

# Ganzheitliche Anwendung von Heilpilzen

## Die bemerkenswerte Heilkraft der Pilze

### Neue Ideen für die Hausapotheke!

In diesem Buch finden Sie umfassende Praxisinfos aus der langjährigen Arbeit des Autors Dr. Christopher Hobbs mit Heilpilzen, Erfahrungsberichte über Pilzmedizin bei Patienten und die wichtigsten Ergebnisse der Forschung über medizinisch wirksame Pilze. Ein Werk, das verständlich für Laien ist und gleichzeitig als Fachbuch für Spezialisten dient. Ein Buch, das die Herzen aller Pilzfans höherschlagen lässt. Gesundheitsbewusste Menschen, Mykologen, Heilpraktiker, Ärzte, Naturheilkundler, Herbalisten und Therapeuten werden begeistert sein und können auf Entdeckungsreise gehen. Auch der weltweit renommierte Experte für Pflanzenmedizin, Stephen Harrod Buhner, schätzt die Kraft der Heilpilze.

### Ausführliche Heilpilzporträts.

Schwerpunkte sind ausführliche Heilpilzporträts und eine Auswahl der besten Pilzspezies bei diversen Gesundheitsstörungen. Lernen Sie neue Heilpilze kennen, von denen Sie vorher noch nie gehört haben, die aber seit Jahrhunderten in Asien und der TCM (Traditionelle Chinesische Medizin) verwendet werden. Größte Bedeutung haben vorbeugende und heilende Wirkungen von Pilzen: Behandlung von viralen und bakteriellen Infektionen, Krebschutz, Stärkung von Herz und Kreislauf, Regulierung des Blutdrucks, Hilfe bei Stoffwechselstörungen und Übergewicht, Heilwirkungen bei nervösen oder kognitiven Störungen, Vitalisierung (z.B. bei Fatigue-Syndrom), Stimmungsstabilisierung (z.B. bei Depression, Angst) und andere Heilwirkungen.

### Pilzmedizin selbst herstellen?

Ja sicher, das geht ganz einfach, wenn man die Basiskenntnisse dazu hat. Im Buch finden Sie alles, was Sie dazu brauchen. Stellen Sie Ihre eigene Pilzmedizin her, es ist wirklich gar nicht so schwer.

### Wissenswerte Pilzhistorie.

Schon unsere Vorfahren wussten, dass Heilpilze wie Reishi und Birkenporling gegen Krankheiten wirksam sind und zu einer gesunden Balance der Körpersysteme beitragen. Pilze beeinflussen auf vielfältige Weise unser Immunsystem, dessen primäre Aufgabe darin besteht, uns vor pathogenen Viren und Bakterien zu schützen. Der Gletschermann Ötzi, der vor ca. 5.000 Jahren lebte, trug getrockneten Birkenporling bei sich. Forscher fanden in einer Studie von Fossilien aus dem Norden Kanadas heraus, dass Pilze mindestens seit 1 Milliarde Jahren existieren.

### Pilze mit Spirit.

Psilocybin-haltige Pilze sind Kulturerbe der Menschheit und seit Urzeiten in Gebrauch. Sie bergen großes Heilpotenzial, wenn sie mit Respekt und Achtsamkeit behandelt werden. Wer sich spiritueller Pilzmedizin mit Dankbarkeit, Erstaunen und Hingebung nähert, profitiert von ihr. Der Spirit der „magischen“ Pilze fungiert als Wegweiser zu den Sphären des Geistes. Psychische Probleme, Krankheit, Ängste und Symptome erscheinen im größeren

Zusammenhang, können bearbeitet und positiv integriert werden – „Heilung der Seele“. Je tiefer die spirituelle Erfahrung, desto besser die Prognose. Das sagt die Forschung.

### **Pilze wild sammeln?**

Sie haben Angst, Pilze wild zu sammeln und selbst zu bestimmen? Keine Sorge, das Buch bietet auch gute Anleitungen und sehr interessante Tipps zum Sammeln von wild wachsenden Pilzen.

### **Pilze selbst züchten?**

Kein Problem, der Autor zeigt Ihnen wie einfach es ist, Pilze selbst anzubauen. Ausführliche Anleitung mit Materialkunde und Fotos inklusive.

### **Mit Pilzen leckere Gerichte kochen?**

Klar, und wie! Im letzten Kapitel werden Sie mit kulinarischen Pilzrezepten verwöhnt. Pilze sind nicht nur eine geschmackvolle Beilage zu Fleisch- und Fischgerichten. Sie werden sehen! Es ist nicht schwer, köstliche vegetarische oder vegane Gerichte mit Pilzen zu zaubern. Wer Pilze als Nahrung und Medizin betrachtet – was in vielen Kulturen seit Urzeiten üblich war, dem wird es leichtfallen, sie als Lebensmittel zu nutzen. Sowohl Heilpilze, Zuchtpilze als auch Wildpilze zeichnen sich durch einen hohen Gehalt an Ballast- und Mineralstoffen, Vitaminen, Fettsäuren und sehr gut verdaulichen Proteinen aus. Es ist verblüffend und faszinierend, wie Pilze mit dem menschlichen Körper interagieren, wie sie das Immun- und Nervensystem, Herz und Kreislauf beeinflussen und uns vor Stress und Toxinen schützen. Darüber hinaus bringen sie noch gesunde Nährstoffe und viel Geschmack mit.

### **Ausführliche Infoseiten.**

Wenn Sie sich noch nicht so auskennen oder mehr wissen wollen, brauchen Sie gute, verlässliche Empfehlungen. Diese finden Sie im hinteren Teil des Buches. Schauen Sie sich die ausführlichen Literaturtipps und Bezugsquellen an.

### **Der Autor.**

**Dr. Christopher Hobbs, Ph.D., L.Ac., R.H.** ist ein international anerkannter Herbalist und Mykologe in der vierten Generation und verfügt über jahrzehntelange Erfahrung, arbeitet als lizenzierter Akupunkteur, Phytotherapeut, Forscher, Berater für Hersteller von Nahrungsergänzungsmitteln, Sachverständiger, Botaniker, Referent und ist Autor von mehr als 20 Büchern sowie zahlreicher Fachbeiträge. Hobbs ist Mitbegründer der einzigen nationalen, professionellen Organisation für Phytotherapie in den USA, der American Herbalist Guild, und hat weltweit über Pflanzenheilkunde referiert. Er forschte an der UC Berkeley zur Evolutionsbiologie, Biogeografie, Phylogenetik, Pflanzenchemie und Ethnobotanik und lehrt an der University of Massachusetts, Amherst.

### **Details**

**Autor: Dr. Christopher Hobbs**

**Titel: Ganzheitliche Anwendung von Heilpilzen**

Hardcover

Großformat 22 x 28 cm

328 Seiten

Texte in Deutsch

ISBN 978-3-946245-10-0

Preis: 68 Euro