

La méthode  
américaine NAET  
inspire certains  
thérapeutes  
européens qui  
développent de  
nouvelles techniques  
comme *Bye Bye  
Allergies* et *Total Reset  
Method*.

Par Julie Klotz

# Lutter

## contre les allergies

« **V**ictime d'allergies chroniques, j'étais de plus en plus fatiguée... Apparaisant au départ par crises avec l'arrivée du printemps, elles se sont installées ensuite à l'année. J'étais devenue allergique à tout : aux pollens, aux poils de chat, aux acariens... À tel point que je n'arrivais plus à dormir, réveillée chaque nuit parce que je ne pouvais plus respirer, me mouchant sans cesse. Tout d'abord, j'ai pris des antihistaminiques jusqu'à ce qu'ils n'aient plus d'effets sur moi. Puis je me suis tournée vers l'homéopathie, qui a fini par montrer aussi ses limites. Enfin, j'ai tenté un traitement de désensibilisation que j'ai dû arrêter à cause de son incompa-

tibilité avec une maladie auto-immune dont j'étais atteinte. Si je cherchais toujours une solution à mon problème, je n'y croyais plus vraiment... », raconte Gabrielle qui, depuis six ans, est libérée de ses allergies. En tout, il lui a fallu trois séances avec Elisabeth Murillo, naturopathe formée entre autres à la méthode NAET (*Nambudripad's Allergy Elimination Techniques*), pour retrouver la santé. Un résultat particulièrement étonnant !

### Combiner diverses pratiques

Au carrefour des médecines allopathiques et orientales, de l'acupunc-

ture, de la chiropractie, de la kinésiologie et de la diététique, ces techniques d'élimination des allergies NAET ont été créées il y a une trentaine d'années par le D<sup>r</sup> Devi Nambudripad, née en Inde et aujourd'hui installée en Californie. Elle-même victime d'allergies chroniques depuis son plus jeune âge, elle a combiné tous ces éléments pour permettre aux personnes souffrant de troubles chroniques ou fonctionnels de retrouver un meilleur état de santé. Quand la capacité d'adaptation de l'organisme d'un individu à l'environnement fait défaut, une allergie à une ou plusieurs substances se développe, comme une réponse défavorable