

TRAVELUTION

BN'ERS

FAJAH LOURENS &
KAJ VAN DER VOORT

INTERVIEWS

TOERISME VLAANDEREN &
POOLSE DIENST VOOR TOERISME

DESTINATIONS

ABU DHABI, GRIEKENLAND,
GARDEN ROUTE & VLAANDEREN

REISBLOGS

ECUADOR,
& GRIEKSE EILANDEN





INTERVIEW MET

Fajah Lourens

“We zaten in een oude herberg op een ranch in de bergen van Catalonië”

Ze begon haar carrière als actrice, was model en dj maar Fajah Lourens is nu vooral ondernemster. Met haar bedrijf Mykillerbodymotivation (MKBM) wil ze mensen inspireren om alles uit het leven te halen wat erin zit. Inmiddels is MKBM uitgegroeid tot een sterk lifestylemerk dat staat voor gezondheid, balans en spiritualiteit. Haar boek Killerbody Dieet ging ruim 300.000 keer over de toonbank, op Instagram heeft Fajah inmiddels zo'n 150.000 volgers, haar @mykillerbodymotivation al zo'n stordige 195.000. Daarnaast is haar collectie swim- en sweatwear razend populair en liggen haar proteïnerepen bij alle grote supermarktketens. Fajah timmert stevig aan de weg.

“Ik focus me volledig op mijn bedrijf. We werken er hard aan om ons bedrijf zo snel mogelijk te laten groeien door onder andere nieuwe afzetkanalen te ontwikkelen. Zo wil ik graag met onze proteïnerepen bij een grote hotelketen in de minibars liggen of bij een aantal airlines op de menukaart staan. Ik spreek regelmatig stewardessen die aangeven dat ze het geweldig zouden vinden als onze repen aan het assortiment worden toegevoegd, al was het maar dat zij deze zelf konden nemen als gezonde snack tussendoor. Geïnteresseerde partijen kunnen mij natuurlijk altijd bellen”, lacht ze.

Fajah, die in 2015 met haar bedrijf begon, legt uit dat fitness en sporten altijd al belangrijk voor haar waren. “Als je gezond eet, voel je je tien keer fitter. Bovendien maak je tijdens het sporten een gelukshormoon aan, dus waarom zou je het dan niet doen? Ook ontspanning, inspiratie en spiritualiteit horen bij mijn leven. Inspiratie die ik overigens zeker opdoe tijdens mijn reizen.”

Curaçao voelt als thuis

Een bestemming waar Fajah regelmatig te vinden is, is Curaçao. “Mijn vader is geboren in Curaçao dus voelt Curaçao als thuis. Als ik me ergens kan ontspannen, is het daar wel. Ik kies altijd voor mijn eigen stek om te verblijven maar bezoek dan samen met de familie de mooiste plekjes, zoals prachtige lokale strandjes waar we barbecueën, watersporten en genieten van lokale gerechten.”



Ik zoek altijd de kleinere baaitjes op

Haar meest favoriete bestemming is ongetwijfeld Ibiza, maar ook het Griekse eiland Mykonos verraste haar. “Waar ik ook ben, ik zoek de kleinere baaitjes op, weg van de massa. Voor mij ook geen heftige party's want tijdens mijn vakantie wil ik ontspannen en genieten van de lokale sfeer.” Zoals tijdens haar reis naar Bali, een bestemming die ze samen met haar kinderen bezocht. “We vonden het daar geweldig. We huurden er scootertjes en alhoewel het er allemaal best wel toeristisch en commercieel is, wisten we kleine strandtentjes te vinden waar we heerlijk hebben gegeten.”

Een hele andere maar ook zeer unieke ervaring was een opleiding tot paardencoach, waarvoor Fajah een aantal dagen in Spanje verbleef. “We zaten in een oude herberg op een ranch in de bergen van Catalonië, werkelijk in the middle of nowhere, maar omgeven door een prachtige natuur. Ik maakte er deel uit van een groep van drie vrouwen; we wilden ervaren of we het coachen in ons werk of in de persoonlijke sfeer konden toepassen. Paardentherapie is met name geschikt voor zelfreflectie of om gedragsverandering bij mensen te bewerkstelligen. Dit kan uiteenlopen van hechtingsproblematiek en angst tot leiderschap, maar het is ook geschikt om patronen te verhelderen. Het biedt vaak diepgaande inzichten, is heel intensief en juist dan is zo'n serene omgeving, waar je je even van alles kunt afsluiten, van groot belang.”

Zes jaar aan een stuk liefdesbrieven

Tot slot vragen we haar naar de bestemming die de meeste indruk op haar maakte. “Ik denk dat ik dan voor India moet gaan. Ik ben er enkele keren geweest, de eerste keer toen ik nog heel jong was. Het is een zinderend land met grote verschillen tussen arm en rijk en vele rituelen die grote indruk op mij hebben gemaakt. Zoals de lijkverbrandingen in de stad Varanasi, de stad aan de heilige rivier de Ganges. Overledenen worden eerst in de rivier gewassen, vervolgens in doeken op een draagbaar gelegd en in brand gestoken. De as strooien ze uit in de rivier omdat Hindoes geloven dat de ziel van de overledene zo eindelijk rust vindt. Maar het is wel dezelfde rivier waarin ze zich ook wassen, waarin de was wordt gedaan en de koeien staan. Ik zal ook nooit die bijzondere jongen vergeten die ik er ontmoette: een jongen uit een heel arm gezin die mij zes jaar aan een stuk liefdesbrieven is blijven schrijven. Het zijn mooie herinneringen uit mijn jeugd die ik met veel liefde met mij meedraag.”