

HIGH LIFE IM UNTERHOLZ

Ein Trip durch den Wald mit zwei Pilzprofis löst in unserem Autor extreme Hochgefühle aus – hat der etwa genascht?

fotos Jewgeni Roppel text Roland Rödermund

Der will doch gefunden werden! Er ist knallorange, seine Auswüchse kommen wie eine Ladung gestapelter Dachziegel daher, und sein bizarres Leuchten strahlt sogar auf den Eichenstamm ab, an dem er hockt. Das muss einer von diesen Zauberpilzen sein, ganz klar. „Ah, Gemeiner Schwefelporling“, sagt Vanessa Braun erfreut und bricht behutsam ein Stückchen ab. Ihr Freund Norman Glatzer sucht schon das nächste Waldquadrat ab, gibt aber noch einen kulinarischen Tipp: „Den kann man braten wie Hühnchen. Oder panieren!“

Die Heilpraktikerin und der Pilzfürher, beide 28 und seit sechs Jahren liiert, lächeln milde angesichts meiner Begeisterung über den Fund vom „Chicken of the Woods“, wie der Porling auch genannt wird.

Zwergenfeuer und Hexenröhrling – das klingt wie eine Zauberformel

Dann geht es tiefer in das Buchenwaldstück am Hellsee bei Berlin, und dabei erzählen die Naturliebhaber alles – okay, vermutlich nur einen Bruchteil ihres Wissens – über Pilze.

Das ist hochinformativ und auf schönste Weise ermüdend. Weil die zwei sehr unaufgeregt erzählen und

das Gewusel der Stadt hier im Forst, an diesem Septembermorgen, Lichtjahre entfernt scheint. Tiefe Entspannung macht sich breit – inklusive Gähnen. „Kenne ich“, sagt Vanessa. „Wir kommen hier auch total runter. Wenn wir drei Tage nicht im Wald waren, werden wir stinkig.“

Die beiden Glückspilze sind keine Faulpelze. Wer nämlich wirklich die Vielfalt von Pilzen kennenlernen möchte, also über Steinpilz und Champignon hinaus, darf fünf nie gerade sein lassen: Es geht um Leben und Tod. „Man muss sich bei der Bestimmung immer fragen: Hat das Exemplar Lamellen? Röhren? Sind die Lamellen ausgebuchtet, angewachsen oder frei stehend? Sind die Schneiden gekerbt oder glatt...?“, beginnt Norman die nahezu endlose Liste der Bestimmungsmerkmale.

Es gibt Pilze, die wie Knoblauch oder Anis schmecken. Andere riechen nach Melone, Stachelbeere, Apfel oder Gurke. „Oder nach Ziegenbock“, sagt Vanessa. Von der Tropischen Schleierdame, botanischer Name *Phallus indusiatus*, aus der Gattung der Stinkmorheln

heißt es sogar, Frauen könnten allein durch den Geruch einen spontanen Orgasmus erleben. Aber auch fern der Tropen gibt es kleine Höhepunkte. Vanessas Augen leuchten plötzlich wie meine beim Anblick eines Hundewelpen: „Da, ein Klebriger Hörnling!“ Schwer zu sagen, wie sie das orangefarbene Mini-Exemplar, das auch Zwergenfeuer genannt wird, auf dem mit allerlei Gewächsen dicht bevölkerten Waldboden vom Weg aus gesehen hat. Aber es ist wirklich niedlich.

OB NÜTZLICH, BERAUSCHEND oder einfach nur lecker – für Vanessa und Norman sind fast alle Mushrooms magic, seit sie vor ein paar Jahren beim Spazieren im Schwarzwald über ein Exemplar stolperten, das sie sofort in den Bann zog: „Der hatte einen gelben Stiel mit roten Sprenkeln“, erinnert sich Vanessa. „Als wir ihn berührten, verfärbten sich die Stellen tiefblau. Völlig abgefahren.“ Ein Flockenstieler Hexenröhrling, ergab die Handyrecherche damals. „In dem Moment wurde uns klar, dass wir eigentlich überhaupt nichts über die Natur wissen“, sagt Norman. Der Röhrling war wie ein Rufzeichen – fortan zog es die zwei Berliner nicht nur täglich ins Grüne, sie saugten auch im Netz und aus Büchern alles über Flora, Fauna und Funga auf. Schon bald fingen sie an, erhellende, sehr langsam erzählte Videos im Wald zu drehen und auf ihrem YouTube-Kanal „Buschfunkistan“ hochzuladen, um im Zeitalter von Artensterben und Klimakrise Aufklärungsarbeit zu leisten – auch, was die psychoaktive Wirkung von Pilzen angeht. Der Fliegenpilz-Film →

Manchmal von bestimmerischer Natur: Heilpraktikerin Vanessa Braun und Pilzsachverständiger Norman Glatzer



DA HOCKT ER, UNSCHULDIG IM GRAS

ging viral, inzwischen sind die beiden regelrechte Naturfreaks und „Pilzfluencer“, können davon leben und haben gerade ihr erstes Buch herausgebracht.

HIER IM WALD SEHEN WIR übrigens nur die Spitze des Eisbergs: die Fruchtkörper. Am und unterm Boden geht's teils mikroskopisch klein weiter mit einem riesigen Myzel-Netzwerk, den fadenförmigen Zellen, das quasi als Müllabfuhr der Natur für Zersetzungs- und Erneuerungsprozesse zuständig ist.

Bleiben wir aber bei dem, was wir sehen. Manche der Pilze können wir essen, andere wiederum können uns töten, wie Deutschlands Giftpilz Nummer eins, der jetzt ziemlich unschuldig vor uns im Gras hockt: der Grüne Knollenblätterpilz. Eine ebenso geeignete Mordwaffe: der Spitzgebuckelte Raukopf. Sein Gift Orellanin führt zum Versagen der Nieren und anderer Organe. Und zwar schleichend.

Medizinisch spannend sind besonders die berauschenden Pilze, wie der psilocybinhaltige Spitz-

von denen wir vor ein paar Jahren nicht mal zu träumen wagten, bei der Krebs- oder Demenzbehandlung zum Beispiel. Einige Psychedelika sollen die Heilung von Traumata, Süchten oder Angstzuständen begünstigen. „Eins wird langsam klar“, sagt etwa Michael Pollan, der in Berkeley das Center for the Science of Psychedelics gründete und zu pflanzlichen Psychedelika forscht, „die Wirkung psychoaktiver Pilze bei einer Reihe psychoemotionaler Störungen kann nicht länger ignoriert werden.“ Etwas näher dran, nämlich in Mannheim, läuft derzeit eine mit 2,4 Millionen Euro vom Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderte Langzeitstudie mit 144 Frauen und Männern zur Wirksamkeit psychoaktiver Pilze gegen Depressionen.

Verherrlichen möchten Vanessa und Norman die „Psilos“ auf keinen Fall, weshalb sie nur verhalten über ihre Erfahrungen sprechen: „Wir sind keine selbst ernannten Schamanen oder Gurus, die Selbsterfahrungs-Trips vermarkten. Die Entscheidung, psychoaktive Substanzen zu

Weltweit sprießen die Forschungsprojekte nur so aus dem Boden

kegelige Kahlkopf, der bei uns übrigens bis etwa Anfang November wächst, solange es nicht zu kalt wird. Psilocybin wirkt, ähnlich wie LSD, euphorisierend und halluzinogen. Derzeit sprießen dazu weltweit Forschungsprojekte aus dem Boden, weil Wissenschaftler und Wissenschaftlerinnen davon ausgehen, dass die Pilze Möglichkeiten bereithalten,

konsumieren, sollte immer eigenverantwortlich getroffen werden.“ Und so erzählen sie nicht nur von den lebensverändernden Kräften der kleinen Pilze, sondern warnen auch deutlich vor den Risiken psychedelischer Reisen: „Es kann sich wie eine Verschmelzung mit dem Universum anfühlen, aber auch wie ein Ritt durch die Hölle.“ Nach dem

Konsum von psychoaktiven Pilzen verändern sich oft visuelle Wahrnehmung und Zeitgefühl. Viele nehmen Farben intensiver wahr, sehen fraktale Formen wie Kristalle oder Romanesco-Brokkoli. Stunden können sich wie Tage oder Sekunden anfühlen. Es kann aber auch eine Psychose oder Schizophrenie ausgelöst werden, sofern eine Veranlagung dazu vorliegt.

Vanessa scannt jetzt weiter den Forst nach dem wohl bekanntesten Vertreter der Giftpilze ab: „Einen Fliegenpilz zu finden ist immer ein bisschen heilig.“ Könnte man den auch essen? „Kommt drauf an, was du damit vorhast“, sagt Norman lachend. „Wir haben daraus schon mal einen Schlummertrunk, ein Rauschgetränk und eine Tinktur gegen Rückenschmerzen gemacht.“ Aber auch das Gefühl, zwei Kilometer lange Beine zu haben oder nur einen halben Meter klein zu sein waren Resultate. „Die aufwendige Verarbeitung und richtige Dosierung sind dabei essenziell. Und man sollte sich wirklich gut mit der chemischen Zusammensetzung auskennen!“, erklärt Norman. Fliegenpilzglück haben wir heute jedenfalls nicht.

Immerhin gibt es am Ende der Wanderung noch ein optisches Highlight: Wir sehen ein ganzes Rudel an Hahnenkamm-Korallen, die genauso aussehen, wie der Name es vermuten lässt: rötliche, wunderschön verästelte Kreaturen, deren Form und Farbe man eher im Great Barrier Reef vermuten würde. Wirklich magisch. Und selten. Deshalb kommen sie nicht ins Körbchen.

Stattdessen koche ich mir später ein exzellentes Curry aus den Schwefelporlingen, begleitet von einem ausgelassenen Selbstgespräch: Klebriger Hörnling. Wurzelnder Schleimbeutelling. Ästiger Stachelbart... Pilzglück ist eben, was man daraus macht.

DAS BUCH der Profis: „Mittendrin im Draußen. Pilze, Pflanzen und Tiere direkt vor der Haustür“, Allegria