

Soirmagazine

D^r SEBBAOU LHACÈN, PHYTO-AROMATHÉRAPEUTE, HERBORISTE,
NUTRITHÉRAPEUTE, DIÉTÉTICIEN ET COSMÉTOLOGUE AU SOIRMAGAZINE :

«Si l'homme souhaite vaincre le mal qui le ronge, il doit remettre en question sa façon de vivre»

C'est dans un laboratoire aux allures de l'ancre de Merlin l'enchanteur, parsemé de flacons, de tubes et de fioles recelant qui des huiles essentielles ou végétales, qui des épices précieuses ou encore des feuilles séchées et réduites en poudre, qu'a eu lieu notre entretien avec ce passionné des plantes, et dans lequel nous allons dépeindre les méandres d'un métier pas comme les autres : la phytothérapie, l'homéopathie et l'aromathérapie ou la médecine douce qui puise toute sa force dans les bienfaits des plantes et qui supprime de plus en plus la médecine scientifique. Ce diplômé en biologie a également poursuivi des études au niveau de l'Institut Pasteur d'Alger avant de s'envoler pour la France où il fit une autre formation à l'Ecole supérieure de phytothérapie, aromathérapie et médecine chinoise à Montpellier. Sa collaboration en Arabie Saoudite avec l'Institut américain de nutrition et de plantes médicinales (INC) lui a permis de se faire des connaissances à même de le fournir en matières premières nécessaires à l'élaboration de ses nombreux remèdes. Ainsi, ces traitements sont-ils inspirés des recettes de grands-mères qui dépassent en efficacité les molécules synthétiques utilisées en pharmacie et son slogan «retour à la nature» séduit et attire des foules innombrables attirées par l'aura curatrice de ce guérisseur du Bon Dieu.

Entretien réalisé
par Katya Kaci

Racontez-nous un peu les principes de ce métier hors normes et que l'on confond généralement avec l'herboristerie ou l'épicerie au sens péjoratif du terme ou même quelques fois avec le charlatanisme.

Ma formation en biologie m'a permis dans un premier temps d'aborder la facette de l'herboristerie sous un angle scientifique ; c'est pour cette raison que mon travail ne consiste pas uniquement à préparer des potions qui guérissent les malades, mais également et surtout d'informer et éduquer mes patients à prendre soin d'eux-mêmes, cela en leur inculquant par exemple une hygiène alimentaire adaptée et saine, à s'habiller en respectant les besoins du corps, comme pour les femmes qui souffrent de stérilité et qui est souvent due, entre autres, aux vêtements trop serrés.

J'apprends aussi à mes patients à maîtriser l'art du massage, notamment pour certaines maladies telles les sciaticques et les douleurs articulaires qui sont traitées par l'application de pommades ou d'huiles à travers des massages thérapeutiques que j'effectue en prenant la peine d'expliquer mes gestes afin que le patient apprenne avec moi et qu'il le reproduise une fois chez lui. C'est tout cela qu'est mon travail, et comme je l'ai dit auparavant, je soigne le malade pas la maladie, je m'entretiens longuement avec chaque patient afin de cerner tous les éléments de son environnement et réussir ainsi à optimiser mes soins.

En outre, mis à part la phytothérapie qui signifie littéralement la thérapie par les plantes, je pratique l'aromathérapie qui est l'art de préserver la santé par les huiles essentielles, la nutrithérapie qui désigne le fait de se soigner par l'alimentation, je fais aussi dans la fabrication de soins cosmétiques à base de produits naturels et bio. Par ailleurs, il faut que les lecteurs sachent que pour arriver là où je suis, la recherche est devenue l'essence de ma vie, car loin de me suffire ou de compter sur mes acquis actuels, je ne cesse d'approfondir mes connaissances aussi bien sur le monde des plantes que

sur les principes actifs présents dans la nature mais aussi sur la médecine et de ses techniques de soins. Ma documentation est donc polyvalente et variée ; je vous en cite trois qui figurent dans la liste des basiques qu'il me faut toujours avoir sous la main : le premier est celui du docteur Jean Valnet appelé *Docteur Nature* qui explique non sans torts que la nature est le meilleur des médecins et que c'est dans la nature qu'on trouve la meilleure médecine. Un homme qui explique la décadence du genre humain par les conditions de la vie moderne désastreuses pour la santé, et cela depuis l'alimentation trafiquée jusqu'à l'abus des médicaments synthétiques. *Docteur Nature* est «le» livre de sagesse et de raison destiné aux millions de patients du XX^e siècle qui vivent dans la pollution généralisée et l'empoisonnement quotidien. Le second livre est *La révolution silencieuse de la médecine* signé par le docteur Joseph Levy, un livre qui traite des nombreuses recherches et études qui aident la médecine moderne à ne plus seulement traiter le mal, mais également et surtout à maintenir ou à restaurer la santé, car telle est la tâche la plus noble du médecin. Le dernier ouvrage que j'affectionne est un petit dictionnaire en format poche intitulé *Handbook of herbs and supplements and their therapeutic uses* (livre de poche des herbes et compléments et de leurs usages thérapeutiques) qui répertorie près de 85 herbes, 80 compléments et 75 conditions d'utilisation.

Une encyclopédie qui cite les effets et les usages thérapeutiques des plantes et des substances qu'elles contiennent. Pour exemple, le lycopène, un antioxydant caroténoïde présent en fortes quantités dans les tomates, le melon ou le pamplemousse et que des études classes comme un chimio-préventif, ce qui signifie qu'il empêche ou retarde le développement du cancer. Il est ainsi bénéfique pour soigner les cancers de la prostate, du côlon, du sein et du poumon.

Alors, pouvez-vous nous expliquer un peu comment vous procédez à la préparation de vos remèdes miracles ?

Bien entendu, puisque ce n'est nullement un secret mais il faut savoir que tout l'art du soin par les plantes et des huiles



Photos : DR

essentielles réside dans les dosages qui sont précis et ne souffrent d'aucune approximation. Ainsi, la base de mes mélanges aromatiques est l'huile d'olive vierge ; une huile que j'extrais moi-même en prenant soin d'en garder tous les bienfaits, d'autres préparations nécessitent une base d'huile d'olive dans laquelle je fais macérer des feuilles soit d'olivier soit d'une autre herbe aromatique. Ensuite vient l'étape de l'ajout des huiles essentielles dont le dosage se fait à la goutte près et qui doit être scrupuleusement respecté.

Evidemment, chaque mal requiert une ou des huiles essentielles spécifiques. Pour exemple, l'huile essentielle de lentisque, cette plante sauvage des montagnes méditerranéennes entre dans la préparation de remèdes pour



traiter les varices et les jambes lourdes, les congestions, les hémorroïdes externes et internes, les troubles cardiovasculaires, la sinusite ou encore l'aérophagie, l'ulcère gastrique et le diabète.

Et d'où viennent toutes ces huiles et ces produits actifs dont vous vous servez pour guérir tant de maladies ?

Toutes mes huiles essentielles et mes extraits naturels de plantes que je reçois en gélules ou en granules proviennent soit de France, de mon fournisseur qui est le laboratoire PhytoFrance, soit des

Etats-Unis dont le laboratoire Institut of Nutrition Corp (INC) est établi en Arabie Saoudite. Des produits que je paie au prix d'or, mais que je ne peux me fournir ailleurs, notamment localement, puisqu'il n'existe pas encore en Algérie d'unité d'extraction des huiles essentielles.

Un prix qui se répercute sur celui de mes remèdes que je ne peux malheureusement vendre moins cher. Il y a d'autres produits que j'arrive à me procurer ici, dans la nature riche et foisonnante de notre beau pays comme les herbes aromatiques, les baies et les racines curatives que je conditionne ; séchage et broyage que j'effectue dans de modestes entrepôts situés en campagne. J'effectue également des voyages en Afrique noire ou en Asie, notamment en Chine où je parviens à me procurer des plantes rares et précieuses comme le ginseng qui entre dans la fabrication de remèdes qui traitent ou améliorent les performances intellectuelles par exemple.

Quels sont vos projets à venir dans ce domaine qui allie la recherche scientifique à la magie des plantes et des produits naturels ?

Mon grand projet que j'espère ne tardera pas à se concrétiser est l'installation d'une usine d'extraction et de distillation des huiles essentielles en Algérie ; car malgré le fait que notre pays et notre continent en général recèlent des trésors en matière de plantes, de racines et de toutes sortes de fruits bienfaisants pour la santé, la bureaucratie a fait que nous sommes obligés d'importer à des prix très élevés nos produits de base alors que la plupart de ces laboratoires se fournissent de nos terres et de nos plantes. Je pense réellement qu'il faut encourager la médecine alternative car il est évident que la science se heurte à des murs infranchissables et que la seule solution est la prévention et le retour aux sources. Le corps humain est un organisme vivant et ne peut de ce fait être soigné et sauvé que par un autre organisme vivant, en l'occurrence les plantes et végétaux ; si l'homme souhaite



vaincre le mal qui le ronge, il doit remettre en question sa façon de vivre, de se nourrir, de s'habiller et de se comporter, tant à l'égard de son propre corps qu'à celui de la nature ; cette terre nourricière et bienfaitrice qui recèle sans contester le secret de la vie, non pas éternelle, mais saine et pure. ■