



MÉDECIN DES ÂMES

BIO EXPRESS

1986 : baccalauréat au lycée Lyautey de Casa.

1995 : Master en relations internationales de l'université de Boston.

2001 : s'installe en Jordanie et se spécialise dans la théorie du savoir.

2006 : devient thérapeute dans le domaine de la thérapie bio-énergétique.

DEMANDÉE DANS LE MONDE ENTIER, CETTE JEUNE FEMME RAYONNANTE EST UNE SPÉCIALISTE DE LA THÉRAPIE HOLISTIQUE, UNE DISCIPLINE QUI UTILISE LES ÉNERGIES DE L'ESPRIT POUR GUÉRIR LE CORPS.

Dina Lahlou dégage une sérénité apaisante. Le résultat d'un long travail sur elle-même pour l'ex-petite fille de la bonne société casablancaise qui s'est longtemps cherchée. Un an en France, deux aux États-Unis, un passage par Londres, un retour au Maroc, la Californie, puis New York... « J'ai toujours éprouvé le besoin d'aller ailleurs, de voir autre chose », dit-elle. Côté études aussi, elle a du mal à se fixer : un BA en architecture intérieure, suivi d'un master en sciences politique. Elle travaille d'abord à l'Unesco, participant à l'organisation de la Conférence des femmes pour la paix. Elle se lance ensuite dans l'enseignement, devenant professeur d'histoire internationale dans l'une des universités de Los Angeles. C'est finalement en Jordanie qu'elle trouvera sa voie : « Mon ex-mari étant d'origine palestinienne, titulaire d'un passeport jordanien, nous y sommes allés en vacances. Là-bas, il s'est passé quelque chose : Amman me rappelait Rabat il y a vingt ans. Une petite ville à l'échelle humaine, où tout le monde est serviable et souriant ». Elle y pose ses valises, au moment où éclate la deuxième Intifada. Elle écrit des articles sur les blessés palestiniens hospitalisés en Jordanie, qui sont publiés dans Jeune Afrique et le Jordan Times. Pendant un an, elle travaille pour le quotidien jordanien. Puis, Dina retourne à l'enseignement en se spécialisant dans la théorie du savoir, sa matière de prédilection, qu'elle enseigne aux jeunes de 16 à 18 ans. Elle fait alors une rencontre qui change le cours de sa vie : « J'ai connu une femme qui travaillait depuis quinze ans dans le domaine de la thérapie holistique, explique-t-elle. J'ai commencé à faire un travail sur moi-même. Elle a créé une école centrée sur le développement personnel et la thérapie holistique et j'ai fait partie de la première

promotion ». Après un cursus de quatre ans, Dina devient thérapeute en psychologie bio-énergétique. Depuis, elle multiplie les conférences en Europe et au Moyen-Orient, avant d'introduire prochainement cette discipline au Maroc, où elle compte ouvrir un centre prochainement.

Qu'est-ce que la thérapie holistique ?

La psychothérapie traditionnelle est centrée sur le cognitif. Nous, nous partons du principe que nous sommes des êtres énergétiques. J'ai un champ magnétique qui interagit avec le vôtre. Il est fait des vibrations de mes pensées car l'énergie de l'esprit est traduite dans le corps. On a 65.000 pensées par jour en moyenne : 90% d'entre elles sont répétitives et 90% sont dans notre subconscient. La thérapie holistique consiste à pousser le patient à aller à l'intérieur, mais pas seulement dans le cognitif et la raison. On va vers le ressenti. Les gens qui s'adressent à moi ont soit des problèmes familiaux, soit se sentent victimes de la vie ou des autres, soit ne comprennent pas pourquoi ils ont les mêmes réactions répétitives. Savoir pourquoi vous le faites ne résout rien, car vous continuez à le faire. Mon rôle est de vous donner une torche pour regarder à l'intérieur en vous disant comment regarder. Mais après, c'est vous qui devez faire le travail, aller dans votre subconscient pour casser ce schéma. Et, consciemment, vous allez changer votre champ magnétique afin d'attirer d'autres personnes, d'autres situations... On se déprogramme pour se reprogrammer.

Mais il y a aussi les facteurs qui changent votre perception des choses : l'un de vos parents meurt, vous devenez vous-même parent...

On peut choisir sa façon de répondre à ces événements. Le premier travail, le plus difficile, est d'entrer en silence avec soi-même, être dans l'éveil conscient. Par exemple, quand vous conduisez ou quand vous vous lavez les dents, votre pensée va soit vers quelque chose que vous avez fait, soit vers quelque chose que vous allez faire, mais vous n'êtes pas dans le présent. Or, si on n'est jamais dans le présent,

on ne peut pas apprendre à se connaître, on passe à côté de beaucoup de choses dans sa vie et on répète des schémas répétitifs qui ne nous satisfont pas. La vie, c'est le bonheur, mais aussi les moments difficiles. Pour vraiment vivre le positif, il faut accepter les moments où le cœur est lourd. En général, les gens qui viennent vers moi ont du mal à accepter ces moments-là. Ils pensent que s'ils se laissent prendre par cette peur, cette douleur ou cette colère, s'ils se laissent trop aller dans le ressenti, ils ne pourront pas le supporter. Alors que c'est justement en entrant dans cette émotion négative, qui n'a jamais tué personne, qu'on peut la surmonter.

Quelle est la différence avec une psychothérapie ordinaire ?

En Jordanie, la personne qui m'envoie le plus de clients est un psychiatre. Il voit les limites de sa pratique parce qu'on ne peut approcher l'être humain que dans sa totalité. Nos maladies sont une représentation de notre intérieur. Notre corps nous parle tout le temps : j'ai faim, je suis fatigué... Le problème, c'est que moins on l'écoute, puis la voix se fait faible. Avec certaines de mes collègues, nous allons toutes les semaines nous occuper de femmes atteintes de cancers. On leur apprend à utiliser leur énergie pour se guérir, à prendre soin d'elles, et on leur montre les ressources qui sont en elles. On a obtenu des résultats extraordinaires. Une approche holistique de la condition de la personne peut rendre réversible n'importe quelle condition. La personne qui surmonte son bégaïement s'en sort en faisant elle-même le travail. Extrapolez les possibilités infinies de l'être humain, celles de se créer des maladies et celles qu'il a de se guérir...

Parlez-nous de votre engagement pour la paix au Moyen-Orient.

Je suis engagée dans le dialogue religieux depuis cinq ans. Je participe et j'interviens dans différents forums et conférences régionales et internationales. Une étude que j'ai écrite avec un rabbin et un ami chrétien de Jérusalem a été publiée à Paris au mois de mai dernier par le CRIF : « Les détours du

rapprochement judéo-arabe ». On y parle de ce qui se passe vraiment entre les communautés. A Jérusalem aujourd'hui, elles vivent imbriquées mais les gens se croisent sans se regarder. Mon dernier engagement concerne l'initiative de la Ligue arabe et l'Unesco qui ont nommé Jérusalem « Capitale culturelle arabe 2009 ». C'est très important pour l'identité des Arabes de Jérusalem qui représentent 50% de la population. J'invite tout le monde à se joindre à ce mouvement et à le soutenir par l'intermédiaire de Facebook. Mon rôle consiste à mettre les gens en contact, qu'on en parle dans les médias. On va faire venir à Amman des pièces de théâtre qui sont montées là-bas.

Par quoi passe la paix, à votre avis ?

Par la reconnaissance de la souffrance des autres. Les Israéliens doivent reconnaître le tort qu'ils ont fait aux Palestiniens, qu'ils ne se sont pas installés sur une terre sans peuple. Ils ne comprennent pas que celui qui va se faire exploser, c'est parce qu'il est dans la souffrance. Les Palestiniens doivent comprendre que les Israéliens sont dans la situation d'un enfant qui a été abusé dans son enfance et reproduit ce comportement : ils font ce qu'il leur a été fait il y a 60 ans. Et malgré la disproportion des forces, les Israéliens sont terrorisés. Ils ont une peur

“ CONSCIEMMENT, VOUS ALLEZ CHANGER VOTRE CHAMP MAGNÉTIQUE AFIN D'ATTIRER D'AUTRES PERSONNES, D'AUTRES SITUATIONS... ON SE DÉPROGRAMME POUR SE REPROGRAMMER. ”

bleue de l'autre dans sa différence et se sentent menacés dans leur existence. Ils sont trop aveuglés par leur peur pour pouvoir percevoir les souffrances qu'ils infligent aux autres. Ils ont développé une conscience de victimes au point de croire qu'un mur peut les protéger du voisin. Or ce n'est que quand mon voisin est en sécurité et à l'abri que je le suis aussi. Quand vous le dites à un Arabe que l'Israélien est terrorisé par lui, il vous répond : « mais comment ! Lui qui a toutes les armes les plus sophistiquées au monde alors que, moi, je n'ai rien ! ». Tout vient de la peur : celle qu'éprouve un individu, extrapolée au niveau d'une nation. Or, c'est comme dans une relation de couple : si je montre ma vulnérabilité à l'autre, il va me montrer la sienne et nous abaisserons les armes. Cela demande beaucoup de courage. C'est ainsi que se règlent les conflits et les Israéliens doivent comprendre qu'on ne peut faire la paix qu'avec son ennemi. Le rabbin avec lequel j'ai coécrit le texte est



Dina Lahlou au café Tangerine de Casablanca, où elle a donné une conférence sur « la pensée quantique » le mois dernier.

ultra-orthodoxe et sioniste. On se dispute sans arrêt. Mais l'important, c'est qu'on garde le canal ouvert.

Vous comptez revenir au Maroc ?

J'ai l'intention de rentrer à Casablanca cette année et d'y créer un centre holistique d'enseignement et de savoir-être. Ce que j'aimerais apporter, ce sont des chemins, des voies nouvelles, pour que les gens puissent se réaliser en harmonie avec eux-mêmes et avec leur environnement dans sa globalité. Je remarque qu'il y a un tel mal-être, de telles frustrations, auxquelles je peux m'identifier car je les ai aussi vécues. Cette crise que

nous vivons n'est pas seulement financière ou économique mais structurelle : je parle de tout le fondement sur lequel notre vie est basée. Nous nous sommes trop laissés distraire par l'extérieur. Or, nos ressources principales sont nos vertus et elles sont en nous. Il nous faut les arroser, les cultiver avec attention et, à ce moment-là, leur beauté et leur arôme se répandront à l'extérieur et bénéficieront à tous les aspects de notre vie. J'espère pouvoir y contribuer afin que celui qui traversera mon chemin puisse réaliser son importance et vivre dans le bonheur son droit à la vie. Le bonheur comme la vie est un droit et l'un ne va pas sans l'autre.