

Total Reset® : traitez vos allergies et intolérances (et stimulez vos défenses grâce à votre salive)

Basée en Californie dans les années 1990, Andrea Küper a le coup de foudre pour une thérapie révolutionnaire de traitement des allergies : la méthode NAET®. Elle décide alors



de se former auprès de son fondateur, le Dr Devi Nambudripad, parallèlement à son master en médecine traditionnelle chinoise.

Andrea s'établit ensuite à Lyon en 2001 et devient la formatrice puis la responsable NAET® France. Suite à une réorganisation du réseau mondial en 2016, elle est libérée de ses engagements envers la marque déposée, comme tous les instructeurs européens. Plusieurs d'entre eux fondent alors leur thérapie basée sur la méthode initiale mais teintée de leurs propres expériences de thérapeute. C'est ainsi qu'Andrea a cofondé la méthode Total Reset® (ou TRM pour *Total Reset Method*). Elle gère aussi l'entreprise Allergy Free¹, qui vise à promouvoir la méthode. Elle nous livre ici le potentiel incroyable de cette méthode, ainsi qu'un **auto-traitement pour stimuler notre système immunitaire...** basé sur la salive.

Au début de la crise sanitaire, vous avez conçu un protocole d'auto-traitement visant à stimuler notre système immunitaire avec notre propre salive. De quoi s'agit-il ?

Je reçois des patients pour accompagner différents troubles dont les allergies ou les problèmes d'intolérances alimentaires, mais aussi pour soutenir l'immunité, par exemple en cas d'infection chronique. Or, lors du premier confinement, mes patients ne pouvaient plus me consulter, d'autant plus que l'accès aux soins en général était limité. J'ai donc conçu à leur intention un protocole d'auto-traitement qui avait pour but de soulager les

symptômes de l'infection virale et de booster la réponse immunitaire.

Concrètement, il s'agit de stimuler certains points d'acupuncture tout en tenant dans la main un échantillon de nos postillons infectés par un virus, coronavirus ou pas. Cela permet à l'organisme de retrouver un équilibre et une défense adaptée, particulièrement tout au début des premiers signes. Dans la méthode Total Reset®, nous utilisons déjà un outil similaire pour apaiser les premiers symptômes de rhume ; j'ai simplement adapté la formule (voir protocole en page 13).

Stimuler des points d'acupuncture en étant en contact avec des pathogènes permettrait donc d'agir de façon ciblée ? Comment est-ce possible ?

La méthode Total Reset® est une rencontre entre médecine traditionnelle chinoise, biologie moléculaire, physique quantique, kinésiologie et la brillante intuition du Dr Nambudripad, qui a structuré la méthode NAET® en 1983.

Il s'agit donc d'une thérapie de l'énergie et de l'information, un domaine privilégié de la médecine quantique. Elle peut donc avoir des effets sur les blocages du corps, physique ou métabolique, mais aussi physiologique ou émotionnel. À l'instar de la médecine traditionnelle chinoise qui conçoit la maladie et les symptômes comme issus de blocages du flux d'énergie le long des méridiens, on restaure une circulation fluide et harmonieuse du Qi² dans les méridiens afin d'équilibrer le corps dans sa totalité. Cela permet un effet positif indirect sur les symptômes *et* la maladie.

Peut-on agir sur d'autres problématiques que les pathogènes ?

Les substances problématiques ne sont pas toujours des pathogènes au sens propre. Prenons

1. www.allergyfree.fr

2. Terme qui désigne l'énergie selon la vision chinoise (prononcé *tchi*).

l'exemple d'une personne qui souffre du ventre lorsqu'elle consomme du lait. Bien que cet aliment soit inoffensif et même bénéfique pour la plupart d'entre nous, la perception de la substance par la personne est erronée. Lorsque l'on met son corps en contact avec la substance problématique et que l'on stimule simultanément des points ciblés du dos, on lève le blocage au niveau des méridiens et du système nerveux et on libère ainsi l'information erronée enregistrée par le cerveau.

Quelles sont les autres indications de la méthode Total Reset® ?

En premier lieu les réactions allergiques, car la méthode est née de là. Mais les allergies doivent être considérées au sens large car elles peuvent être impliquées dans des problèmes cutanés, intestinaux ou dans les maladies auto-immunes. La méthode agit aussi sur les problèmes métaboliques ou hormonaux, qui sont aussi en interaction avec le système immunitaire. Dans le corps tout est lié !

Les allergènes ne sont que des facteurs favorisants, qui ne font que révéler un terrain affaibli qui est le fruit de notre mode de vie « moderne », avec son lot de pollutions environnementales : produits transformés et chimiques, ondes électromagnétiques, etc. qui diminuent notre vitalité. En fait, les allergies indiquent que le seuil de tolérance personnelle a été dépassé et les conséquences peuvent se manifester sur tous les systèmes.

Avec le savoir-faire de la méthode Total Reset®, les praticiens renforcent en premier lieu le terrain de la personne, tout en travaillant en parallèle sur son problème chronique.

Donnez-nous des exemples de guérison obtenue avec cette méthode ?

Avec le temps et l'expérience, j'ai effectivement un certain nombre de jolies réussites pour illustrer mes propos. Je pense à cette femme de 42 ans qui désespérait de ne pas parvenir à concevoir un enfant, les séances de fécondation *in vitro* ne donnant pas de résultats. Dans son cas, nous avons détecté des croyances limitantes profondément ancrées et enfouies. Nous avons travaillé sur la sphère hormonale et sur le fait de « mériter » d'être mère et

d'être capable de donner de l'amour. Après cinq séances, elle m'a annoncé avec des larmes de joie que le test de grossesse était positif, et neuf mois plus tard, elle donnait naissance à une petite fille.

Autre exemple, celui d'un petit garçon qui ne pouvait manger que quelques aliments car un grand nombre lui provoquait de l'asthme. Heureusement pour lui, sa mère était cheffe étoilée, elle créait des plats spécialement pour lui. Suite à un travail sur les aliments de base et sur son environnement (notamment œuf, lait, légumes, blé, ainsi que poussières, moisissures, pollens...), il a pu commencer à manger presque toutes les choses dont il rêvait. C'est très gratifiant de redonner une vie normale, surtout aux enfants.

Et puis je veux vous parler de cette femme d'une soixantaine d'années qui m'a consultée pour une fatigue importante liée à une thyroïdite Hashimoto. La vitalité est revenue rapidement et après un an et onze séances, les tests refaits chez son endocrinologue montraient un taux normal de TSH, et des auto-anticorps qui avaient baissé drastiquement.

Cette approche semble donc adaptée à toutes sortes de situations.

En effet, cela paraît incroyable, mais la méthode est indiquée pour toutes les pathologies : problèmes de peau, hormonaux, respiratoires, comportementaux, intestinaux, métabolique, douleurs, fatigue inexplicée, manque d'entrain, dépression et bien sûr les problèmes d'allergie ou d'intolérance, les maladies auto-immunes, etc.

Elle est indolore et inoffensive et ne comporte aucune contre-indication. Elle est donc adaptée à tous, du bébé à la personne âgée ou en situation de handicap, et n'interfère pas avec les traitements médicaux. Bien évidemment, elle ne remplace pas une consultation médicale.

Où trouver un praticien ?

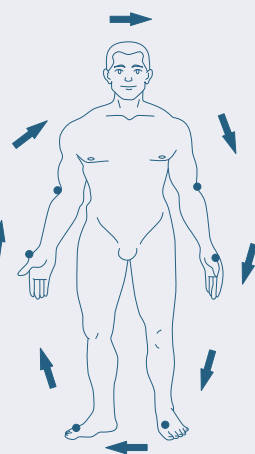
On compte près de 1000 praticiens en Europe. Pour trouver un praticien francophone, consultez les annuaires sur www.allergyfree.fr ou www.total-reset.com.

Protocole de stimulation immunitaire en cas d'infection virale ou bactérienne

Munissez-vous d'un bocal (en verre et non en plastique) comme un petit pot de bébé ou un pot de yaourt en verre. Le pot doit être propre, sans étiquette, sans colle, sans odeur et disposer d'un couvercle.

Dans ce pot, vous allez mettre un peu de votre salive ou de sécrétion nasale, que vous aurez collectée loin d'un repas, ou de toute autre consommation, par exemple un café. Cette collecte constituera votre échantillon personnel contenant les pathogènes qui vous affectent.

1. Tenez votre bocal bien fermé dans votre main droite. Ensuite, stimulez ces 3 points d'acupuncture (représentés sur le schéma ci-contre) l'un après l'autre en faisant un cercle dans le sens des aiguilles d'une montre autour du corps.



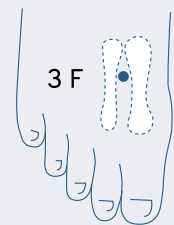
2. Avec votre pouce gauche, stimulez le point 4 GI sur la main droite pendant 30 secondes en frottant et en appuyant. Ce point est situé au sommet de la saillie musculaire quand le pouce et l'index sont rapprochés. Ce point peut apaiser une gorge enflammée, un rhume ou des douleurs telles que des maux de tête ou des douleurs dentaires. *Attention, ce point est contre-indiqué en cas de grossesse.* Si vous êtes enceinte, remplacez-le par le point 6 MC sur l'avant-bras.



3. Continuez avec le point 11 GI situé à l'extrémité externe du pli du coude droit, qui a un effet anti-inflammatoire. Il est indiqué dans le cas de fièvre ou de gorge enflammée.



4. Ensuite, placez le pot dans votre main gauche et stimulez le point 11 GI du bras gauche.
5. Faites de même avec 4 GI de ce côté.
6. Stimulez ensuite le point 3 F sur le pied gauche. Il se situe sur le dessus du pied, entre le 1^{er} et 2^e métatarse, entre les deux tendons juste avant la bosse de l'os. Ce point diminue l'anxiété; il permet aussi de se relaxer et aide à détoxiner le corps.
7. Massez le point 3 F sur le pied droit, qui se situe au même endroit qu'à gauche.
8. Enfin, pour terminer cette boucle, revenez au point de départ et massez à nouveau le point du 4 GI de la main droite.



Pour des explications additionnelles ainsi qu'une vidéo de cet auto-traitement, je vous invite à consulter le site www.allergyfree.fr.

Quand et comment utiliser ce protocole ?

En prévention: même en l'absence de symptôme, massez ces points et ensuite retirez le bocal de votre main. Après 20 minutes, recommencez, c'est-à-dire en reprenant le bocal dans votre main et en stimulant les mêmes points. Répétez la procédure une troisième et dernière fois après 20 minutes.

Dès les premiers symptômes viraux, rhume, Covid-19 ou autre: en cas de gorge qui gratte, de gêne respiratoire, fièvre, etc., appliquez cette procédure en boucle toutes les 20 minutes jusqu'à la fin des symptômes, sauf pendant la nuit. C'est une manière de booster le système immunitaire; cela permet de vaincre de façon naturelle les pathogènes présents, par la répétition pendant les jours suivants, avec un nouvel échantillon de salive.