

# El Camino de Santiago,



Óscar Carrera



El Camino de Santiago, Caminando Juntos narra la emotiva aventura de Óscar Carrera y su esposa Ivonne en el Camino de Santiago. Desde la inspiración inicial tras ver la película "The Way", hasta su transformadora peregrinación, este libro comparte no solo el desafío físico de caminar cientos de kilómetros, sino también el profundo impacto espiritual y personal que el viaje imprime en sus vidas. Con detalle, Óscar describe la meticulosa preparación, los desafíos enfrentados, y las invaluable lecciones de vida y espiritualidad ganadas a lo largo de varios recorridos por diferentes rutas del Camino. A través de sus experiencias, el lector se ve invitado a explorar sus propias capacidades y reflexionar sobre el significado más profundo de la vida, mientras se entretajan lazos de amor, solidaridad y amistad. Este libro no solo es un relato de viaje, es una invitación a emprender un camino de autodescubrimiento y transformación personal, resonando con aquellos que buscan no solo una meta física, sino un renacimiento del espíritu.

EL CAMINO DE SANTIAGO, CAMINANDO JUNTOS

© Óscar Carrera

Registro Safe Creative: 2408028962061

Contacta al autor: [www.oscarr Carrera.com](http://www.oscarr Carrera.com)

Diseño y formación

SAMARIBA BOOKS® | Alfredo Ríos Gómez

Todos los derechos reservados. No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, fotocopia, grabación u otros, sin autorización expresa y por escrito del autor.

La información, la opinión, el análisis y el contenido de esta publicación es responsabilidad del autor.

# ÍNDICE

Acerca del Autor	13
Dedicatorias	15
Agradecimientos	17
Prólogo	19
Introducción	23
<b>Capítulo 1</b>	
Descubriendo el Camino	25
<b>Capítulo 2</b>	
Señales en el Camino	31
<b>Capítulo 3</b>	
Preparándonos para el Desafío	35
<b>Capítulo 4</b>	
Enfrentando las Lesiones	39
<b>Capítulo 5</b>	
Comienzo Retrasado pero Prometedor	43
<b>Capítulo 6</b>	
Primeros Pasos y Aprendizajes	47

<b>Capítulo 7</b>	
Solidaridad en el Camino	53
<b>Capítulo 8</b>	
Aprendizajes en El Acebo	57
<b>Capítulo 9</b>	
Preparativos y Desafíos Matutinos	63
<b>Capítulo 10</b>	
Encuentros en Casa Susi: La Torre de Babel en el Camino	67
<b>Capítulo 11</b>	
El Ascenso a O Cebreiro: Una Aventura entre Paisajes	73
<b>Capítulo 12</b>	
El Legado de un Profeta de El Camino	77
<b>Capítulo 13</b>	
La Nostalgia de la Separación y el Valor de Continuar	81
<b>Capítulo 14</b>	
De la Lluvia a la Calidez del Camino	85
<b>Capítulo 15</b>	
La Amistad entre Telarañas y Escaleras de Portomarín	89
<b>Capítulo 16</b>	
La Unión en la Larga Ruta a Palas de Rei	93
<b>Capítulo 17</b>	
Reflexiones en la Bendición y Sabores de Melide	97

<b>Capítulo 18</b>	
Aventuras en la Ruta hacia Salceda.	101
<b>Capítulo 19</b>	
El Monte del Gozo: Un Paso más cerca de Santiago.	105
<b>Capítulo 20</b>	
El Último Esfuerzo hacia la Plaza de Obradoiro	109
<b>Capítulo 21</b>	
El Orgullo de la Compostela y la Esperada Visita a la Tumba	113
<b>Capítulo 22</b>	
La Bendición del Botafumeiro y el Encuentro en la Plaza Obradoiro	117
<b>Capítulo 23</b>	
Un Vuelo hacia Nuevos Recuerdos	123
Epílogo	
Reflexiones de Ivonne acerca del Camino de Santiago	125
Comentario final de Oscar:	130
<b>Nuestras Recomendaciones para hacer el Camino de Santiago por primera vez</b>	<b>131</b>
Introducción al Camino de Santiago	132
Breve Historia y Significado del Camino	132
Formas de Realizar el Camino de Santiago	133

Opciones para Trasladar las Pertenencias	135
Descripción de las Principales Rutas	137
Planificación y Preparación para el Camino de Santiago	138
Logística del Viaje	143
Opciones de Alojamiento	144
Comida y Bebida	145
Durante el Camino	146
Orientación Sobre la Navegación Diaria, Marcas y Señales en el Camino	147
Consejos para Manejar las Ampollas y Otros Problemas Físicos Comunes	147
Cómo Interactuar con Otros Peregrinos y la Importancia del Apoyo Mutuo	148
Seguridad Personal y Cómo Manejar Situaciones de Emergencia	149
Espiritualidad y Reflexión	150
Formas de Incorporar Prácticas Meditativas o Reflexivas en la Rutina Diaria del Camino	150
Si lo Haces Como Peregrinación Cristiana	151
Llegada a Santiago de Compostela	152
Un Final y un Nuevo Comienzo	152



Qué Hacer al Llegar a la Plaza del Obradoiro	153
Información sobre la Oficina del Peregrino, la Misa del Peregrino y Cómo Obtener la Compostela	154
Sugerencias para los Días Posteriores a la Llegada, Incluyendo Visitas a Finisterre o Muxía	154
Fotografía y Recuerdos: Capturando y Conservando la Esencia del Camino de Santiago	155
Ideas para Guardar y Compartir Recuerdos del Camino	157
Regreso a Casa: Manteniendo Vivo el Espíritu del Camino	158
Reflexiones sobre la Reintegración a la Vida Cotidiana	159
Cómo Mantener Vivo el Espíritu del Camino en la Vida Diaria	160
Descripción del Camino Francés desde Astorga a Santiago de Compostela	161
Etapa: Astorga a Rabanal del Camino	163
Etapa: El Acebo a Ponferrada	165
Etapa: Ponferrada a Trabadelo	167
Etapa: Trabadelo a O Cebreiro	169
Etapa: O Cebreiro a Triacastela	172
Etapa: Triacastela a Sarria	174
Etapa: Sarria a Portomarín	177

Etapa: Portomarín a Palas de Rei	179
Etapa: Palas de Rei a Melide	182
Etapa: Melide a Arzúa	184
Etapa: Arzúa a O Pedrouzo	186
Etapa: O Pedrouzo a Monte de Gozo	188
Etapa: Monte de Gozo a Santiago de Compostela	190
Tradiciones del Camino de Santiago	194
Frases típicas del Camino de Santiago	198
Recomendaciones para no perderte en el Camino	202
Evita Estos Errores al Planificar y al Realizar el Camino de Santiago	204
Respuestas a las preguntas más frecuentes acerca del Camino de Santiago	208
Tu día a día	213

# Acerca del Autor

Óscar Carrera nació en 1964 en León, Gto. Está felizmente casado con Ivonne, con quien tiene cuatro hijos y cinco nietos. Sus momentos más felices son cuando se reúne con sus hijos y nietos.

Juntos han sido promotores matrimoniales en el Movimiento Familiar Cristiano Católico desde hace 25 años. Óscar bromea diciendo que aunque no tiene una carrera profesional, con su apellido se siente satisfecho. Sin embargo, ha desarrollado una formación autodidacta en diseño web y marketing digital. Trabajó en el área comercial de varias empresas, siendo la última Epson México en 1995. Junto con Ivonne, ha fundado y dirigido Carrera en Línea ([www.carreraenlinea.com](http://www.carreraenlinea.com)), agencia de marketing digital, y Fotos de Negocios 360 ([www.fotosdenegocios360.mx](http://www.fotosdenegocios360.mx)), donde ha realizado más de 550 recorridos virtuales como Fotógrafo de Google Street View Trusted, con clientes en siete países. Participó como el único mexicano en un proyecto fotográfico en la ciudad de Granada, España, en 2023, donde, junto con otros 23 fotógrafos de panoramas, llevaron a cabo el proyecto [www.patrimoniogranada.org](http://www.patrimoniogranada.org). Además, han fundado Caminando Juntos ([www.caminandojuntos.com.mx](http://www.caminandojuntos.com.mx)), enfocándose en promocionar y organizar grupos de peregrinos para el Camino de Santiago.

En 2017, después de superar muchas dudas y retos, Óscar e Ivonne recorrieron parte del Camino Francés desde Astorga hasta Santiago de Compostela, sumando más de 250 km,



superando lesiones y acumulando 14 ampollas. Con la firme determinación de regresar, en 2022 completaron las tres peregrinaciones cristianas más importantes: Tierra Santa, Roma y, nuevamente, el Camino de Santiago, esta vez por el Camino Primitivo desde Oviedo, España, con más de 350 km. Esta experiencia reforzó su determinación de compartir el Camino con más personas.

En 2023, Óscar realizó el Camino Portugués desde Sobriaes, Portugal, cubriendo más de 140 km por la variante espiritual. Ese mismo año, llevaron varios grupos de más de 50 personas al Camino Francés, desde Sarria y desde Ponferrada y han acumulado un total de 9 Compostelas.

Óscar decide compartir en este libro su experiencia, narrando todo el proceso desde que descubrió el Camino de Santiago en una película hasta su llegada a la Plaza de Obradoiro frente a la Catedral de Santiago de Compostela y la visita a la tumba del Apóstol Santiago. Además, busca responder a las preguntas más frecuentes de los peregrinos primerizos y hace muchas recomendaciones para realizarlo de forma segura y más fácil para quien decida emprenderlo. Se ha propuesto acercar el Camino a aquellos que aún no lo han experimentado a través de fotografías de 360° y recorridos virtuales, disponibles para verlos sin costo en sus sitios web.

Óscar mantiene dos blogs en sus sitios web, uno relacionado con su trabajo como fotógrafo de 360° y otro en [www.caminandojuntos.com.mx/blog](http://www.caminandojuntos.com.mx/blog), donde aborda temas relacionados con el Camino de Santiago. Le apasiona reunirse con sus amigos, conocer nuevas ciudades y pueblos caminándolos, conversar con la gente, degustar la comida local, descubrir nuevos aromas y sabores de vino y café, y colecciona gorras y mochilas.

Para contactar a Óscar, visita su sitio web [www.oscarr Carrera.com](http://www.oscarr Carrera.com).

# Dedicatorias

A mi tía Maru "Coco" y a mi mamá, que sé que desde el cielo, me han estado cuidando e intercediendo ante Dios por mí y mi familia. Sé que les hubiera encantado que les platicara acerca del Camino de Santiago. Coco seguramente lo hubiera hecho.

A mis hermanos, Laura y Eduardo.

A mis amigos Jorge y Alicia, Armando, Alma América, Leonardo y Ricardo.

A mis hijos, Omar, Lucy, Rubén y Marithé

A mis nietos Gael, Yunuen, Melissa, Mila y Emma

***"Y ti Ivonne, mi Bony querida, que me has tenido la paciencia para todas mis locuras. Porque te atreviste a salir de su zona de confort, para realizarlo. Porque descubrí que tienes un corazón de acero para soportar las adversidades, que las decisiones que tomas, lo haces con mucha valentía y que tu prudencia y elocuencia, me ayuda a centrar mis esfuerzos en lo que realmente vale la pena.***

***Gracias, porque desde hace 35 años, estamos CAMINANDO JUNTOS."***



# Agradecimientos

A Dios, por el invaluable regalo de la vida y la fe, y por permitir que este libro sea una fuente de inspiración para que muchas personas decidan emprender el Camino de Santiago, encontrando en él un espacio de crecimiento espiritual y personal.

A mi gran amiga Alma América Bárcenas, por su inquebrantable amistad a lo largo de los años, por haberse inspirado en nosotros para hacer su propio Camino de Santiago, por escribir el prólogo de este libro y por sus valiosas correcciones que enriquecieron cada página.

A Nina Bárcenas, por confiar en nosotros para hacer su primer Camino, por dedicar su tiempo a realizar un análisis detallado del contenido de este libro y por sus sugerencias que ayudaron a perfeccionarlo.

A todos los peregrinos que han confiado en nosotros para planear o realizar su primer Camino de Santiago. Especialmente a Ana Lilia, por haberme llamado el día en que, justo al llegar a la Plaza de Obradoiro durante nuestro segundo Camino, el Primitivo, me dijo que quería hacerlo con un grupo de amigas. Esa llamada nos llenó de emoción y marcó el inicio de muchas aventuras compartidas.

El Camino de Santiago,



A Ivonne, mi compañera de vida, por ser la fuente de inspiración detrás de estas palabras y por hacer de este Camino, tanto en la vida como en Santiago, una experiencia inolvidable.

A ti, querido lector, gracias por acompañarnos en este viaje a través de estas páginas. Deseo de corazón que este libro sea una inspiración para que te animes a vivir la experiencia del Camino de Santiago. Que cada palabra aquí compartida te impulse a descubrir que el verdadero Camino comienza cuando te atreves a dar el primer paso. ¡Buen Camino!



# Prólogo

Escrito por Alma América Bárcenas

Alma América Bárcenas es una amiga muy especial para Oscar e Ivonne Carrera. Su amistad se remonta a más de 40 años, tiempo en el que han compartido innumerables experiencias. Siguiendo sus pasos a través de las redes sociales y sintiendo la inspiración que transmitían con cada relato sobre el Camino de Santiago, Alma decidió emprender su propio viaje por esta ruta milenaria, guiada por su amistad y por el profundo impacto que el Camino tuvo en sus vidas.

El Camino de Santiago es una de las peregrinaciones más antiguas y reconocidas del mundo, una travesía que no solo desafía el cuerpo, sino que también nutre el alma. A lo largo de los siglos, millones de peregrinos han recorrido sus senderos en busca de espiritualidad, aventura o simplemente una nueva perspectiva de la vida. Este libro está diseñado para servir como tu guía completa en esta inolvidable jornada.

En sus páginas, encontrarás una combinación de consejos prácticos y sabiduría recopilada por Oscar e Ivonne, dos peregrinos muy experimentados, todo ello pensado para contribuir a que tu experiencia en el Camino sea enriquecedora, minimizando posibles contratiempos. Desde la planificación de tu ruta hasta la elección del equipo adecuado, este libro



cubre cada aspecto crucial de la preparación. Aprenderás sobre los diferentes caminos, cada uno con sus propias maravillas y desafíos.

Te ofrece recomendaciones sobre cómo prepararte físicamente para la caminata, incluyendo rutinas de entrenamiento y consejos sobre cómo evitar lesiones comunes. También aborda la importancia de empacar adecuadamente, con listas detalladas de equipo esencial y sugerencias para mantener tu mochila ligera pero completa.

Además de la logística, exploran el aspecto espiritual y cultural del Camino. Desde la historia detrás de la peregrinación hasta las tradiciones locales y los momentos de reflexión personal que podrías experimentar, este libro te prepara para no solo caminar, sino vivir el Camino en toda su profundidad.

Incluye también consejos sobre la mejor manera de interactuar con otros peregrinos, aprovechar al máximo las paradas en albergues y disfrutar de la rica gastronomía local. Su objetivo es que termines el Camino no solo habiendo completado una caminata, sino habiendo transformado una parte de ti mismo.

Sin embargo, este libro es mucho más que una guía práctica y útil; es la historia de una pareja que comparte, con detalle, la forma en que se sumergió en el interesante y profundo significado del Camino de Santiago, sus propias vivencias y reflexiones, el impacto que tuvo en sus vidas y cómo han podido influir en muchas otras personas para atreverse a vivir esta retadora experiencia de vida, que sin duda es trans-

formadora. Tuve el privilegio de hacer el Camino con Oscar e Ivonne y puedo constatar que esta guía es una herramienta esencial para maximizar esta enriquecedora experiencia.

Emprender el Camino de Santiago es una decisión que cambiará tu vida. Este libro está aquí para apoyarte en cada paso, asegurando que tu viaje sea memorable, seguro y profundamente personal. Prepárate para descubrir no solo los paisajes del Camino, sino también nuevos horizontes dentro de ti.

¡Buen Camino!



# Introducción

Para Ivonne y para mí, un matrimonio mexicano, la llamada del Camino de Santiago resonó a través de la magia del cine, en relatos de otros que, con pasos decididos, habían emprendido caminos de autoconocimiento y fe. Así descubrimos esta peregrinación milenaria que prometía más que un viaje físico; prometía un viaje al centro de nosotros mismos.

Este libro, **“El Camino de Santiago, Caminando Juntos”**, es un testimonio de nuestro viaje compartido, de cómo los kilómetros recorridos se entrelazaron con historias, desafíos y revelaciones que marcaron nuestras vidas. No es solo la narración, desde mi punto de vista, de un peregrinar a través de paisajes hermosos y ciudades llenas de historia, sino también el relato de cómo, cada paso, fortaleció nuestra unión, profundizó nuestra fe, transformó nuestra percepción del mundo y de nosotros mismos.

Aquí te comparto las dificultades, las dudas y las alegrías, y sobre todo, la solidaridad encontrada en cada rincón de El Camino, donde cada persona que encontramos añadió riqueza a nuestra experiencia. Desde el despertar espiritual hasta las pruebas físicas, cada elemento de nuestro viaje se convierte en un reflejo de la vida misma, una serie de lecciones sobre cómo enfrentar los retos con esperanza y compañerismo.



A través de estas páginas, te invito a ir **CAMINANDO JUNTOS**, a sentir el ritmo constante de cada paso, a mirar a través de nuestros ojos y descubrir que el verdadero destino no siempre es el lugar al que se llega, sino cómo se transforma uno en el trayecto.

Te animo, desde el fondo de mi corazón, a atreverte a dar ese primer paso hacia Santiago. No solo estarás siendo parte de una ruta milenaria trazada por incontables peregrinos, sino que estarás escribiendo tu propia historia de Fe y autodescubrimiento. Cada paso sobre ese camino es un paso hacia dentro de ti mismo, una oportunidad para enfrentar tus miedos, superar tus limitaciones y celebrar cada victoria personal.

**“¡Buen Camino!”**

# Capítulo 1

## Descubriendo el Camino

**Descubrí el Camino de Santiago a través de películas y compartí mi entusiasmo con Ivonne. A pesar de las dudas iniciales de Ivonne, mi emoción y la constante búsqueda de información sobre el Camino la contagiaron, y finalmente aceptó la idea de realizar el peregrinaje juntos. Este capítulo marca el inicio de una transformación personal y conjunta a través del Camino de Santiago.**

En el año de 2015, vi una película que me llamó mucho la atención: “The Wild”, con Reese Witherspoon. Donde una chica con una vida problemática, realiza una caminata por el Pacific Crest Trail (PCT), en EUA, desde California, frontera con México a Seattle, Wa, frontera con Canadá.

En esta película, la chica, sin experiencia, lleva su mochila supercargada, con su tienda de campaña, alimentos, agua, etc. No hizo ningún entrenamiento y sufrió las consecuencias. Dormía todos los días al aire libre y eventualmente cruzaba algunos poblados donde se abastecía de comida y descansaba en algún hotel.



Esto me llamó la atención como una experiencia diferente, especialmente por la parte de la reflexión, la introspección y el desafío físico. Pero no me agradó el tema de tener que dormir todos los días en una bolsa de dormir. Lo comenté con Ivonne, como una experiencia que sería interesante, pero que no me agradaban tanto otras cosas de hacerlo de esa manera.

Posteriormente, vi la película "The Way", con Martin Sheen y Emilio Estévez, donde se narra la experiencia de un papá que hace el Camino de Santiago en honor a su hijo que falleció cuando apenas comenzaba a hacerlo. También lo hace sin ninguna preparación, con la mochila, el equipo de su hijo, su calzado y con una firme determinación de realizar el último viaje que su hijo no pudo hacer. El padre fue esparciendo poco a poco las cenizas de su hijo, como una forma de hacer el Camino juntos.

Esta película muestra y explica lo que es el Camino de Santiago, cómo lo realizan las personas, dónde duermen, lo que comen, narra toda la experiencia de encontrar nuevos amigos, encontrar un camino propio de cada peregrino y caminar por los senderos con unas vistas maravillosas, para llegar a Santiago de Compostela y visitar la tumba del Apóstol Santiago, pero sobre todo, como el camino cambia la perspectiva de la vida de las personas y las transforma

"Las películas "The Wild" y "The Way" me mostraron dos visiones del peregrinaje: una solitaria y retadora, y otra espiritual y comunitaria, aunque las dos, transformadoras. Ambas despertaron en mí el deseo de emprender mi propio camino. De la primera me gustó que el contacto con la naturaleza es total, que se aprende a vivir el día a día. Sin embargo, me causó algo de inquietud la incertidumbre de cuánto iba a caminar cada día y tener que decidir dónde iba a dormir, así como la soledad, que me parecía, aparte de inseguro, algo que no me gustaría probar.



La segunda me inspiró muchísimo, porque tenía todos los elementos que buscaba, contacto con la naturaleza, contacto con más personas, un enfoque religioso y espiritual, dormir de una forma más cómoda para asegurar un mejor descanso, mucho más seguro y sin dejar la parte de introspección personal.

Me interesó mucho esta experiencia y decidí que algún día lo iba a realizar. Lo comenté con Ivonne, para ver si a ella le interesaría hacerlo y le describí ambas películas. **De forma determinante Ivonne dijo que no lo haría; que si yo quería realizarlo, adelante, ella me apoyaría.**

Aunque me esperaba esa respuesta, porque la conozco bien, me sentí tranquilo de saber que se lo había propuesto y que de alguna forma, el que ella se quedara a cargo de la Agencia que tenemos, era una forma de que no fuera a pasar nada que no pudiéramos controlar. Sin embargo, sí me desilusionó un poco, ya que me hubiera gustado muchísimo que lo hiciéramos juntos.

No tenía la menor idea de que lo que venía en los próximos días, me iban a dar un vuelco en el corazón.

Y así, comencé a investigar todo lo que se necesitaba para hacerlo: las rutas, los diferentes puntos de partida, los hospedajes, el entrenamiento, la ropa y calzado adecuados, dónde hacer los alimentos, qué llevar en la mochila, cómo hacer reservaciones y un largo etcétera.

Toda esta información la compartía día a día con Ivonne, lo que iba descubriendo, los hospedajes, las rutas, las distancias, los lugares por donde se caminaba, el destino final, las anécdotas que otros compartían.

Se lo compartía con tanto entusiasmo, que un día domingo me dijo:



***“Vamos a ver la película que me comentaste,  
que te gustó mucho.”***

Y lo hicimos, vimos “The Way”, juntos.

Poco a poco, conforme iba tomando sentido lo que le había platicado con lo que veíamos en la película, se iba metiendo en su mente y en su corazón, no me imaginaba qué iba a suceder al terminar de ver la película, pero sí pude ver que le emocionó muchísimo, tanto, que al terminar, volteó y, con lágrimas en los ojos me dijo:

***“Si me gustaría hacerlo, pero tienen que suceder  
muuuuuchas cosas”.***

Nos abrazamos muy emocionados, porque entendíamos que estábamos tomando una gran decisión. No sabíamos qué iba a pasar para que lo lográramos ni cuando, pero ahí comenzó todo con respecto al “Camino de Santiago” en nuestras vidas.

Algunas de las muchas cosas a las que se refería, eran: ella nunca había hecho ejercicio, por un problema que tenía en su rodilla, también que sufría desde hace tiempo un cansancio crónico, y además ahora teníamos que trabajar mucho más para ahorrar lo suficiente para que ambos pudiéramos hacerlo, porque teníamos que organizarnos en la Agencia que ambos dirigimos y en el trabajo docente que ella tenía. Pero decidimos que si eso iba a ser para el bien de ambos, lo íbamos a realizar.

***“Con la decisión tomada, Ivonne y yo nos embarcamos en la preparación para nuestro viaje, sin saber que una serie de “coincidencias” (Diosidencias) comenzarían a allanar nuestro camino, demostrando que, tal vez, el Camino de Santiago ya nos había elegido a nosotros.”***