

Kevad ja taimed sobivad ikka kokku. Sarjame aga igale poole levivat võilille ja maiustame karulauguga, aga kui palju me taimedest, nende väest, kasulikkusest või mürgisusest teame? Taimetark Mercedes Merimaa põhjalikke nõuandeid ja vajalikke tarkusi oli raamatukokku tulnud kuulama arvukalt huvilisi.

**RAIMO METSAMÄRT**  
Raimo@pvs.ee

Milline Eesti inimese teadlikkus taimede vallas on? „Võrreldes Euroopa teiste rahvastega on Eesti rahvas teadlikum. Küll aga on vahepeal tulnud ka suhtumine, justkui ravimtaimed oleksid vaeste inimeste teema ja efektiivselt aitavad ikka ainult tabletid. Kui me oskame ravimtaimi kasutada, siis vahel sobivad need paremini. Mina ei ravi ühtegi haigust, ma toetan tervist,” sõnas taimetark. Tema sõnul pakubki loodus meile just profülaktika mõttes abi, pealegi on väga paljud taimed ju ka söödavad.

„Palju sõltub ka suhtumisest, sest on ju näiteks võilille õpitud vihkama – teda, kirutakse ja niidetakse... Aga siis, kui on häda käes, nimetame me sama umbrohu ümber ravimtaimeks,” sõnas Merimaa, kelle sõnul on võilill Euroopa meditsiinis väga tugev ravimtaim ja kes on korraldanud Pärnumaal

ka ligi tosin aastat võilille festivali. „Kindlasti võiksime me vanad esivanemate tarkused jälle n-ö kiibile tõsta.”

### Teadlikkus, teadlikkus

Mercedes Merimaa sõnul ei tasu ravimtaimede tundmist alustada mitte sinisest käokingast, mille üks gramm on juba surmavalt mürgine, ka erinevate putkedega tuleb olla väga ettevaatlik.

Kui rikkalik Maarjamaa loodus on, mida ta meile pakub? „Kõike – nii näiteks on pihlakapungad Põhjamaade mõrumandel, aga väga kontsentreeritud. Nõges on aga taimemaailma kõige kõrgema proteiinisaldusega, sisaldab lihavalgule kõige lähemat valku. Paljud taimed on nii vägevad, et neid peab lahjendama ja mõistlikult tarbima,” pajatas taimetark.

Põllumajanduse ja inimtegevuse tagajärjed on meilgi tuntavad. „Lin-



Mercedes Merimaa oli taimemaailma kohta palju huvitavat rääkida.

nadest taandutakse järjest kaugemale, nii leiame me näiteks rukkilille alles 50 km kauguselt, sest taimed valivad sageli elutervet keskkonda – puhast õhku ja põhjavett. Nurmenukk näeme me veel vast mahepõllu heinamaadel, pääsusilm on läinud veelgi tundlikumaks.”

### Väega taimed

Muidugi ei saanud kohtumisõhtul üle ega ümber praegu lausa menukiks

kujunenud karulaugust. „Ta tahab niisket ja varjulist kohta – maikellusega näiteks on teda küll võimatu segi ajada. Kuidas aga karulauku hoidistada? Hapendades on hais ikka üsna tugev, aga kui segada majoneesi või hapukoorega, on tulemus hoopis teine.”

Ilusa muru austajate põlgusobjekt võilill kannab aga tegelikult ka hüüdnime – maapealne päike. „Ega siis ainult võilillest salatit tegema pea,



Mis neis pudelites peitub? See selgus peagi.

Fotod Riina Holtsmeyer

### Mõtteteri:

- *Esimene ärimees siin maa ja taeva vahel ei olnud mitte inimene, vaid fotosüntees.*
- *Ainus koht, kus iga mees on kuningas ja naine kuninganna, on meie sisemaailm. Kui me siin ka ei mõtle, mida me sööme ja teeme, on see valesti – see on küll meie isiklik vastutus.*
- *Üleüldiselt mõjutab toit meie tervist ainult 10%. Oluline on, millise mõttega me toitume.*
- *Kuhu te oma tähelepanu suunate, sinna täheb ka teie energia. „Saan hakkama” energia on sama, mis raha – seda ei pea laiali loopima.*

lisage sinna värsket kurki, nurmenukku või kasutage smuuti tegemisel. Rõstitud juurtest saab jälle kohvi teha,” soovitas taimetark. Tema sõnul on võilille ülesandeks taimemaailmas mulla õhutamine ja selle ettevalmistamine õrnemate taimede tulekuks.

Kare varemerohi on hea haavaliim, seda saab kasutada isegi limaskestadel. Peab ainult hoolega ette vaatama, sest ta pargib ja määrib tohutult,” tutvustas Mercedes Merimaa

järgmist taime.

Lausa põhjatutena tunduvatest teadmiste varasalvest said põnevil kuulajad lähemat teavet nii kikkaputke, asparaaguse, nõgese, kalmusejuure kui vesiheina kasulike omaduste kohta, aga ka seda, kuidas teha komposti. Teisisõnu oli kohtumine raamatukogus tõeliseks teadmiste tulevargiks ning koju mindi kindlasti teadmisega – seda tasus küll kuulata!