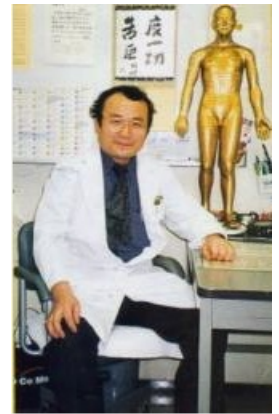


# Docteur YAYAMA

[A partir du site LA WIVRE](#)

Le docteur Toshihiko YAYAMA, chirurgien et cancérologue, a été diplômé en médecine de l'université de Kyushu en 1980. Après ses études, où il s'intéresse aussi aux différents traitements psychologiques et l'obtention de son diplôme, il pratique la médecine à l'hôpital Tokushukai de Fukuo Ka et s'intéresse alors aux techniques utilisées aux urgences où il y travaille quelque temps.

Ensuite il s'occupe, dans ce même hôpital, de différentes consultations en tant que médecin généraliste et rencontre alors différents problèmes et échecs face à toute sorte de malades. Il constate que malgré ses connaissances médicales, il est totalement impuissant devant certains cas. Ces échecs, malgré tout l'arsenal médical moderne mis à sa disposition : médicaments, chirurgie, lui laissent un profond sentiment d'insatisfaction. Il constate aussi que malgré les effets secondaires négatifs de certains médicaments chimiques on continue à les prescrire faute d'alternative.



Il remet en question son savoir et les différentes conceptions de la médecine moderne. Il s'intéresse à la médecine traditionnelle asiatique, espérant y trouver des réponses pour faire face aux problèmes qu'il rencontre. Le docteur Yayama se lance alors dans l'étude de cette médecine traditionnelle vieille de 5000 ans au Fukuo Ka Ishi Kampo Kenkyukai.

La médecine traditionnelle chinoise repose sur le principe qu'une énergie vitale, le chi (Ki, en japonais) circule dans notre corps et que, si cette énergie est perturbée, différentes pathologies peuvent survenir. Il y découvre que certains symptômes qui ne peuvent pas être définis et compris par la médecine occidentale le sont par la médecine chinoise.

Il poursuit ses recherches et traite ses patients à l'aide de la médecine chinoise (acupuncture, moxibustion, herbes médicinales). C'est ainsi que, lors d'opérations chirurgicales, il constate que ces différents principes traditionnels ont une réelle efficacité pour rétablir rapidement certains patients. A partir de 1987, il exerce à l'hôpital de la préfecture de Saga où il est responsable des services de chirurgie et de médecine orientale. Il reçoit de plus en plus de patients en tant que spécialiste de la médecine chinoise. Mais il se rend compte que ses différentes consultations provoquent en lui une très grande fatigue. Ce constat le fait encore une fois réfléchir et remettre en question ses méthodes de soins : il est confiant en sa force physique due à ses pratiques martiales comme le Kendo, l'Aikido, le Karaté Goju-Ryu et le Tai Chi Chuan de l'école Yang . Cet épuisement non justifié l'interpelle. Sa propre énergie ne serait-elle pas perturbée par l'énergie des malades. Il découvre que certains praticiens de la médecine traditionnelle chinoise, qui soignent le cancer, sont souvent eux aussi victimes de cette maladie. Il découvre le Chi Kung, (Kiko en japonais) la gymnastique énergétique chinoise qui consiste à accumuler et à contrôler l'énergie de notre corps, lors d'un séminaire dirigé par un maître chinois. Il étudie et pratique cette méthode et ses différents principes ; s'intéresse aussi par la même occasion à différents arts martiaux chinois et entre autre au Taikiken de maître Sawai, version japonaise de la discipline chinoise Yi Chuan. Pour vérifier l'efficacité des différentes méthodes qu'il étudie, le docteur Yayama rassemble plusieurs malades, pour lesquels les traitements médicaux modernes n'ont eu aucune efficacité, et les invite à pratiquer différentes techniques. Il observe, durant ces séances, que tous ne peuvent pas faire correctement les mouvements qu'on leur propose en raison de leur faiblesse physique. Il commence progressivement à élaborer une méthode dont mouvements puissent être pratiqués par tous ses malades. Après plusieurs difficultés et échecs il continue d'améliorer et d'enrichir sa méthode à travers des cas concrets.



En 2001, il fonde sa propre clinique la Y.H.C.Yayama toujours dans la préfecture de Saga. Il y intègre les différents remèdes de la médecine orientale qui prennent en considération la totalité de la santé du patient et utilise aussi des médecines holistiques occidentales comme l'homéopathie et la phytothérapie. Il emploie, selon le diagnostic, soit les méthodes modernes comprenant les médicaments et la chirurgie soit la méthode de Chi Kung qu'il a mise au point, soit les deux combinées. Après des années de recherches, il obtient des résultats époustouflants sur des pathologies parfois graves et en raison de cette efficacité, sa

méthode est prise en charge par l'équivalent locale de la sécurité sociale.

Depuis l'ouverture de sa clinique, il continue de se consacrer à ses recherches et à l'enseignement de sa méthode le Kiko Yayama. Une méthode basée sur une médecine traditionnelle et reposant sur des mouvements souples et à la portée de tous. Pour lui, la capacité à développer cette énergie appartient à tout le monde et ne doit pas être transmise de manière secrète ou d'une façon plus ou moins mystique. Son Kiko repose principalement sur le Ki et sa circulation dans notre corps à travers les méridiens, circuits énergétiques où circulent cette bio-électricité. Pour le docteur Yayama, le plus important c'est de réussir à ressentir le Ki et n'importe qui avec un peu d'entraînement peut réussir à le ressentir et l'utiliser. C'est avec son propre corps comme élément de travail qu'on explore et que l'on découvre la sensation et la capacité du Ki. Les différentes techniques qu'il a mises au point, redécouvertes et adaptées servent à améliorer le flux de l'énergie à travers notre corps. Avec la pratique, une multitude de sensations peuvent apparaître et l'un des points importants de sa méthode est donc tout d'abord de développer la sensation du Ki dans les mains. Sa méthode, qui repose sur des postures, des respirations, des visualisations et des mouvements, se compose de 4 étapes :



### **1/ Sensibilisation au Ki**

Sensibilisation au Ki à partir des mains et activation à partir de celles ci de différentes circulations sur le corps .

### **2/ Shoshuten**

Shoshuten (orbite microcosmique) est la circulation de l'énergie autour du corps que l'on stimule le long de deux méridiens, sur la ligne centrale du corps, à l'avant et à l'arrière du torse. Cette circulation est un élément majeur de sa méthode Le Shoshuten peut être atteint en quelques mois alors que traditionnellement en Chi Kung il faut plusieurs années. Au cours de ses différentes expérimentations, il a découvert qu'il y a un sens masculin et un sens féminin qui se vérifie dans 95% des cas. Le Shoshuten est la technique indispensable pour maîtriser le Ki.

### **3/ Zenshin-Shuten**

Zenshin-Shuten circuit sur la surface de la totalité du corps. C'est un élargissement de la petite circulation.

### **4/ Daishuten**

Daishuten (orbite macrocosmique). La différence avec Shoshuten c'est que la circulation du Ki dans le petit circuit se situe à la surface du corps et à l'extérieur. En Daishuten il se situe à l'intérieur et plus en profondeur et nous pouvons ressentir que nous arrivons à capter et absorber l'énergie qui entoure notre corps. C'est en quelque sorte une communication entre l'interne et l'externe, le micro cosmos que nous sommes et le macro cosmos.