

Introspection

Elina Vorger: «Nous sommes tous des thérapeutes»

Fervente adepte des médecines douces, la Savoyarde Elina Vorger publie un livre surprenant sur les thérapies alternatives («J'éveille mon pouvoir d'(auto)guérison», Éd. Jouvence, Saint-Julien-en-Genevois, 2019). Elle y martèle que «nous sommes tous thérapeutes», estimant que chacun d'entre nous a les capacités de tracer son chemin pour mieux se connaître, reprendre confiance et vivre mieux. Mais, avertit-elle, la route comporte des obstacles. Faut-il commencer par regarder son nombril? Le point de départ, c'est en effet une sorte d'introspection. «Votre pire ennemi n'est pas ce chef qui vous rabaisse, ni ces voisins qui n'en font qu'à leur tête, ni même encore cet ami qui vous a



Elina Vorger: «Votre pire ennemi, c'est vous-même.» DR

délaissé. Votre pire ennemi, votre seul à vrai dire, c'est vous-même.» Et elle n'y va pas de main morte, appelant à «tuer» cet «hôte indésirable, ce noir produit de votre propre incapacité à vous aimer». Bref, avant de s'éprendre des autres, il faut s'accepter soi-même. Admettre ses faiblesses, ses défauts, ses mensonges. Mais cette thérapeute donne de l'espoir. Une fois le masque tombé, elle décèle tout ce qui est «exquis». La pépite qui est en nous et même, prenant un air plus lyrique, «la parcelle d'éternité». Ancienne responsable marketing dans un grand groupe, Elina Vorger a tout quitté il y a plus de dix ans pour s'investir dans les domaines du développement personnel et

des médecines douces. Elle est aujourd'hui thérapeute et formatrice, et ambitionne d'ouvrir des centres en France et en Suisse. Pour cette Française, «les médecines alternatives ont connu un engouement croissant sur les dix dernières années, mais c'est véritablement depuis un ou deux ans qu'elles se placent comme compléments incontournables à la médecine conventionnelle». La Savoyarde les qualifie plutôt de médecines «parallèles» aux soins classiques, «qui plaisent et fonctionnent si bien car elles replacent l'individu au cœur de sa propre guérison». Le principe de toute médecine douce, opine-t-elle, est de considérer l'être humain comme un tout (ce que l'on appelle la méde-

cine «holistique»), c'est-à-dire un être fait d'os et de chair, mais également de pensées, de ressentis, d'émotions. «Le praticien aide l'individu à mieux se comprendre, mieux s'accepter et à reprendre les rênes de son propre équilibre intérieur.» Et Elina Vorger de se référer à l'hypnose, qu'elle considère comme un outil très puissant dans la résolution des addictions, des angoisses, des phobies. Elle cite encore le magnétisme et le reiki, capables selon elle de soulager les douleurs physiques, les insomnies, les maladies somatiques. Ou encore l'acupuncture. «Le succès est important. Beaucoup de personnes venant d'autres professions veulent se former à ces méthodes», ajoute la Française.

Après avoir mené une vie plutôt classique, elle lâche tout, à 25 ans. «Mon fiancé, mon travail de cadre supérieure, mon passé.» Elle se rend en Australie, où elle décide de changer totalement d'orientation. Assaillie de pensées métaphysiques («Pourquoi sommes-nous là? Pourquoi la vie, la mort? Pourquoi la souffrance, l'espérance?») elle se «présente nue, vierge et quelque peu révoltée dans ce grand désert australien». Puis, à 28 ans, Elina Vorger s'applique à recoller morceau après morceau chaque souvenir de sa vie, en les revivant «dans ses tripes», un à un. Cinq ans plus tard, apaisée, elle peut désormais envisager transmettre tout ce qu'elle a appris, pratiquement en autodidacte. **R.R.**