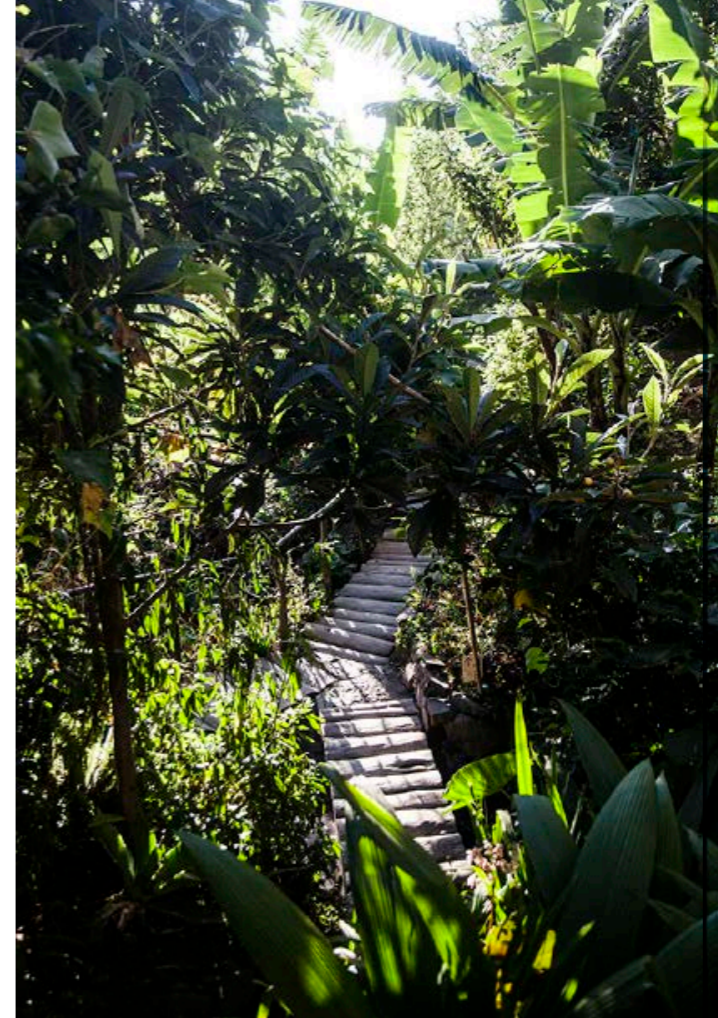


Het magische meer van Atitlán, Guatamala

Yoga onder de vulkaan

Twaalf vulkanen - genoemd naar de twaalf apostelen - houden de wacht rond Lago Atitlán in de hooglanden van Guatemala. Al vóór onze jaartelling werden aan deze plek magische krachten toegedicht. Een perfecte locatie dus voor een spiritueel resort: Yoga Forest.



Het diepblauwe water van het enorme 'Lago Atitlán' (het meer van Atitlán) wordt omringd door twaalf vulkanen - door de autochtone bevolking, afstammelingen van de Maya's, vernoemd naar de twaalf apostelen. Al in de tijd van de Maya's stonden deze hooglanden van Guatemala bekend als een magisch en spiritueel gebied. In zijn reisgids 'Beyond the Mexican Bay' uit 1934 roemde Aldous Huxley de schoonheid van dit meer, dat nóg groter zou zijn dan die van het Italiaanse Comomeer. Waaruit de Guatemalteken de conclusie trokken dat dit dus 'het mooiste meer ter wereld' moest zijn. En geef ze eens ongelijk.

HET MAGISCHE MEER

De reis naar Lago Atitlán is een belevenis op zich. Tijdens de afwisselende en kleurrijke tocht per minibusje trekt de verscheidenheid van dit Midden-Amerikaanse land in een paar uur tijd aan je voorbij. De overgang van de drukke en vervuilde hoofdstad Guatemala-City naar de pure hooglanden, waar het meer op 1500 meter hoogte ligt, is enorm. De lokale bevolking leeft nog volgens eeuwenoude Mayatradities en kleedt zich ook zo - elk dorp zijn eigen klederdracht met specifiek geweven patronen en kleuren.

Langs de weg naar Panajachel, een dorpje aan de noordkant van het meer, is het een en al bedrijvigheid. Knollen, uien en andere waar wordt te koop aangeboden aan de rand van de weg. Vrouwen in kleurrijke >

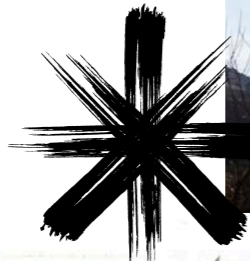


Bijschrift

De yogazaal ligt hoog tegen de bergwand - het uitzicht over het meer en de vulkanen is adembene-mend



Bijschrift



Bijschrift



Bijschrift



klederdracht met lang zwart haar lopen - vaak met een kind op de rug - langs deze weg omhoog. En opeens, de weg maakt een bocht, ligt daar Lago Atitlán. Het water van het meer schittert in de zon. Nog een beetje in de nevel doemen drie indrukwekkende vulkanen op. Een adembenemend gezicht.

SPIRITUEEL WALHALLA

In de dorpjes op de flanken van de vulkanen rondom dit meer is qua spiritualiteit veel te beleven: in bijna elk dorp worden wel yoga, meditatieve lessen en workshops gegeven. Voor de liefhebbers van spiritualiteit is het hippie-dorpje San Marcos de Laguna aan de oever van het Lago Atitlán een Walhalla. Vanaf Panajachel steek je met de watertaxi schuin het meer over naar het dorpje. Je kunt er volop kiezen uit het brede aanbod van spirituele cursussen in de verschillende yogacentra en er zijn verschillende hotelletjes en pensions om een aantal dagen te verblijven.

Wil je écht helemaal loskomen van alles, dan moet je nog net een paar extra stappen zetten. Want het neusje van de zalm op yoga-gebied ligt op een uurtje lopen vanaf het dorpje de berg op. Via een slingerend wandelpad omhoog kun je de bordjes volgen naar het unieke spirituele centrum Yoga Forest. Gebouwd tegen een steile dichtbegroeide helling aan, lijkt het centrum te spotten met de wetten van de zwaartekracht.

RESPECT VOOR MENS EN NATUUR

Yoga Forest is een bijna zelfvoorzienende gemeenschap met een eigen moestuin en een bescheiden veestapel met vijf geitjes, kippen en konijnen. Er is stroom, en als de nood aan de man komt is er altijd nog de 'elektrische fiets'. De Canadese yogaleraar Jonathan demonstreert hoe je al trappend je eigen smoothie bij elkaar fietst. Jonathan, een reiziger, gaat 'where the winds blows him' en woont en werkt hier inmiddels al maanden als 'teacher'. Voor hem is deze plek een droom. Niet alleen vanwege de yoga maar ook omdat ze hier werken volgens het permacultuur principe: op de boerderij worden louter lokale producten gekweekt met respect voor mens en natuur.

En zo wordt er ook geleefd: met minimale verspilling van voedsel en energie. Er zijn organische douches en composttoiletten, zoals Jonathan laat zien in de rondleiding door het ecologische en spirituele koninkrijkje. En in de buitenkeuken liggen in houten stellages de ingrediënten, een groot deel afkomstig van eigen kweek, voor de vegetarische maaltijden klaar. Voor de gasten die hier verblijven wordt drie keer per dag een maaltijd bereid. In de grote stenen oven worden brood en pizza's gebakken.

Al in de tijd van de Maya's stonden de hooglanden van Guatemala bekend als een magisch gebied

Lago Atitlán is volgens de
Guatemalteken het mooiste
meer ter wereld - geef
ze eens ongelijk



AFSCHEID VAN DE APOSTELEN

Jonathan vertelt dat je er naast yogales ook massage, astrologie of permacultuur workshops kunt volgen. Je kunt je ook opgeven voor een herbal consult. Het kroonjuweel van Yoga Forest is de zaal waar de lessen gegeven worden: hoog tegen de bergwand aangebouwd biedt het een adembenemend uitzicht over het meer en de vulkanen. Tegen deze imposante achtergrond demonstreert Jonathan nog een aantal yoga-oefeningen. Dan is het tijd om weer af te dalen naar de bewoonde wereld.

Na de serene rust van Yoga Forest voelt het vertrekpunt bij het meer, Panajachel, als een enorme heksenketel. Mensen krioelen rond de steiger. Al die indrukken, geluiden en kleuren - het is bijna te veel. Voor de minibus vertrekt nog een laatste blik op het meer en de vulkanen. Bij wijze van afscheidsgroet braakt een van de apostelen nog een flinke sliert rook uit. Alsof ie wil zeggen dat het meer bij hem in goede handen is. Met een schokje slaat de motor aan en de bus vertrekt in een wolk van stof naar de volgende bestemming. 🌿



Kijk voor meer informatie over Yoga Forest op theyogaforest.org

Als de nood aan de man komt trapt Jonathan met de 'elektrische fiets zijn eigen smoothie bij elkaar