Verslaafd aan wandelen

In de Spaanse Rías is een pittoreske ankerplek nooit ver weg. Maar er is slecht weer op komst, dus kiezen we voor de haven van Muros. Als kersverse leden van de vereniging van Galicische havens krijgen we nog korting ook, bovenop het al gunstige wintertarief. Eenmaal afgemeerd, wisselen we de zeillaarzen voor wandelschoenen om het stadje en de indrukwekkende baai van Louro aan de westkust te ontdekken. Uitwaaien op z'n Spaans, aan land even heerlijk als op zee.

Sinds het begin van onze wereldreis is wandelen onze favoriete manier van vervoer. We wandelen om een nieuwe omgeving te verkennen, maar ook voor enkele elementaire huishoudelijke behoeften zoals boodschappen doen, afvalcontainers of een wasserette vinden. Als we voor anker liggen is het vaak een eindje lopen naar een dorp of stad voor boodschappen en bezienswaardigheden. Ook nu lokt het culturele aanbod van de grote stad verderop: Santiago de Compostela. En laat dat nou ook de officieuze wandelhoofdstad van Europa zijn.

Ondanks onze voorliefde voor wandelen, zijn we niet te beroerd om in een rechtstreekse bus te stappen. Al tippelend vanaf het busstation naar het centrum van Santiago komen we de eerste tekenen tegen dat we in een wandelmekka zijn beland. Alom rugzakken, wandelstokken en Sint Jacobsschelpen, het symbool van het Sint Jacobspad, dat hier naartoe leidt.

Lichamelijke uitdaging met spirituele wortels

De in het Spaans genaamde *Camino de Santiago* trekt elk jaar honderdduizenden mensen en is daarmee de populairste wandelroute van Europa. Volgens de legende zijn de overblijfselen van de Bijbelse apostel Jacobus begraven in de indrukwekkende kathedraal van Santiago de Compostela. Tijdens de middeleeuwen hebben miljoenen christenen om religieuze redenen de bedevaart naar zijn begraafplaats ondernomen.

Naar mate de invloed van het christendom verminderde, werd de *Camino* minder druk bewandeld. Maar sinds de jaren tachtig heeft de *Camino* een opvallende comeback gemaakt. Wat motiveert mensen deze lange en moeizame tocht vandaag de dag te ondernemen?

We bezoeken het rijkelijk versierde altaar van de kathedraal, maar vinden onder de vele toeristen geen wandelaars. Zij verzamelen zich op het plein voor de kathedraal. Flessen wijn passeren van de een naar de ander en elke aankomende wandelaar krijgt een feestelijk onthaal van de groeiende groep. Ze knuffelen, dansen, huilen zelfs.

"Ik kan niet beschrijven hoe blij ik ben om hier te zijn. Zes weken heb ik erover gedaan vanuit Frankrijk!" Mathieu ziet er uitgeput uit, maar zijn ogen stralen van vreugde. "Ik werd onlangs vader, wat een wake-up call was. Ik besefte dat ik mijn prioriteiten op een rijtje moest krijgen en besloot te gaan wandelen om mijn gedachten te ordenen." De afstand tot het hectische dagelijkse leven en de lange wandeldagen hadden het gewenste effect. "Ik ben nu vastbesloten om me te concentreren op een eenvoudiger leven, minder te werken en meer tijd met mijn gezin door te brengen."

Een vrouw van midden veertig beschrijft de wens om opnieuw contact te maken met de natuur en andere mensen als haar belangrijkste reden om te wandelen. Een andere wandelaar noemt de fysieke uitdaging als drijfveer, terwijl zijn buurvrouw "terug wil gaan naar de basis". Hoewel de religieuze motivaties uit het verleden zijn vervangen door meer persoonlijke en wereldlijke zorgen, destilleren we niettemin zowel spirituele als fysieke beweegredenen. Kan wandelen misschien zelfs bijdragen aan een duurzamere samenleving?

Opnieuw verbinden met de natuur en met anderen

Wandelaars worden de hele dag door de natuur omringd. Vanzelf volgt daaruit waardering voor de natuur en het besef hoe complex en kwetsbaar zij is. Wie wandelt, merkt bovendien meer details op, zoals bijzondere bomen, planten en vogels, maar ook tekenen van vernietiging en vervuiling. Wandelaars zullen zich daarom vaak identificeren als natuurbeschermers en actief helpen om het milieu te beschermen, bijvoorbeeld door onderweg vuilnis te rapen.

Langs de *Camino* ontmoeten wandelaars van over de hele wereld elkaar. Hun etniciteit, politieke overtuigingen, en religies verschillen, maar hun gemeenschappelijke streven verenigt hen. Het creëert een band waardoor iemands perspectief op anderen kan veranderen. Wie zijn bekende omgeving verlaat en samen met onbekenden wandelingen maakt in een vreemd land, keert ongetwijfeld meer open-minded terug.

Wandelen als een gezond vervoermiddel
Sommigen beschouwen het wandelen van de *Camino* als een fysieke uitdaging. Dat herkennen we. Wandelen houdt ons in vorm. We zijn het inmiddels zo gewend, dat we liever lopen in plaats van op openbaar vervoer te wachten. Wandelen als CO_2-neutraal transportalternatief!

Terug naar de basis
Wandelen heeft nog een ander, misschien verrassend, voordeel. De meeste wandelaars willen de last op hun rug tot een minimum beperken. En wat je wel meeneemt moet van goede kwaliteit zijn. Een goede rugzak, navulbare flessen en multifunctionele gereedschappen bijvoorbeeld, in plaats van wegwerpproducten voor eenmalig gebruik. Als je het zo bekijkt, kunnen wandelaars gezien worden als minimalisten "*avant la lettre*". Door producten te kiezen die langer meegaan, dragen ze bij aan een slimmer en duurzamer gebruik van hulpbronnen.

Meer wandelbeloningen
Tijdens de busreis terug laten we deze inzichten even bezinken. Enkele dagen later zeilen we verder naar de Islas Cíes, drie Atlantische eilanden vlak voor de kust van Galicië. Als we het anker laten vallen, voelt het alsof we in een tropisch paradijs zijn aangekomen. Kristalhelder water, lange witte zandstranden, dennenbossen en steile bergen omringen ons. Is dit Europa? We peddelen naar het strand om deze bounty-eilanden te verkennen. We volgen de wandelpaden en bereiken de grote vuurtoren "Faro Cíes". Vanaf hier is het uitzicht magnifiek. De fysieke uitdaging om helemaal hierheen te wandelen is de spirituele beloning waard: momenten van puur geluk.

Verslaafd aan wandelen!
Wandelen is voor ons een tweede natuur geworden. Het is gemakkelijk, flexibel, gezond en gratis. Het is een van de manieren waarop we proberen fit te blijven. En de beloning is er altijd. In de vorm van nieuwe ontdekkingen waardoor we ons meer verbonden voelen met de natuur. Of in de vorm van verse en lokaal geproduceerde boodschappen, prachtige uitzichten of unieke ontmoetingen. En een grote milieu-bonus: geen CO_2 uitstoot! Dus wat je motivatie ook is - meer spiritueel zoals Mathieu, of meer fysiek zoals wij - we nodigen je uit om, naast zeilen, ook verslaafd te raken aan wandelen!