

Viirpuu ja kibuvitsa raviomadused





Koostanud Gerda Kroom
Toimetanud Tiina Lias

© Odamees OÜ, 2005
e-post: odamees@odamees.ee
<http://www.odamees.ee>

ISBN 9949-419-15-8



EESSÕNA

Selles raamatus kirjeldatakse lugejale kahte suurepäraselt ravimtaime, mis on tuttavad peaaegu kõigile, kuid kaugeltki kõik ei tunne nende raviomadusi ega oska nende taimede vilju toiduks kasutada. Loomulikult ei üritata neid enamasti ka oma aias, peenramaal või suvilas kasvatada ning üldse peetakse neid taimi küll meeldivateks, kuid siiski metsikuteks. Kõik te, austatud lugejad, ju ometi tunnete ja teate suurepäraselt selliseid taimi nagu viirpuu ja kibuvits?

Kes meist poleks siis näinud varakevadel ilusat, hurmavalt lõhnavat viirpuupõõsast? Tema imeline lõhn kandub meieni juba kümnete meetrite kauguselt, lähemale astudes kostab aga kõrvu justkui muusika, nagu kõlaksid õrnad harfihelid õitsva põõsa või puu okstel – seal sumisevad mesilased, kogudes usinasti mett, viirpuu õienektarit. Vaid mõne päeva nauditakse seda kevadist kütkestavat aroomi, uuesti märgatakse aga viirpuud sügisel, kui on küpseks saanud erepunased marjad, ka talvel paistavad marjad lumevalesuses juba kaugelt silma...

Viirpuuõite lõhna tunneme uuesti keset talve, kui võtame peotäie õisi ravimtee jaoks. Kuid see lõhn pole tuttav kaugeltki kõigile, sest paljud ei tea, kui kasulik on viirpuu, kuninglik taim metsa rikkalikus taimeraiis...

Suve algul hakkab õitsema okkiline ja valvas kibuvitsapõõsas, mis ümbritseb meid metsiku roosi kordumatu aroomiga. Õitsemine kestab peaaegu sügiskülmadeni ning juurde tuleb üha uusi, esialgu veel rohelisi marju, mis suve lõpul ja sügise hakul muutuvad oranžikaspunaseks või punakaspruuniks. Marjade õrn viljaliha peidab oma sisemuses “hammustavaid” seemneid...

Kibuvits – see on paljudele meist tuntud ravim...

Neile imepärastele taimedele ongi pühendatud see raamat.

Rahvas teab paljusid väärtuslikke retsepte, kuidas viirpuud ja kibuvitsa kasutada, rahvameditsiinis on neil märkimisväärne koht.

Konkreetsed andmed viirpuu ja kibuvitsa kasutuse kohta tuuakse ära käesoleva raamatu järgnevates peatükkides ja me loodame siiralt, et iga lugeja leiab endale oma isikliku retsepti.

SISUKORD

Eessõna	3
Viirpuuravi	5
Verev viirpuu	7
Viirpuumarjad toiduks	12
Lihtsad viirpuuravimid	19
Otsige oma retsepti	23
Kibuvitsaravi	143
Metskibuvits	145
Kibuvitsamarjad toiduks	150
Lihtsad kibuvitsaravimid	158
Kodused kibuvitsaravimid	160
Kibuvits kosmeetikas	260
Kibuvitsaliikide lühitutvustus	261