

הערות ורשימות מסדנת רייקי עם הוואיו טקאטה



Hawayo Takata in 1975

תורגם ע"י נמרוד קדם, מעיין האור
© 2005 כל הזכויות לגרסה עברית שמורות לנמרוד קדם, מעיין האור

אין לעשות בחוברת זו שימוש מסחרי כלשהו.
החוברת והמידע המופיע בה נועד לשימוש אישי בלבד.

הוראות הטיפול המופיעות בחוברת זו אינן מהוות המלצה לטיפול ואינן מחליפות טיפול רפואי אחר.
הטיפול ברייקי אינו משמש לאבחון ואינו מחליף טיפול רפואי אחר.

נמרוד קדם, רייקי מאסטר (RMT/KRM)
דואר אלקטרוני: rudy@rudy.org.il
טלפון: 050-9380388
אתר אינטרנט: <http://www.rudy.org.il>

הערות ורשימות מסדנת רייקי עם הוואיו טקאטה

להלן רשימות שונות שנעשו על מנת לזכור הערות שימושיות ועצות שניתנו בסדנת רייקי ב- 29 באוגוסט, 1975.

חשוב להניע איכשהו אנשים לעזור גם לעצמם ולא לסמוך לחלוטין על המטפל. דבר זה ניתן לעשות באמצעות תרגילי צוואר, ואוסף, באמצעות רפלקסולוגיה בכפות הרגליים ובידיים, על ידי תפילה, ומעל לכל - רצון עז להחלים. עליהם ללמוד לשלוט ברגשותיהם ועל ידי כך לנטרל רגשות של שנאה, פחד, כעס ותאוות בצע. עובדה רפואית היא שרגשות אלו משחררים רעלים אל הגוף האנושי!

מומלץ, טוב ומעשי לשני מטפלי רייקי או יותר לעבוד יחד, לרפא זה את זה, לחזק את אמונתם המשותפת, להחליף חוויות והתנסויות ולהוסיף בטחון. יתר על כן, "כאשר שניים או שלושה נאספו בשמי, שם אני בתוכם". (הברית החדשה, מתי ח' 10 - נ.ק.) ומכיוון שרייקי משמעותו כוח או חוכמה אוניברסלית, הציטוט שלעיל מתאים ביותר. ישו לא דיבר על עצמו, אלא על אהבה וחוכמה אוניברסליים, ואשר הוא הכריז על עצמו כאחד שחולק אותם.

אם הנך מרגיש את הכוח רק ביד אחת, תוכל להחזיק יד ביד או לטעון או לחמם את היד השניה.

כאשר נתקלים באזורי גוף קרים, זהו סימן בטוח שאזורים אלו זקוקים לריפוי (אלא אם המטופל עוסק במכירת קרח!!!). אחרי תקופת זמן ארוכה מספיק, המטפל יכול לחוש ברטט ואז להמשיך בדרך הרגילה עד שהרטט פוסק, או עד שהזמן שהוקצב חלף, ולהמשיך מאוחר יותר בטיפולים נוספים.

המטופל לא בהכרח יחוש ברטט במקום עליו מונחות הידיים של המטפל. הרטט יכול להופיע באזורים אחרים לגמרי. בכל אופן, המטפל מציית להרגשה ולכיוון של עצמו.

תנו לזמן לעשות את שלו! אל תתייאשו אם התוצאות לא מיידיות. רגיעה או שינה הן תוצאות של מתח שנעלם או הצטמצם.

נכון להסכים על זמנים לתחילת וסוף טיפול, במיוחד אם עובדים עם מספר מטופלים.

ארבעה מאתנו הונחו להיכנס לחדר והתבקשו לשבת בגב זקוף על כסאות המסודרים בשורה. נאמר לי להסיר את שעון היד שלי בגלל שעוצמת הכוח של המורה יגרום לו נזק. אז היא הסבירה שאין זה חשוב איך אנו מכנים את הכוח ולא אם אנו יודעים כיצד הוא פועל, אך היא תראה לנו בדיוק איך להשתמש בו.

אז היא ביקשה מאתנו לשלב את ידינו בתנוחת תפילה: כפות ידיים שטוחות צמודות זו לזו, זרועות רפויות ומשוחררות, מוחזקות עם הבהונים בערך בגובה העין השלישית. אז נאמר לנו לעצום את עינינו במצב זה והיא התייצבה במרחק מה מולנו ומעט לשמאלנו.

אז יכולנו להרגיש כוח עצום, כמעט קבוע, במיוחד בפנים ובידיים. בעוד שלא יכולנו לראות, אני יודעת שהיא נעה מולנו. פעמיים או שלוש היא נגעה בידינו ואולי היא ברכה או טיהרה

את אצבעותינו וידינו. פעם אחת היא נשפה בחוזקה בפנינו. אז היא אמרה לנו שאנו יכולים לפקוח את עינינו. העבר חלף ונגמר. הידיים שלכם הן כעת ידיים מרפאות. אז עזבנו את החדר הפרטי, ובחדר האורחים הגדול היא הציבה בשורה ארבעה כסאות בעלי משענת גב ישרה, זה מאחורי זה, ואנו התבקשנו לשבת בכיסאות ולהתחיל להעביר ריפוי זה לזה. היא לימדה אותנו איך להניח את הידיים על הכתפיים של האדם שלפנינו: צרו לחץ קל באמצעות קצות האצבעות, הניחו לכף היד לנוח על הכתף, ואנו אמורים כעת להרגיש רטט בקצות אצבעותינו, וחמימות בכתפיים שלנו מהמגע של האדם שמאחורינו. האדם שיושב ראשון מניח את ידיו בחיקו. אחרי כחמש דקות החלפנו את מיקומנו. כל המשתתפים התנסו בחוויה זו. היא המשיכה ואמרה שמעכשיו והלאה אנו אמורים לטפל בעצמנו. אילו בעלי עודף משקל יאבדו את המשקל העודף ואילו בעלי חוסר משקל ישלימו את משקלם למשקל הנכון. נראה לי שהתנסיתי בריפוי באוזני הימנית כאשר ישבתי בשורת הכיסאות. היא תיארה בקווים כלליים שתי סדרות ריפוי:

1. הניחו שתי ידיים על העיניים, תוך לחיצה קלה על גלגלי העיניים למשך כעשר דקות, אז הזיזו את הידיים בערך מעל לאוזניים, אך מעט קדימה יותר, למשך אותם עשר דקות, אז העבירו את הידיים לחלק האחורי של הראש, בדיוק מעל לצוואר למשך עשר דקות.
2. סידרה זו דומה מאוד ל"שיטת הצ'אקרות". אתם מניחים את ידיכם על מקלעת השמש, אז מכסים את הטחול, אז את אברי הרבייה, אז את הלב, הגרון ואת המצח.

זה לא חשוב על מה אתם חושבים בזמן שאתם מרפאים את עצמכם או אחרים. זה לא חשוב איך אתם עומדים או יושבים, כל עוד נוח לכם. בכל מקום שבו יש חוסר הרמוניה בגוף של האדם האחר אתם תחושו ברעידות ביד.

היא הזכירה אישה כושית אשר הייתה חולה בסוכרת ואשר עמדה לאבד את מאור עיניה, היא לא יכלה יותר לקרוא את העיתון, והייתה בעלת עודף משקל רב. היא חידשה את מאור עיניה כמעט מייד ובתוך תשעה חודשים איבדה משקל רב.

המדריכה אמרה שהיא לא זקוקה יותר למשקפיים, למרות שהשתמשה במשקפיים כמעט כל חייה.

למשך זמן מה ישבתי אל מול שורת הכיסאות עם ארבעת המרפאים יושבים בהם, ויכולתי להרגיש את הכוח נובע מהם. יכולתי גם לראות את ההילות החזקות של האנשים, אפילו לאחר שעזבו את "שורת הריפוי" ההילות שלהם נשארו חזקות. על ברנש אחר יכולתי לראות את ההילה לא רק מסביב לראשו, אלא מסביב לכל גופו.

יש לי הרגשה שהייתה "קשת" רוחנית מחברת בין המרפאים היושבים בשורת הכיסאות, אך לא ממש יכולתי לשאול על כך.

המדריכה לעיתים מעט מתסכלת בתשובותיה, ויש לי הרגשה שהיא לא מעוניינת למסור יותר ממה שהיא תכננה.

יש שנים עשר בקבוצה שלנו, פול ג'יימס (השם הוחלף כדי לשמור על אלמוניות), המארח שלנו, ביניהם.

נאמר לי שמחר (בערב השני) יכוסו כל הטיפולים הקשורים לאזור הצוואר ומעלה, כולל הפרעות מנטליות.

היא המריצה אותנו לתרגל טיפולים בלילה. (איזו דרך טובה לדבוק במה שהיא אמרה לנו. היא לא רצתה שנרשום, אלא שנעקוב אחריה בקפדנות. "ריפוי מרחוק" יהיה בשלב השני, לאילו אשר יהיו בקיאים במה שהיא לימדה בקורס הבסיסי).

דבר זה מבטיח שיהיו ארבעה ימים מעניינים! תבורך האישה הקטנה.

סדנת ריפוי ברייקי - הערב השני

הנושא הערב הוא כל מה שקשור לראש, מהכתפיים ומעלה.

שוב היו לנו 10 עד 15 דקות לטעינה האישית שלנו. הפעם נאמר לנו להניח את ידינו מיד בתנוחת תפילה שהוזכרה אמש: הידיים שטוחות צמודות זו לזו, זרועות משוחררות, במיוחד באזור הגוף, בערך בגובה העין השלישית. הרגשתי את הידיים מתחממות החל מאזור שורש כף היד ומעלה, כמעט כאילו שהן התמלאו בחום. כאשר החום הגיע לקצות אצבעותי הייתה לי תחושה של רטט או דקירות קלות.

ריפוי העיניים: כל מה שקשור לעיניים, כולל ברקית (גלאוקומה), אשד (קטרקט), שעורה. יש להניח מפית (ניר) על העיניים, ולהניח את האצבעות מעל העיניים, אז לעבור לצד הראש, ולאחורי הראש. יש לה הצלחה בכל מחלות העיניים, חלק אורכים חודשים, אחרים רק מספר טיפולים. תמיד מומלץ לטפל מידי יום, למשך 15 עד 20 דקות.

ריפוי האף: יש להניח מפית על האף, אך לא לחסום את הנחיריים, להניח ידיים מעל האף, אז מעל עצמות הלחיים, ולבסוף על המצח, ועל החלק העליון של הראש.

ריפוי של קצרת (אסטמה): יש להניח ידיים בשורש הצוואר, באזור החיבור עם הכתפיים, אז בחלק התחתון של הלסת ועל הלחיים, ואז על האף כנ"ל. יש לטפל גם בשחלות אצל נשים, או בלוטת הערמונית אצל גברים, וכן גם במקלעת השמש.

ריפוי האוזניים: יש להניח ידיים על האוזניים, אז להכניס אצבע לתוך האוזן, אז לסובב את המטופל על הצד ולהניח יד מאחורי האוזן, אז להסתובב ולעשות אותו דבר מאחורי האוזן השנייה, יש לטפל גם במקלעת השמש, בעיות אוזניים יכולות להתעורר עקב תזונה לא נכונה. יש לנקות את האוזניים אחרי הטיפול. שטוף את האוזניים אחרי הטיפול אבל אל תשפוף אותן.

ריפוי מיתרי הקול ובניית קול: יש להניח יד (ואצבע) בשקע במקום בו הגרון מתחבר עם הכתפיים, ואז לטפל בגרון מסביב.

ריפוי כאבי ראש ומיגרנה: אלו נגרמים לעיתים קרובות עקב תזונה לא נכונה, ולכן הבטן והכליות דורשות טיפול (ראה הרצאה של מחר). אז יש לטפל כמו בקצרת וקדחת השחת, גם בחלק העליון של הראש, אחורי וצדי הגרון.

צוין גם שיש לטפל גם בכפות הרגליים, כמובן ללא נעליים.

איבוד שיער, אפילו קרחת, ניתן לטפל, וחשוב לשמור על תזונה נכונה. מיץ לימון, גרעינים, וכו'. היא לא דיברה הרבה על תזונה, אך ציינה את חשיבותה.

ריפוי השיניים: יש להניח יד מעל הלסת העליונה והתחתונה, להזיז עד שמכסים את כל השיניים.

ריפוי בעיות בחניכיים: באותה צורה. לא לדאוג אם השיניים מתרופפות, היות וזהו חלק מתהליך הניקוי והריפוי. החניכיים יתהדקו שוב כשיחלימו.

ריפוי של הלשון וחלל הפה: באותה צורה.

ריפוי זפקת: (יש זפק גלוי, חיצוני, וכן גם זפק פנימי). בעיות נגרמות עקב בעיות בעיכול, יש לטפל תחילה במקלעת השמש ובכליות, אז להניח ידיים בבסיס הצוואר, באזור הזפקת, אז לטפל בעיניים כמו שמתואר למעלה. הזפק יגרום לעיניים לבלוט. יש לטפל גם בלב, בגלל שזקפת היא בעיה במחזור הדם.

ריפוי יבלות ופוליפים: באותה צורה, על ידי הנחת ידיים מעל היבלות ומעל האף (אם פוליפים) ובבוא הזמן הן פשוט יפלו, כולל השורש שלהן. הפוליפים לרוב נקצצים או נשרפים, אך השורשים נשארים ולכן הם גדלים מחדש.

היום המדריכה שלנו הזכירה שהריפוי מתרחש באמצעות כוח האל, ו"ידי הרייקי" שלנו הן פשוט ערוצים דרכם זורם כוח זה.

היא דחקה את כל ה"חטוטרות" על גבה של ה"דוגמנית" שלנו תוך ציון שהן סימנים לתזונה עשירה מידי, במיוחד יותר מידי סוכר ושומן.

היום, בנוסף, אחרי הפגישה האישית, אנו ישבנו ב"מצעד הריפוי בן ארבעת הכיסאות", כפי שהוסבר אתמול. הן בפגישה האישית והן בכיסאות הריפוי התחלפנו לסירוגין גבר-אישה. היא אמרה שלעולם לא נאבד את כוחות הריפוי שלנו, אלא אם ננסה ללמד רייקי לאחרים....

היא אמרה שהרגישות שלנו תשתפר תוך כדי תרגול ולימוד.

כאשר אנו מרגישים את תחושת הדגדוג אנו נתקלים באזור הדורש ריפוי.

כאשר הוא פסק, זהו סימן להעביר את ידנו שוב.

"טפלו בעצמכם! טפלו בעצמכם!" היא חזרה ואמרה מספר פעמים, אתם באים לפני כל אחד אחר.

הועלה הנושא שאין כל רע בחיוב אנשים עבור הטיפול שהם קיבלו, במיוחד כאשר המטפל השקיע מזמנו ומכספו על מנת להיות יעיל בעבודתו.

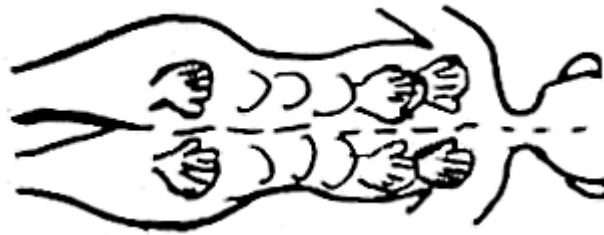
בנוסף המטפל עשוי לשלם על שירותים, אשר הוא או היא יעשו בדרך כלל בעצמם אם לא היו משקיעים זמן בטיפול, שלא לדבר על עלות של שולחן טיפולים, חדר טיפולים.

יכולים להיות "סימנים" אחרים המרמזים על צורך בטיפול כגון שלשול, חולשה והרגשה של דאגה.

מדיטציה ותפילה לפני תחילת הטיפול הן תמיד דרכים טובות למיקוד הכוח.

זה בסדר לבדוק ולהרגיע את הפחד שהמטופל עשוי להרגיש.

המטפל עשוי להרגיש שיש לו עליות וירידות בכוח הטיפול, אך על ידי המשך העבודה, בסופו של דבר הוא יתאזן ויתגבר.



לפעמים המשפחה הקרובה של המטפל פשוט מסרבת להאמין שאחד מהם הוא מרפא מוכשר, אך ידוע ש"אין נביא בעירו". אחרי הכל, גם רופאים אינם מטפלים בבני משפחתם.

הזעה מרובה יכול להיות אף הוא סימן שריפוי מתרחש.

ניסוח טוב של סוג העבודה שאנו עושים הוא "ריפוי רוחני". זה מכסה לא רק את הנחת הידיים, אלא גם יעוץ רוחני, ואפילו שליחה של תפילות.



כאשר שתי ידינו מונחות ביחד בצורה זו משיגים ריכוז גבוה יותר של כוח.

בטיפול בגב, יש להניח את הידיים כמו שרואים ולהניע אותן למטה, למטה, למטה, משני הצדדים, ואז לטפל בעמוד השדרה אחרון, מלמעלה למטה.



ריפוי של מעיין קרני רנטגן ניתן לבצע על ידי הנחת יד ימין בחזית מעל האזור הדורש זאת, ויד שמאל מאחור. (אם ניתן להגיע לשם) זה מצב שבו שני מטפלים יכולים לעשות דברים שמטפל אחד אינו יכול!

הערות נוספות הקשורות לערב השני (ניתנו בערב השלישי):

כאבי ראש ומיגרנות: יש לטפל גם בכפות הרגליים.

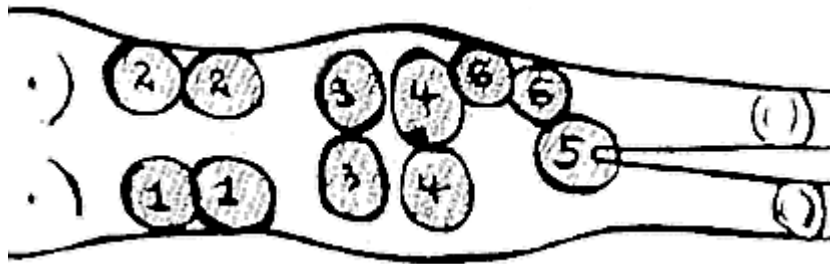
תינוק מזיל ריר: טפל בראש, שיניים וגם בכפות הרגליים.

מחלות עיניים: כפי שצוין, אך טפל גם בשחלות ובבלוטת הערמונית.

דימום מהאף: אם העורק בחוץ, מגבת עם קרח על העורף, לחץ על האף. עשוי לקחת 2 עד 3 שעות כדי לעצור את הדימום.

פצע בלשון, בליעת לשון: טפל בראש ובגרון, אך גם ברגליים.

סדנת ריפוי ברייקי - הערב השלישי



טיפול "אחת, שתיים, שלוש, ארבע":

זהו טיפול כמעט אוניברסלי, ומאחר והידיים מכסות שטח גדול למדי, אל לנו להיות מודאגים לגבי מיקום מדויק. המדריכה אמרה שניתן להשוות את מקלעת השמש למנוע הראשי של הגוף, הוא משפיע על כל הפעילויות האחרות, לכן עלינו לשמור אותה במצב פעולה תקין.

ריח רע מהפה הוא סימן לבעיות בעיכול (או שיניים רקובות!)

(6) הוא מיקום לטיפול בחסימות מעיים.

ניתן לטפל באנשים, בצמחים, בחיות ובדגים באמצעות רייקי.

להפיח רוח חיים באוכל (לברך אותו, לראות אותו כמשהו אלוהי, ואז כל ארוחה הופכת לאלוהית או מקודשת ומזינה - שלמות)

דלקת ריאות, שחפת, סרטן (בכל מקום), כיס מרה - תמיד להשתמש בטיפול 1 - 4.

יש לטפל במקרים קלים תחילה כדי לרכוש בטחון ולבנות את הריפוי - אמונתו האישית של המטפל ברייקי. לעולם לא להתייאש!

ר י י ק י - אנרגיית חיים אוניברסלית, כוח האל, אינטליגנציה יצירתית.

מזון: מיץ אשכוליות, סלק חי, סלרי חי מגורד, חלב סויה.

(5) מסמן את מקום הטיפול במעיים ובכיס המרה.

סלק אדום חי הוא מצוין לטיפול בסרטן ולניקוי הדם.

בתחילה, התרחקו מטיפולים בדימומים מדרגה שלישית, אך טפלו בדימומים מדרגה שניה, אך היו מוכנים לכך שהמצב יתדרדר בתחילה, זרימה מוגברת היא סימן שהריפוי פועל.

דלקת ריאות: הניחו את ידי המטופל מאחורי הראש. ואז, כשהמטופל שוכב על הגב, הגיעו עם שתי ידיכם מתחת למטופל וטפלו בצד אחד של הריאות, אחר כך עברו לצד שני וטפלו באותה צורה.

שימו לב: אך תסירו את השמיכה מהמטופל, רק להזיז קצת, מספיק בכדי להניח את הידיים. אם המטופל מזיע, נגבו בעדינות את זיעתו, תמיד בכיוון למעלה, לכיוון הלב. פנים וגרון לנגב בכיוון למטה. ספקו מזון נוזלי. טיפול יכול להימשך אפילו שעותיים.

שיהוק: הניחו את ידי המטופל מאחורי הראש וטפלו בסרעפת (3) & (4) עד שהשיהוק מפסיק.

התעטשות מתמשכת: טפלו כמו בדימום מהאף.

בעיות לב הן לא הסיבה אלא תוצאה של בעיה במקום אחר! טפלו בנקודות 1 עד 4, ואז טפלו בלב.

לחץ דם גבוה: טפלו בנקודות 1 עד 4, ואז בראש, גרון ולב.

אמפיזמה (נפחת): טפלו בנקודות 1 עד 4.

טרשת העורקים: טפלו בנקודות 1 עד 4 ואז בראש.

הרטבה במיטה: טפלו בנקודות 1 עד 4 ואז בשלפוחית השתן (5), אז להפוך את המטופל ולטפל בכליות. יש לנסות לאמן את שלפוחית השתן על ידי השתנה לא רציפה אלא בשיטה של השתן-עצור-השתן-עצור-השתן-עצור-...

כליות: טיפול עצמי = בעמידה, להגיע לאחור עם שתי הידיים. אחרים: להפוך על הבטן ולהניח את שתי הידיים.

שבץ: להשכיב את המטופל על הרצפה, לשחרר בגדים הדוקים ולטפל בנקודות 1 עד 4, ואז בראש. אם המטופל לוקה בצד אחד: עבדו בכיוון למטה כדי להוריד את הדם למטה. שימו לב: צד שמאל של הראש שולט בצד ימין של הגוף ולהפך.

שיתוק ילדים (פוליו): טפלו בנקודות 1 עד 4, אז הפכו את המטופל וטפלו כמו בהצטננות.

אבעבועות רוח: טפלו בנקודות 1 עד 4 וגם בראש (בכולו).

כוויות: פשוט להניח ידיים.

קמטים: באנשים צעירים ובריאים זהו סימן שהגוף זקוק ליותר נוזלים! קמטי זקנה: להניח ידיים, לדחוף את הקמטים בכיוון למעלה ו/או פנימה. אז הם יכנסו פנימה.

דלקת פרקים, שגרון, דלקת האמתחת, נשית: טפלו בנקודות 1 עד 4, ועסו את הרגליים בכיוון למטה.

המדריכה: תמיד שימו מבטחכם באלוהים!

מסקנה: שיטת הריפוי ברייקי היא אמצעי ריפוי אשר באמצעותו האדם מביא את עצמו להיות ערוץ לזרימת הכוח האלוהי.

חניכה: אין ספק שכוח עצום מעורב בכך. האם זוהי עשויה להיות איזו שהיא חניכה לרוח המרפאת או הקדושה, המכסה, באמצעות המדריכה שלנו?

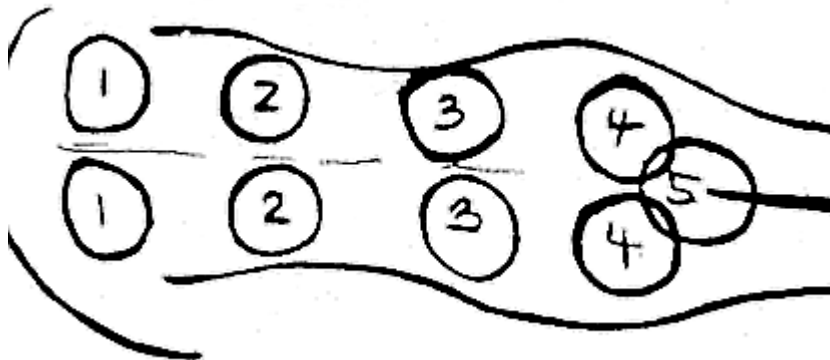
סדנת ריפוי ברייקי - הערב האחרון

הייתי בקבוצה הראשונה שנכנסה ל'הטענת הכוח' הפרטית הרגילה שלנו. נאמר לנו להצמיד את ידינו בתנוחת תפילה ולהחזיק אותם כמו בערב ההוא, הבוהן בערך בגובה העין השלישית. הפעם הרגשתי חמימות בשורש כף היד שלי, אשר אז התחילה לטפס עד לקצות אצבעותיי, כאילו שהידיים שלי יצרו ספל מלא בחום או באנרגיה. כאשר המדריכה שלנו עמדה מולי, הרגשתי כאילו שכל בית החזה שלי נפתח, וזרם של אנרגיה עדינה וחמימה זרם אל תוך בית החזה שלי ממנה. היא הלכה גם מאחורינו הפעם וכאילו גררה את ראשינו, מושכת אותם אחורה. בסיום הודיעה לנו שכוחות הריפוי שלנו תמידיים, לא נאבד אותם לעולם, אלא אם ננסה ללמד או להעביר אותם לאחרים.

כאשר חזרנו לאולם הפגישות, שוב ערכנו ריפוי הדדי בשורת ארבעת הכיסאות.

בערב זה עסקנו בגב מהצוואר ומטה.

בעוד שלמדנו את תנוחות 1 עד 4 בחזית, היום הראו לנו את התנוחות המקבילות עבור הגב.



טיפול טוב בחזית ובגב צריך להימשך בערך שעה וחצי, זאת על פי המדריכה שלנו, ועלינו להישאר יותר על נקודות 3 ו-4 (מלפנים ומאחור).

לבעיות סינוסים, אוזניים ואף, יש לטפל גם בריאות - נקודה 1 בגב.

לפגיעה בחוליות הצוואר יש לטפל בגרון, בעורף ובגב.

להתמוטטות עצבים: לטפל במיוחד בצד שמאל של נקודות 1, 2 & עשוי לקחת שלושה עד שישה שבועות, בטיפול יומי.

המדריכה מציעה שכאשר מבצעים ריפוי, טיפול יומי יינתן למטופל.

חשוב לטפל בטחול, אשר אותו היא מכנה קוצב הזמן של הלב, צד שמאל של נקודות 3, 2 ו-4.

לבעיות בפרוסטטה יש לטפל בנקודה 5.

לטיפול בטחורים, בשחלות וכדומה, יש לטפל בנקודה 5.

טחורים מדממים הם דבר מסוכן, וגורמים לאיבוד דם רב. תמיד לטפל בנקודות 1 עד 4 מלפנים ומאחור וגם בנקודה 5.

בעיות בלב יכולות לנבוע מבעיות של גזים, הלוחצים על הלב. טפלו בנקודות 1 עד 4 מלפנים ומאחור, ועסו מאחור לכיוון הלב.

דליות וורידים נפוחים ברגליים - טפלו בחלק התחתון של הגוף מלפנים ומאחור והניחו ידיים ישירות על הורידים.

גרגיר הנחלים טוב לבעיות לב.

כתמים על העור נובעים מבעיות עיכול, טפלו בבטן תחילה, ואז בפנים.

ביצים עשויות לגרום לגירודים בעור.

ציפורניים מפוצלות - שתו תמיסה של מים וג'לטין.

מיץ עגבניות טבעי הוא טוב, אך לא זה מקופסאות שימורים.

המדריכה שלנו הדגישה שוב ושוב את הטיפול בנקודות 1 עד 4 מלפנים ומאחור.

חשוב ביותר להשתמש בראש: לא לטפל רק בתוצאה. יש להבדיל בין הסיבה לתוצאה ובמידת האפשר לטפל בסיבה, ולדעתי זו הסיבה שהיא מדגישה את הטיפול בנקודות 1 עד 4 כל כך: הטיפול מכסה את מירב הנקודות.

את שארית הערב בילינו בהאזנה להיסטוריה של מערכת הריפוי באמצעות רייקי, ובעוד שזה היה מעניין, זה לא העניק לנו כל ידע בסיסי נוסף. בקרוב תהיה סדנה מתקדמת ובה נלמד על ריפוי מרחוק, ועוד תוכניות קשות, ולמרות זאת, אפילו הבוגרים המתקדמים ביותר לא יהיו מורשים ללמד רייקי. אחרי הסדנה השניה תהיה לבסוף סדנה שלישית, אשר בוגריה יהיו מוסמכים ללמד רייקי.

הגב' טקאטה הדגישה שהגישה הרוחנית הנכונה דרושה בזמן הטיפול (בזמן שהיא סיפרה את ההיסטוריה של הרייקי).