



A la venta el 27 de octubre de 2020

Más información y entrevistas con Carolina Reymúndez:
Lola Escudero. T: 619 212 722 . lescudero@planeta.es

Mi llones de pa sos

Caminar y contar



CAROLINA REYMÚNDEZ

Con ilustraciones de MAITE MUTUBERRIA

Un libro para no dejar nunca de caminar

- Caminar es mucho más que echar a andar, un paso detrás de otro, o ir de un sitio a otro sin subirse en un transporte. Caminar supone una forma de estar en la vida, de afrontarla, de calibrar lo útil y lo inútil. En un mundo en que todos vamos con prisas, donde el bien máspreciado parece ser el tiempo (y “perder el tiempo” el mayor de los pecados), crece cada vez más el “club de los caminantes incansables”: personas que han optado por ir de un sitio a otro preferentemente o exclusivamente caminando, una actitud que cambia la perspectiva de la vida y de uno mismo.
- **Millones de pasos** es la visión personal de una viajera y periodista de viajes, **Carolina Reymúndez**, que hace tiempo decidió ir caminando a todas partes, para ver y para pensar y para leer de otra forma las calles, los caminos y el mundo. En este libro aparecen **crónicas** de trekkings por todo el mundo o de simples caminatas y paseos, **perfiles** de grandes caminantes y **charlas** con personajes que aportan su punto de vista sobre el hecho de caminar, desde una experta en “caminabilidad” urbana, un amputado o un reflexólogo chino hasta analistas de la marcha).
- Por estos **20 capítulos** transitan caminantes, caminatas, pies, peregrinaciones, desgarros, podómetros, cintas de gimnasio, kinesiólogos, una biblioteca de caminar, andanzas épicas, pasos perdidos y, como punto final, la imposibilidad de caminar durante el confinamiento de estos últimos meses y las caminatas “clandestinas” que han surgido en el marco del encierro global debido al coronavirus.

«Camino porque es una manera de abarcar lo inabarcable. De entrar en la dimensión de las ciudades y de tomar cuenta de la proporción del hombre frente a la naturaleza inmensa. Camino porque es una forma de leer las calles y el mundo. Camino para ver y para pensar».

La tradición china habla de **cuatro dignidades del ser humano: estar de pie, yacer, estar sentado y caminar**. El cuerpo en su modo fundamental, escribió el poeta beat Gary Snyder, y luego describía formas de meditar en cada una de esas dignidades: caminar como **recurso de supervivencia y de tenacidad**. Como los trashumantes, que trasladan el ganado dos veces por año hacia los mejores forrajes, desde hace siete mil años.

Caminar **para hacer memoria** y para **pedir justicia**. Caminar porque **lo contrario sería rendirse**, como declaró hace poco uno de los miles de venezolanos que se fueron del país a pie. Un pie delante del otro y el otro delante del anterior y así sucesivamente. **Como una letanía, como un mantra**.

Al caminar se ve más claro que **estamos en tránsito. Todo pasa**: un semáforo, la bocina del conductor impaciente, un pensamiento, el perfume del jazmín paraguayo. Suena a texto de autoayuda y quizás lo sea un poco porque caminar hace bien. Como la naturaleza, como el arte y el humor, caminar sana. **Se activan más de doscientos músculos cuando caminamos**. Los médicos lo recomiendan como **rutina para evitar el insomnio, quemar calorías, fortalecer los huesos, reducir el riesgo de enfermedades coronarias, prevenir el estrés, mejorar el ánimo**. Caminar da **bienestar**.



«Caminar en el Paine no es gratis. Caminar en este parque es caro y, como en las ciudades, también en la naturaleza salvaje hay clases sociales que se expresan en el equipo y en las elecciones de alojamiento. En estas zonas de clima inestable y suelo difícil se evidencia eso que las publicidades llaman alta performance.

Algunos van con calzado de trekking impermeable y alto hasta el tobillo para evitar torceduras y conservar los pies secos. Otros usan zapatillas de tela que mojan las medias en el primer charco. Hay quienes duermen en carpa por diez dólares y otros que pagan quinientos por un domo *ecosustentable* con alfombras orientales y salamandra. Algunos comen picnic gourmet –lunch box con pan casero, fetas de cordero braseado, vegetales grillados y cebolla caramelizada– y están los que se comen una barrita de cereal y guardan la otra para más tarde».

Antonio Muñoz Molina, Mario Vargas Llosa o Miguel Delibes son algunos de los escritores que integran el club de los incansables caminantes junto a una larga lista de filósofos, periodistas e incluso políticos...



Machado es otra buena referencia. En un escueto homenaje cabe decir que, efectivamente, se hace camino al andar. Por eso, **a este libro de la periodista Carolina Reymúndez hay que asomarse, por supuesto, como quien emprende un viaje.** El lector está muy lejos de encontrarse ante una guía. Tampoco es un diario, aunque se le parece. No hay en él ninguna vocación de convertirse en uno de esos libros al uso que hablan de andar. Existe una dirección... un camino. Un proceso diferente, lejos - aunque sin ignorarlo- del enfoque deportivo de la

literatura existente, que queda muy bien recogido en las páginas de la nueva obra de la colección Singulares de Geoplaneta.

Desde el origen de la idea de escribir sobre caminar, hasta la irrupción de la crisis sanitaria que dinamitó los planes de todo el mundo y nos obligó a detenernos: Reymúndez traza **una ruta colmada de reflexiones, anécdotas, emociones y personajes** que se suceden a través de **20 capítulos** que componen un **itinerario único y una convincente invitación al movimiento.**

“La libertad cuando se camina es la de no ser nadie, porque el cuerpo que camina no tiene historia, tan solo un flujo de vida inmemorial. Así, somos un animal de dos patas que avanza, una simple fuerza pura entre grandes árboles, apenas un grito”.

Frédéric Gros

“Cuando sentí que había perdido todo, caminé, y caminé cuando tuve la impresión de haber entendido algo del todo. Camino para entender y para olvidar; para alejarme y para llegar. Camino para ordenar las ideas y para buscar ideas. Camino para escuchar”.



“Apenas camino y por momentos creo que no sabré volver a hacerlo. **Fue un desgarro.** Nadie me lo dijo: la forma del dolor representó esa palabra. No fractura ni esguince ni torcedura. **Me había desgarrado, igual que los futbolistas.**

–¿Qué te pasó? – preguntó el traumatólogo de guardia unas horas después del garrón. Lo primero que dije fue “nada”, no como muletilla, pura literalidad. No estaba haciendo nada. Voy para atrás. Saqué el pasaje de tren en la ventanilla, eso le dije al traumatólogo, y caminé hacia el andén cuando sentí un dolor punzante en el gemelo izquierdo, como si me hubieran tirado una piedra. Era una calle de adoquines, eso también le dije al médico, que casi ni me miró en la breve consulta. Después vino un dolor caliente, hirviente como debe ser la lava. Recuerdo la mirada de un hombre

parado en la esquina. Me vio cuando me agarré la pierna y cuando fui saltando en una pata hasta el andén. Tenía mirada sospechosa, si esto fuera ficción, él sería el culpable de haber estallado una bomba en mi pantorrilla. ¡Terrorista!

–Hacete una ecografía en setenta y dos horas– dijo el traumatólogo, y después me enseñó a vendarme y escribió en el recetario el nombre de un calmante potente. Esa noche llegué al baño gateando.

Desgarro muscular: lesión del tejido muscular. Va acompañada de hemorragia provocada por la rotura de los vasos sanguíneos que recorren el músculo afectado, provocando un dolor intenso que impide contraerlo.

La regla número uno del que apenas camina es no apurarse. Cuanto más lento, mejor. D e s p a c i o. Letra por letra. Paso a paso. D e s p a c i o. Del escritorio a la sala; de la sala a la cocina, del dormitorio al baño, y todos los espacios de la casa en distintas combinaciones.

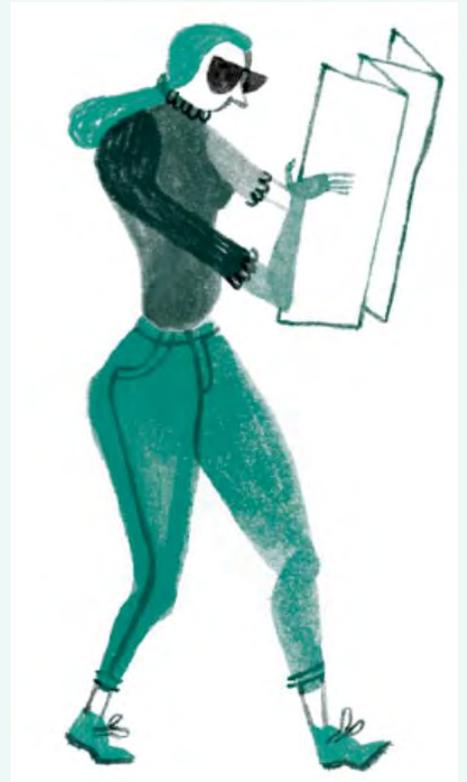
La propuesta de este libro es lo opuesto del sedentarismo y la autora no puede caminar. **Una paradoja que por definición no es peripatética ni de la patafísica.** En todo caso se acerca a lo patético. **¿Se convertirán estos textos en reflexiones sedentarias sobre caminar?”**

A PATA POR BUENOS AIRES

Un día me entero de una caminata guiada de dieciocho kilómetros por Buenos Aires y le escribo a la editora del suplemento “Viajes” del diario La Tercera de Chile, que siempre busca artículos distintos de mi ciudad. Enseguida acepta el **trekking urbano**. Pienso que también podría servirme para el libro. Para animarme recuerdo una de las frases de caminar que me gustan: **“Yo soy una parte de todo aquello que he encontrado en mi camino”**, del poeta inglés Lord Tennyson que caminaba por la isla de Wight con sobretodo negro y sombrero de ala ancha, atento a los zorros rojos, a las ardillas y a la naturaleza porque igual que Keats y que Wordsworth era un romántico. En la isla, la más grande de Inglaterra frente a Southampton, hay un monumento, senderos y caminatas verde inglés que lo honran.

¿Poesía? **Después de los dieciocho kilómetros por la piel de cemento, mis pantorrillas me cobrarán la inconsciencia con la poesía del dolor.** ¿Y si se hacen todavía más gordos de tanto caminar? Mis gemelos anchos combinan con mis tobillos de elefante y juntos se ponen en acción para esconderse todos los veranos. Un complejo antropomórfico que hoy no importa porque, como la mayoría de los días, uso pantalones. Partimos a las diez de la mañana de Caminito, la calle más turística de Buenos Aires. Caminar por Caminito suena a plan redundante. La Boca era el viejo puerto de la ciudad, donde vivían – amontonadas en conventillos– las familias de inmigrantes. Las casas de chapa y madera tienen más colores que la bandera del orgullo gay porque se pintaban con sobras de la pintura de los barcos. Un poco de azul, bastante de rojo y tres pinceladas de amarillo y todo mezclado. No hay blanco, se habrá usado en un buque carguero.

Somos diez en el paseo: cinco mexicanos, una italiana, dos puertorriqueños y una cordobesa. Hay estudiantes que viven desde hace algunos meses en Buenos Aires y turistas. La guía se llama Florencia Solá, tiene veintidós años y lleva una mochila grande como las que se usan para subir un cerro. Habla despacio y claro como una maestra. Cuenta lo que aprendió en cursos y libros: datos históricos, curiosidades, agenda, novedades. Si mi mamá la escuchara diría que es una chica preparada. Todos tenemos zapatillas salvo una mexicana que vino con botas de tacón y camina pausado, sabiéndose linda. Atrae miradas y pasa de la historia. Le sigue el paso y la festeja un muchachito que si pudiera le saltaría en la falda.



«Mi trabajo consiste en viajar para escribir. Escribía para entusiasmar a otros a salir a andar. Me pagaban por viajar adonde otros pagaban para ir. Tuve el mejor trabajo del mundo. Todo tiene que ver con caminar. Cada viaje involucra pasos que se cruzan con historias, paisajes y personas que los habitan».

Y ENTONCES LLEGÓ EL VIRUS QUE NOS OBLIGÓ A PARAR

El mundo cambió de una patada. Mientras este libro está en cola de impresión pasa algo extraordinario. La enfermedad se esparce como el fuego y los países cierran las fronteras. Mueren cientos de miles de personas y conocemos la cuarentena. Incorporamos nuevas palabras al lenguaje coloquial y dejamos de hacer cosas que nos gustaban. Como abrazarnos. Como caminar sin dar explicaciones.

Viajar se conjuga en tiempo incierto y lavarse las manos es una actividad central que se repite más que comer. Cambió todo tanto que ir a comprar se transformó en un plan. En un contexto de pandemia, lo más parecido a un viaje. Con la cabeza llena de preguntas me visto para salir.



Parece que me alistara para viajar a otra galaxia, pero bajaré al supermercado chino de la otra cuadra con tapabocas, guantes, y untada en alcohol en gel. Calzo las zapatillas afuera de la casa. El ascensor se detiene en el sexto piso. La vecina está parada junto a la puerta, pero no sube. Primero lo duda y después masculla algo a través del tapabocas y se cierran las puertas de acero.

En las **caminatas pandémicas** por Buenos Aires veo guantes descartables en el piso, hojas de otoño durante el primer mes y nada de hojas en el invierno; siempre, poca gente. Canto adentro del barbijo, hablo sola y, a veces, saco la lengua: es una **pequeña nueva intimidad adquirida**.

El mundo está cerrado y las revistas de viajes para las que trabajo activaron el modo archivo, el modo ¿y ahora qué hacemos?, el modo recalculando y el modo catatónico también. El que conserva intacto el ímpetu de viajar es mi papá, que cada vez que entro en la casa para llevarles comida me dice:

*–Con mamá nos queremos ir a Escocia, a ver si nos ayudás a planificarlo.
–Si querés lo vemos, pa, pero todavía no se puede viajar por el corona- virus.
–Ah, qué joda eso del corona, ¿sigue?*

¿Qué contemplarán los nuevos protocolos de seguridad? ¿En las descripciones de las crónicas incluiré la tela del tapabocas de los entrevistados, el color, si tiene elástico o se engancha en la oreja con la misma tela? ¿En las descripciones de las crónicas incluiré el modelo del tapabocas de los entrevistados: el color, el género, si tiene elástico o se engancha en la oreja desde la misma tela?

No quiero saber qué pasó, qué pasa o adónde vamos a viajar: quiero solamente salir a caminar y tomar un café

SUMARIO

1. Un buen plan: Escribir sobre caminar
 2. Lo mejor está en el medio: El trekking de la W
 3. La voz de un caminante: El vasco de la carretilla y el galés del carricatre
 4. Café inconsciente: Caminar hacia los padres
 5. Pasos de lectura: Biblioteca andante
 6. Por tu pie, la blanca: Extremidad y apoyo
 7. Desde lejos: Martín Echegaray Davies
 8. Actitud de búsqueda: El Camino de Santiago
 9. El poder del león: Echegaray se hizo fuerte
 10. El garrón: Desgarro sin caída
 11. Santa Jane: Humanizar las ciudades
 12. Análisis de la marcha: Diagnóstico, pie hinchacocos
 13. Antes del encuentro: Planificación
 14. Mes perfecto: Podómetro, una aplicación zen
 15. A pata por Buenos Aires: Trekking urbano
 16. El encuentro: Llegó el momento
 17. El derecho de todos: Acceso público y libertad
 18. Sigue el encuentro: Más de 60km juntos
 19. Alaskas personales: Zapatero a tus zapatos
 20. Poscrédito: Hasta la coronilla
- Apendice

SOBRE LA AUTORA



Carolina Reymúndez es periodista especializada en viajes. Publicó el libro de crónicas *El mejor trabajo del mundo* (Südpol, 2013), la novela *Ojos de obsidiana* (Ediciones B México, 2014) y *Verás cosas extraordinarias* (Periplo, 2018). Es licenciada en Ciencias de la Comunicación en la Universidad de Buenos Aires y ha publicado crónicas en medios de América Latina y España, como *La Nación*, *Revista Cultural* Ñ, *Altaír*, *Etiqueta Negra*, *Travesías*, *Gatopardo*, *La Tercera*, *La Agenda* y *Revista Lugares*. Da talleres de crónicas de viajes y es fundadora de *Viajes Libres* (www.viajeslibres.com). Para escribir este libro dio más de cuatro millones de pasos. Cuando no está de viaje vive en Buenos Aires.

En Instagram es [@carolreymundez](https://www.instagram.com/carolreymundez)

MILLONES DE PASOS

Carolina Reymúndez

Geoplaneta, 2020

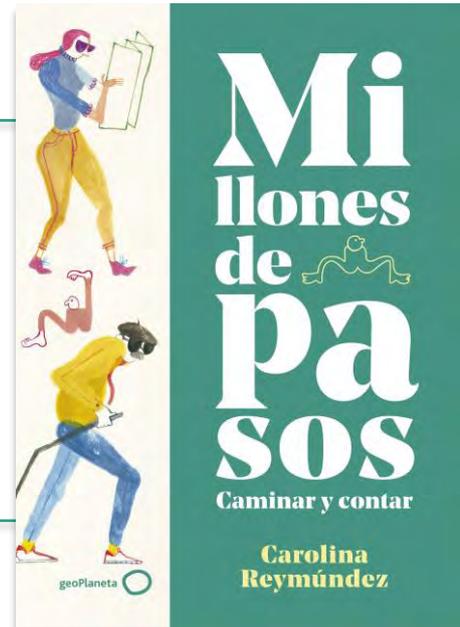
15 x 21 cm.

208 páginas

Cartoné

PVP c/IVA: 21,90 €

A la venta desde el 27 de octubre de 2020



[Para más información a prensa o entrevistas con la autora](#)

Lola Escudero - Dra. de Comunicación Geoplaneta/ Lonely Planet

Tel: 91 423 37 11 – 619 212 722 / lescudero@planeta.es

