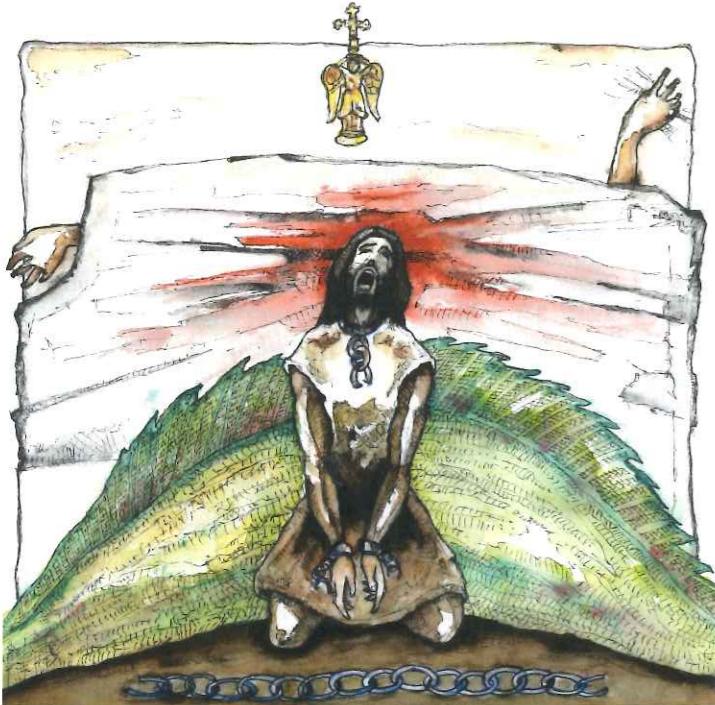


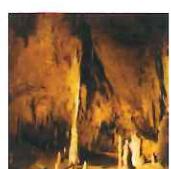
## La leyenda

Teodosio de Goñi, fue un caballero navarro casado con Doña Constanza de Butrón y Vienda, que partió a la guerra contra los sarracenos. Tras años de ausencia, y ya camino de regreso, se encontró con el diablo disfrazado de peregrino quien le avisó que su esposa Constanza le engañaba en el lecho con uno de sus criados.

Teodosio, ciego de ira, corrió hasta su casa y entrando en el dormitorio conyugal encontró dos cuerpos yacente en él. Sacó la espada y arrebató dos vidas que pensaba eran las de su deshonra. Al salir se encontró a su esposa e hijo. Teodosio, por las malas artes del diablo, había matado a sus propios padres, que habían ido a visitar a su nuera.



Sin consuelo y sin perdón de Dios, Teodosio abandonó su hogar para vagar por la sierra de Aralar con una cadena atada al cuello. Únicamente podría regresar cuando la cadena se rompiera, por el desgaste... o por obra de un milagro. Pasaron los años, y la cadena de su condena seguía colgada al cuello. Un día del año 714 Teodosio llegó a una profunda sima de donde surgió un terrible dragón. El condenado se encendió a San Miguel, quien descendió del cielo portando una cruz para matar al dragón y romper las cadenas. Teodosio pudo por fin regresar a su casa y abrazar a su esposa y a su hijo Miguel. Volvió al lugar donde el Arcángel se le apareció para construir el templo. A la derecha de la capilla interior podemos ver las cadenas y dentro de ella un pequeño hueco, ahora tapiado, donde la tradición cuenta que estuvo la profunda sima.

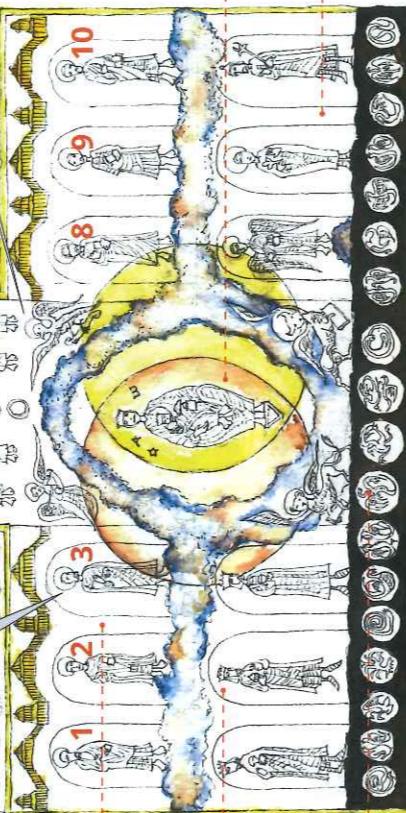


La naturaleza kárstica de la Sierra de Aralar da lugar a numerosas cuevas, siendo la mayor de todas la de **Mendukilo**. Acondicionada para las visitas turísticas en la morada del dragón, un enorme espacio subterráneo de 60 metros del largo y más de 20 metros de altura, resulta fácil imaginar la encadenada presencia de Teodosio de Goñi. No tenga temor, a no ser que crea en las leyendas.

## El retablo

El presbiterio del Santuario está presidido por el retablo de esmaltes de Santa María, una joya de la orfebrería medieval del siglo XII. Su ejecución es un prodigo de precisión y armonía. Vamos ahora a imaginar los primeros bocetos del maestro orfebre para tratar de averiguar qué nos quiso contar:

**TRANQUILO PEDRO, QUE ESTÁ BIEN,  
QUE TE OLVIDAS QUE MATEO Y YO,  
JUAN, ADÉMÁS DE EVANGELISTAS  
FUMOS APÓSTOLES... Y ASÍ ESTAMOS  
LOS DOCE.**



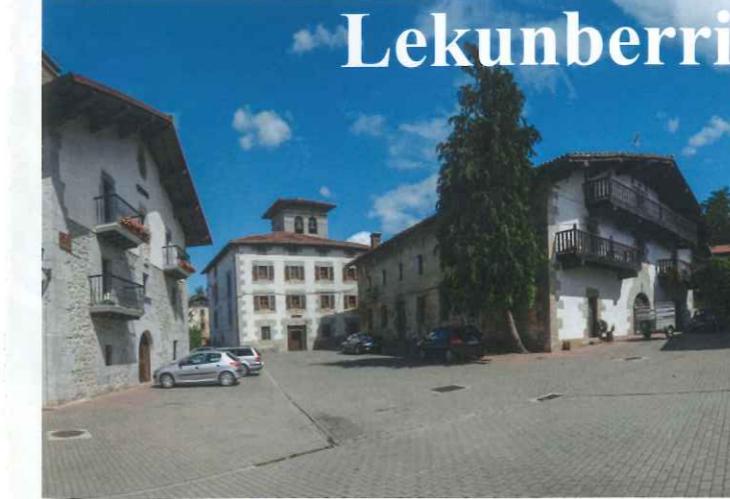
En el cielo pondré a los doce apóstoles y rodeando a la Virgen y al niño el Tetramorfos o los símbolos de los cuatro evangelistas: San Mateo, un ángel; San Juan, un león alado y San Marcos, un toro alado.

A este lado Melchor, Gaspar y Baltasar, llevando regalos al niño. Abajo el infierno, con sus demonios y animales fantásticos (más tarde alguien me los cambiará arriba, en una concepción barroca de la composición).

Y una vez se terminó el boceto, comencé el paciente trabajo de llenar con esmalte líquido las minúsculas celadillas formadas en las láminas de cobre. Las cabezas sobresaliendo en cobre sobre dorado y sus ojos esmalteados proporcionan una extraordinaria perspectiva del conjunto. Hay azules, verdes, blancos, negros y rojos todo ello combinado en perfecta armonía. Y si quieras ver el resultado... lo mejor es que subas hasta la cima del monte, ya que las reproduciré.

En el centro estará la Virgen con el niño, rodeado de la mandorla, que significa la intersección de la esfera celeste y terrestre, el mundo invisible y el visible.

Aquí anunciaré, el ángel, la Virgen y San José... o tal vez, en vez de San José ponga al rey que encargó el retablo. Bueno, ya veré que hago...



Lekunberri se sitúa en la falda de la Sierra de Aralar. Es un lugar tranquilo, lleno de atractivos tanto paisajísticos como patrimoniales. Una vez recorridos los caminos, Lekunberri nos ofrece además un espacio amplio y lleno de atractivos gastronómicos que ayudarán a reponer fuerzas al viajero.



**HISTORIA.** Localidad fronteriza, contó en su momento con un palacio y una torre defensiva. Como su propio nombre indica "Lekunberri", es un sitio nuevo, bien situado, ya que fue arrasada en numerosas ocasiones. Los caseríos de tipología vasca, de grandes dimensiones, tienen la función de vivienda, cuadra y granero, y se concentran en su casco antiguo en torno a la iglesia Parroquial de San Juan Bautista.

**TRADICIONES Y GASTRONOMÍA.** Pueblo cargado de tradiciones, muestra al viajero muchas de ellas, de entre las que cabe destacar el EGUZKILORE, planta seca semejante al cardo que se clava en las puertas de las viviendas para ahuyentar los malos espíritus. Las fiestas más importantes son las del Pilar, los Carnavales y los Mercados de antaño, fiesta que se celebra el primer domingo de Agosto y que recrea los mercados medievales. También cuenta con otra buena tradición, la del buen comer, y destaca entre todos los manjares que se pueden degustar, el chuleton.

**ALREDORES.** El entorno de Lekunberri está lleno de sendas que atraviesan prados y bosques de hayas. La Vía Verde del Plazaola es un camino estrecho rodeado de una maravillosa naturaleza, antigua vía de un tren, que hace las delicias de cicloturistas y caminantes. Más arriba, encontrará otras rutas, las que llevan a la Sierra de Aralar, donde nos espera el santuario de San Miguel y numerosas construcciones megalíticas.



(Mis notas:.....)

Lekunberri es un pueblo de servicios, con numerosos locales comerciales, restaurantes, casas rurales y hoteles. Dispone de oficina de turismo junto a la antigua estación del Plazaola reconvertida en sede del Consorcio Turístico del Plazaola. Distancia a Pamplona: 34 Km.



El Consorcio Turístico PLAZAOLA es una asociación sin ánimo de lucro, especializada en el desarrollo de un turismo rural sostenible, en la que participan 43 entidades locales y más de 100 empresas privadas.



### VÍA VERDE

El 19 de enero de 1914, partió de Pamplona el primer tren del PLAZAOLA. El antiguo tren minero se había convertido en el tren de pasajeros que unía las ciudades de San Sebastián y Pamplona dando lugar a una línea sinuosa, repleta de túneles, preciosas, llena de magia y historia. Ya no hay tren, tan solo el rastro de sus vías, reconvertidas en un hermoso paseo.



### TRADICIONES Y CULTURA

El euskuera es la lengua natural de estos valles y hasta hace pocos años la única lengua para la mayoría de sus habitantes. Sus tradiciones van desde la pelota vasca, los aizkolaris, los levantadores de piedras, la artesanía, los carnavales... hasta la gastronomía, con su excelente chuleton a la brasa, las chuletilas de cordero, la txistorra, los quesos, y un sin fin de manjares.



### ENTORNO

Es la montaña de la Navarra húmeda, repleta de valles, bosques y pueblos con encanto. Espacios protegidos son el robledal de Orgi, la reserva natural de Putterri o Leitzarraldea, con sus imponentes abetos blancos. La Sierra de Aralar nos espera con su paisaje kárstico, lleno de simas y cuevas, entre las que destaca el impresionante paisaje subterráneo de Mendukilo.



(Mis notas:.....)

En la carretera a Etxarri, se encuentra la antigua estación del Plazaola, convertida en Oficina de Turismo (con una pequeña exposición y venta de productos artesanales) y sede del Consorcio Turístico del Plazaola.

[www.plazaola.org](http://www.plazaola.org)

**Consorcio  
del Plazaola**

## Itinerario San Miguel de Aralar



### 1 LA SIERRA DE ARALAR

En ella se halla el conjunto de construcciones megalíticas más denso de Navarra. Los dólmenes están formados por grandes piedras hincadas coronadas por una gran losa. Servían de enterramientos y fueron realizados entre los años 3300 y 1300 a.C.

### 2 PRADOS

El pastoreo es libre para todo tipo de ganado, excepto el cabrío. Se acotan aquellas zonas de arbolado joven para protegerlas de los estragos del ganado. En otros tiempos hubo lobos en la sierra y entonces era al ganado al que se tenía que proteger.

### 3 IGLESIA ROMÁNICA

Se completa durante la primera mitad del siglo XI siendo consagrada en 1141. Previamente existiría un templo carolingio (s. IX) del que apenas se conservan unos sillares en el ábside y que fue destruido por Abderramán III en alguna de sus razias de castigo.

### 4 ALJIBE

Es un depósito semienterrado que almacena agua potable procedente de la lluvia. La sierra es una zona kárstica donde la roca alterna con los pastizales y las precipitaciones pronto son filtradas por el terreno, siendo difícil encontrar agua en superficie.

### 5 NÁRTEX - CAPILLA INTERIOR

Dada la meteorología adversa se protege la iglesia en su acceso con un nártex o atrio cerrado. Nada más entrar encontramos una pequeña capilla interior construida hacia 1129 con el fin de custodiar el fragmento de la cruz de Cristo (lignum crucis).

### 6 CADENAS Y SIMA

Unas cadenas nos recuerdan la leyenda de Teodosio de Goñi, quien en pago por sus pecados tuvo que vagar con ellas por la sierra hasta que se desgastaron y rompieron. Dentro de la capilla hay un hueco que comunica con la sima de la cual surgió el dragón.

### 7 SAN MIGUEL DE ARALAR

La imagen que se venera en el santuario de Aralar es una figura de alma de madera revestida de plata en 1756. En su interior se conserva un fragmento de la cruz de Cristo que el caballero navarro D. Ramiro trajo de la primera cruzada en 1099.

### 8 RETABLO DE ESMALTES

Es una joya de la imaginería medieval del siglo XII. Comprende un conjunto de 37 esmaltes que se distribuyen de forma armónica en torno a la imagen de la Virgen con el niño. El primoroso trabajo de esmaltado asombra por su delicadeza y precisión.

Nafarroako Erresuma

**Nafarroa**

Reyno de  
**Navarra**

IDIAZABAL

El queso Idiazábal debe sus sabrosas características a la oveja "latxa" de la cual se extrae su leche. La verá por los campos, es un animal pequeño, resistente, de lana áspera, acostumbrada a saltar por los riscos y cuyos belicosos carneros solventan sus discrepancias a cabezazo limpio. El queso Idiazábal es de leche cruda de oveja latxa y/o carranzana, con un curado mínimo de dos meses y graso: mínimo 45% de materia grasa sobre extracto seco. Destaca por su alto contenido de calcio, lo que le hace especialmente adecuado para prevenir la osteoporosis.

¿Y ESA LANA TAN ÁSPERA  
PARA QUÉ SIRVE?



PUES MUY BIEN NO  
SÉ, PERO CON LA  
LECHE ELABORAN  
UN QUESO  
RIQUÍSIMO

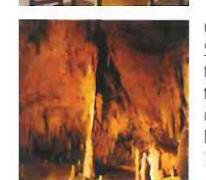
"Latxa" significa en euskera áspero, y el apelativo le viene de su lana, de características bajas, ásperas, de fibras gruesas y sin ondulaciones. Es una lana diseñada para resistir bien la abundante lluvia de las tierras del norte, no retiene el agua y se seca antes. Tradicionalmente su uso principal fue la elaboración de colchones.

La Denominación de Origen Idiazábal nació en 1987 para defender al pastor de ovejas latxas y carranzanas y al elaborador del auténtico queso IDIAZABAL, y garantizar al consumidor su origen y calidad. Actualmente están acogidas a la Denominación de Origen un total de unas 500 ganaderías y más de 100 queserías; la mayoría de las cuales elaboran exclusivamente con leche de su propia explotación.



### 9 BAR-RESTAURANTE SAN MIGUEL DE ARALAR

Junto al Santuario y con unas excelentes vistas les ofrece una cocina exquisita de platos para todos los gustos y sugerencias de temporada. Amplia oferta, que incluye el menú semanal, asados por encargo, aperitivos, bodas, celebraciones familiares y menús para grupos y para niños. T. 948 373032 / 680 444457 [www.restaurantesanmigueldealarar.es](http://www.restaurantesanmigueldealarar.es)



### CUEVAS DE MENDUKILO

Situada en las faldas de la Sierra Kárstica de Aralar es un auténtico escaparate del rico subsuelo de la sierra. Dispone de tres salas acondicionadas y un itinerario guiado de una hora de duración, con 540 m de recorrido por pasarelas flotantes. Reserva de martes a domingo de 10:00 h a 14:00 h. T. 948 396095. [www.mendukilo.com](http://www.mendukilo.com)