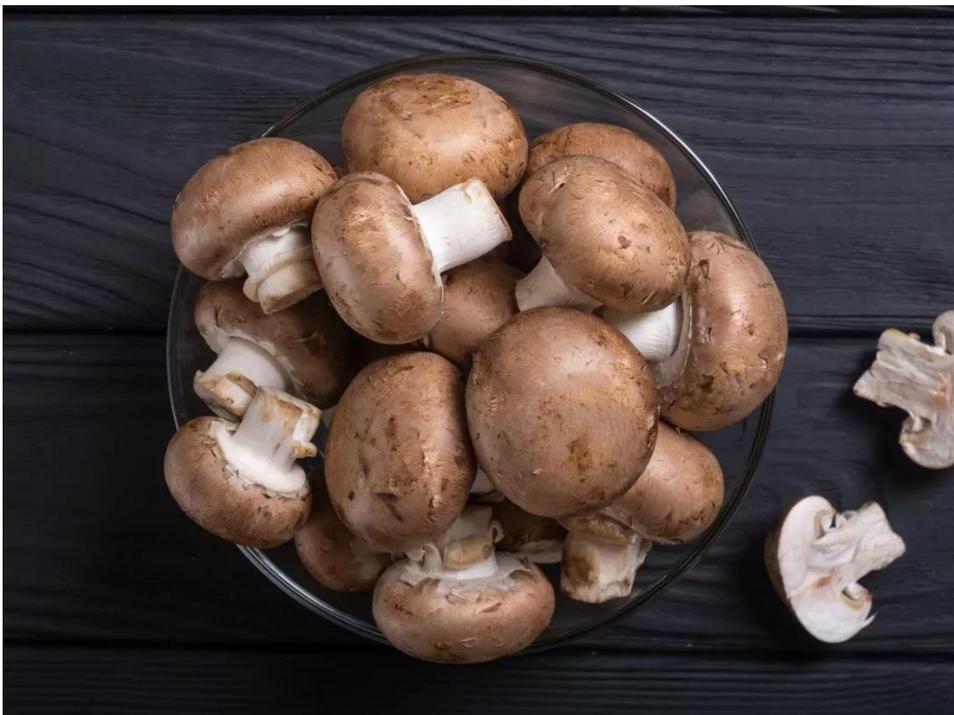


## Das geheime Leben der Pilze und Ihre Heilkraft

Es ist mehr dran, als man sehen kann Was stellen Sie sich als Mensch vor, wenn Sie an etwas denken, das „wie Sie“ ist? Im Jahr 2000 lebte Dr. Michael Hathaway, Professor für Anthropologie an der Simon Fraser University, mit Elefanten zusammen. Er forschte anthropologisch in einem Dorf im Süden Chinas, in dem sich Menschen und Tiere einen Regenwald teilten. Die Elefanten waren mächtig, mit komplexen sozialen Dynamiken und Verhaltensweisen, die sich mit der Zeit entwickelten. Sie empörten sich gegen die Hilfe eines lokalen Naturschutzprojekts, das sie schützen sollte. Die Elefanten waren auch große Fans von Reis. Viele lehnten reichlich &hellip;



### Es ist mehr dran, als man sehen kann

Was stellen Sie sich als Mensch vor, wenn Sie an etwas denken,

das „wie Sie“ ist?

Im Jahr 2000 lebte Dr. Michael Hathaway, Professor für Anthropologie an der Simon Fraser University, mit Elefanten zusammen. Er forschte anthropologisch in einem Dorf im Süden Chinas, in dem sich Menschen und Tiere einen Regenwald teilten.

Die Elefanten waren mächtig, mit komplexen sozialen Dynamiken und Verhaltensweisen, die sich mit der Zeit entwickelten. Sie empörten sich gegen die Hilfe eines lokalen Naturschutzprojekts, das sie schützen sollte. Die Elefanten waren auch große Fans von Reis. Viele lehnten reichlich Essen im Wald ab, um sich den Dorfbewohnern zu stellen, die Töpfe und Pfannen hämmerten und versuchten, ihre Reisfelder vor ihren dickhäutigen Nachbarn zu schützen.

Jahre später stellte Hathaway das menschenzentrierte Dogma der Anthropologie in Frage und schrieb ein Stück, in dem er diese Elefanten als agierende Wesen betrachtete, die die Macht hatten, ihr eigenes Leben zu gestalten. Von dort aus beschränkte sich seine Forschung auf Pilze. Könnten Pilze, obwohl sie untertriebener sind als reishungrige Elefanten, auch als agierende Wesen angesehen werden, die ihre eigene Welt beeinflussen? Und wenn wir mehr über das unglaubliche Potenzial von Pilzen erfahren, die unserer Gesundheit und unserer Umwelt zugute kommen, wie können wir sicherstellen, dass wir sie nachhaltig nutzen?

## **Was haben wir mit Pilzen gemeinsam?**

Mehr als Sie vielleicht denken. Pilze atmen Sauerstoff ein und Kohlendioxid aus. Ihre Haut besteht aus Chitin, dem gleichen Material wie in der harten Schale eines Käfers oder der Schuppe eines Fisches. Sie entscheiden, ob, wann und wo sie keimen sollen, und pflanzenabhängige Sporen entscheiden, mit welcher Pflanze sie verschmelzen. Pilze werden aktiv nach ihrer Nahrung suchen und fleischfressende Pilze werden sogar spezielle

Methoden anwenden, um nach Nematoden zu suchen. Wenn ein Pilz vor einer Multiple-Choice-Entscheidung steht, geht er nicht immer den gleichen Weg.

„Wir können viel von Pilzen lernen“, sagt Yarrow Willard, ein klinischer Kräuterkundler. „Ihre Myzel-Netze teilen Informationen und Raum freier miteinander als wir Menschen es oft tun.“

Hathaway stimmt zu. „Pilze haben Verwandtschaft“, sagt er. „Eine menschenzentrierte Perspektive des Lebens wird immer unser Verständnis der Welt um uns herum einschränken.“

Im Jahr 2010 baute ein pilzartiger Schimmelpilz ein Netzwerk von Nährstoffkanalrohren auf, das von Ingenieuren als effizienter als das Layout des japanischen Schienensystems angesehen wurde, als Haferflocken im Muster japanischer Städte um Tokio angeordnet wurden.

## **Pilze spielen eine Rolle bei der Umweltumwandlung**

Aufbauend auf ihren komplexen Erscheinungsformen in der Welt spielen Pilze eine entscheidende Rolle in Ökosystemen: Sie sind starke Zersetzer. Wissenschaftler haben herausgefunden, dass Enzyme in Pilzen Giftstoffe im Wasser, einschließlich in Kläranlagen, abbauen und Giftstoffe im Boden beseitigen können. Myzelpilze können auch endokrin wirkende Kunststoffe neutralisieren, die in zahlreichen kommerziellen und industriellen Produkten enthalten sind, und verhindern, dass sie in die Umwelt und in den menschlichen Körper gelangen.

Diese Eigenschaften bedeuten, dass Pilze Möglichkeiten für eine radikale Neugestaltung bieten. Im Jahr 2018 gewann eine Gruppe von Studenten der University of British Columbia den ersten Platz bei einer Biologie-Design-Herausforderung für die Schaffung einer auf Myzel basierenden Einzeltoilette, die sie für den Einsatz in Flüchtlingslagern entwarfen.

Der Grund, warum wir nicht mehr über das Potenzial von Pilzen hören, unsere Umwelt so radikal zu verändern, sind die Herausforderungen im Zusammenhang mit dem Bewusstsein der Verbraucher, sagt Willard. „Wir müssen staatliche Gesetze fordern – zum Beispiel die Besteuerung von Abfallströmen –, die großen Unternehmen einen finanziellen Anreiz bieten, an Bord zu gehen“, sagt er. „In der Zwischenzeit ist die Sanierung von Myzelabfällen eine hervorragende Option für den Kleinbauern.“

## **Mit neuen Augen zu sehen ist gut für Pilze und für unsere Welt**

Der erste Schritt, um das verborgene Leben von Pilzen zu schätzen, besteht darin, tiefer über die einzigartige Rolle nachzudenken, die sie in Ökosystemen spielen.

„Wenn wir Pilze als weltverändernde Organismen betrachten, erhalten wir eine neue Wertschätzung für das Netzwerk von Pilzen, Pflanzen, Bakterien und Tieren, die auf ihr Sein angewiesen sind“, sagt Hathaway.

Natürlich kann diese neue Perspektive auf Pilze in Spannung mit unserem Wunsch stehen, ihre positiven Vorteile zu nutzen. Ist es möglich, dies in Einklang zu bringen, und wenn ja, wie?

Laut Hathaway liegt eine Antwort in den Prinzipien der First Nations von Ehrfurcht, Demut und Gegenseitigkeit. Diese Prinzipien feiern die soziale, ökologische und spirituelle Vernetzung zwischen Mensch, Tier und Geist. Wenn Sie sie üben, nehmen Sie nur das, was Sie brauchen, wissen, wie Sie es nehmen, und schätzen, was Ihnen gegeben wurde, um sicherzustellen, dass zukünftige Generationen nicht in Gefahr geraten.

„Wenn Sie sich einem Pilz nähern, seien Sie neugierig auf seine Lebendigkeit“, sagt Hathaway. „Stellen Sie sich seine Lebendigkeit genauso wichtig vor wie unsere eigene, auf eine Weise, die komplexer ist, als wir uns vorstellen können.“

In der Schweiz schützt die nationale Verfassung die „Würde aller Lebewesen“ – Pflanzen eingeschlossen.

## **Die Heilkraft von Pilzen**

Zur Unterstützung einer starken Immunfunktion, insbesondere während einer globalen Gesundheitskrise, empfiehlt der klinische Kräuterkenner Yarrow Willard, eine Mischung aus drei bis fünf Pilzen zu verwenden. Hier sind seine fünf besten Tipps.

- Chaga (*Inonotus obliquus*) kann dazu beitragen, unsere Abwehrkräfte gegen Viren und Bakterien aufzubauen und das Wachstum von Krebszellen zu unterdrücken.
- Cordyceps (*Cordyceps sinensis*) wird verwendet, um das Immunsystem zu stärken, die aerobe Ausdauer zu erhöhen und die Atmungsfunktion zu verbessern.
- Löwenmähne (*Hericium erinaceus*) fördert die gesunde Nerven- und Nervenfunktion und lindert gleichzeitig Angstzustände und Depressionen.
- Reishi (*Ganoderma lucidum*) wird verwendet, um das Energieniveau zu erhöhen und die Heilung zu unterstützen.
- Der Truthahnschwanz (*Coriolus versicolor*) kann die Reaktion unseres Körpers auf oxidativen Stress beruhigen und vor neurodegenerativen Erkrankungen schützen.

## **Was ist Myzel?**

Myzel ist das Wurzelsystem eines Pilzes, der Nährstoffe sammelt und aufnimmt, während die Fruchtkörper des Myzels das sind, was wir Pilze nennen.

## **Ethische Erntepraktiken**

Wenn Sie ein Pilzpräparat einnehmen, wählen Sie unbedingt einen ethischen Lieferanten. Wenn es zum Beispiel um verehrte

Chaga-Pilze geht, würde eine großflächige kommerzielle Ernte die einheimischen Populationen schnell dezimieren. Willards Pflanzenmedizinunternehmen verwendet Chaga-Extrakt aus Sibirien, wo Produzenten große Waldflächen für den Chaga-Anbau ausweisen und schützen.

Während Willard dazu ermutigt, mehr über Pilze zu lernen, ist er besorgt darüber, dass die neu entdeckte Popularität der Pilzsuche zu unangemessenen Erntepraktiken führt. Um Schäden an Bäumen und empfindlichen Waldökosystemen zu vermeiden, sollten Häcksler nur den Fruchtkörper des Pilzes ernten und die Rindenschicht intakt lassen. Willard empfiehlt auch, einige Pilzsorten zu Hause zu züchten, wobei alter Kaffeesatz als Basis verwendet wird.

„Pilze sind regenerativ und das ist eine großartige Metapher dafür, wie wir unser eigenes Leben führen können“, sagt Willard. „Wie nehmen wir unseren Abfall und verwandeln ihn in etwas Wertvolles?“

Details

**Besuchen Sie uns auf: [natur.wiki](https://natur.wiki)**