

Buchbesprechung: **Heilende Pilze** von Jürgen Guthmann  
Die wichtigsten Arten der Welt im Portrait  
Erschienen 2017 im Verlag Quelle und Meyer

Schon das „Taschenlexikon der Pilze Deutschlands“ von Guthmann / Hahn / Reichel hat mich durch seine Fülle an spannenden Informationen fasziniert und ich fand es beeindruckend, wieviel Information sich in kleines Taschenlexikon packen lässt.

Umso neugieriger war ich auf diese Buchveröffentlichung. Zum einen erhoffte ich mir natürlich mehr Infos und zum anderen einen sachlichen und aktuellen Überblick über den „Heilpilzkenntnisstand“ - jenseits von Kommerz und Ideologie.

Um es vorwegzunehmen: ich finde „Heilende Pilze“ richtig klasse!

Jürgen Guthmann hat ein Grundlagenwerk geschaffen. Man merkt dem Buch bei jeder Seite an, wie viel Akribie und Ausdauer und vor allem Herzblut darin steckt. Zum einen hat Guthmann den aktuellen Forschungsstand recherchiert, ausgewertet und zusammengetragen und zum anderen, als wenn das nicht schon völlig ausreichend wäre, das Beschriebene durch eine Fülle an zusätzlichen Fakten und Kenntnissen ergänzt.

Ein erster allgemeiner Teil ordnet die Vitalpilze unter anderem in ihren rechtlichen Rahmen ein. Ihre Verwendung im Gesundheitsbereich schlägt einen Bogen zwischen Lebensmittel, Nahrungsergänzung bis hin zur Arznei. Gesetzliche Regelungen zur Qualitätssicherung wären notwendig.

Mir gefällt gut, dass der Autor explizit darauf hinweist, dass Vitalpilze kein Allheilmittel bei Krebs sind. Gleichwohl handelt das Buch von der heilenden Wirkung von Pilzen und es ist zu wünschen, dass das Augenmerk der Forschung diese noch viel mehr als bisher in den Blick nimmt. Wirkweisen und Inhaltsstoffe von Pilzen sind ausführlich beschrieben und mit ihren Strukturformeln vorgestellt. Auch wer diese, so wie ich als Nicht-Chemikerin, überliest, erfährt eine Menge Spannendes.

Auf weit über 300 Seiten folgen dann die Artenportraits. Guthmann beschreibt 40 Arten sehr ausführlich, aber da er die einzelnen Portraits durch eine Vielzahl an weiteren Arten ergänzt, sind es tatsächlich viele mehr.

Besonders spannend finde ich, dass er viele Pilzarten beschreibt, die ich (und sicher viele andere Pilzfreunde auch) vor der Haustür habe: vom Eichhasen über die Sklerotienporlinge bis hin zu den Kahlköpfen. Das Stöbern im Buch macht Lust auf Erkundung draußen und die Erkundung wiederum lädt zum Nachlesen ein.

Ergänzt wird das Buch durch ein Glossar und ein sehr ausführliches Literaturverzeichnis, das Buch ist sehr ausführlich bebildert. Auch von der handwerklichen Seite ist das Buch sehr sorgfältig gemacht, sein Preis ist mehr als angemessen.

Wie gesagt, ein Standardwerk, das in keine Pilzbibliothek fehlen sollte und interessierte Laien genauso anspricht wie den fortgeschrittenen Pilzkenner!

Irmtraut Lampert, im Februar 2017