



Fotoks © Paul Presseur

## NAET ou comment *se libérer* des allergies, intolérances et plus encore...

Vous ou votre enfant ne pouvez plus manger d'œufs ou de produits laitiers, vous suffoquez à cause du pollen ? Vous pensez sans doute que vous ne pouvez rien faire contre ces difficultés, à part réduire les symptômes en recourant à une thérapie, quelle soit allopathique ou homéopathique. Et pourtant, il existe une méthode efficace pour dire adieu à tous ces désagréments.

La méthode NAET (Nambudripad's Allergy Elimination Techniques) a été mise au point par le Dr Devi Nambudripad, en 1983. Après avoir défini l'allergie<sup>1</sup> comme une réponse défavorable de l'organisme en présence d'une ou plusieurs substances, il lui est apparu que cette réponse défavorable est un déséquilibre d'énergies du corps, causé par le conflit entre deux ou plusieurs énergies incompatibles. Cette incompatibilité crée alors des blocages d'énergie, dont l'accumulation peut faire naître des affections et pathologies diverses.

À partir de cette théorie, le Dr Nambudripad découvrit qu'une stimulation particulière des racines du système nerveux sympathique permet d'envoyer un message au cerveau, qui conduit

celui-ci à revenir sur sa perception erronée de la substance posant problème. Ce nouveau message s'imprimera définitivement après la stimulation de plusieurs autres points d'acupression et le respect par le patient de règles précises pendant un certain temps après le traitement.

### LE TEST MUSCULAIRE ET LA SÉANCE NAET

Pour savoir ce qu'il est nécessaire de reprogrammer, encore faut-il précisément savoir ce qui provoque une mauvaise réaction de notre corps. Jacynthe M. raconte : "Je savais que j'étais intolérante au produits laitiers et au gluten, par exemple, mais j'ai aussi appris que mon corps ne gérait pas la vitamine C et le sucre". Cette découverte s'effectue grâce au test musculaire, qui est une technique

kinésiole. Le patient est mis en contact avec une fiole contenant un allergène possible (le verre de la fiole laissant passer l'énergie de l'élément testé au contact de la peau). Le praticien va tester la résistance musculaire du patient en appuyant sur son bras. Si le muscle lâche, c'est qu'il est affaibli. Une fois les sensibilités décelées, le thérapeute traite un allergène par séance. La séance dure en moyenne trente minutes.

Il est également intéressant de savoir que l'on peut aussi être intolérant à une combinaison d'allergènes. Cette méthode ne dénigre aucune autre forme de pratique médicale et comporte l'avantage de n'interférer avec aucun type de traitement, quel qu'il soit. Ce, d'autant plus que la méthode permet de déceler d'éventuelles intolérances à des médicaments, et de les éradiquer.

## NAET ET LES ENFANTS

Aujourd'hui, de plus en plus d'enfants souffrent d'allergies, cela est certain. Il n'est cependant pas toujours facile de déceler que la cause des maux de son bébé est une intolérance, ou alors de savoir à quoi réagit son tout-petit. Françoise Munsch, praticienne, précise : *"En réalité, ils ont souvent des allergies multiples, qui créent des symptômes tels que de l'asthme ou de l'eczéma, ou encore des problèmes digestifs, des troubles du sommeil ou du comportement. Par exemple, des parents peuvent remarquer que leur enfant éternue en présence de pollens. Mais, souvent, l'organisme est déjà affaibli par d'autres intolérances et les pollens sont alors la goutte d'eau en trop."* Jusqu'à l'âge de 5-6 ans environ, le thérapeute passe par le parent : c'est le parent qui porte l'enfant dans ses bras. Le tout-petit tient la fiole (ou celle-ci est glissée contre sa peau), le parent touche la peau de l'enfant et le thérapeute fait le test musculaire avec le bras du parent, etc. C'est donc une méthode non contraignante pour l'enfant, qui est en sécurité contre son parent, peut jouer et même téter, si c'est sa maman qui l'a dans les bras. *"Avec les enfants, on travaille essentiellement les aliments de base et les effets des vaccins, ajoute Françoise. Les enfants sont souvent intolérants ou allergiques au lait, même parfois au lait maternel. Pour autant, il n'y a pas lieu de culpabiliser. C'est juste une réponse de l'organisme de l'enfant qui n'est pas adaptée. Les parents sont également étonnés que l'enfant puisse fixer une allergie à certains produits pourtant issus de l'agriculture biologique. Mais, même si ces aliments sont meilleurs pour la santé, on fixe plus facilement une allergie à un aliment avec lequel on est fréquemment en contact."*

## ON PEUT POTENTIELLEMENT ÊTRE INTOLÉRANT À TOUT

À quoi peut-on être intolérant ? Potentiellement, à tout, comme l'explique encore Françoise : *"Cela peut être dix mille choses : des aliments, des sub-*



*stances environnementales (poussières, pollens, acariens...), des polluants, des produits d'entretien, des substances contenues dans les vaccins. Ou à des médicaments, comme la cortisone, la pénicilline, l'aspirine, etc. Mais encore à nos organes, aux composants du sang, aux enzymes digestives, aux hormones, parasites, bactéries, rayonnements (lumière, ondes), etc. Il existe une immense quantité de fioles et tous les praticiens ne les possèdent pas toutes, sans compter que de nouvelles fioles sont régulièrement créées, à la demande de thérapeutes."* Mais, bien sûr, tous ces allergènes potentiels ne vont pas être testés ! En général, les thérapeutes utilisent les fioles de base et choisissent ensuite en fonction des pathologies ciblées. Cela dit, comment peut-on développer une réaction inappropriée à ses propres organes ? *"Lorsque l'on vit un choc émotionnel, le corps mémorise à la fois le choc et les énergies avec lesquelles il est en contact à ce moment-là. Par la suite, il l'identifiera comme étant toxique pour lui. Si l'on apprend un décès d'un proche alors que l'on mange, par exemple, il est possible que le cerveau identifie l'estomac comme étant nocif pour lui. Cela désorganise le corps et crée une incompatibilité énergétique entre le cerveau et l'organe. Ce n'est pas à proprement parler une allergie, mais une incompatibilité."* Enfin, le praticien teste également les méridiens, lignes où circule l'énergie du corps.

## DÉPROGRAMMER LES MÉMOIRES ÉMOTIONNELLES

Puisque des chocs émotionnels peuvent être à l'origine d'intolérances, on peut comprendre que la



dimension émotionnelle joue un grand rôle. C'est pourquoi la formation NAET comporte deux niveaux, le premier concernant les allergies physiques, le second les mémoires émotionnelles. Tous les praticiens ne sont pas formés au second niveau. Françoise raconte : "NAET me permet de travailler également les traumatismes et mémoires du passé. Je me souviens par exemple d'une dame qui était allergique aux œufs. La séance a fait remonter des tas de choses. Ses parents disaient que les omelettes n'étaient pas bonnes pour la santé. Elle avait pourtant une envie folle de braver cet interdit. Le travail sur sa mémoire émotionnelle lui a permis de comprendre qu'elle avait aussi le droit de se faire plaisir. On peut ainsi travailler également le mauvais vécu d'une grossesse, d'une naissance, d'un décès, etc."

Seus parents disaient que les omelettes n'étaient pas bonnes pour la santé. Elle avait pourtant une envie folle de braver cet interdit. Le travail sur sa mémoire émotionnelle lui a permis de comprendre qu'elle avait aussi le droit de se faire plaisir. On peut ainsi travailler également le mauvais vécu d'une grossesse, d'une naissance, d'un décès, etc."

#### EST-CE VRAIMENT EFFICACE ?

Aux dires des personnes qui ont tenté cette méthode, NAET les a complètement libérées de leurs problèmes allergiques. Selon Françoise, "le seul souci, c'est qu'il faut aller jusqu'au bout des séances pour que la démarche soit réellement efficace. Cela suppose que, si l'on présente de nombreuses intolérances, on les traite toutes et qu'on ne s'arrête pas après avoir réglé les choses qui nous paraissent les plus problématiques." Mais il arrive que l'on ait néanmoins de bonnes surprises, comme en témoigne Clémentine F., deux enfants : "Lors de la première séance, au moins sept ou huit substances problématiques ont été mises en évidence. Mais, après avoir traité l'une des substances de base, au moins trois intolérances ont disparu et nous n'avons plus eu besoin de nous en occuper !". Mais, si un choc émotionnel peut créer des incompatibilités, n'est-il pas possible que le corps recrée des allergies par la suite ? "Cela est possible, en effet, mais après avoir fait NAET, les personnes s'en aperçoivent alors très vite. Et puis, on peut encaisser des chocs sans fixer une allergie. D'ailleurs, j'ai souvent remarqué que NAET faisait évoluer les gens et qu'ils ne fonctionnaient alors plus de la même façon."

**À noter également :** seules des personnes exerçant une profession de santé (kinésithérapeutes, ostéopathes, sages-femmes, infirmiers, médecins, etc.) peuvent se former à la méthode NAET.

#### COÛT, PRISE EN CHARGE

En France, la méthode n'étant pas connue, elle n'est pas prise en charge par la Sécurité sociale. Seulement une mutuelle rembourserait quelques séances, de manière très anecdotique. Mais il en est autrement dans d'autres pays tels que la Suisse, l'Angleterre, l'Allemagne et l'Espagne où les séances sont souvent prises en charge par diverses mutuelles. En France, le prix d'une séance peut varier du simple au double, voire plus, avec un prix minimum autour de trente euros.

Alors, certes, la méthode n'est pas conventionnée et, en attendant que les mutuelles prennent en charge les séances de manière conséquente, se libérer de ses intolérances peut requérir un certain budget, surtout si celles-ci sont importantes. Mais ce budget peut aussi être envisagé comme un investissement pour l'avenir et le bien-être, que ce soit le vôtre ou celui de vos enfants. De plus, dans le cas des tout-petits, en s'occupant des allergies tôt, on évitera qu'elles ne risquent de se multiplier et moins de séances seront donc nécessaires. Enfin, trois à dix séances suffisent en moyenne à vous libérer, pour vous permettre enfin de croquer la vie à pleines dents et respirer... complètement !

CARINE PHUNG

<http://www.naeteurope.com>

1 - À noter : dans cet article, nous utiliserons parfois les termes d'allergie et d'intolérance de façon réversible car la méthode NAET les traite de la même façon, la différence entre les deux termes renvoyant à ce que l'allergie est, en principe, décelable par test cutané, étant donné qu'elle implique le système immunitaire.

2 - Rien ne prouve scientifiquement que le bébé puisse être intolérant au lait maternel, mais néanmoins de nombreux bébés traités de cette façon concernant le lait maternel se sont trouvés mieux par la suite. Quoi qu'il en soit, celui-ci n'en constitue pas moins l'aliment idéal pour l'enfant. De même que le corps peut développer une réaction inappropriée à un de ses organes, par exemple, il peut mal supporter l'aliment qui lui est vital et le plus adapté à son organisme.

#### Témoignage de Marjorie D.

"Ma fille Selia était encore allaitée exclusivement quand nous avons détecté son allergie aux protéines de lait de vache (PLV) : il suffisait que j'en consume pour qu'elle vomisse. J'avais donc exclu les PLV de mon alimentation, en pensant que cela s'arrangerait avec l'âge. Et, à 6 mois, elle a commencé à goûter des fruits : or, des plaques rouges apparaissaient systématiquement autour de sa bouche quand elle mangeait ! C'est ce qui m'a poussée à consulter un praticien NAET. Le test musculaire a confirmé les deux intolérances, qui ont été traitées en une séance chacune. Le résultat a été bluffant : j'ai réintroduit les produits laitiers dans mon alimentation, sans aucun souci pour elle et elle a pu, dès la semaine suivante, manger autant de fruits qu'elle le souhaitait, sans aucun désagrément.

La compréhension des mécanismes en jeu dans l'apparition d'une intolérance/allergie a complètement changé mon regard sur ce sujet, et sur l'idée de fatalité qui l'accompagne. J'ai donc, moi aussi, pratiqué un bilan de mes allergies et intolérances, et les ai traitées par cette même méthode. Sur un adulte, le résultat est moins spectaculaire que sur un enfant, car il faut le temps au corps de se détoxifier : d'ailleurs, les jours suivant une séance NAET, j'étais souvent malade, un symptôme d'élimination selon ma thérapeute. Aujourd'hui, moins d'un an après la fin du traitement, je ressens une très nette différence, surtout pour le rhume des foies qui m'accompagne chaque mois de mai depuis mon enfance... Il est à noter que certains thérapeutes sont également formés pour dénouer les « nœuds énergétiques » liés à une situation et pas seulement à un aliment. Nous avons, ma fille et moi, évacué par ce biais un gros stress autour de sa naissance. J'ai été très triste en réalisant les conséquences qu'avait eu cette situation pour elle et seulement deux jours de vie, mais soulagée de pouvoir faire quelque chose et de ne pas la laisser grandir en ayant engrammé ce gros stress."