

Fate un massaggio spirituale!

La storia della terapia manuale di Cayce



E' così piacevole farsi massaggiare! Nel corso della storia il massaggio è stato usato come un aspetto vitale per guarire il corpo, la mente e lo spirito. Anche Ippocrate (460-370 a.C.), il padre della medicina moderna, descrisse le proprietà mediche del massaggio con oli. Sacerdoti, sciamani e guaritori in tutto il mondo hanno usato l'imposizione delle mani per guarire. Dopo i secoli bui dell'Europa medievale il massaggio divenne più rispettabile e fu reso popolare da Pehr Henrik Ling (1776-1839), uno svedese benestante che guarì se stesso usando il massaggio e l'esercizio fisico. Ling costruì un centro di cura famoso a Stoccolma in Svezia e creò la "cura svedese del movimento". Per questo la maggior parte dei massaggi è oggi chiamata "svedese". Intorno al 1856 il massaggio arrivò in America e fu abbracciato dalla professione medica. Il dr. John Harvey Kellogg (1852-1943) aiutò molti pazienti usando il massaggio, insieme con l'idroterapia, le irrigazioni del colon e una dieta sana.

Qui entrano Edgar Cayce e il dr. Harold J. Reilly. Il metodo di massaggio Cayce/Reilly è la combinazione di tecniche svedesi, osteopatiche e neuropatiche che il dr. Reilly sviluppò nel corso di molti anni, collaborando strettamente con le letture di Cayce. Il dr. Reilly era un fisioterapista di prim'ordine che ricevette gli insegnamenti del dr. Kellogg stesso! Nelle letture di Cayce ci sono oltre 6500 documenti che fanno riferimento al massaggio e oltre 1100 raccomandazioni per la manipolazione (osteopatica o chiropratica). Il massaggio è una terapia manuale per i tessuti molli (muscoli, tendini e legamenti) mentre la manipolazione è una terapia per le ossa e le articolazioni. Storicamente parlando il



metodo osteopatico fu creato da Andrew Taylor Still (1828-1917) che aiutò a insegnare Daniel David Palmer (1845-1913), il fondatore della professione chiropratica. E' interessante constatare che queste professioni sono intimamente connesse e che entrambi gli uomini avevano una forte filosofia spirituale che applicavano quando facevano i loro trattamenti lungo la spina dorsale per favorire la guarigione nel corpo.



Nelle letture di Cayce la colonna vertebrale era la zona più comune da massaggiare. *“Dovrebbe essere considerato il ‘perché’ del massaggio: l’inattività fa sì che molte di quelle parti lungo la colonna vertebrale da cui si ricevono gli impulsi ai vari organi siano molli o rigidi o che alcune ricevano un maggiore impulso rispetto ad altre. Il massaggio aiuta i gangli a ricevere l’impulso dalle forze nervose mentre aiuta la circolazione attraverso le varie parti dell’organismo.”* (2456-4) Egli raccomandò di usare dei movimenti circolari delicati lungo entrambi i lati della colonna dalla base del cranio fino al coccige. *“Il massaggio terrà i centri e gangli lungo il sistema spinale meglio coordinati; e troveremo la vista corretta, il gusto, l’udito e gli odori molto diversi e la memoria molto migliorata.”* (3098-1) *“Il massaggio osteopatico o svedese ... è a volte benefico ... Quando sarà necessario, usali!”* (1710-10) Cayce inoltre rilevò l’importanza di un’intenzione premurosa da parte della persona che fa il massaggio, così raccomandava spesso che un familiare o una persona cara eseguisse i trattamenti, spesso dicendo che “è la mente che costruisce”. Quindi provate a farlo a casa per i vostri amici, la vostra famiglia o anche per i vostri animali domestici!

Cominciate lavandovi le mani e poi concentratevi sui vostri pensieri e sentimenti riguardo all’importanza che quella persona ha per voi. Potete anche usare questo tempo per la preghiera o la meditazione. Mentre lo fate, strofinate le mani insieme per alcuni secondi, poi separatele



di due o cinque centimetri e concentratevi sul collegamento tra il vostro cuore e le mani. Permettetevi di sentire gratitudine, rispetto e apprezzamento per questa persona. Durante quel tempo cominciate forse a notare delle sensazioni come calore o formicolio nei palmi delle mani. Ora ponete le mani sulla zona che ha bisogno di essere guarita, toccandola direttamente o tenendo le mani sopra la superficie del corpo per un minuto o due. Quindi fate un massaggio spinale delicato. Usate un po' d'olio per massaggi (di arachidi o oliva sono i preferiti di Cayce) e



applicatelo delicatamente lungo la spina dorsale con movimenti lenti e lunghi, mantenendo l'intenzione di guarigione. Poi, iniziando alla base del cranio, con la punta delle dita su entrambi i lati della spina dorsale, massaggiate la schiena con un movimento circolare, a

forma di cuore, restando sempre vicino al centro della colonna. Fate circa 30 cerchi scendendo sulla schiena e ripetetelo diverse volte secondo la necessità. Fate questo trattamento ogni sera prima di dormire. Ora state continuando l'eredità della guarigione facendo un massaggio spirituale!

Venture Inward, gennaio-marzo 2019