bebericam nos cafés do entorno enquanto crianças pedem balões para os pais. Quatro dias depois de Pamplona, novamente uma cidade grande (155 mil habitantes), mas com alma diminuta e acolhedora. Ainda bem.

Seja vindo de Sansol ou de Torres del Rio, chegue cedo para aproveitar e descobrir pelo estômago o porquê da fama de sua vida boêmia. Festejada por ser uma das melhores ruas de *pintxos* (tapas ou canapés montadinhos) da Espanha, a Calle del Laurel atrai todo tipo de visitante. Demora pouco até o peregrino perceber que dá para beber taças de bons vinhos com um *pintxo* por € 3. Entre as paradas mais famosas, a Taberna del Tío Blas e o Bar Calderas. E assim embarca-se noite a dentro.

Contudo, caro peregrino, se você exagerar no vinho, estará enroscado no dia seguinte, pois 28,9 quilômetros de chão lhe esperam até Nájera. Ainda que longa, a caminhada é relativamente fácil. Percorrer o trecho no fim de outubro é de uma beleza e tentação ímpares, por culpa dos infinitos parreirais carregados. Que

me desculpem os puristas, mas peregrino pode, sim, comer uva do pé. Se estiver embalado, faça um desvio de um quilômetro para degustá-las em Ventosa, igualmente uma alternativa de hospedagem para os mais cansados.

Quase em Nájera, após longos quilômetros de garganta seca, há um poço d'água, com uma sombra ótima para a última parada. Guarde energia para visitar o Monastério de Santa María la Real (€ 3), uma pérola do século 16 em estilo gótico, que ainda preserva delicados claustros. No panteão dos reis repousam os restos mortais da Rainha Branca de Navarra (1387-1441).

Destino da próxima etapa, de 21,3 quilômetros, Santo Domingo de la Calzada leva fama por sua catedral. Nada da arquitetura ou dos vitrais, mas por um casal de galo e galinha que permanecem num cercadinho, junto ao altar, de 25 de abril a 13 de outubro. O motivo é uma velha história de um milagre ocorrido ali e, dizem, se o peregrino ouvir o galo cantar na igreja, terá sucesso no Caminho.

**Bucólicos.** Aproveitamos Santo Domingo para o primeiro dia de descanso, após oito dias caminhando. Pés e pernas, bem como o paladar e o estômago, agradeceram a escapada até San Vicente de la Sonsierra, 30 quilômetros ao norte. Cercada por vi-

nícolas, a vila medieval no alto de um morro merece uma escapada. Nós fomos de carona, mas é possível arrumar um táxi, por cerca de € 30. O dia na vinícola Predicador, com direito a visita aos campos e até ajudar na vindima, foi inesquecível. A vista e os pratos do Restaurante La Vistilla são de tirar o fôlego – o menu com três pratos sai por € 50. Não deixe de provar a tenra bochecha de boi.

No dia seguinte, despertei sem nenhuma dor no corpo e fiquei fácil andar os 22,4 quilômetros até Belorado, onde cozinhamos uma macarronada no Albergue Cuatro Cantones para um grupo de mais oito peregrinos. Ótima opção de albergue particular, por € 13, oferecia piscina aquecida e um agradável jardim.

Relativamente tranquilas, as etapas seguintes, entre Belorado e Agés (28,4 km) e de Agés para Burgos (22,5 km) cruzam imensos bosques e plantações de eucalipto e o belo Alto de Mojapán, a 1.120 metros de altitude.

A chegada a Burgos sacramenta um momento em que o corpo se acostuma com a jornada. Após 12 dias andando uma média de 23,8 quilômetros diários, as dores musculares diminuem consideravelmente e vem à tona um bem-estar enorme a cada passo, dá vontade de parar menos. Mas Burgos é tentadora e vai convidá-lo a passar um dia a mais...

## TRÊS PERGUNTAS PARA PAULO COELHO

Paulo Coelho não chegou a completar o Caminho de Santiago como peregrino, mas seu relato, que virou o best-seller *O Diário de Um Mago*, de 1988, é considerado de extrema importância para popularizar o trajeto. Por essa razão, o escritor foi homenageado pela cidade de Santiago de Compostela e virou até nome de rua.

**1. O que é o Caminho de Santiago para você hoje?**  
A grande referência de uma mudança radical de minha vida – que se divide em antes e depois do Caminho. Antes eu



**O autor.** 'Diário de um Mago' foi lançado em 1988

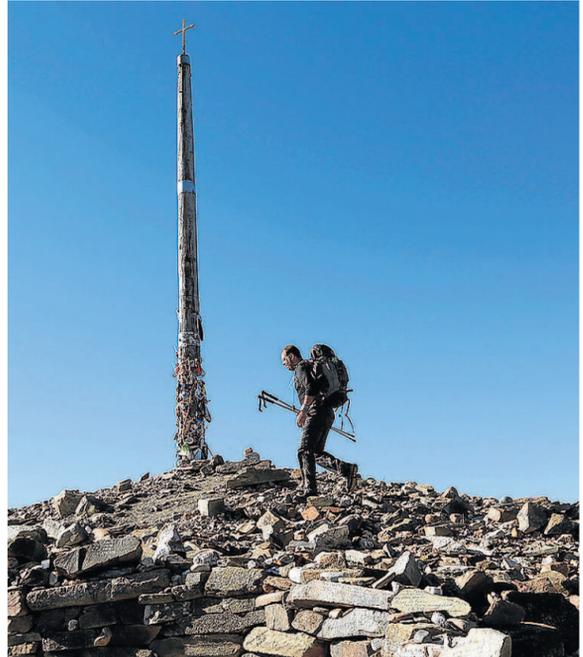
apenas sonhava em seguir meu sonho, e complicava inutilmente os caminhos que me levavam a ele. Depois, entendi que o extraordinário reside no caminho das pessoas comuns. Resolvi escrever um livro, mas sem grandes esperanças que alguém se interessasse pelo tema. Entretanto, *O Diário de um Mago* abriu as portas para mim no Brasil, e se tornou um sucesso (e uma referência) no mundo inteiro.

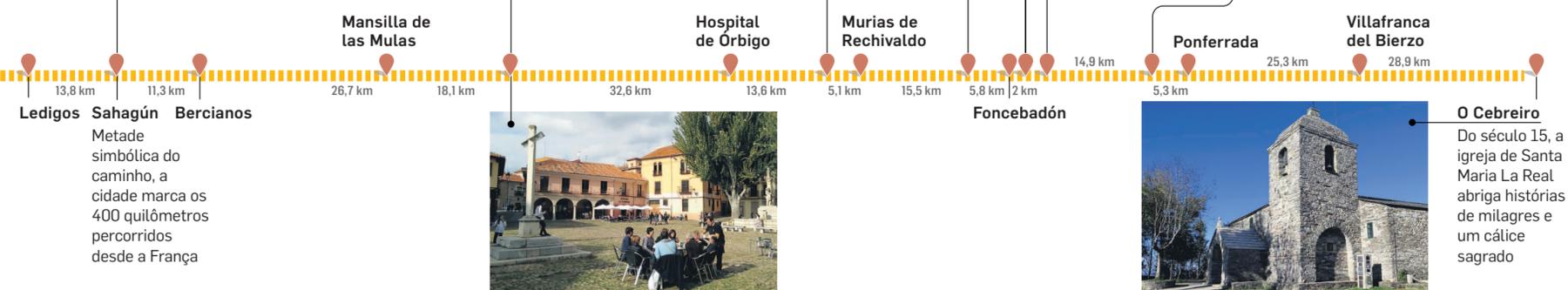
**2. Como explicar o que uma pessoa deve buscar no Caminho?**

A pessoa deve ir sem qualquer expectativa. Ela vai encontrar o que é mais importante: a si mesma.

**3. O que o peregrino não encontrará no Caminho?**

Não tenho ideia, porque cada caminho é diferente do outro. Entretanto, uma coisa eu sei: os resultados se manifestam ao longo do tempo. Normalmente, depois que a pessoa chega a Santiago, acha que a missão está cumprida. Para mim, e para todos os peregrinos que conheço, o verdadeiro Caminho começa depois que a pessoa chega.





**Ledigos Sahagún Bercianos**  
Metade simbólica do caminho, a cidade marca os 400 quilômetros percorridos desde a França



**O Cebreiro**  
Do século 15, a igreja de Santa Maria La Real abriga histórias de milagres e um cálice sagrado

## Chegamos à metade

Burgos nos recebeu com festa medieval; em Sahagún brindamos à simbólica marca de 400 km

Única noite em Burgos, taça de vinho em punhos, um brinde com companheiros de viagem e o dono do bar. Sorrisos reais, ambiente bacana, tapas um pouco engorduradas demais, autenticidade. Na despedida, o homem com roupa de época e uma cruz de malta vermelha no peito, nos saúda: *buen camino!* Não levávamos vieiras, mochilas, cacos ou qualquer outro símbolo que nos identificasse como peregrinos, além das coloridas e amassadas roupas. Me senti peregrino pela primeira vez.

Ali, naquele centro histórico efervescente, mas intimista, astral antigo e com aura pulsante graças à universidade (e seus 180 mil habitantes), Burgos agrupa vários elementos que a tornam um destino daqueles em que você adoraria não estar só de passagem. Se puder, programe uns dias a mais ali.

Assim como em Pamplona, a chegada a Burgos é verde, às margens do Rio Arlanzón. No

horizonte, despontam os 84 metros de altura das torres de sua formidável catedral gótica, que remonta ao século 11. Na Capela do Santíssimo Cristo, contemple o venerado crucifixo do século 13 feito de pele de búfalo. Peregrinos pagam € 4 para visitá-la, e ainda dá para selar a credencial com o carimbo do edifício.

Contemplada a catedral, deixe de lado as setas amarelas para perder-se no Bairro Histórico. Atravese a Puente de San Pablo e contemple a vivaz estátua de El Cid, com sua capa esvoaçante. O nobre cavaleiro do século 11, nascido em Vivar, a 10 quilômetros dali, é um dos nomes mais festejados na cultura espanhola. O Fim de Semana Cideano é comemorado anualmente no início de outubro e - adivinhe - ocorreu bem quando estávamos por lá. Por isso o dono do bar vestia roupas de época!

Chegar a uma cidade dessas com dezenas de pessoas vestidas com trajes medievais, galo-

pando cavalos adornados ao som de música medieval é uma experiência marcante. Claro, foi sorte, aquelas coisas que o peregrino de peito aberto vai recebendo. Mas dá para se programar.

Deu tempo de assistir a uma missa às 8h30 no Monastério de Santa Clara, com lindos cânticos e orações das freiras do claustro. Se ficar um dia a mais na cidade, visite o Museo de Telas Medievais, dentro do Monastério de las Huelgas (€ 1,20; monasteriodelashuelgas.org), um programa dois em um. Aberto em 2012, o moderníssimo Museu da Evolução Humana (€ 6; museoevolucionhumana.com) compila uma série de achados arqueológicos e eficientes explicações biológicas sobre o que somos e de onde viemos.

Geograficamente, Burgos marca a entrada do Caminho dentro da região conhecida como Mesetas. Desnuda de vegetação e plana a ponto de receber este nome, varia entre 700 e

800 metros de altitude. Árida e melancólica, esquenta muito no verão e esfria muito no outono e no inverno. Estreamos ali andando 21 quilômetros até Hornillos del Camino.

No trecho seguinte, de 29 quilômetros até Puente Fitero, uma apresentação à altura da fama violenta das Mesetas. Contrariando a famosa monotonia do trecho, fomos castigados por violentas rajadas de ventos de até 70 quilômetros por hora após passarmos por Castrojeriz.

**Abraços.** Por outro lado, a chegada ao Hospital de Peregrinos de San Nicolás, na minúscula Puente Fitero, foi um abraço na alma, seguida de inesperadas alegrias. A primeira, encontrar aberta a mais antiga acomodação de peregrinos do Caminho, que costuma fechar no início de outubro. A segunda: ter vagas, pois abriga 14 peregrinos por noite. Por fim, tivemos a mais incrível noite da viagem, com direito

a uma cerimônia de lava-pé, céu pintado por estrelas cadentes e a honra de dormir no altar desta antiga igreja do século 11.

Voluntários, o italiano Lino Tomasso e a espanhola Elba Torres preparam uma refeição simples. Servida à luz de velas em uma mesa única, a salada de tomates deixou todos boquiabertos. Eram apenas tomates, frescos, orgânicos, suculentos e inesquecíveis. Vinho saboroso de La Rioja, sem rótulo, como tudo ali.

Dali por diante, três dias mais exigentes até Bercianos, com média de 28,5 quilômetros diários, muito impulsionados pelos terrenos planos. O vento não deu trégua e, vez ou outra, nos presentou com chuvas mais ou menos molhadas. Ledigos se resumiu a uma maravilhosa noite no Albergue La Morena, na companhia do hospitaleiro sorocabano José Fagundes, de 51 anos, voluntário há anos em albergues no caminho.

Em Sahagún, uma parada para almoçar na beira da calçada com pão e embutidos comprados num mercadinho qualquer. O que é digno de nota é que, neste ponto, alcançamos o meio do Caminho de Santiago. Aquele momento em que, como no primeiro parágrafo, brinde-se com um bom motivo: nossas pernas nos trouxeram por quatrocentos quilômetros.



FELIPE MORTARA/ESTADÃO

**Detalhes.** Uma das muitas placas de sinalização que orientam os viajantes; vitrais da Catedral de León; festa para El Cid em Burgos, com trajes de época

## Descer é pior do que subir

Depois de um dia de descanso, ônibus por 50 km - felizmente, antes das ladeiras entre Rabanal del Camino e O Cebreiro

Pernoitamos no Albergue Municipal de Bercianos del Real Camino no mais autêntico espírito peregrino. Quatro ex-peregrinas voluntárias, duas espanholas, uma colombiana e uma italiana, regressaram para o Caminho para "manter a chama acesa". Hospitaleiras de alma, que impregnaram essa essência em cada um dos 60 peregrinos que acolhiam como filhos de todas as idades.

De aparência repugnante, o grão de bico com lentilha preparado por elas tinha sabor para justificar as três repetições. Culpa da permanente fome do peregrino, muitos podem dizer. Não, naquela comida havia afeto e consideração. Seguida por um luau, no refeitório mesmo, com peregrinos de várias nacionalidades cantando uma canção de seu país. Coube a mim e ao Filipe puxarmos *Garota de Ipanema* e sermos acompanhados por todos.

Baterias recarregadas, jornada monótona ao longo de uma estrada pouco movimentada até Mansilla de Las Mulas. Jantar mediano e pernoite pacato no Albergue El Jardín del Camino. Os 18 quilômetros de Mansilla até León foram os mais gelados da viagem, com luvas nas mãos até depois do meio-dia. A chegada à cidade, aliás, é desagradável, cruzando por autoestradas e uma periferia industrial melancólica.

Contraste absoluto com o centro da cidade de 130 mil habitantes, outra preciosidade do trajeto. Culpa (para variar) de sua catedral gótica do século 13, impressionante com seus famosos vitrais. Os € 5 do ingresso são recompensados pela grandiosidade do pé-direito e o esmero das colunas. De beleza memorável, as pinturas nos vidros justificam a fama de ser uma das mais belas da Europa.

Sempre pontual, às 19h30 a missa do peregrino na Basílica de San Isidoro é ponto de encontro para quem acredita ou não no catolicismo. Além de palavras de estímulo, certamente se deparará com alguns companheiros de outros dias. Pela Calle Ancha, a principal do centro, lojas grandes e alguns cafés para celebrar o reencontro.

Desencontre-se pelas ruínas curvas do Bairro Húmedo, até parar na Plaza Mayor, onde um exército de restaurantes charmosos lutam por clientes sob as arcadas centenárias. Às quartas-feiras e sábados, uma feira livre toma conta da praça. Na desventura de não achar um favorito ali, poucos passos praça acima levam à Plaza de San Martín, um largo também repleto de bares e restaurantes. *Pintxos* e porções de batatas bravas são o forte. Dois blocos mais afastada, a Plaza de Santa Maria del Camino se

tornou a minha favorita, com uma figueira no meio, crianças brincando e o Monastério das Freiras Beneditinas ao fundo.

Eleita para um dia de repouso por conta das dores na musculatura do pé, León me deixou pronto para uma nova jornada. Condição, olhando para o mapa, as etapas a cumprir e o prazo para chegar a Santiago, optei por tomar um ônibus até Astorga (cerca de 50 quilômetros adiante) e, dali, caminhar 20,6 quilômetros até Rabanal del Camino. Ao longo da movimentada N-120, vi que o Caminho a margeava - havia me safado de um trecho bem desagradável do percurso.

De Astorga, a lembrança de uma bela missa na catedral, em um dia nublado que foi se abrindo e, não fosse pelo pé d'água na chegada a Rabanal, seria o mais gostoso da viagem. Ao menos o Albergue Pilar ficava próximo da Igreja de Santa Maria, onde, às 19 horas, monges beneditinos fazem apresentações de canto gregoriano e, às 21 horas, uma missa para abençoar pedras e objetos que serão depositados na Cruz de Ferro, no dia seguinte. Velha a ponto de parecer que vai desabar, a pequena capela do século 12 carrega uma energia espetacular.

**Desgaste.** Subir, subir, é o mandamento para sair dos 1.155 me-

tros de altitude de Rabanal até o Alto del Altar, a 1.515. Até lá, algumas paradas quase obrigatórias, por isso programe a saída até as 7 da manhã. Apanhe alguma coisa para forrar o estômago, mas ande só cinco quilômetros para um bom café da manhã no La Taberna de Gaia, em Foncebadón. A vilazinha, que estava em ruínas, renasce com um astral jovem e é boa alternativa de pernoite a Rabanal del Camino.

Pouco menos de uma hora traz a famosa Cruz de Ferro, sobre um mastro de madeira de 5 metros de altura. Ponto místico, está coberta por uma montanha de pedras e outras memórias trazidas por peregrinos. A tradição manda que se lance a pedra de costas, para simbolizar o que foi deixado para trás. A cruz original, que havia sido roubada, está exibida no Museu de los Caminos (€ 3; Plaza de Eduardo de Castro, s/n, Astorga).

Para o trecho seguinte, apenas uma frase: *descer é pior do que subir*. De Manjarín, a 1.500 metros de altitude, baixe até Molinaseca, a 610 metros, para passar a noite. Nossa Senhora dos Joelhos, protegi. Dica: pare para comer em Acebo, pois dali ainda faltam nove quilômetros até sua cama.

Sair de Molinaseca antes do amanhecer é condição para aproveitar o belo dia seguinte,

que começa em Ponferrada, a 5,3 quilômetros. Separe ao menos uma hora para visitar o grandioso e preservado Castelo Templário do século 12 (€ 6), com ótima exposição de livros medievais. Um pouco obscura, a Basílica de la Encina pode ser um bom lugar para comprar uma nova credencial do peregrino (€ 1,50), como fiz. Se tivesse tempo, ficaria um dia a mais, sem pestanejar.

A perna até Villafranca revela vinhedos extensos, que dão as boas-vindas à região de El Bierzo. A qualidade do vinho no menu peregrino dá um salto extraordinário. Villafranca del Bierzo é linda, um grande vilarejo, uma cidade pequenina. Asensação de ter chegado tarde demais pode frustrar. Aproveite o que sobrar de energia para visitar a Igreja de Santiago e o Palácio dos Marquesses.

Famosa, porém com algum exagero, a subida até O Cebreiro é bem factível. Fez diferença ter despachado a mochila, o que se revelou uma ótima decisão. Saia antes do amanhecer, com itens para um bom piquenique, e caminhe devagar. A subida propriamente dita leva cerca de 3 horas em ritmo lento. Qualquer caminhada preparatória no Brasil certamente o colocará diante de desafios mais duros. Chegamos à reta final.

**Em família.** Refeição simples e calorosa para quem consegue uma das 14 camas do Hospital de Peregrinos San Nicolás, do século 11

**Cajados.** Peregrino passa pela mítica cruz de ferro; estátua em Sahagún; e moradora na região das Mesetas





**Portomarín**  
Impressiona-se com a imensa ponte e com a Igreja de San Juan y San Nicolás, do século 12



**Finisterra**  
Ao lado do farol, no Cabo Finisterre, o singelo marco zero do Caminho de Santiago é carregado de simbolismos



# Encontro com os 'turigrinos'

Sarria é o ponto de partida de caminhantes que optam por percorrer apenas os 100 km finais

São outros os ares lá em cima d'O Cebreiro. Não só por estar a 1.200 metros acima do nível do mar. A entrada na Galícia tem algo de intrinsecamente afetivo, de maternal – talvez a lusofonia, o chiado de além-mar. E a chegada ao icônico povoado de 50 habitantes marca o fim de uma das mais difíceis etapas do Caminho de Santiago, mas também celebra um recomeço.

O peregrino brasileiro se sente renascendo e o som do galego parece harmonizar com a sensação de ter superado a última grande encrência – ao menos no mapa. A vilinha miúda parece cenário de filme, com *pallozas* (casas circulares de sapé) salpicadas entre rústicas casas de pedra. Só há quatro tipos de estabelecimento: restaurantes, albergues, lojinhas e igreja – a de Santa Maria Real, do século 12, digna de uma película de época.

No dia seguinte, não se engane com a altimetria, já que o trecho entre O Cebreiro e Triacastela aparenta ser suave. As vistas do Alto San Roque (1.270m), com a icônica estátua do peregrino, e do Alto do Poio (1.335m) são inspiradoras e o dia passa voando. Cuidado mesmo é com os joelhos, portanto, vá *despacio* – devagarzinho, na fala dos espanhóis.

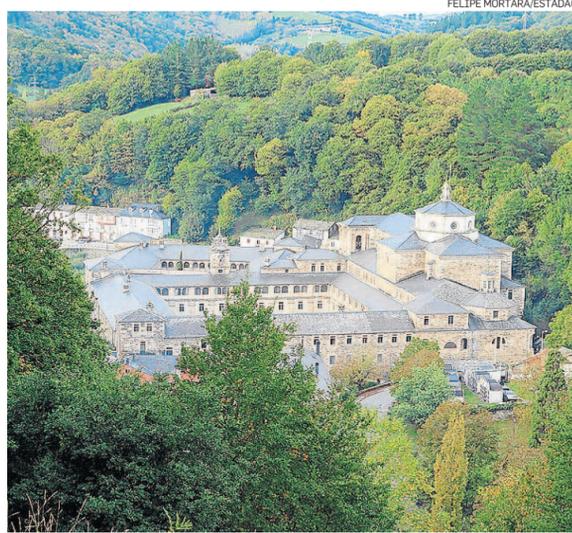
Na saída de Triacastela, o Caminho faz uma bifurcação. Ambas as rotas rumam a Sarria, uma via San Xil e outra por Samos. Seguimos à esquerda por nove quilômetros até Samos, lar do monastério homônimo. Se

quiser pernoitar, a experiência é válida, mas meu companheiro de viagem Filipe Araújo não gostou do albergue e do tratamento recebido. Eu fiz apenas um tour guiado (€ 3), com direito a visita ao claustro, à Capela Ciprés San Salvador e lindos murais. Na Casa Manxarín (Rúa Fontao, 14), procure pelos saborosos biscoitos de Samos, cuja receita saiu do monastério há 250 anos.

**Novo perfil.** Sarria é emblemática por ser o ponto de onde partiram 52% dos peregrinos que receberam a compostelana em 2014. Está a pouco mais de 100 quilômetros de Santiago, distância considerada mínima para ganhar o certificado de peregrinação completa. Não sei se foi a hora ou o dia em que cheguei, mas achei a cidade meio parada, apesar de suas lojinhas com artigos para peregrinos de última hora.

Só para contrariar as expectativas, o dia seguinte não estava tão apinhado de novos peregrinos. Quem começa o Caminho Francês nos quilômetros finais até é brindado com belos cenários, como os plácidos bosques entre Sarria e Portomarín. Só não terá tempo de sentir profundamente o espírito peregrino. Ficaré mais com a parte das inevitáveis dores iniciais da caminhada.

O trecho de Portomarín a Palas de Rei começa com uma subida chatinha e vai se arrastando, meio besta, pelas margens da rodovia. Neste ponto, ficou nítido o aumento de caminhantes, formando uma imensa fila em vá-



**Etapas.** Para ir ao Monastério de Samos, siga à esquerda na saída de Triacastela; abaixo, vilarejo e marco na chegada à Galícia

## Conforto nos Paradores

Mergulhar no passado (com conforto) é a proposta dos Paradores. A rede estatal de hotéis existe desde 1928, em geral em edifícios antigos. São 94 unidades na Espanha – algumas, em cidades do Caminho de Santiago.

Uma curiosidade é que, por ser uma empresa estatal, todos os atendentes são funcionários públicos, embora trabalhem em luxuosos hotéis. Em Santiago senti algum desprezo no atendimento; já em Villafranca, os funcionários eram extremamente cuidadosos. Reserve em parador.es.

### Santiago de Compostela

Concluído em 1511, o Hospital dos Reis Católicos virou Parador e é um dos edifícios mais importantes da cidade. Após visitar os restos mortais do apóstolo Tiago, o rei Fernando II de Aragão e a rainha Isabela I de Castela, denominados Reis Católicos, determinaram que fosse construída uma hospedaria para dar conforto aos caminhantes. Diárias a € 174 o casal, com café. Para peregrinos não-hóspedes, o restaurante oferece café da manhã e jantar como cortesia aos 10 primeiros que apresentarem suas credenciais.

### Santo Domingo de la Calzada

Fica ao lado da catedral, em um elegante edifício com arcos góticos do século 12 (diárias a € 85).

### León

Junto à ponte que cruza o Rio Bernesga, o Hostal de San Marcos fica no prédio do século 16 construído para a sede da Ordem Militar de Santiago (diárias: € 104).

### Villafranca del Bierzo

Não está em um prédio de relevância histórica, mas tem seu charme (diárias a € 70). Quarto caprichado, com luzes indiretas, e um ótimo chuveiro.



FILÍPE ARAÚJO/ESTADÃO



FILÍPE MORTARA/ESTADÃO



FILÍPE MORTARA/ESTADÃO



FILÍPE ARAÚJO/ESTADÃO

**Cenas.** Calçado vira adorno em Villafranca del Bierzo; roupas no varal dão colorido especial à casa de pedras em Arzúa



FILÍPE MORTARA/ESTADÃO



FILÍPE ARAÚJO/ESTADÃO

rios momentos. Para os peregrinos antigos, um desconforto – alguns falaram em “falta de autenticidade dos turigrinos”. Mas cada um faz seu caminho.

Esperava-nos um trecho longo de 28,8 quilômetros até Arzúa, o dia todo debaixo de chuva – o mais desagradável da caminhada. Único alento, o almoço na Pulperia Ezequiel, em Melide, é obrigatório – porção de polvo à galega a € 7. De Arzúa até Pedrouzo, bosques e campos bonitos, com poucos acíves. Sair um pouco mais tarde, por volta as 10 horas, ajuda a evitar

as muvucas no trajeto.

**Falta pouco.** Melancólico e esquisito, o último dia é leve em termos de esforço físico. Entretanto, o lado mental trabalha muito. Seja para fazer uma compilação dos momentos mais importantes, seja para tentar entender o que aquilo representou em sua vida. Cada marco indicando que a Catedral de Santiago se aproxima também faz perceber que aquele envolvimento, aquela rotina de acordar e apenas caminhar e caçar flechas amarelas, tudo isso está se dissolvendo.

## Hotéis

**BRAGANÇA PAULISTA**

www.marinaconfianca.com.br

MARINA - ESTÂNCIA CONFIANÇA

Faça sua Reserva já!

REVEILLON 2016

80Km de SP

Confira também nossos Passetes de Natal

411 4217-1684 / 11 4035-9911 / 11 99953-1684

**BROTAS**

ECO RESORT

NATAL, REVEILLON E FÉRIAS C/ A FAMÍLIA

Aptos. com ar, tv, frigobar, pensão completa e monitoria especializada.

O melhor local com ampla estrutura para confraternização e treinamento empresarial.

(11) 3035.1902 - (14) 3653.9999

www.brotasresort.com.br

Consulte p/ crianças desacompanhadas no Colômbio de Férias Peraltas.

**SÃO LOURENÇO**

SÃO LOURENÇO - MG

Circuito das Águas

hotelbrasil.com.br

Ao lado do Parque das Águas

NATAL / REVEILLON

20% + 6 vezes

Programação especial

Informações: (35) 3332-5155

0800(035)1313

**Jornal do Carro**

PARA ANUNCIAR EM SERVIÇOS LIGUE

(11) 3856-2030

3856-2010

suplementos@grupoestado.com.br

**SERRA NEGRA**

VENHA PARA O MELHOR REVEILLON DE SERRA NEGRA!

Programação especial de 28/12 à 03/01

Hidrotoiletas; Almoços especiais; Caminhadas; Danças e muito mais...

Judeia na noite: música ao vivo, lanche da tarde, san phage e conto da cidade (gratita) separação para pessoas da cidade.

Post-Party Santa Helena

Reveillon de Luz

Conheça nossa programação completa nos sites: www.grandehotelserrenegra.com.br e www.roviplazahotel.com.br

0800-0155066

**THERMAS RESORT WALTER WORLD**

Poços de Caldas-MG

100% Brasileiro | Confiamos em Deus

Dez piscinas sendo 06 aquecidas e 02 olufos

Espaço fitness, quadras poliesportivas

Livre acesso ao parque Walter World

Único Resort All Inclusive e Open Bar de Poços de Caldas e região.

Ligue Agora: (11) 3228-6411

www.nacionalim.com.br

**10 ANOS**

Hotel Fazenda POÇOS DE CALDAS

Fim de Ano no melhor hotel fazenda do Sul de Minas

Informações e reservas

(35) 2101-4100 - www.hfpc.com.br - Poços de Caldas - MG

**Classificados**

**Hotéis**

ILHA COMPRIDA SP

SAMBURA POUSADA

Chalés mob. p/4 pes, piscina c/ toboágua, futebol, volei, bocha, play gr, churr, sala TV (Wifi), jogos, estacionamento. R\$140 - p/2 pes (11) 4195-0777 / 98555-2005 TIM

www.samburapousada.com.br

# Em pés e rostos, retratos de fé

O Caminho de Santiago é feito de narrativas: de quem foi, de quem ficou, de quem se encontrou por ali. E dão um quê especial ao trajeto



FELIPE MORTARA/ESTADÃO

Ao chegar à pequena Azqueta, é só perguntar por ele. Na primeira ruazinha do lado direito, na casa com cortina colorida na porta, vive Pablito, apelido carinhoso de Pablo Sanz. Há mais de três décadas, ele percebeu que os peregrinos que passavam por ali levavam cajados menores do que deveriam. “Tinha que ensiná-los a usar”, conta. “Resolvi também presentear alguns peregrinos. A fama foi se espalhando e até hoje eu lapido madeiras de avelã.”

Bom de prosa, gosta de saber da caminhada de cada um, mas não se cansa de contar seus casos. “Chega gente aqui que não tem a menor ideia do que é peregrinar. Não é a coisa mais fácil explicar esse espírito”, acredita. De suas mãos, ganhados já tínhamos e estávamos bem acostumados. Quando já iamos embora, pediu nossas credenciais, que carimbou e selou com um sorriso.

● **Pablito**  
Aos 83 anos, produz cajados de madeira de avelã para distribuir aos peregrinos que passam por Azqueta



FELIPE ARAUJO/ESTADÃO

A voz suave e a atenção paternal contrastam com o jeito sério e eficiente deste carioca que há 17 anos escolheu a Espanha como lar. Aos 57 anos, Acacio da Paz é um dos mais nítidos exemplos de transformação do Caminho de Santiago. Encontrou a italiana Orietta Prendin, de 47 anos, e largou uma bem-sucedida carreira de economista no Rio de Janeiro para se dedicar a receber.

Acredita que deve ao Caminho muito do que conquistou espiritualmente. Passou anos se dedicando a cuidar de albergues públicos e privados do percurso, até encontrar um cantinho para chamar de seu, na miúda Villoria de Rioja. “Não tinha planos de ficar aqui e, veja só, ainda estou fazendo meu caminho no Caminho”, diz. Suas ações não se limitam a quem passa por ali – mantém um serviço de ajuda gratuita para peregrinos por meio de Whatsapp (veja no site peregrinando.org).

● **Acacio**  
Carioca, há 17 anos no Caminho, ainda adora andar e receber peregrinos, ao lado de sua mulher Orietta



FELIPE MORTARA/ESTADÃO

Às vésperas de completar 70 anos, o advogado paulista Osmar Campos caminhava quase sempre à frente de um grupo de peregrinos cuja faixa etária estava na casa dos 30 anos – entre eles, sua filha Naamisis, de 33.

Bem humorado e irreverente, Osmar nunca reclamava, embora seus pés sofressem com bolhas. Ainda assim, ele conta que os 800 quilômetros do Caminho Francês foram de muita meditação. Havia a perda do filho Osmar, de 34 anos, no ano passado, e a aguda diminuição da visão por conta de uma degeneração macular. “A gente orou bastante, refleti bastante sobre o significado da vida e isso faz sempre bem. Pra mim foi uma experiência inolvidável”, avalia ele, que celebrou sete décadas no dia da chegada a Santiago. “Os 70 anos ainda não me abateram. Talvez vão me abater quando perceber que não sou mais aquele adolescente que às vezes me sinto.”

● **Osmar e Naamisis**  
Pai e filha caminharam juntos ao longo de 32 dias – em muitos deles, ele ia na frente



FELIPE ARAUJO/ESTADÃO

Quando se meteu no Caminho pela primeira vez, Tomás Martinez de Paz tinha 23 anos. “Era um caminho diferente, havia peregrinos. Agora, tem caminhantes e apenas alguns peregrinos”, compara. Sem revelar a idade atual, desde 1993 mantém uma rústica (e bota rústica nisso) choupana a 1.500 metros de altitude, em Manjarín. Como por lá só vive ele, seus dois cachorros, gatos e, vez ou outra, algum voluntário, ganhou a alcunha de Tomás de Manjarín.

Oferece café, comida e abrigo em troca de donativos, mas além do estilo eremítico, o que o diferencia de outros hospitaleiros é a crença e o status. Tomás é um dos últimos templários da ordem de Ponferrada e se veste como tal. “Nós esperamos a volta do mestre divino, Cristo”, diz. A conversa com o senhor de ar distraído é ótima e sua visão de mundo, atual. Todos os dias, às 11 horas, conduz uma oração com quem ali estiver.

● **Tomás de Manjarín**  
Hospitaleiro e cavaleiro templário, vive isolado e de forma frugal no meio de uma montanha

## Apoios

- Turismo de Espanha
- Air Europa
- Refúgio Acacio & Orietta
- Rede Paradores de Espanha
- Albergue Estrella Guia
- Antzin Mochileros
- Correos

- Gite Ultraia
- Albergue La Morena
- TaxNavarra serviços de táxi (Juan)
- Casa Rural San Nicolas
- Hostal Camino Real
- La Casiña de Marcelo
- Gustavo González
- Guilherme Sikora

- Curtlo
- Loja Nerea
- Caminho do Sol
- Associação de Confrades e Amigos do Caminho de Santiago
- Associação dos Amigos e Peregrinos do Caminho de Santiago de Compostela do Brasil

# CANCÚN

## CADA VEZ + FÁCIL

A partir de:

### 9X de R\$ 360,00

+ Entrada de R\$ 1.083,00

**Valor total: R\$ 4.323,00**

INCLUI:

- Passagem aérea Copa Airlines saindo de São Paulo
- 04 noites de hospedagem no hotel Flamingo Cancun Resort com café da manhã incluso
- Traslados de chegada e saída + City tour

CONSULTE PREÇOS PARA SAÍDAS DE OUTROS ESTADOS

O MELHOR DESTINO, COM OS MELHORES HOTÉIS DE CANCÚN

- Live Aqua Cancun ● Krystal Grand Punta Cancun ● Flamingo Cancun Resort
- Sandos Cancun Luxury ● Grand Oasis Cancun ● Hard Rock Cancun ● Fiesta Americana Condesa



Consulte seu agente de viagens

- |   |   |   |  |  |
|---|---|---|--|--|
| <p><b>FLYTOUR</b><br/>Consulte seu agente de Viagens<br/>FLYTOUR.COM.BR</p> | <p><b>MGM</b><br/>(41) 2104-6400<br/>MGMOOPERADORA.COM.BR</p> | <p><b>MMTGAPNET</b><br/>Consulte seu agente de Viagens<br/>MMTGAPNET.COM.BR</p> | <p><b>SANCHAT</b><br/>(11) 3017-3140<br/>SANCHATOUR.COM.BR</p> | <p><b>VISUAL</b><br/>(11) 3235-2030<br/>VISUALTURISMO.COM.BR</p> |
|---|---|---|--|--|

www.visitecancun.com.br | /visitecancun | /visitecancun

O preço informado foi convertido em Real no dia 10/12/2015 ao câmbio de US\$ 1= R\$ 3,94 e está sujeito a variação cambial na data da compra. Preço por pessoa em apto duplo. Válido para embarque e retorno a São Paulo (consulte saídas de outros estados), classe econômica Copa Airlines, tarifa promocional de US\$ 1.099,00 / R\$ 4.323,00. Período da viagem de 01 a 31/Jan/2016. Parcelamento: Entrada de 25% à vista e saldo em até 9x no cartão de crédito ou cheque pré-datado. Preço válido para opções e datas mais econômicas e até 1 dia após esta publicação. Não válido para período de feiras, feriados, congressos e eventos. Inclui parte aérea e terrestre. Não inclui taxas de embarque. Sujeito a disponibilidade de lugares.

Nossos preços estão em outro fuso horário. Aproveite nossos pacotes para viajar.

Azul Viagens. A operadora de turismo Azul.



<p style="text-align: center;"><b>Punta del Este</b> ✈</p> <p><b>Conrad Punta Del Este Resort &amp; Casino</b> ★★★</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 3 noites com café da manhã</li> <li>● Saída: 28/1/2016</li> </ul> <p>A partir de 10x sem juros de <b>R\$ 335,04</b></p> <p><b>R\$ 3.350,40</b> à vista</p>	<p style="text-align: center;"><b>Orlando</b> ✈</p> <p><b>Disney's All-Star Sports Resort</b> ★★★</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 7 noites</li> <li>● 5 dias de ingresso</li> <li>● Magia à sua Maneira Disney</li> <li>● Saída: 14/3/2016</li> </ul> <p>A partir de 10x sem juros de <b>R\$ 342,74</b></p> <p><b>R\$ 3.427,40</b> à vista</p>
<p style="text-align: center;"><b>Foz do Iguaçu</b> ✈</p> <p><b>Manacá Hotel</b> ★★★</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 3 noites com café da manhã</li> <li>● Cataratas (sem ingresso)</li> <li>● Saída: 28/1/2016</li> </ul> <p>A partir de 10x sem juros de <b>R\$ 98,30</b></p> <p><b>R\$ 983,00</b> à vista</p>	<p style="text-align: center;"><b>Beto Carrero</b> ✈</p> <p><b>Hotel Rieger</b> ★★★★★</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 3 noites com café da manhã</li> <li>● Ingresso Parque Beto Carrero</li> <li>● Saída: 25/2/2016</li> </ul> <p>A partir de 10x sem juros de <b>R\$ 105,30</b></p> <p><b>R\$ 1.053,00</b> à vista</p>
<p style="text-align: center;"><b>Gramado</b> ✈</p> <p><b>Pousada Casa Rosa</b> ★★★</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 4 noites com café da manhã</li> <li>● Pacote Light</li> <li>● Saída: 20/1/2016</li> </ul> <p>A partir de 10x sem juros de <b>R\$ 141,30</b></p> <p><b>R\$ 1.413,00</b> à vista</p>	<p style="text-align: center;"><b>Natal</b> ✈</p> <p><b>Yak Hotel</b> ★★★</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 7 noites com café da manhã</li> <li>● Saída: 23/1/2016</li> </ul> <p>A partir de 10x sem juros de <b>R\$ 177,00</b></p> <p><b>R\$ 1.770,00</b> à vista</p>
<p style="text-align: center;"><b>Maceió</b> ✈</p> <p><b>Tropicalis Hotel</b> ★★★★★</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 7 noites com café da manhã</li> <li>● Saída: 9/1/2016</li> </ul> <p>A partir de 10x sem juros de <b>R\$ 284,50</b></p> <p><b>R\$ 2.845,00</b> à vista</p>	<p style="text-align: center;"><b>Fernando de Noronha</b> ✈</p> <p><b>Pousada Jomar</b> ★★</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 7 noites com café da manhã</li> <li>● Saída: 8/3/2016</li> </ul> <p>A partir de 10x sem juros de <b>R\$ 314,00</b></p> <p><b>R\$ 3.140,00</b> à vista</p>



Ligue agora 4003-1181, acesse [www.azulviagens.com.br](http://www.azulviagens.com.br). Consulte o seu agente de viagens ou a loja mais próxima.

**Azul** viagens  
O melhor jeito de viajar é o seu.

Os valores publicados são válidos por pessoa, com hospedagem em apartamento duplo, em caso de voos domésticos, e quadruplo, em caso de voos internacionais, exceto Punta del Este, não reembolsáveis e não transferíveis, para voos da AZUL, partindo de Campinas e Guarulhos, com eventual conexão. Valores sujeitos a disponibilidade de assentos e regras e restrições específicas conforme cada tarifa. Condições válidas para viagens nacionais de ida e volta iniciadas a partir de 20/12/2015 e concluídas até 15/03/2016, e viagens internacionais de ida e volta iniciadas em 20/12/2015 e concluídas até 15/03/2016, exceto feriados. Consulte também pacotes para demais datas de viagem, quantidade de noites e outros destinos. Os pacotes incluem passagens aéreas, estadias em hotéis nas classes e categorias especificadas e traslado aeroportual temporário. Preços divulgados em reais, calculados pelo câmbio de US\$ 3,97 de 17/12/2015. Os preços em dólar (US\$) serão convertidos em reais pelo câmbio do dia da compra. Itens que não incluem: Seguro viagem, seguro saúde, seguro cancelamento, seguro roubo de bagagem, seguro de cancelamento, seguros de acidentes pessoais, seguro de cancelamento, seguros de viagem e de saúde para crianças. Azul Viagens (4003-1181) | o website [www.azulviagens.com.br](http://www.azulviagens.com.br) ou seu agente de viagens para obter mais informações sobre as regras/restrições específicas das tarifas anunciadas, alteração de datas, reembolsos, inaceitação, cancelamento, vigência de viagens e de saúde para crianças.

**Ícone.** Mesmo em obras, a Catedral de Santiago mostra sua imponência por fora e por dentro (à dir.); abaixo, parada no caminho para Finisterre



**Limite.** Ponto mais ocidental da Europa, Finisterre (abaixo) guarda o marco zero do Caminho de Santiago – peregrinos queimam ali objetos usados na trajetória



# O fim e o começo

Depois da sonhada chegada à Catedral, perca-se pelas ruas cheias de história e de sentidos na cidade que é o símbolo da jornada e, quem sabe, o início de uma outra

Inúmeras são as reações dos peregrinos ao chegar a Santiago. Há quem grite, chore, se abraçe diante da Catedral. Em plena Praça do Obradoiro percebe-se êxtase, alegria, alívio, superação. Mas também um tanto de incompreensão e inconformismo: é duro aceitar o fim de uma jornada tão transformadora.

Afinal, foram semanas caminhando por cidades e vilarejos miúdos para, de repente, estar imerso em um mar de informação, pessoas, carros e sons. Santiago abriga os supostos restos mortais do apóstolo Tiago após sua morte na Palestina – mas, para além disso, tem vida própria. Com 100 mil habitantes, politizada, universitária, jovem e histórica, a capital da Galícia pulsa. É mais que o fim do Caminho. Alguns, inclinados à espiritualidade, afirmam ser o começo.

Faça o tour pelo teto da Catedral de Santiago de Compostela (€ 10) na segunda visita à igreja. À direita do altar há uma escadilha que leva à imagem de Santiago, do século 13. Por tradição, fiéis abraçam a imagem, sendo ou não peregrinos.

Na entrada oeste, o Pórtico de la Gloria tem cerca de 200 esculturas romanescas, produzidas por Mestre Mateo no século 12, que suscitam interpretações diversas. Um tour guiado é uma boa maneira de escutar muitas versões. A Associação Profissional de Guias Turísticos ([guiasdegalicia.org](http://guiasdegalicia.org)) costuma cobrar € 12 por 1h30 de explicações. Muitos deles falam um divertido galego que beira o português.

A imersão no centro de Santiago se completa com a visita

ao Museu da Catedral (€ 6), com relíquias como o grande coro gótico do século 16 e uma coleção significativa de arte sacra, mais restos mortais de alguns reis medievais de León.

**O que ver.** Da Praça do Obradoiro, embrenhe-se pelas ruas, que ganham contornos específicos quando chove – aliás, é mais provável descobri-las úmidas do que ensolaradas, já que a Galícia é das regiões mais chuvosas da Espanha e Santiago, uma cidade conhecida pelo clima cinza. Com boa luz ao entardecer, a melhor vista e a foto clássica estão no Parque Alameda, próximo à Porta Faxeira.

Diante da Catedral impõe-se o Pazo de Raxoi, delicado edifício do século 18 que abriga a prefeitura. Ao lado direito, o Hostal dos Reis Católicos, erguido no século 16 e hoje transformado em Parador. Oposto ao hotel, a reitoria da Universidade de Santiago.

Porsinal, pode-se atribuir aos estudantes a lufada de vida e ânimo que marca a aura boêmia da cidade. Seu símbolo mais famoso é o chamado Circuito Paris-Dakar: tome o hábito espanhol de beber um copo e provar uma tapa em cada bar e aventure-se a concluir a rota que começa em O Paris (Rua dos Bautizados, 11) e sobe a Rua do Franco em direção à Catedral, até o número 13, onde a Cerveceria Dakar espera os sobreviventes.

Em tempo: a rua homenageia os francos, mercadores de origem francesa que se instalaram nos arredores da catedral na Idade Média, e não o ditador Francisco Franco (1892-1975).

No número 3 da Rua do Vilar, peregrinos em fila aguardam para seu último dever como tal, solicitar a compostelana. O certificado de conclusão da peregrinação redigido em latim é lembrança e passaporte para desconto de até 15% na compra de passagem de ônibus para deixar Compostela. Também serve como entrada para café da manhã ou almoço gratuitos no Parador, na Praça do Obradoiro.

A passagem que liga a famosa praça ao Seminário Mayor tem acústica privilegiada e abriga os melhores músicos de rua da cidade. Descubra o quanto a gaita galega compõe uma trilha sonora perfeita para o lugar. Pertinho está o Museu das Peregrinações ([mdperegrinacions.com](http://mdperegrinacions.com); gratuito), com oito salas que revelam o poder do Caminho de Santiago ao longo dos séculos e ajudam a digerir a complexa experiência de peregrinar.

Para mais história e cultura local, o Museu do Pobo Galego (€ 4; [museudopobo.es](http://museudopobo.es)) transformou o Convento de San Domingo de Bonaval em uma referência da língua, arte e rotinas da Galícia. Mais afastada (pegue o ônibus 9 ao lado do Mercado), a Cidade da Cultura de Galícia é um ambicioso projeto arquitetônico de Peter Eisenman, que abriga a Biblioteca e o Arquivo de Galícia. Com esses dois passeios, Santiago termina de se revelar como ponto culminante que batiza o Caminho e também cidade de contemplação, reflexão e imersão em uma história profunda repleta de sentido. E onde cada peregrino encontrará o seu.

## Despedida silenciosa no ponto onde termina o Velho Mundo

Achar que tudo terminou em Santiago é um engano comum. Assim como equivocados estavam os nativos da região que batizaram de Finisterre – fim do mundo – o cabo que é o ponto mais ocidental da Europa. Fica ali o marco do quilômetro zero do Caminho de Santiago. E, de fato, com aquele marzão diante de si, o peregrino tem a sensação de que chegou.

Calma, ninguém aqui está dizendo que se não chegar caminhando até Finisterre você não será um legítimo peregrino. Afinal, são cerca de 90 quilômetros desde a Catedral de Santiago. Quem se anima demora entre três e quatro dias para vencer a pé este último trecho. Há setas amarelas até lá.

Embora o simbolismo da chegada a Santiago seja poderoso, há uma quebra de expectativa com a entrada na cidade, o anel viário, as rodovias e carros. Já em Finisterre, a maresia no rosto, o corpo no alto do penhasco, os olhos além do horizonte trazem a conclusão silenciosa à altura da introspecção do percurso.

Expediente frequente é pegar um ônibus para ir de Santiago a Finisterre – ou Fisterra, ou

ainda Finisterre, variações do mesmo nome em latim, galego e espanhol. A Monbus tem quatro frequências diárias, desde € 7,70 ([monbus.es](http://monbus.es)).

Outra opção é embarcar numa excursão de um dia para a região conhecida como Costa da Morte, com visitas ao Cabo Finisterre e a Muxia, outra cidade preciosa para os entusiastas jacobitas – Jacobo era Tiago, em latim. Empresas como a Galicia Incoming (€ 35; [galiciaincoming.com](http://galiciaincoming.com)) levam turistas e peregrinos, com guias e cobrindo uma área mais extensa do que é possível fazer indo por conta própria.

Os restaurantes na orla do centro de Finisterre são um bom jeito de curtir a energia marítima depois de tantos dias entre campos e montanhas. Escolhemos o Mesón Pedra do Rei (+34-649-391-152), com ótimos frutos do mar no menu peregrino a € 10.

Apouca distância está o Albergue de Peregrinos de Fisterra. Durma ali se precisar, mas o grande motivo da parada é obter a finisterrana, concedida aos peregrinos que caminharam até o fim do mundo. Apresente sua credencial carimbada e leve para casa mais um diploma.

### Livro de dicas

**1** Três quilômetros antes da Catedral de Santiago, o Caminho ainda é uma trilha de chão batido em meio a belos bosques. Subitamente, você passará a margear a N-634a, movimentada rodovia que cruza a autoestrada AP-9. Atravesse com cuidado a passarela e as rotatórias. Para não se perder, ande do lado direito e siga conchas e setas amarelas com atenção depois do bairro de San Lázaro

**2** Não é permitido entrar na Catedral com mochilas. Vá antes até o seu albergue ou pague € 2 por um guarda-volumes ao lado da porta de entrada. A misa do peregrino ocorre diariamente, ao meio-dia e às 19h30, sem garantia de que haverá o ritual do botafumeiro, incenso gigante e tradicional. Às sextas-feiras à noite, o uso do botafumeiro é certo

**3** Como em toda a Espanha, os assaltos no Caminho são bastante raros. Porém, nos albergues podem ocorrer furtos em momentos de desatenção. Mantenha sua doleira próxima até na hora do banho. Grupos se formam com facilidade e é comum um cuidar do outro – mulheres podem andar sozinhas sem problemas