

La télé qui fait du bien

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Sur YouTube, Lilou Macé et sa webtélé comptent 55 millions de vues. Elle s'installe à Bordeaux

AUDE FERBOS

a.ferbos@sudouest.fr

Si vous n'avez pas encore entendu parler de Lilou Macé, cela ne devrait plus tarder. La prêtresse du bien-être sur Internet et en librairie vient de poser ses valises à Bordeaux. Et sa caméra. Celle qui a créé sur le Web La Télé de Lilou – plus de 55 millions de vues sur YouTube – compte bien interviewer les professeurs de yoga ou de fitness de Biarritz (64) à La Rochelle, et promener son micro sur le plancher des salles de danse, ou dans les bassins d'eaux thermales. Avec toujours en fil rouge, son thème de prédilection : le développement personnel. Un sujet qui se fond avec sa propre quête.

Tout commence entre la France et les États-Unis : Lilou naît en Californie, dans une famille de restaurateurs français. Elle a la double nationalité, grandit en France et fait des études de communication à La Rochelle. « En 2000, je suis sortie diplômée, avec mention, mais je ne trouvais pas de job », explique-t-elle. Le mal-être s'installe. Alors, la jeune

femme s'envole pour les États-Unis, où elle découvre le développement personnel. « J'étais au bout du rouleau, toujours sans boulot. Dès le deuxième cours, j'étais en pleurs, quelque chose se débloquait. » Lilou a 23 ans et une « curiosité assoiffée ». Elle enchaîne les cours, s'initie à la méditation, au yoga, aux techniques de visualisation. ...

2 000 célébrités

En 2005, en Floride, avec deux amies, elle lance les « Défis des 100 jours » : « En 21 jours, on crée une habitude, en 90 jours, on peut parler d'un style de vie devenu naturel. » Au fil de sa propre progression, Lilou écrit plusieurs défis qu'elle a elle-même relevés : « avoir une vie extraordinaire », « développer son intuition », « vivre la magie au quotidien ». Un quatrième, coécrit avec son père, est sorti en juin, sur le thème de l'alimentation consciente. Prochain opus : « libérer sa relation à l'argent ». Le public adhère.

Lilou Macé publie aussi ses propres aventures sous forme de journal, en fonction des périodes de vie qu'elle traverse, non sans ironie et



Lilou Macé est devenue une star de la webtélé avec La Télé de Lilou, pour laquelle elle a interviewé plus de 2 000 personnalités. PHOTO MURIEL DESPIAU

un brin de provoc: « J'ai perdu mon job et ça me plaît », « Je suis célibataire et ça me plaît », « Je n'ai pas de religion et ça me plaît », « Je n'ai pas d'argent et ça me plaît ». « Ce dernier livre correspond à l'épreuve qu'il me fallait. Le fait de ne pas avoir d'argent et de me retrouver à vivre chez ma mère a changé ma vie », sourit-elle, décidément très optimiste. La suite ? Elle crée La télé de Lilou. Partie de rien, avec une toute petite caméra et le minimum de budget (obtenu via

une plate-forme de donation), elle part interviewer des personnalités qui la fascinent, pour comprendre ce qui a changé leur vie. Pendant dix ans, elle voyage et rencontre plus de 2 000 célébrités dans l'univers élargi de la conscience, de la méditation et du bien-être, dont Oprah Winfrey, l'influente animatrice et productrice américaine. « À partir du moment où j'ai commencé à me lancer, tout est devenu une évidence. Je recevais exactement la somme d'argent dont

j'avais besoin, ni plus, ni moins », poursuit-elle.

Aujourd'hui, Lilou Macé a un job. Celui qu'elle a créé. Un homme. Elle s'est installée, a aussi lancé La Librairie de Lilou d'où, en plus de ses livres, elle commercialise aussi les œufs de yoni, pour muscler la sexualité féminine. Lilou poursuit sa quête du bonheur dans le Sud-Ouest et compte bien donner ses recettes.

lateledelilou.com