

DOMINICA • KARIBIEN

Vilda Karibien

Ön Dominica var länge så svåråtkomlig att inte ens Columbus valde att stiga iland. Vi reste dit och upptäckte aktiva vulkaner, 365 vattenfall och en kokande sjö i hjärtat av regnskogen.

text & foto KARIN WIMARK

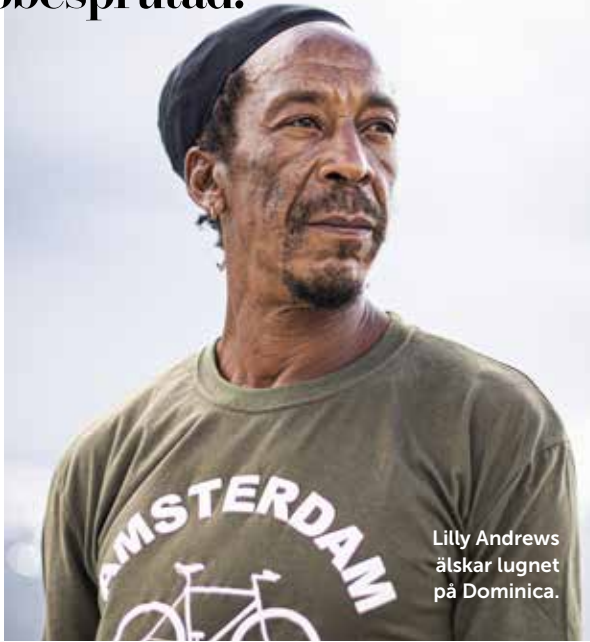
SECRET BAY



Längst ner på tippen i Scotts Head är dykningen fenomenal. Här börjar också vandringsleden Waitukubuli National Trail som sträcker sig över hela ön.

DOMINICA TOURIST BOARD

”Du ser, det är därför man lever så länge här. Bergen ger oss motion, vattnet är friskt och klart och maten obesprutad.”



Lilly Andrews älskar lugnet på Dominica.



Secret Bay är en av Dominicas lyxigare ecoresorts.

D E MÖRKGRÖNA, YPPIGA bergstopparna tornar upp sig ur havet. Nedanför breder svarta sandstränder med vildvuxna palmer ut sig. Färjan klyver havsytan, och i ryggen har vi öarna Guadeloupe, Les Saintes och Marie Galant. Jag lutar mig mot relingen, slås av hur vacker hon är. Dominica är känd som Karibiens naturskönsaste ö. Ändå valde Colombus att passera då han seglade genom övärlden på 1400-talet. Vulkanön var för svår-åtkomlig.

Första gången jag besökte Dominica var för snart tio år sedan. Det var innan den tropiska stormen Erika slog mot ön 2015, följd av orkanen Maria 2017 och innan pandemin lamslog världen.

En man intill mig fipplar med ett cigarettpaket, drar fram en tändare och bolmar så röken yr över däck. Jemmal Espirit kommer ursprungligen från Dominica men bor sedan elva år tillbaka i Schweiz. Nu är han på väg hem för att träffa familj och vänner och är lika nervös som jag över att ön ska ha förändrats. På min andra sida står en fransk kvinna och avundas oss. Själv ska hon vidare till Martinique för att sedan segla över Atlanten hem till Frankrike igen. Hon suckar.

– Den där ön för oss tillbaka i tiden. Dominica är verkligen som Karibien var förr.

NATUREN ÄR DOMINICAS verkliga dragplåster. Här finns 365 floder och vattenfall, den högsta densiteten av aktiva vulkaner i hela världen och Karibiens längsta vandringsled som slingrar sig genom öns inre från norr till söder. Den kokande sjön i den världsarvsklassade nationalparken Morne Trois Pitons för tankarna till en annan planet och i havet lever valar året om. Dessutom sägs ön vara en av världens blå zoner, det vill säga en plats där människor i genomsnitt lever längre än i andra delar av världen.

Grusvägen leder oss genom den frodiga regnskogen, över en bro och vidare upp på bergsmassivet. Lite längre fram får jag syn på en äldre man som stadigt bär en stor plastsäck på huvudet. Trots den branta backen ser det oförsämt lätt ut.

– Du ser, det är därför man lever så länge här. Bergen ger oss motion, vattnet är friskt och klart och maten obesprutad, säger Daniel Nunez och vinkar glatt åt mannen. ➤



Morne Trois Pitons är Dominicas äldsta nationalpark och sedan 1997 ett världsarv.



På nordöstra Dominica ligger den vilda stranden Batibou Beach.

Joseph med familj lever i Kalinagoterritoriet och är självförsörjande.

Känner du igen kakaofrukten?

Kakaobönans vita fruktkött smakar som en blandning av melon och litchi.

Jag befinner mig på Dominicas nordöstra kust i utkanten av Kalinagoterritoriet där svenske Daniel driver ekoresorten Hibiscus Valley Inn tillsammans med sin familj.

Han berättar hur han kom till Dominica från ett grådaskigt Göteborg i början av 90-talet tillsammans med sin mamma Norun. Den vilda ön med bananplantager och frodig regnskog skilde sig från andra karibiska öar som redan då hade exploaterats. Längre trodde man att Dominica så småningom skulle följa de andra öarnas utveckling. Men än idag har det inte hänt.

– Det finns starka krafter här som inte vill att Dominica ska bli som exempelvis Barbados. Vi vill ha turism, men vi vill se till att det är rätt typ av turism, säger Daniel och svänger av intill vägkanten högt upp på bergskammen där ett litet limegrönt trähus skymtar mellan buskagen.

KALINAGOTERRITORIET ÄR DET ENDA enda i sitt slag i hela världen. Kalinagofolket eller karibindianerna, som de också kallas, sägs ha kommit från Sydamerika redan 3 000 år f.Kr. Men när européernas kolonialisering tog fart flydde de flesta tillbaka till Sydamerika. Dominicas östra kust blev en tillflykt för dem som valde att stanna och kämpa för sitt liv och land, och idag fungerar det stora området som en egen stat.

En vackert rynkig man vid namn Joseph gläntar på den knarrande trädörren. Han skiner upp när han ser oss. Lika snabbt drar han fram en säck med nyplockade gula och röda kakaofrukter och frågar om vi vill smaka. En machete åker fram och smidigt knäcks kakaofrukten upp. De vita, slemmigt omhöljda börnorna är söta och saftiga. Joseph vinkar in mig bland träden, visar stolt upp sin mark där han odlar det mesta man kan hitta på ett välsorterat apotek. Han fingrar på en

”Det finns starka krafter här som inte vill att Dominica ska bli som exempelvis Barbados. Vi vill ha turism, men vi vill se till att det är rätt typ av turism.”

grönbladig växt med kraftiga blad.

– Det här är paracetamol! Och av den där växten gör vi te, det hjälper mot corona. Har du magont ska du äta den där, säger han och plockar den ena efter den andra örten och låter mig dofta. Lite marijuana finns också.

– För att jag ska kunna koppla av, skrattar han.

DOMINICAS ÖSTKUST är vild och otämd. Dessutom inte lika tätbefolkad som västkusten, vilket gör den till ett äventyrsmecka. Tillsammans med Daniels familj och lokalbon Ohmary Burton lär jag mig mer om Kalinagofolket som kämpar för att bevara traditioner och kulturarv. Vi kör offroad ner till stranden Batibou Beach, som för tankarna till filmen *Pirates of the Caribbean*, vandrar till isolerade vattenfall och lär känna varandra och andra gäster under gemensamma middagar på kvällarna.

Regnet smattrar mot träden och mörkret ligger ännu tätt då jag en morgon hittar Ohmary i full färd med att breda mackor i köket. Han sträcker mig en kopp kaffe. En kvart senare har vi packat matsäck, vandringskläder och regnställ och gett oss av. Vindrutetorkarna pendlar frenetiskt och gytjtjan stänker ►



Daniel Nunez med familj driver ecolodgen Hibiscus Valley Inn.



Var uppmärksam på djur och natur på Dominica.



Längs floden Indian River levde karibindianerna en gång i tiden.



Laddar med rejäl frukost inför vandring i regnskogen på Hibiscus Valley Inn.

”Bergen skiftar sig som i lager, och Valley of Desolation är som en Jurassic Park-värld som kittlar äventyrsnerven i mig.”





Ohmary smörjer sig med den naturliga ansiktsmasken i Valley of Desolation.

Äggdoftande varma källor sipprar fram ur berggrunden.

”Heldagshajken till Morne Trois Pitons är Dominicas mest populära vandring och tar oss till världens näst största kokande sjö.”

vid vägkanten då vi kör söderut. En peppig Rihannalåt i högtalarna avbryts av en gäll telefonsignal.

- Regnar det fortfarande lika mycket på er sida av ön? Hör jag Daniel fråga.
- Mm, svarar Ohmary.
- Ni vet väl att om floderna blir för höga kommer ni inte att kunna korsa dem?

Ohmary gör en snabb bedömning. Vi kör vidare.

Vad som i början är tät regnskog på förhållandevis platt mark byter efter första floden karaktär och leder oss upp längs en bergskam. Fukten tränger på och de snåriga rötterna på marken lägger krokben om man inte är uppmärksam nog. På vardera sida stupar bergen ner i dalar och trädtopparna blir allt mindre ju högre

vi stiger. Heldagshajken till nationalparken Morne Trois Pitons är Dominicas mest populära vandring och tar oss till världens näst största kokande sjö.

Min dunkande puls sjunger ikapp med fåglarna som vaknat till liv. Upp, upp upp, är det enda jag tänker, och jag hoppar till när tre vandrare dyker upp som från ingenstans. Guiden nickar mot bergstopparna.

– *It’s getting rough up there!*

De andra två vandrarna ler matt mot mig och fortsätter sin färd nedåt. Mina ben darrar men trampar envist vidare mot toppen där den mjölkvita dimman går i vågor, alldeles tillräckligt för att ge glimtar av dalen nedanför oss.

Bergen skiftar sig som i lager, och Valley of Desolation är som en *Jurassic Park*-värld som kittlar äventyrsnerven i mig. Vi hoppar mellan de äggdoftande källorna som pyser ur berggrunden i dalen, sicksackar över floder och smetar in våra ansikten med den näringsrika gyttjan från berggrunden. Redan på avstånd hör jag det bubblande ljudet av sjön, och när vi lite senare drar av de genomvåta kläderna och sjunker ner i en av de varma källorna gläds jag åt det faktum att ön är precis som jag minns den. Oputsad, välkomnande och fullspäckad med naturupplevelser lika storslagna som den peruanska Inkaleden. Men utan folk.

Jag sluter ögonen. Regnskogens läten och sjöns porlande är som en terapeutisk sång. ➤



Längs huvudgatan i Portsmouth ligger små butiker, restauranger och barer.

5 AKTIVITETER PÅ DOMINICA

1. RIDNING I CABRITS NATIONAL PARK

På en familjeägd hästgård vid Portsmouth kan du följa med på ridturer i Cambrits National Park där du upplever delar av öns vandringsled Waitukubuli Trail. Under ridturen delar Valerie Francis med dotter med sig av öns historia varvat med personliga anekdoter. Att bada med hästarna är en härlig avslutning. rainforestriding.com

2. SNORKLA I CHAMPAGNE REEF

Under havsytan vid Champagne Reef sipprar varma bubblor upp från sprickor i havsbotten likt ett nyfyllt glas champagne. Dra på dig snorkeln och hoppa ner i glaset! Champagne Reef är ett unikt snorkelställe på sydöstra Dominica som skapas av den vulkaniska aktiviteten på ön.

3. VANDRA WAITUKUBULI NATIONAL TRAIL

Upplev det mesta och det bästa av Dominica via Karibiens första långdistansvandringsled som sträcker sig genom ön från Scotts Head i söder till Cabrits National Park i norr. Den 185 kilometer långa leden är uppdelad i 14 etapper. Missa heller inte vandrigen till Boiling Lake. discoverdominica.com

4. FLODBÅT INDIAN RIVER

Följ Johnny Depps fotspår och bege dig till Dominicas nordöstliga spets och floden Indian River – ja här spelades faktiskt delar av *Pirates of the Caribbean* in. Färdas i en liten eka uppför floden som kantas av mangrove och regnskogens trädkronor som täcker solens alla strålar. Indian River mynnar ut i Portsmouth som ligger på Dominicas nordöstliga spets, där turerna också startar.

5. BADA I VATTENFALL

Dominica är känt för att ha lika många floder som dagar på året, och vattenfallen är magiska. Emerald Pool är kanske det mest kända fallet, men de dagar då kryssningsfartygen lagt till lär du inte vara ensam vid denna annars gömda oas. Passa då i stället på att ta en tur till Spanny Falls som tornar upp sig mitt i Dominicas grönskande regnskog. Är du modig? Hoppa i det iskalla vattnet för en naturlig regnskogsdusch!

Slappna av och ta det lugnt – motto för många av lokalborna på Dominica.



Vem vinner? Brädspel är ett vanligt nöje på gatorna i Roseau och Portsmouth.

”Här kan jag vara spontan, knacka på hos en granne när jag vill och gå naken i min egen trädgård. Solen och regnet styr. Det är ett annat liv.”

I DEN FÄRGGRANNA huvudstaden Roseau laddas det för helg. I marknadsstånden säljs färska grönsaker, och doften av grillad fisk, salt hav och sötsligkig rök virvlar runt i luften i takt med att den lokala Boyon-musiken sätter pulsen. De slitna 1700-talshusen i svagt rosa, grönt och gult hintar om den franska epoken, och i hamnen anlägger en färja. Tystnaden från bergen är som bortblåst.

När orkanen Maria lamslog större delen av ön 2017 gick premiärministern Roosevelt Skerit ut med att Dominica skulle bli det första klimatmotståndskraftiga landet i världen. Att Dominica påverkas av klimatförändringar råder inga tvivel om. Roseau låg i spillror, floder förstörde vägar och broar och avskärmade byar och elektriciteten var för många borta till så sent som förra året. Sedan dess har naturen återhämtat sig och många initiativ har tagits – bland annat stora satsningar på ekoturism, grön energi i form av geotermi, vatten och vind och satsningar på lokalt ekologiskt jordbruk, för en bättre livskvalitet på ön.

– På Dominica lever vi av naturen! Vi delar det lilla vi har och plötsligt blir det en fest ute på gatan. I Amsterdam ska man alltid boka upp att umgås och maten är aldrig helt obesprutad.

Lilly Andrews lutar sig tillbaka på altanen vid sidan av väggkanten. Han bodde i Nederländerna en längre period men valde att flytta hem till Dominica igen – ett beslut han tycks uppenbart nöjd med.

– Här kan jag vara spontan, knacka på hos en granne när jag vill och gå naken i min egen trädgård. Solen och regnet styr. Det är ett annat liv.

EFTER EN KNAPP vecka på ön har min svenska effektivitet lugnats. Här finns en obryddhet kring att saker och ting löser sig. Att komma tillbaka till Dominica är som att återse en gammal vän. Jag blickar ut över den svarta sandstranden som glittrar i morgonsolen. Högt uppe på klippkanten vilar ett dussin mahogny-villor inbäddade i regnskogen. Boutiquehotellet Secret Bay känns genuint, trots sin exklusiva inramning. Kanske ►



Jungle Bay på södra Dominica ligger inbäddad i grönskan på första parkett över havet.

”Plötsligt uppenbarar sig en svag ton under ytan. En lågfrekvent sång som färdats kilometervis under ytan.”

är det vetenskapen att hållbarhet är en grundbult i allt från arkitektur, inredning och mat till lokala partners. Mina tankar avbryts av kapten Don Mitchell som trycker gasen i botten på båten, får havsytan att stänka och stranden bli allt mindre bakom oss. Hans lockiga hår yr i vinden och han sneglar flinande på mig.

– Vet du att valspya är bland det dyraste man kan köpa?

– Haha, va?

– Det är sant!

Syskonen Don och Donna Mitchell kan det mesta om Dominicas undervattensvärld och dykningen här vid ön är fenomenal. Många kommer för att dyka med kaskelotvalar – men endast tolv certifikat utfärdas varje år – ett initiativ för att skydda och bevara den familj som lever här året om.

Donna är inte bara dyk- och snorkelindstruktör, utan också korallrestaurerare. Medan vi plockar fram simfötter, cyklop och snorklar berättar hon att den som vill kan adoptera en korall, det vill säga vara med och plantera den och sedan följa dess utveckling via bilder. Vi hoppar ner i vattnet och in i en värld av färgglada fiskar och detaljrika koraller. Tystnaden för mig tillbaka till vandringen i regnskogen, och även här är vi helt ensamma. Så plötsligt gör Donna en signal mot ytan. När vi möts ser jag ett leende.

– Lyssna! Vi kan höra dem. Valarna!

Först ingenting, sen ingenting. Men så plötsligt uppenbarar sig en svag ton under ytan. En lågfrekvent sång som färdats kilometervis under ytan. ♦



Donna Mitchell kan öns undervattensvärld utan och innan.



SNABBFAKTA DOMINICA

HUVUDSTAD: Roseau. **BEFOLKNING:** 72 000 invånare. **SPRÅK:** Engelska (officiellt), kreol. **VALUTA:** Östkaribisk dollar (XCD). **SJÄLVSTÄNDIGHET:** Dominica blev självständigt 1978. **TIDSSKILLNAD:** – 6 tim.

RESA DIT

Till Dominica flyger du smidigast via Paris och Guadeloupe, varpå du tar färjan Express des îles (express-des-iles.fr/en), till Dominica (2 tim). Totalt från 8 000 kr. Det går också flyg med Air Antilles mellan Guadeloupe och Dominica (30 min), airantilles.com/eng. Det går också dagliga flyg mellan Miami och Dominica om du vill resa den vägen.

TA SIG RUNT

På Dominica finns det lokala privata minibusar som går utmärkt att resa med om du billigt vill ta dig mellan byarna. Räkna dock med oregelbundna tider. Min rekommendation är därför att ta en tur med lokal guide för att få ut så mycket som möjligt av din vistelse eller hyra bil för friheten att kunna utforska så mycket som möjligt. Smidigast att hyra på flygplatsen eller i hamnstaden Roseau. Missa inte att här är vänstertrafik, och tuta i kurvorna! Det behövs inget internationellt körkort på Dominica, däremot behöver du köpa ett tillfälligt tillstånd för att köra på ön vilket du gör på biluthyrningen.

ÄTA & DRICKA

Den allra bästa maten på Dominica får du på de enklare gatustånden och containrar vid vägkanten. Spana exempelvis in knallgröna



Fine dining på lokala råvaror. Secret Bay.

Vados på vägen upp till Roseau Valley där ägarinnan Vado serverar lokala specialiteter som goat milk (soppa med dumplings) och hemslungade såser. **Bell Hall Beach Spot** ligger precis intill vattnet norr om Portsmouth – testa deras hemmagjorda shots och den färskfångade fisken. **Keepin it real** i Toucar är strandbaren som får kojsnickaren i en att vakna till liv. Den kreativa baren blickar ut över havet och här bjuds på grillat, drinkar och autentisk stämning. Missa heller inte **DD's Fish Spot** i Saint Michel – en korvkiosk-stor fiskrestaurang som lockar öns lokalbor dag som natt. Här pekar du på den fisk du önskar få tillagad och slår dig ner på terrassen intill havet.



Stillsam morgon på Cabrits Resort & Spa Kempinski.

BO

♦ CABRITS RESORT & SPA KEMPINSKI, PORTSMOUTH

En av Dominicas nyaste resorter vackert belägen intill en svart sandstrand i Douglas Bay. Modernt 5-stjärnigt med flera poolområden, restauranger, bar och närhet till gatumarknaden i Portsmouth. Dessutom involverade i sociala hållbarhetsfrågor inom utbildning och det lokala samhället.

DUBBELRUM FRÅN 3 500 KR.
kempinski.com/en/dominica

♦ SECRET BAY, PORTSMOUTH

Intim, genuin och lyxig 6-stjärnig eco-resort inbäddad på en klippa i regnskogen med vy över havet. Smakfull blandning av design och lokal konst, privat strand och bungalows byggda med hållbarhet i fokus.

BUNGALOW FÖR TVÅ FRÅN 8 000 KR.
secretbay.dm

♦ HIBISCUS VALLEY INN, MARIGOT

Mellan regnskogen och vackra Pagua River ligger ett svensktäkt bed & breakfast med stort hjärta. Vill du uppleva det autentiska Dominica ska du bo på Hibiscus Valley Inn. Här gör man sitt yttersta för att värna om naturen och att göra så lite negativt avtryck som möjligt. Följ med på utflykter och missa inte Nigels middagar och Rum punch på kvällarna.

FRÅN 800 KR FÖR DUBBELRUM.
hibiscusvalley.com

♦ JUNGLE BAY

Avkopplande ekoresort spektakulärt belägen på bergskanten i Scotts Head. Boka in yogaklasser, vandringar eller koppla av i oändlighetspoolen.

DUBBELRUM FRÅN 2 600 KR.
junglebaydominica.com