SANTA ILDEGARDA E LA CURA DELLE CASTAGNE Di don Marcello Stanzione

Inviato da Amministratore
mercoledì 21 ottobre 2026
Ultimo aggiornamento mercoledì 21 ottobre 2026

Santa Ildegarda consiglia le castagne per tutti i tipi di stati di debolezza, compresa la debolezza immunitaria come cancro, AIDS e malattie linfatiche. “Il castagno è caldissimo ed ha, grazie a quel calore, una grandissima forza vitale (virtus = forza della virtù) perché simboleggia la discretio (la buona misura, il mezzo aureo, il firmamento). Tutto in essa è buono, specialmente il suo frutto che aiuta contro tutte le debolezze della persona.” ...

Secondo Santa Ildegarda, il castagno svolge un ruolo fondamentale per la salute del corpo e dell'anima. Questo frutto, per le sue componenti e per l'energia del sole che contiene, è in grado di nutrire l'uomo in modo così armonioso e completo da renderlo nuovamente radioso e da permettergli di ritrovare con forza il suo benessere. Inoltre, aiuta a guarire il fegato e fornisce un buon equilibrio alla persona. Le castagne si sono dimostrate altamente efficaci in tutte le forme di malattie debilitanti, come il cancro e l'AIDS. Un malato di AIDS, emaciato e costretto a letto, che mangiava castagne ogni giorno, in quattro settimane ha preso quaranta chili. Ha potuto lasciare l'ospedale e può continuare la sua attività professionale. La sensazione di stare male scompare finché non smette di mangiare le castagne. Nell'Europa sudorientale, fino all'epoca del Barocco, si mangiavano le castagne ed erano apprezzate come importante fonte di calorie. Successivamente sono state sostituite dalle patate. Ma questi hanno un effetto psicotropo (solanina) sul sistema nervoso, come tutti gli altri frutti di belladonna (pomodori, melanzane e peperoni). Le castagne sono molto preziose per la loro azione rigenerativa sul fegato: "Quando ti fa male il fegato, schiaccia le castagne e mescolale con il miele (tre cucchiai in 100 grammi di miele) e mangiale spesso: il tuo fegato guarirà". Le castagne arrostite sono un rimedio molto importante per la milza: "Chi soffre di dolori alla milza dovrebbe arrostire i frutti di castagno sulla brace e mangiarli spesso, leggermente caldi. La tua milza si scalderà e ti riprenderai completamente". La milza è l'organo più importante del sistema immunitario del corpo umano. Secondo Santa Ildegarda, svolge anche la funzione di disintossicare il cuore. Quando si mangiano molti cibi crudi, la milza soffre, si gonfia e provoca dolore al cuore. La castagna ha dimostrato di essere efficace quanto il farro nel trattamento della leucemia: una dieta ricca di farro o di castagne riduce notevolmente il numero di leucociti. Il contrario avviene con il consumo di belladonna (patate, pomodori, peperoni e melanzane), che producono un notevole aumento del numero di leucociti. Se vogliamo rafforzare il sistema nervoso, migliorare la memoria o proteggerci dal morbo di Alzheimer, dobbiamo mangiare spesso le castagne cotte. “Un uomo il cui cervello è vuoto per aridità e le cui facoltà cerebrali sono state indebolite, dovrebbe bollire le castagne nell'acqua senza aggiungere nulla. Devi mangiarli prima e dopo i pasti. Il suo cervello crescerà e si riempirà di nuovo, i suoi nervi si rafforzeranno e la sofferenza nella sua testa diminuirà”.