



Der Chaga in Finnland

Der Chaga-Liebhaber und Händler Mikki H. hat einen sehr schönen und umfassenden Artikel zum Chaga-Tee verfasst. Unsere pdf Version lesen Sie hier , das Original können Sie im web genießen.

<http://www.abovethepolarcircle.com/pakuri-artikel-cjz7>

Lassen Sie sich inspirieren von diesem tollen Tee – ein Geschenk der nordischen Natur – ein Geschenk für Sie und Freunde.

Inhalt:

Wirkung / Einsatzgebiete

Doch warum sollte man ihn konsumieren?

Wirkstoffe / Komponenten

Was weiß man?

Geschmack / Geruch

Zubereitung / Verwendung

Kochanleitung / Tipps

Geschichte

Über den Autor und Händler Mikki H.

Der Chaga ist aus der Natur wild gesammelt am wertvollsten. Dabei gilt: Je weiter im Norden, desto härtere klimatische Bedingungen herrschen, desto

mehr Wirkstoffe besitzt er. Ein Chaga aus Deutschland weist weit weniger Inhaltsstoffe auf wie ein Pilz, der den klimatischen Widrigkeiten oberhalb des Polarkreises ausgesetzt ist - einer aus Lappland oder Sibirien.

Nächste Faustregel: Je älter desto besser und mehr Heileigenschaften.

Natürlich sollte man den Chaga im tiefen Wald fern von befahrenen Straßen oder Industrieanlagen sammeln.

Mit dem richtigen Werkzeug muss der Pilz vorsichtig abgetrennt werden. Am besten im späten Herbst. Von einer Motorsäge sollte man Abstand nehmen, da das Kettenöl unter Umständen das geerntete Ergebnis verunreinigen könnte.

Danach wird der Pilz zerteilt und getrocknet. Die Feuchtigkeitsreduktion ist sehr wichtig!

Schließlich kann man ihn zermahlen, zubereiten und genießen!



Wirkung / Einsatzgebiete

Viele bekannte Personen und Wissenschaftler konnten durch den Pakurikääpä ihre Leiden mindern oder sogar heilen.

Einer der renommiertesten deutschen Mykologen (Pilzwissenschaftler), Prof. Hanns Kreisel etwa heilte mehrfach ein Magenleiden.

Gerhard Madaus, deutscher Arzt und Arzneimittelhersteller, erwähnte bereits 1938 in dem »Lehrbuch der biologischen Heilmittel« den schiefen Schillerporling.

In den USA in Kalifornien lebt Christopher Hobbs, Botaniker in vierter Generation und einer der wichtigsten Heilpilz - und Heilkräuter-Spezialisten der Welt. Er empfiehlt den Konsum von Chaga.

Doch warum sollte man ihn konsumieren?

Es folgt eine lange Liste an positiven Eigenschaften und Wirkungsbereichen:

- Bei Verstimmungen und Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes- Er lindert Nebenwirkungen. Vor allem bei Einnahme während einer Chemotherapie sorgt er für eine Schmerzreduzierung, Appetitanregung und erhöht allgemein die Befindlichkeit.

- Bei Colitis und Proktitis ulcerosa (lokale Entzündung des Enddarms) wie bei Morbus crohn (chronische Entzündung im Magen-Darm-Trakt.- Magenverstimmungen, Magenkrämpfen, Magen- und Darmgrippe, bei

entzündlicher Erkrankung des Magen-Darm-Traktes (Gastritis).

- Sehr erfolgreich in der Krebsbehandlung gegen Magenkrebs, Darmkrebs, Blasenkrebs, Lungenkrebs, Hautkrebs sowie bei Mischtumoren-Tuberkulosepatienten profitieren von ihm

- Er reinigt das Blut

- Bei Herz- und Leberleiden

- Diabetespatienten verbessern ihre Blutzuckerwerte bei regelmäßigem Konsum.

- Immunschwäche. Er stärkt das Immunsystem.

- Der Pilz macht müde Menschen fitter und beugt Erschöpfungserscheinungen vor

- Bauchschmerzen

- In Japan vertrauen Menschen mit Pigmentfehlern auf seine vielfältigen Einsatzmöglichkeiten.

Besonders in Russland wird der Chaga sehr viel eingesetzt und ist in unzähligen Studien untersucht worden. Dort empfiehlt man ihn ebenso bei:

- Hautkrankheiten wie Psoriasis

- Krankheiten die Gelenke betreffen

- zur allgemeinen Verbesserung der Lebensqualität und Stärkung des Organismus

Chaga hilft keinesfalls nur Leiden zu heilen oder den Leidenden zu unterstützen - er sorgt auch dafür, dass der Konsument dieses natürlichen Schatzes gar nicht erst erkrankt. Daher profitieren ebenso gesunde Menschen von der enormen Kraft des Birkenpilzes.

Seine besondere Wirkung wird noch verstärkt, wenn man ihn wie die Kleinbauern aus Soljitschyns Roman verwendet: nämlich regelmäßig!

Nahrungsergänzungsmittel wie der Chaga-Pilz können eine gesunde Ernährung und Lebensweise nicht ersetzen. Bei schwerwiegenden Krankheitssymptomen sollte dennoch ein Arzt konsultiert werden!

Hinweise gemäß Nahrungsergänzungsmittelverordnung: Nahrungsergänzungsmittel können kurzfristig Ernährungsfehler oder die Folgen einer Mangelernährung zum Beispiel durch eine Diät ausgleichen. Sie sind aber kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung.



Wirkstoffe / Komponenten

Der Chaga-Pilz ist die perfekte Pflanze der Natur! Die zahlreichen wissenschaftlichen Untersuchungen belegen seine Wirkungen.

Er ist das wohl stärkste Antioxidans der Welt, das je gefunden wurde. In den vergangenen 40 Jahren wurden über 1600 Untersuchungen durchgeführt. Zum Beispiel 1984 in Helsinki unter Dr. Kirsi Kahlonen. Sie weist auf die antiviralen-, antimykotischen und Antikrebs-Eigenschaften hin. Der schiefe Schillerporling bevorzugt die Birke. Deshalb nimmt man an, dass der Pilz sich mit Betulin, einem Wirkstoff der Birke, anreichert. Betulin ist antikarzinogen - also krebshemmend.

Der innere braune und der äußere schwarze Teil enthalten unterschiedliche Wirkstoffe. Während innen mehr Polysaccharid vorkommt, besteht der äußere Teil mehr aus Farbstoffen, Triterpen und Antioxidantien. Die beste Wirkung erhält man, wenn man beide zusammen verwendet.

Was weiß man?

Aktive Wirkstoffe:

- Verschiedene Triterpene - Hauptbestandteile ätherischer Öle
- Tannine - pflanzliche Gerbstoffe
- Alkaloide - organische Säuren wie Hydroxybenzoesäure, Vanillinsäure und Syringasäure

Auch wenn man den Chaga schon gut erforscht hat - ganz eindeutig weiß man immer noch nicht, welcher Wirkstoff der krebshemmende und Immunsystem stabilisierende ist.

Weiters weist er eine außergewöhnlich große Menge an Superoxid-Dismutase (SOD) auf. Etwa 25 -50 mal mehr als alle anderen Heilpilze.

SOD - ein kupferhaltiges antioxidatives Enzym - ist für den Organismus ein wichtiger Baustein im Zellstoffwechsel.

Zu erwähnen sind noch die umfangreich vorkommenden Beta-Glucan-Polysaccharide - sie unterstützen das Immunsystem.

Chaga bremst die Tätigkeit von Bakterien und Viren. Er besitzt eine entzündungshemmende Wirkung.

Ein wahres Wundermittel der Natur!

Der ORAC Wert

Oxygen Radical Absorbance Capacity

Dieser Wert beschreibt die antioxidative Kapazität einer Probe. Antioxidantien sind physiologisch wichtig als Radikalfänger.

Sehen wir uns den ORAC Wert einiger antioxidativen Lebensmittel an:

Goji Beeren: über 10000 ORAC

Blaubeerenpulver: ca. 6500 ORAC

Grüntee: ca. 1300 ORAC

Rohe Karotten: ca. 700 ORAC

Tomaten: ca. 400 ORAC

Getrocknetes, gemahlenes Chagapulver: ca. 65 000 ORAC

Je höher der ORAC Wert, desto mehr freie Radikale werden pro Gramm Substanz neutralisiert.

Geschmack / Geruch

Der Geruch des unbehandelten Chaga ist sehr mild und nur entfernt an Pilz erinnernd. Das getrocknete und gemahlene Pulver ist mehr oder weniger geruchslos.

Man kann den Pilz auch direkt vom Stamm runterschneiden und kosten. Aber die Wirkung sowie der Genuss wird sich in Grenzen halten. Es ist fasrig, etwas pilzig, holzig, hart und eher geschmackslos.

Ein aus dem Pulver zubereiteter Tee erinnert vom Aussehen an Kaffee, er ist mild und weich im Geschmack.



Zubereitung / Verwendung

Mit wenigen Ausnahmen kann JEDER so viel Chaga trinken, wie er will. Nach Nebenwirkungen sucht man vergebens.

- Einzig von Menschen mit Pilzallergien könnte er schlecht vertragen werden - und selbst bei vorliegender Allergie bietet sich ein Test an, ob man den Birkenpilz nicht doch verträgt.
- Nicht gleichzeitig mit Antibiotika einnehmen!
- Bei intravenöser Glukose muss man auf das Wundermittel aus dem hohen Norden leider auch verzichten.

Ansonsten hilft Chaga jedem – vom Baby bis zum Greis, vom Hund bis zum Schwein!

Die häufigste Art den Pilz einzunehmen, ist das Aufkochen eines Tees.

Doch selbst zum Kaffee kann man 1-2 Teelöffel vom Pilzpulver geben. Der Geschmack des Bohnengetränks ändert sich nicht - jedoch erhält man ein gesünderes Getränk.

In Sibirien verwendet man den Chaga zudem zur Reinigung des Körpers. Ebenfalls viele Neugeborene werden mit einem Birkenpilzaufguss gereinigt. Auch behandeln Betroffene von Hautirritationen, wie Akne, ihre Problemzonen mit dem Aufgusswasser.

Kochanleitung / Tipps:

Sie finden die Herstellung auch auf jeder Packung Chaga beschrieben.

Sie benötigen einen Topf mit circa 0,5l bis 1.5 Liter Inhalt:

für 0,5l ca 10 g Chagabrocken

Aufkochen und dann 15 Minuten leicht köcheln lassen.

Von der Platte nehmen und 5 Minuten ziehen lassen.

Die Brocken bewahren sie in einem Wasserglas auf im Kühlschrank für den nächsten Aufguß.



Ca. 25 Minuten erneut köcheln lassen. Zweite Portion geniessen.

Beim nächsten Aufkochen 35-40 min Kochzeit.

Der Chaga gibt Wirkstoffe ab, solange das Pulver Farbe spendet. Und das ist lange. Er braucht nur mit jedem Mal länger dazu.

Man kann ihn ruhig bis zu 2 Stunden kochen lassen.

So kann man das mehrere Tage machen bis zu 10 – 20 Mal, Sie werden es sehen.

Man kann den Aufguss auch geschmacklich aufpeppen. Lakritze oder Honig, Sternanis, Kardamom, Zimt, Minze, etc.

Die Möglichkeiten sind uneingeschränkt - aber er schmeckt ebenso pur sehr gut.

Dosierungsempfehlungen:

3 Bis 4 Monate als Kur kann man trinken so viel man mag.

Dann 3 bis 4 Tassen am Tag.

Andere sagen es gibt keinerlei Beschränkung. Man kann nicht zu viel davon kriegen. Es bestehen keine nachgewiesenen Nebenwirkungen.

Trinkt man ihn zu Therapiezwecken, zB zur Unterstützung bei einer Chemotherapie, dann sehr viel höher dosieren!

Tipps

- Der Sud eignet sich hervorragend, um in Brot- oder Kuchenteig weiterverarbeitet zu werden.

- Man kann aus dem Aufguss Suppen zubereiten.

- Bereiten Sie einmal Smoothies mit dem Aufguss aus Pakuri zu.

- Allgemein lässt sich sagen, dass der Aufguss aus Chagapulver als Grundzutat für

alles geeignet ist:

- Suppen, Getränke, Teige, ... überall, wo man Wasser ersetzen kann.
- Streuen Sie das Chagapulver auf Joghurt oder die Frühstücksflocken.
- Kochen Sie Reis damit.
- Verwenden sie es als Aufgusswasser für die Sauna.
- Geben Sie Ihren Haus- oder Nutztieren auch vom Chaga - ebenso Tiere profitieren von seinen Eigenschaften.
- Sehr empfehlenswert als Mundwasser.
- Verwenden Sie den Aufguss, um damit ihre Haut zu reinigen.
- Waschen Sie Ihre Haare mit dem Aufguss.

Achtung:

- Menschen mit Pilzallergien könnten den Pilz schlecht vertragen - doch selbst bei vorliegender Allergie bietet sich ein Test an, ob man den Chaga nicht doch verträgt.
- Nicht gleichzeitig mit Antibiotika einnehmen!
- Bei intravenöser Glukose muss man auf das Wundermittel aus dem hohen Norden leider auch verzichten.

Nahrungsergänzungsmittel wie der Chaga-Pilz können eine gesunde Ernährung und Lebensweise nicht ersetzen. Bei schwerwiegenden Krankheitssymptomen sollte dennoch ein Arzt konsultiert werden!

Hinweise gemäß Nahrungsergänzungsmittelverordnung

Nahrungsergänzungsmittel können kurzfristig Ernährungsfehler oder die Folgen einer Mangelernährung zum Beispiel durch eine Diät ausgleichen. Sie sind aber kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung.



Geschichte

Auszug aus dem wunderbaren, empfehlenswerten Roman »Krebsstation« von Alexander Issajewitsch Solschenizyn:

»Einer unserer alten Patienten erzählte mir von Dr. Maslennikow. Er sagte, das sei ein alter vorrevolutionärer Landarzt aus dem Bezirk Alexandrow, nicht weit von Moskau. Er arbeitete seit Dutzenden Jahren schon in demselben Krankenhaus, genauso wie das seinerzeit üblich war, und ihm fiel auf, dass, obwohl in der medizinischen Literatur immer mehr über Krebs geschrieben wurde, unter den Kleinbauern, die zu ihm zur Behandlung kamen, kein Krebsfall war. Warum war das so?«

»Und er entdeckte etwas Merkwürdiges: dass die Bauern in seinem Bezirk sich das Geld für ihren Tee sparten und anstelle von Tee ein Ding namens Tschaga, oder anders ausgedrückt, Birkenpilz, aufbrühten...«

»Jedenfalls kam Sergej Nikititsch Maslennikow eine Idee. Mochte es nicht ebenjener Tschaga sein, der die russischen Kleinbauern schon seit Jahrhunderten von Krebs heilte, ohne dass sie es überhaupt wussten?«

Die Menschheit weiß seit Urzeiten vom Chaga - doch dieses Wissen ging uns verloren! Zumindest in der westlichen Welt.

Sollten wir uns nicht zuallererst den in der Natur vorkommenden Schätzen zuwenden, anstatt uns mit synthetischen Medikamenten vollzustopfen, die uns nur noch mehr krank machen, denn helfen?

Wieso trug schon »Ötzi«, der Eismann, einen Medizinbeutel mit zwei verschiedenen Heilpilzen mit sich?

Wie kommt es, dass russische Kleinbauern seit Jahrhunderten von den Wirkstoffen eines Pilzes profitieren konnten?

Und warum verwendet eigentlich nicht bereits jeder dieses wunderbare Geschenk, das auf unseren Bäumen wächst?

Wir versuchen, ein paar der Fragen auf den Grund zu gehen!

Wahrscheinlich haben schon viele solche Wucherungen auf Laubbäumen gesehen. Und meistens wurden sie wohl als Baumgeschwür, als etwas Ekliges abgetan. Der Baum galt in unseren Augen als krank oder wir dachten, dabei handelte es sich um ein verkohltes Stück.

Der medizinisch wertvollste Chaga kommt auf der Birke als asymmetrisch wachsender Schwamm vor. Außen schwarz und innen kaffeebraun. Er mag an einen Klumpen Teer oder an einen verkohlten Astansatz erinnern. Er kann bis zu 1,2 - 1,5 Meter hoch, bis zu 25 - 40 cm breit und bis zu 15 cm tief werden und mehrere Kilogramm wiegen. Normalerweise findet man sie in Faustgröße bis zu Fußballgröße.

Die meisten geernteten Pilze haben ein Alter von 20 - 25 Jahren.

Er wächst zwar auch in Deutschland, jedoch muss man sagen, dass er umso gehaltvoller und medizinisch wertvoller wird, je weiter nördlich man ihn findet. Ideale Gegenden um den Chaga zu ernten sind die endlosen Wälder Lapplands und Sibiriens.

Als Ötzi gefunden wurde und es sich herausstellte, dass er eine Tasche mit Pilzen am Körper trug, da glaubten viele, dass es um Chaga sei. Es stellte sich jedoch heraus, dass es eine andere Art von Pilz war. Fomes fomentarius - der Zunderschwamm, sowie Piptoporus betulinus - der Birkenporling. Doch alleine die Tatsache, dass eine etwa 5300 Jahre alte Gletschermumie aus der

Jungsteinzeit schon Heilpilze nutzte, ist faszinierend. Man geht davon aus, dass der Mann die Pilze wegen ihrer antibiotischen Wirkung bei sich hatte.

Nicht nur der russische Schriftsteller Alexander Issajewitsch Solschenizyn griff für seine Charaktere den Zusammenhang zwischen dem Pilzaufguss und dem Erkranken an Krebs auf. Sibirische Schamanen erkannten bereits im 16. Jahrhundert - oder vielleicht noch weit früher - die phänomenalen Fähigkeiten des Chagapilzes.

In Russland wird seit langer Zeit am Chaga geforscht. Anfang bis Mitte der 50er Jahre fanden Forscher heraus, dass sich der allgemeine Gesundheitszustand beim regelmäßigen Konsum des Pilzaufgusses verbessert und er das Wachstum von Geschwüren eindämmt.

Pakurikäpä - der Chaga in Finnland:

Schon bei Aleksis Kivi, dem berühmten finnischen Schriftsteller, findet man Stellen über den Wunderpilz Chaga - in seinem bekanntesten Werk: »Die sieben Brüder« (1873).

Die Soldaten tranken in den finnischen Kriegen den Pilz als Tee - und Kaffeeersatz, der auf Finnisch »tikka tee« hieß, und für viele Veteranen galt der Trank als ein Grund, warum sie den Krieg überlebten. »Tikka« ist auf Deutsch der Specht. Vielleicht zieht es diesen Vogel auch wegen der Wirkstoffe an Bäume, die vom Chaga befallen sind.

Copyright und Original-Artikel unter <http://www.abovethepolarcircle.com/pakuri-artikel-cjz7>



Über den Autor und Händler Mikki H.

Unser Händler Mikki betreibt mit sehr viel Engagement seine website mit vielseitigen Fotos und Impressionen aus Lappland.

Er selbst ist auch Autor prämierter Romane, die den eigenwilligen Charakter der Menschen nördlich des Polarkreises sehr humorvoll und markant

beschreiben.

<http://www.abovethepolarcircle.com/buecher>

Er ist ein Mensch, der seinen Chaga liebt und dies zeichnet ihn als Händler besonders aus. Lassen Sie sich inspirieren von seinen finnischen Impressionen unter

<http://www.abovethepolarcircle.com/>



Wir hoffen Sie hatten spannende Momente beim Lesen und freuen uns über Ihre Rückmeldungen. Mikki`s beste Chaga Pilzstücke unter www.omkara-shop.de/chaga

Es grüßt Thomas Ammon

www.omkara-shop.de