chapitre 1

À propos de l'asthme

L'asthme constitue l'un des problèmes de santé les plus répandus dans le monde. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) estime qu'il affecte au niveau de la planète près de 150 millions de personnes, dont entre 14 et 15 millions pour les seuls États-Unis. Parmi les cas répertoriés, il est l'une des principales causes d'absentéisme à l'école et au travail et c'est également la maladie chronique la plus rencontrée durant l'enfance.

Le mot « asthme » provient du grec « asthma », « respiration difficile ». Il fut utilisé par Hippocrate (v. 460-370 av. J.-C.) pour définir certaines difficultés respiratoires.

L'asthme est un état allergique dans lequel les bronches entravent le passage de l'air, provoquant ainsi de graves difficultés respiratoires et une expiration caractérisée par des sifflements. À l'intérieur des poumons, les parois des voies respiratoires s'épaississent et enflent, rendant ainsi la respiration sifflante et multipliant les périodes d'essoufflement, d'oppression, de douleurs dans la poitrine et de sensations de constriction de la gorge. Les patients ont souvent une toux persistante qu'ils traînent durant plus d'une semaine ou des quintes de toux après qu'ils ont ri, pleuré, marché d'un bon pas ou fait de l'exercice. Certaines personnes s'éveillent au milieu de la nuit en toussant ou en respirant péniblement, particulièrement entre 3 et 5 heures du matin, c'est-à-dire la période du méridien Poumons (voir chapitre 7).

S'il n'est pas enrayé durant ses stades initiaux, l'asthme peut se muer en maladie inflammatoire chronique des voies pulmonaires. Les crises se produisent spasmodiquement mais, par moments, peuvent être particulièrement aiguës. La sensation de suffocation peut être si sévère que la personne aura l'impression de mourir d'étouffement. Dans certains cas, une crise d'asthme peut s'avérer fatale.

Des milliers d'asthmatiques du monde entier n'ont pas été en mesure de trouver quelque soulagement ou d'aide médicale appropriée et ce, pour diverses raisons.

La respiration est la première fonction physiologique ; elle commence à la naissance et demeure la fonction la plus essentielle de la vie, jusqu'au moment du décès. Tous les êtres vivants sont dotés d'une chose gratuite, en ce monde : l'air qu'ils respirent. Respirer est un droit inné à tous. Malheureusement, pour certaines personnes, le système respiratoire peut connaître des dysfonctionnements et être affecté par les divers excès physiques et mentaux inhérents à la vie quotidienne.

Mais la vie doit continuer… si bien que la personne affectée de problèmes respiratoires doit continuer à vivre tout en haletant et en soufflant, en luttant pour inhaler et exhaler l'air de ses poumons et sans connaître la cause de sa maladie.

Aujourd'hui, avec *Vaincre enfin son asthme* et la méthode NAET, la délivrance est en vue.

Qu'est-ce que la méthode NAET ?

La méthode NAET (Nambudripad's Allergy Elimination Techniques – techniques d'élimination des allergies mises au point par le D^{r} Nambudripad) est un traitement naturel, indolore et non agressif utilisé pour désensibiliser, réduire ou éliminer définitivement diverses allergies alimentaires, chimiques et environnementales. La plupart des asthmes et des troubles pulmonaires sont provoqués par des allergies.

La méthode NAET recoure principalement aux procédures orientales de diagnostic et de traitement de l'asthme et des allergies. Mais elle utilise également d'autres procédures standard de diagnostic et de test d'allergies provenant de l'allopathie, de la kinésiologie et de la chiropratique (lisez le chapitre 4), ainsi qu'un appareil de test de sensibilité électrodermale pour les allergies, relayé par ordinateur afin d'étayer le diagnostic NAET effectué en s'appuyant sur la médecine orientale.

Ce traitement n'implique pas l'usage de médicaments, de plantes, de vitamines ou d'autres compléments. Toutefois, il est possible d'utiliser la méthode NAET en conjonction avec d'autres formes de traitements et thérapies prévoyant l'usage de médicaments, de plantes, de vitamines, de minéraux, d'autres compléments ou thérapies, si on les estime appropriés à l'amélioration de votre santé. Chaque substance, toutefois, devrait être testée et débarrassée de toute potentialité allergénique avant d'être utilisée.

Asthme ?

« *Éliminer l'asthme ? ! ? Est-ce possible ?* », avais-je demandé la première fois que j'avais entendu parler du docteur Devi et de la méthode NAET. « *Parfaitement !* » Telle est la réponse que j'avais découverte après avoir rencontré Devi et appris sa technique étonnamment simple et particulièrement efficace. Dans ma pratique, absolument aucun autre traitement des allergies ne s'est révélé aussi efficace que la méthode NAET. Le docteur Devi est vraiment une pionnière de la médecine et elle a droit à mon plus profond respect, à la fois sur le plan personnel et professionnel. RÉVÉLEZ À TOUTES VOS CONNAISSANCES le secret le mieux gardé de l'univers du diagnostic et de la thérapie des allergies et de l'asthme : la méthode NAET.

Ann McCombs, D. O., Ostéopathe,
spécialiste NAET,
Directrice médicale,
Center for Optimum Health,
Seattle, Washington, USA.

Le *Yi King* médical

La méthode NAET recoure à une procédure de test qualifiée de *Yi King médical* et provenant des procédures d'essai de la médecine orientale. Le *Yi King* ou « classique des mutations » est l'essence de la philosophie chinoise. En Chine, ce *Yi King* a été vénéré comme le plus profond des ouvrages philosophiques. Sans les principes du *yin* et du *yang* du *Yi King*, il n'est même pas permis d'envisager la philosophie orientale. Selon la tradition chinoise, le Yi King fut développé par Fu Xi, le plus ancien héros de la culture chinoise (3322 av. J.-C.). En parcourant les six derniers millénaires, le *Yi King* a traversé bien des générations. Partout dans le monde, de nombreuses variantes du *Yi King* original ont vu le jour et ont été mises en pratique par divers professionnels de la médecine.

Le test de réponse musculaire

Le test kinésiologique de réponse musculaire est une variante du *Yi King* chinois. Ce genre de test est pratiqué aux États-Unis depuis 1964, où il a été inauguré par le docteur George Goodheart et ses associés. Le docteur John F. Thie préconise cette méthode par le biais de la « Touch For Health » Foundation, à Malibu, en Californie. Les lecteurs intéressés peuvent s'adresser à cette fondation s'ils désirent obtenir des informations et des ouvrages traitant du sujet.

Le test de sensibilité neuromusculaire

Le test NST/MRT (Neuro Muscular Sensitivity Testing – test de la sensibilité neuromusculaire), une autre variante du *Yi King*, est pratiqué par les spécialistes NAET. Même s'il s'avère que le test NST est semblable au test kinésiologique de réponse musculaire, il diffère légèrement de la procédure de ce dernier sur le plan de son concept et de son application.

Pratiqué de façon adéquate, le test NST a la capacité unique de retrouver des informations de votre système nerveux autonome (les systèmes nerveux sympathique et parasympathique) dans la plupart des stades de vos problèmes de santé (symptômes légers, modérés ou graves).

La méthode NAET utilise également d'autres principes et procédures de la médecine orientale afin d'évaluer votre état de santé en détectant les blocages d'énergie dans les méridiens d'acupuncture.

La méthode NAET évalue l'état de la compatibilité des aliments, boissons, compléments consommés quotidiennement… afin de repérer la cause de votre asthme et autres gênes respiratoires. La méthode NAET met en évidence la nécessité d'une alimentation correcte si vous désirez obtenir les meilleurs résultats et contrôler les symptômes de votre asthme.

Pour parachever l'élimination des allergies, la méthode NAET recoure à une combinaison entre la kinésiologie, l'acupuncture, l'acupression, les conseils nutritionnels ainsi qu'un type spécifique de procédure manipulatoire dorsale douce dérivé des méthodes chiropratiques.

Le secret d'une bonne santé se réalise à travers une nutrition correcte.

Qu'est-ce qu'une nutrition correcte ?

Une nutrition correcte ou adéquate ne signifie pas qu'il faut acheter des aliments, boissons ou compléments très onéreux. Cela signifie des aliments, boissons et suppléments non allergènes.

Le principal objectif

Le principal objectif de cet ouvrage est de tendre la perche à toutes les personnes qui souffrent d'asthme, de les instruire à propos de leurs réactions asthmatiques, de les aider à éliminer confusion et particularisme à propos des procédures de traitement et de fournir un guide qui les aidera à améliorer leur santé.

Cet ouvrage fournit des informations uniques, utiles pour évaluer cette situation qui menace votre existence selon une perspective différente de celle des évaluations médicales standard. Dans cet ouvrage, vous découvrirez divers autotests en vue de détecter l'asthme et les conditions s'y rapportant avant qu'elles ne deviennent chroniques. Si vous découvrez les signes et symptômes, aussi légers qu'ils puissent être dans les stades initiaux, il vous est conseillé de chercher immédiatement l'aide la plus adéquate. Le faire à temps, avant que les conditions ne se manifestent pleinement, vous aidera à guérir complètement.

Le traitement de l'asthme

Cet ouvrage n'a pas l'intention de vous apprendre à traiter vous-même votre asthme. C'est au-delà de sa portée. L'asthme constitue un état sérieux. Il devrait être traité par un professionnel de la santé nanti des qualifications et de l'expérience requises. Mais cet ouvrage vous amènera à comprendre cet état et la façon dont une technique de test très efficace et alternée peut être utilisée pour détecter les causes de votre asthme (lisez le chapitre 6). Aussi évident que cela paraisse, soyez conscient(e), de grâce, de ce que maints professionnels de la santé ne cherchent ni ne trouvent de causes ; ils traitent des symptômes. Pourtant, une fois les causes déterminées et éliminées par une re-programmation du cerveau, l'asthme peut souvent être éradiqué pour de bon. C'est à cela, précisément, que sont destinées les techniques NAET.

Des différences dans l'héritage ethnique et les conditions socioéconomiques affectent considérablement les problèmes respiratoires et l'asthme. Considérons certaines statistiques publiées autour de ces problèmes :

- Un rapport émanant des CDC (Centers of Disease Control – Centres de contrôle des maladies) constate qu'entre 1980 et 1995, le pourcentage d'enfants asthmatiques a doublé, passant de 3,6 % en 1980 à 7,5 % en 1995. Entre 1995 et 1996, on a assisté à une diminution du pourcentage d'enfants asthmatiques, mais il est malaisé d'interpréter des changements n'affectant qu'une seule année.

- Le pourcentage d'enfants asthmatiques diffère selon la race, l'ethnie et les facteurs socioéconomiques. Entre 1997 et 2000, plus de 8 % d'enfants noirs non hispaniques, vivant dans des familles aux revenus situés sous le seuil de pauvreté avaient eu une crise d'asthme au cours des 12 mois précédents. Quelque 6 % d'enfants blancs non hispaniques vivant dans des familles aux revenus situés sous le seuil de pauvreté avaient eu une crise d'asthme au cours des 12 mois précédents. Les

admissions aux urgences pour l'asthme et autres problèmes respiratoires étaient de 369 pour 10 000 enfants en 1992 et de 379 pour 10 000 enfants en 1999. Les admissions à l'hôpital pour l'asthme et autres problèmes respiratoires étaient de 55 pour 10 000 enfants en 1980 et de 66 pour 10 000 enfants en 1999.

- D'après une seule étude, 94 % des patients ont rapporté qu'ils souffraient d'asthme depuis longtemps et que l'asthme réduisait leur qualité de vie. Même si bon nombre d'entre eux savaient qu'ils souffraient d'asthme, ils ne prenaient pas le diagnostic trop au sérieux et ils en subissaient les conséquences. Ils abandonnaient leur santé au hasard du destin et ne faisaient rien pour y remédier. Environ 50 % des personnes présentant ce problème considèrent la maladie comme une situation médicale sérieuse, mais moins d'un tiers ont consulté un praticien ou un allergologue.

Les asthmatiques ont du mal à avoir une bonne nuit de sommeil, à s'engager dans des activités à l'extérieur, à pouvoir se concentrer, à se montrer productifs et à jouir d'une vie familiale satisfaisante. Les asthmatiques ou les personnes dont l'histoire familiale a été touchée par l'asthme devraient faire un check-up complet chez un praticien qualifié et prendre des mesures pour réduire immédiatement leur asthme.

Les causes de l'asthme

Une perturbation du « programme logiciel » cérébral est la principale cause des allergies et de la maladie. L'asthme n'est guère différent des autres maladies. Le « logiciel » cérébral peut être atteint par l'équivalent d'un virus ou, dans certains cas, d'une armada de virus collectés durant toute l'existence de la personne ou transférés à la personne via les gènes de ses parents et de ses grands-parents. Ces virus provoquent un dysfonctionnement du logiciel ; à leur tour, les fonctions relatives aux organes vitaux sont perturbées. Dans le cas de l'asthme, ce sont les fonctions respiratoires qui sont perturbées. Il s'ensuit que les poumons et l'appareil respiratoire deviennent sensibles aux divers aspects de l'environnement de la personne. Une fois perturbé et sans re-programmation appropriée, le programme ne reconnaît plus les choses qui entourent le corps. Ces « virus » affectant le logiciel peuvent avoir frayé leur chemin dans le corps en empruntant les voies suivantes :

- L'hérédité : il s'agit du facteur le plus important dans le cas de l'asthme. Une tendance allergique est héritée des parents et de la famille sous forme dominante ou sous forme récessive, mais une manifestation allergique peut varier d'une génération à l'autre. Par exemple, si l'un des parents souffrait de migraines, d'eczéma ou d'arthrite, sa progéniture

peut souffrir d'asthme — sans nécessairement subir les mêmes manifestations que les parents ou d'autres membres de la famille. Dans des cas aigus et particulièrement résistants d'asthme, on constate souvent que les caractéristiques génétiques de divers ancêtres ou générations se sont accumulées et ont été transmises à la descendance ; l'enfant souffre dès lors de l'effet cumulatif de son patrimoine génétique sous forme d'une manifestation d'asthme extrêmement aiguë.

- Les toxines : les toxines allergènes alimentaires provoquent de l'asthme chez bien des personnes. Par exemple, les toxines des aliments et des protéines alimentaires, tels les œufs, le lait, la caséine, l'albumine, les cacahuètes, le froment, le poisson, le soja et autres légumes.

- Les toxines provenant des additifs et des agents conservateurs alimentaires : divers additifs alimentaires sont utilisés pour préserver la texture, la couleur et durée de conservation après vente des aliments préemballés ou précuits. Certains des additifs habituellement utilisés sont les suivants : acide acétique, acide formique, acide malique, acide salicylique, acide succinique, acide tartrique, agar-agar (gélose), aldicarbe, alginates, benzoates, carbamates, caroube, agents de blanchiment, dérivés du maïs, gaz éthylène, glutamate monosodique (MSG), mannan, phosphates de sodium et d'aluminium, propionate de calcium, propylène glycol, sels d'alumine, silicate de calcium, sulfites, talc.

- Les colorants alimentaires : teinture jaune, teinture rouge, boissons non alcoolisées, margarine, boissons à l'orange, fromage, petits gâteaux, biscuits, bonbons, caramels, biscuits salés (crackers), crèmes glacées, sirops.

- Les médicaments : médicaments sur prescription ou pas, aspirine ou produits contenant de l'aspirine, antidouleurs sans prescription, antiacides, compléments vitaminés, compléments à base de plantes et compléments nutritifs ou de remplacement, telles les boissons protéinées…

- Moisissures et champignons : pain rassis, aliments préparés douteux (restes de plus de 24 heures), gâteaux, produits levés, spores en suspension dans l'air, champignons…

- Produits à base de latex : plastiques, produits à base de pétrole brut, matériaux synthétiques, produits chimiques de nettoyage à sec, tissus, laine, squames animaux, tissus épithéliaux.

- Acariens et autres parasites : poussières domestiques, poussières industrielles, insectes.

- Produits inhalés/irritants : pollens, herbes et mauvaises herbes, autres agents environnementaux, squames et tissus épithéliaux animaux, pesticides, produits chimiques de nettoyage domestique, déchets industriels, air pollué, fumées, fumée de cigarette, odeurs de gaz de cuisson, cuisson, assaisonnements, friture, aliments épicés, combustion du gaz, fumée de cheminée, combustion du bois, barbecue, feux en plein air, émanations volcaniques, parfum, propane liquide, monoxyde de carbone, dioxyde de carbone, fluorocarbones (dans les bombes de laque pour cheveux), sprays pour nettoyage, odeurs des animaux, odeurs de diverses secrétions corporelles (personnelles ou d'autrui : selles, urine, crachats et glaires, transpiration, mauvaise haleine), fleurs, odeurs chimiques, odeurs des tissus…
- Infections : toxines produites dans le corps suite aux invasions de micro-organismes tels virus, bactéries, parasites, levures… et moisissures, champignons, candida, tiques…
- Matériaux de construction : formaldéhyde, peintures, bois aggloméré, laine de roche, plaques de plâtre, contre-plaqué, meubles en bois et en général, tables de salon et guéridons, lits, dosserets, carpettes et tapis, colles…
- Vaccinations et immunisations.
- Un système immunitaire déficient en raison de maladies chroniques, de troubles auto-immunitaires…
- Troubles dus à une mauvaise assimilation : déficiences nutritionnelles, problèmes de digestion, mauvaises assimilation et digestion alimentaire dues à une allergie aux aliments, ingestion de mets trop cuits, infectés ou inadéquats, ou manque de nourriture.
- Déficiences hormonales : ablation des organes reproducteurs, dysfonctionnement des ovaires, de la glande thyroïde, de l'hypothalamus, déficience des hormones femelles et mâles, des hormones surrénales et pituitaires.
- Troubles post-traumatiques : chirurgie, accidents, accouchement, travail stressant, école, mode de vie, vétérans de guerre…
- Troubles dus au reflux gastrique : hyperacidité, maladie du reflux…
- Radiations et stress géopathique : travailler sur ordinateur durant de longues heures, allergie aux radiations de l'ordinateur, être assis longuement devant la télévision, vivre à proximité ou sous de puissantes lignes électriques, d'une centrale électrique, exposition à des substances radioactives, travailler dans des conditions climatiques extrêmes sans tenue adéquate.

- Activité physique insuffisante : les toxines de petites dimensions produites dans le corps à partir de réactions et interactions mineures seront éliminées naturellement si l'on maintient de saines activités physiques.

- Traumatismes émotionnels : manque d'harmonie entre la pensée, le corps et l'esprit dû à des traumatismes issus du passé ou du présent, de sévices durant l'enfance, de sévices et de traumatismes à d'autres âges, de perturbations dans les émotions, telles peur chronique, colère, association au culte, victimisation …

Une tendance allergique à l'asthme s'hérite également. Puisqu'elle se produit beaucoup plus fréquemment dans des familles qui ont un passé de situations allergiques diverses, la tendance à cette maladie allergique particulière semble plus fréquemment héritée que la plupart des autres maladies allergiques.

Comment contrôler l'asthme

À l'instar des autres pathologies allergiques, l'asthme répond très bien à la méthode NAET. Cette dernière peut réinitialiser le programme logiciel du cerveau en son état original ou, pour reprendre un terme informatique, le « déboguer ». La méthode NAET peut effacer le programme endommagé et réinsérer les données correctes dans l'ordinateur cérébral.

Lorsqu'on entame un traitement NAET, il vaut toujours mieux combiner le à des traitements médicaux occidentaux pour obtenir des résultats plus probants et plus rapides. Après que vous aurez été traité pour les 15-30 groupes NAET de base, le médecin qui gère votre asthme pourra évaluer vos symptômes et essayer de réduire ou ajuster progressivement le dosage de n'importe quel médicament que vous prenez.

L'asthme est non seulement une maladie dangereuse et affligeante, mais il interfère également sur la capacité de la personne à mener une existence normale. Si vous souffrez d'asthme, il est nécessaire que vous receviez rapidement un traitement. Les asthmatiques devraient toujours avoir sur eux des sprays inhalateurs pour se soulager rapidement en cas d'urgence, du fait qu'une crise d'asthme peut se déclencher à tout moment suite à un contact avec un allergène inattendu.

••• Un jour, j'ai traité une étudiante en infirmerie pédiatrique qui souffrait d'un asthme aigu après avoir respiré des odeurs de matières fécales. Au début, elle avait commencé par présenter des symptômes asthmatiques alors que, toujours étudiante, elle effectuait des remplacements à la section pédiatrique. Ces symptômes provenaient des odeurs des matières fécales des bébés et des enfants. Sur le moment, elle n'avait pas été à

même d'identifier la source de son asthme et, tout en vivant avec ses médicaments et ses sprays contre l'asthme, elle avait continué à travailler à la section pédiatrique après avoir décroché son diplôme. Au début, elle avait remarqué que son asthme ne se déclenchait qu'au travail. Quand elle quittait son service, elle se sentait mieux. Finalement, elle se mit à présenter également des symptômes asthmatiques dès qu'elle se levait, le matin. Malgré ses médicaments, son asthme empirait petit à petit, et elle se décida donc à envisager une approche de traitement alternative, ce qui l'amena à mon cabinet.

Pendant qu'elle faisait les tests NST (Neuro Muscular Sensitivity Testing – Tests de sensibilité neuromusculaire – voir chapitre 6) à mon cabinet, on découvrit qu'elle réagissait à l'odeur des matières fécales. Quand on lui demanda de remonter à sa première manifestation asthmatique, elle put se souvenir de la première crise qu'elle avait eue à la section pédiatrique, à l'époque où elle était toujours étudiante. La cause initiale n'avait pas été traitée (les médicaments ne font que masquer les symptômes sans toutefois en éliminer les causes) et le problème s'aggrava : en fin de compte, chaque exposition à de mauvaises odeurs devint prétexte au déclenchement d'une crise d'asthme. Elle fut traitée avec succès par la méthode NAET et, aujourd'hui, elle mène une existence tout à fait normale.

Habituellement, l'asthme apparaît durant la prime enfance ou l'enfance. Toutefois, une première apparition de symptômes peut se produire à toute âge ou, dans certains cas, réapparaître après plusieurs années d'inactivité. L'âge auquel débute une situation asthmatique dépend du degré d'hérédité génétique. Plus le facteur génétique est fort, plus tôt les premiers symptômes apparaîtront.

Les gens souffrent de manifestation allergique à des degrés divers en raison des différents niveaux d'hérédité parentale. Mais, quels que soient l'âge, la race ou l'hérédité, tout le monde peut manifester des allergies à tout moment si cette tendance est présente.

Dans certains cas, même si les parents ne présentaient pas d'allergies, leur progéniture peut en porter la possibilité génétique. Dans de tels cas, diverses situations peuvent se présenter :

- Les parents peuvent avoir souffert d'une maladie grave ou avoir eu une santé médiocre. Exemple : une malaria contractée avant la naissance de l'enfant et qui a provoqué une altération des codes génétiques.
- Pendant sa grossesse, la mère peut avoir été exposée à des substances dangereuses : radiations (rayons X), produits chimiques, excès de caféine, d'alcool, de médicaments ou d'antibiotiques.

- Des toxines peuvent avoir provoqué une mutation génétique suite à une maladie (infection à streptocoques telles l'angine à streptocoques, la rougeole, la varicelle…).
- Pendant sa grossesse, la mère peut avoir subi un ou plusieurs graves traumatismes émotionnels : sévices divers, divorce, abandon, décès du mari…
- Les parents peuvent avoir souffert d'une malnutrition grave (non seulement suite à une alimentation insuffisante, mais également au fait de mal assimiler celle-ci en raison d'une mauvaise digestion ou d'allergies), ce qui a pu amener l'embryon à subir des mutations cellulaires.

Toutes ces possibilités peuvent provoquer des altérations des codes génétiques pour les messages qui seront transmis à la prochaine génération. Il en résultera que les organes et les tissus censés se développer normalement pourront avoir des fonctions détériorées.

Chez les individus sensibles, le contact avec tout allergène peut produire une variété de symptômes, et ce, à des degrés variables, pouvant aller de légères démangeaisons à de graves œdèmes, ou d'une fatigue bénigne à une sévère réaction anaphylactique. L'allergène ingéré, inhalé ou touché est capable d'alerter le système immunitaire du corps. Effrayé et troublé, le système immunitaire commande alors la production et la libération immédiate d'immunoglobulines et autres médiateurs chimiques.

La libération de ces médiateurs du système immunitaire constitue une partie de la réponse du corps en vue de contrer l'effet de l'invasion des substances étrangères (allergènes). Certaines personnes peuvent être allergiques aux médiateurs de leur propre système immunitaire. Chez ces individus sensibles, les secrétions endogènes ou les médiateurs du système immunitaire produisent des symptômes physiques, physiologiques et psychologiques anormaux à des degrés divers, lorsque ces substances chimiques sont libérées dans le flux sanguin afin de combattre ce que le corps perçoit comme étant de dangereux envahisseurs. Quand le corps réagit défavorablement aux médiateurs immunitaires, il perd la bataille contre les envahisseurs. Dans ce cas, le corps, faible, exagère la réponse physique, physiologique ou émotionnelle à l'envahisseur, qui provoque alors la maladie.

Il existe des millions d'allergènes potentiels. Nos corps interagissent et réagissent avec eux des centaines de fois par jour. Seuls certains individus réagissent défavorablement alors que les autres vivent heureux parmi eux, profitant de leurs bienfaits. Ces gens « normaux » ont des systèmes immunitaires normaux. Ils n'ont pas hérité les gènes malformés de leurs ancêtres. Quand le système immunitaire fonctionne de façon adéquate, les réactions allergiques sont maintenues sous contrôle. Un corps normal libère les médiateurs immunitaires appropriés afin de combattre l'envahisseur et d'en venir à

bout. En quelques secondes, ces médiateurs placent la situation sous contrôle en favorisant les fonctions corporelles et ce, afin d'accélérer les fonctions métaboliques : neutraliser la toxine ou faciliter la digestion au cas où l'agresseur serait une protéine alimentaire, telle une cacahuète ; neutraliser la réaction chimique au cas où l'envahisseur serait un pesticide, du mercure ou par exemple un produit chimique pour piscines ; détruire la toxine au cas où l'agresseur serait une bactérie, un virus, un parasite…

Chez les personnes prédisposées aux allergies, l'empreinte normale du souvenir du caractère inoffensif de substances tels poisson, cacahuète, pollen, poussière, parfum et d'autres, a été d'une façon ou d'une autre effacée de la mémoire du cerveau en raison de certaines tensions de l'existence et, plus vraisemblablement, durant le transfert génétique. Certaines de ces tensions peuvent s'être produites pour les raisons suivantes : exposition à des radiations extrêmes, toxines bactériennes, toxines provenant de l'exposition à des métaux lourds ou à des produits chimiques. Cette mémoire altérée a remplacé la mémoire originale par de nouvelles informations qui identifient la substance comme étant dangereuse. Par conséquent, le système immunitaire confond une substance inoffensive avec un intrus dangereux qu'il doit détruire. Quand un individu allergique est exposé à quelque chose qu'il perçoit comme étant allergène, son système immunitaire produit des anticorps afin de combattre l'allergène comme s'il s'agissait d'un dangereux envahisseur.

Ce qui a commencé comme un cas bénin de méprise d'identité s'est désormais mué en réaction allergique pouvant causer la mort s'il y a un arrêt complet du système.

D'après des statistiques fournies par le CDC (Center for Disease control – centre de contrôle des maladies) et l'AAAAI (Académie américaine pour l'allergie, l'asthme et l'immunologie), plus de 50 millions d'Américains souffrent de maladies allergiques chaque année. On estime qu'au moins deux millions, soit 8 %, des enfants américains sont affectés d'une allergie alimentaire. Au moins 2 % des adultes en souffrent également. Selon le CDC (statistiques de 1996), la sinusite chronique est la maladie chronique la plus diagnostiquée ; elle affecte 12,6 pour 100 de la population (soit environ 38 millions d'individus). Selon le *Journal of the American Medical Association* (270 : 2456-63, 1993), l'allergie au venin des insectes munis de dards (abeilles, guêpes, frelons, fourmis rouges…) est relativement commune, avec une prévalence de réactions systémiques de 3,3 % chez les adultes américains. Le *Journal of Allergy and Clinical Immunology* (103 :559-62, 1999) a rapporté que les allergies aux cacahuètes et aux noix affectent environ 3 millions d'Américains et provoquent les plus sévères des réactions allergiques d'origine alimentaire. L'AAAAI a rapporté que les rhinites allergiques saisonnières, souvent dési-

gnées sous le vocable de « rhume des foins », affectent plus de 35 millions de personnes aux États-Unis. Selon le rapport statistique d'AAAAI, si l'un des parents a une maladie allergique, on estime que le risque de voir l'enfant développer des allergies est de 48 % ; on évalue même ce risque à 70 % si les deux parents présentent eux-mêmes un passé allergique.

Parmi les troubles habituels dus à des allergies figurent :

– Éternuement.
– Le nez bouché ou qui coule.
– Toux.
– Yeux larmoyants ou démangeaisons dans les yeux.
– Démangeaisons dans la gorge et dans le nez.
– Écoulement rétro-nasal.
– Démangeaisons ou éruptions cutanées.
– Urticaire.

Les allergies peuvent également provoquer des réactions inhabituelles. Parmi celles-ci, entre autres :

– Conjonctivite (yeux rougis).
– Cernes sombres sous les yeux (aussi appelées « cernes allergiques »).
– Crampes d'estomac, anxiété ou manque de souffle dans les cas d'anaphylaxie.
– Rhinite saisonnière, rhinite persistante.
– Réactions émotionnelles telles colère et peur.

Bien des patients allergiques et asthmatiques luttent en silence sans savoir comment recouvrer leur droit inné, perdu suite à une existence passée dans un monde pollué, contaminé ou compliqué.

Diverses raisons expliquent pourquoi des personnes qui souffrent sans rien dire continuent leur combat pour respirer ou refusent de demander de l'aide. Durant mes vingt années de pratique, j'ai rencontré une pléthore de victimes différentes de l'asthme. Consultez la liste que voici et vous en reconnaîtrez probablement plusieurs.

1. La plupart des malheureuses victimes de l'asthme ne savent pas qu'elles sont asthmatiques. Elles savent que quelque chose ne va pas chez elles, mais elles n'ont jamais imaginé qu'il pouvait s'agir de l'asthme.

2. Certaines en sont conscientes mais elles ne disposent d'aucun établissement médical à proximité de chez elles.

3. Certaines en sont conscientes mais n'ont pas les moyens de consulter un praticien en raison de leur manque de moyens financiers. L'aide médicale est coûteuse.

4. Certaines ne peuvent prendre sur leur horaire chargé le temps d'aller consulter un praticien ou de se rendre dans un établissement médical.

5. D'autres sont déprimées en raison de leur état de santé et n'ont pas l'énergie nécessaire pour chercher l'aide médicale susceptible de résoudre leur problème respiratoire.

6. D'autres refusent toute aide médicale parce qu'elles veulent punir leur famille et leurs amis en les forçant à regarder la victime se battre pour respirer.

7. Certaines refusent de suivre des traitements même si elles en ont les moyens, parce que, en cas d'amélioration, elles ne bénéficieront plus de l'attention et des soins de leurs proches.

8. Certaines personnes refusent d'admettre qu'elles ont le moindre problème de santé et refusent toute forme d'aide de quelque discipline médicale que ce soit.

9. D'autres ont une phobie des médecins (quelle que soit leur discipline médicale) et refusent la moindre aide de ce côté.

10. Certaines personnes aiment souffrir le plus possible dans cette vie de sorte qu'elles seront récompensées dans une vie ultérieure.

11. Certaines personnes ne veulent pas aller mieux parce qu'elles ne veulent pas retrouver leur ancien mode de vie du fait que le but de leur vie a changé désormais (divorce, décès, perte d'emploi…).

12. Certaines refusent de chercher de l'aide parce que c'est « Dieu » qui leur a donné cet asthme et que Dieu sera déçu si elles suivent un traitement sans Son consentement, d'autant qu'elles ne savent pas comment obtenir Son consentement dans cette vie présente.

Le fait est qu'il y a très peu de maladies ou problèmes de santé dans lesquelles les facteurs allergiques ne sont pas impliqués, directement ou indirectement. Toute substance terrestre, y compris la lumière solaire elle-même, peut provoquer une réaction allergique chez des individus sensibles.

L'évitement est la meilleure solution que peut offrir la médecine occidentale pour prévenir l'asthme et les allergies. Même avec cet évitement, il n'y a pas de garantie que les asthmatiques seront à même de se tenir écartés de toute situation et resteront toujours à l'abri de toute réaction. Avec les progrès

de la science et de la technologie, nos modes de vie modernes ont dramatiquement changé. De nouveaux produits, qui sont des allergènes potentiels pour bien des gens, sont développés quotidiennement. La qualité de la vie s'est améliorée ; mais, pour certains patients allergiques, les réalisations scientifiques n'ont fait, en réalité, qu'engendrer davantage de cauchemars.

Nous vivons au vingt-et-unième siècle et c'est la technologie qui prédomine, aujourd'hui. Il n'y a rien de mauvais en soi, dans la technologie. La technologie moderne a fourni une meilleure qualité de vie. Mais, afin de profiter de la vie, le patient asthmatique doit découvrir des façons de surmonter les réactions négatives aux médicaments, aux produits chimiques et autres allergènes que produit la technologie.

Naturellement, dans le monde occidental, vous avez accès à des centaines de produits pharmaceutiques vitaux ou miraculeux qui aideront les victimes de l'asthme et des allergies. Si votre asthme n'est pas dû à une allergie ou si vous n'êtes pas allergique aux médicaments que vous prenez, vous pouvez dans ce cas vous procurer les médicaments adéquats et les prendre pour contrôler avec satisfaction votre asthme ou autres troubles allergiques. Mais quel sera le résultat si vous êtes allergique au médicament même qui est sensé vous aider ? Même si les médicaments sont excessivement chers, vous disposez également de divers moyens pour vous les procurer et les utiliser. Si un médicament ne fonctionne pas, vous avez la possibilité d'en utiliser un autre et, si celui-ci, à son tour, n'a pas l'effet escompté, vous pouvez encore en changer jusqu'à ce que vous trouviez le médicament approprié, qui répondra à vos besoins.

Le problème universel

Mais l'asthme est un problème UNIVERSEL. Des millions de personnes souffrent d'asthme dans d'autres pays bien moins privilégiés. Là-bas, certaines personnes fortunées ont de l'argent pour leurs médicaments ; le reste de la population souffre en silence ou laissent à la destinée le soin de décider de leur santé. Lorsque ces personnes ne peuvent s'offrir ne serait-ce qu'un repas complet par jour, l'accès aux médicaments leur est à plus forte raison impossible.

En cours de traitement, la méthode NAET propose des règles sévères de restriction et d'abstinence sur le plan alimentaire. Même si ce n'est que pour 25 heures chaque fois, bien des gens de notre époque moderne ne veulent pas subir eux-mêmes l'inconvénient de passer par un tel régime strict, soit en raison de leur mode de vie, soit en raison de leur horaire ou planning de travail. Il y a des médicaments très efficaces pour ces personnes. La seule chose dont elles ont besoin, c'est de trouver le médicament adéquat.

Mais la méthode NAET peut en revanche constituer la meilleure solution pour d'autres personnes présentant des allergies aux médicaments, ou qui vivent dans des pays du Tiers Monde ou dans des pays moins privilégiés.

La théorie de la médecine orientale à propos de l'asthme

Selon la théorie de la médecine orientale, l'asthme, les allergies et les troubles à base allergique sont les résultats de perturbations énergétiques à long terme dans les voies énergétiques (voyez le chapitre 7). Des réactions allergiques sévères sont provoquées par l'une ou l'autre perturbation dans plus d'un méridien.

Types de réactions allergiques

Il existe deux types majeurs de réactions aux allergènes (qu'ils soient alimentaires, environnementaux ou chimiques). Une réaction allergique aux protéines des noix, du poisson…, peut provoquer une réaction immédiate qui peut consister en une fermeture instantanée de la gorge en raison d'un œdème, ou en une crise soudaine d'asthme, d'urticaire, une hausse de température de plus de deux degrés, une production excessive de mucus… Le second type consiste en une réaction retardée. Celle-ci peut provoquer des symptômes d'intensités diverses (légère, modérée ou sévère, mais pas extrêmement sévère) le même jour ou le lendemain ou même quelques jours plus tard ; par exemple, toux légère, occasionnelle, éternuement léger, manque de clarté dans la pensée, distraction, confusion mentale, étourdissement, migraines, vertiges, insomnie, fatigue générale, problèmes ORL, pneumonie ambulatoire, bronchite, sinusite, écoulement post-nasal, douleur dans la poitrine, mal de dos, infection subaiguë, infection de l'oreille, indigestion, problèmes d'élimination, arthrite, autres maladies articulaires, problèmes cutanés, dermatite, eczéma, éruption cutanée, diarrhée, perte de cheveux, gain ou perte de poids, déséquilibres émotionnels du genre colère, dépression, irritabilité, hyperactivité, sautes d'humeur…

La médecine occidentale

Dans la médecine occidentale, nous n'avons aucune explication précise de la raison pour laquelle, chez certaines personnes, les réactions sont immédiates et, chez d'autres, retardées, ni des facteurs qui déterminent cette spécificité des réactions. En recourant aux procédures de diagnostic

occidentales habituellement disponibles, nous ne pouvons expliquer le mode d'entrée ou de sortie d'un allergène, nous ne disposons d'aucun moyen afin d'expliquer quand et comment la réaction se produirait dans le corps d'un individu.

La médecine orientale

Même si la médecine orientale est vieille de plus de quatre millénaires, le fait de recourir à ses procédures de diagnostic nous permet de détecter le mode d'entrée de l'allergène dans le corps et d'avoir une idée des conséquences que cette entrée peut entraîner. Si le diagnostic est correct, le traitement sera plus facile.

La méthode NAET offre une perspective de soulagement aux asthmatiques et aux allergiques en reprogrammant le cerveau pour une santé parfaite. Exactement comme lorsqu'on réinitialise un ordinateur, la méthode NAET nous permet de réinitialiser notre système nerveux en vue de surmonter les réactions adverses du cerveau et du corps.

Pour comprendre *pleinement* la méthode NAET, il est nécessaire de connaître certains principes de la médecine orientale, puisque cette méthode a été développée à partir de théories et de techniques provenant, entre autres, de la médecine orientale. Aucune autre discipline médicale ne comprend mieux le corps humain. La méthode NAET a adopté l'acupuncture et certaines théories de la médecine orientale et a développé le tout en une technique qui peut éliminer la réaction à partir de la cause originelle. Certaines personnes pourraient froncer les sourcils et demander : « Pourriez-vous réellement éliminer mes réactions allergiques ou asthmatiques ? »

La méthode NAET répond avec un *oui* retentissant.

La médecine occidentale n'a pas de réponses satisfaisantes à proposer à bien des problèmes médicaux actuels. Mais elle a développé une pharmacopée sophistiquée et efficace. Si on comprend la médecine orientale, qu'on la combine avec la méthode NAET et avec ce qu'il y a de meilleur dans la médecine occidentale ou dans d'autres disciplines médicales, on pourra se libérer très vite de l'asthme et ne plus se priver de bien des joies de ce bas monde. Nous ne vivons qu'une fois. Il n'y a rien de plaisant à vivre dans la misère. La santé est une richesse et un bonheur. Si vous avez une bonne santé, vous avez tout. Si vous n'avez pas la santé, qu'importe ce que vous avez d'autre, tout cela s'avérera inutile. Et je vous assure que j'en sais quelque chose ! Car je me suis retrouvée dans les deux situations — en mauvaise et en bonne santé.

Si on peut évaluer un patient asthmatique et comprendre l'origine de l'asthme en commençant par les principes de la médecine orientale, la méthode NAET peut éliminer le problème. Dans certains cas, il peut suffire de quelques séances de traitements à peine pour venir à bout de votre asthme, mais d'autres cas peuvent requérir de nombreuses visites au cabinet, si de multiples facteurs sont incriminés. Dans les deux cas, il n'y a rien à perdre… mais beaucoup à gagner :

La liberté de respirer à nouveau librement !