

# Puud ravivad su hinge ja keha- aita vaid ise kaasa

**Puud ja inimkond on alati moodustanud sümbiootilise koosluse. Ajast aega on puud meile pakkunud varju küll kuuma küll külma eest. Puud annavad ka jõudu ja nad ravivad meie haigeid hingi. Puud on meie tugevaimad liitlased. Puud koduaias ravivad; ja kui puu aeg on otsas, siis võib sellest mida iganes teha: puulusika, kausi, voodi või muud majapidamises vajaminevat. Oma kätega tehtud asi on parim.**

Praegusel raskel ajal saavad ka puud ravida hinge. Kui aias sirgub tamm või pihlakas, on teada, et sa saad neist abi...

Hiidlane Ivo Mänd on puude ja inimeste hingeeluga tegele- nud juba pikki aastaid. Ta on läbinisti looduse- ja metsamees, seepärast ka suur side puudega. Lisaks sellele valmistab ta puust skulptuure ja see on parim palsam hingele.

„Valu sunnib puuga tegele- ma. Kui oled räsitud ja sulle on valu hinge jäänud varasest lap- sepõlvest ja sa pole inimestelt, ennekõike vanematelt, saanud sellist suhtumist, nagu oled soovinud, siis saabki anda abi puu. Puu sisse saad panna oma hingevalu, oma mõttet ja just puuskulptuure tehes väljendub neis tegija hing,“ rääkis kunst- nik Anni Irs Elvast.

Ivo Mänd on kõrvalt jälginud paljude puuinimeste hingeelu. Ta püüab just läbi puutöö nende hingi puhastada ning inimestesse, eriti noortes ja neisse, kes elu hammasrataste vahele jäänud, optimistlikku ellusuhtumist tuua. See õnnes- tub erinevalt.

„Ma tunnen ühte noormeest, kes just tänu puudele ja puu- skulptuuride tegemise juurde asudes sai tagasi usu endasse. Inimene, kelle skulptuuris peegeldus ütle mata suur nuk- rus ja piin, on nüüdseks tasa- kaalukas ning tema hingeline rahu peegeldub tema töodes. Kui veel liita kokku valgus ja puu, saab psüühika täielikult paika. Huvitav on see, et teisi aidates võid aeg-ajalt kaotada midagi endast, siis puud ja inimest lähendades saad ka ise jõudu juurde,“ sõnas hingede ravija Ivo.

Puu on elusmaterjal ning temas on jõuenergia. Isegi pildistades on võimalik seda energiat näha. Mine oma aias tamme, meie puude kuninga juurde, kallista teda ja sa saad ülitugeva energia. Ja need, kellel pihlakad kodu ümber kasvamas, on kaitstud. Pühasse hiide sattudes on doos mitme- kordne.

Ivo Männi sõnul ei ole mas ühtegi halba puud. Ja kõik puud saavad inimesi aidata, kui inimesed seda vaid ise soovivad. On olemas andvaid puid ja neutraalseid.

Aidata ei saa see puu, mis on ise kannatanud ja armistunud. Terved puud saavad ravida ka siis, kui nende teekond metsas on lõppenud.

Mahalõigatud puust ketast saagides ja seda veidi töõdel- des saad ravitseja. Pane see tooli alla ja istu selle kohal. Selle ketta mälul on jõud ja ta annab muserdatud ja haigele hingele jõudu edasi. Ja mitte ainult haigele. Ka terve inime- ne, kes on lihtsalt üle töötanud ja väsinud, saab sellest abi.

## Puud nagu inimesed

„Me ise mõnikord mõtleme asju keeruliseks. Keerulisi asju saab aga „sirgeks“ väänata just puu abil.

Kurvem variant on aga see, kui inimene ei suuda keerulisi asju sirgeks väänata puutöös ja ta viib selle puusse. Kui see puutöö satub teise inimese kätte, saab ta selle negatiivse energia endale.

Puu kannab seda edasi. Kui ühe töö kallal on mitu ini- mest, siis tavaliselt jääb peale paremus.

Puu võtab soojust ja headust palju paremini vastu. Puu on nagu inimene: kui elu sunnib, kasvatakse lahku, kui ollakse lähedased, kasvatakse kokku. see on omaette teadus, nime- tan seda hingeteaduseks. Nii nagu inimesed taluvad valu, teevad seda ka puud,“ mainis Ivo.

Kõikide puude juurde ei tasu aga häda korral minna. Vältida tuleks surnuaia- ja pargipuude juurde abi saa- miseks pöördumine. Otsida tuleks ikka elujõus põlispuid.

Inimene on kandiline- puu puune. Miks kandiline? See- pärest, et inimene on suru- tud, puu mitte. Nii puul kui inimesel on neli aastaaega, aga paraku võtavad nad mõ- lemad aastaaegu erinevalt. Puule on sügis sügis, siis ta puhkab. Aga inimene? Kus sa sellega. Rassib ikka edasi ja tal pole millegagi kevadele vastu minna... Sellele lihtsate asjade ei taha me aga mõelda.

Puul on meie igapäevaelus erinev jõud. Tammepuust voodi, mille on valmistanud masin, pole mitte sellise jõuga nagu käsitöona tehtud maga- misase.

Puhates isetehtud tamme- puust voodis, saad hoopis teistsuguse energia ja puhkad hoopis paremini välja kui vab- rikus massitoodanguna välja lastud tootes. Sama käib teiste tarbeesemete kohta.

Puu raviomadustesse ja jõusse tuleb uskuda täpselt samamoodi kui iseendasegi. Nii lihtaste vahenditega saab end kodus tohterdada. Ja tä- napäeva kiires elutempos on see hädavajalik. Tohterdamine saab tegelikult alguse juba siis, kui endale kodu rajate ja targalt mõelda oskate.

Uskuge, te olete tervemad ja õnnelikumad oma perega ökomajas kui silmini täiskuh- jatud tehismaterjalist asjade keskel. Kõik algab ikkagi ter- vest mõtlemisest ja tervest eluviisist... Nii et aitate end ise ja kes saab meid veel roh- kem aidata kui emake maa ja loodus ise.

**Tekst ja fotod  
Piret Linnamägi**



Foto: Piret Linnamägi



**Hiidlane Ivo Mänd on läbinisti looduse- ja metsamees, seepärast ka suur side puudega.**

## HOBUKASTAN

Selle viljadest tehtud kreemid, salvid ja tinktuurid on ravi- miks veenilaiendite ja hemorroidide korral. Hobukastani viljadest saadav kemikaal aescin on hea ravim venituste ja muhkude korral.

## LEPP

Maainimesed ravivad lepakoorega põletikke, reumat ja kõhulahtisust. Kuumutatud lepakoorega kotte kasutati nahahaiguste raviks, lehtedest ja koortest tehti suuloputus- vedelikku haavandite raviks. Puu essents annab energiat, vähendab närvilisust ja rahutust.

## KASK

Loomulikult saunas kasevihaga vihtlemine. Parandab vereringet ja suurendab naha vitaalsust. Noorte lehtede või pungade tee ergutab sapipõit, neerusid ja maksa ning seda võib juua kolm nädalat kevadiseks puhastumi- seks toksilistest ainetest. Lehti korjatakse just mais ja need kuivatatakse. Kaselehed aitavad ka reumast tingitud vaevuste vastu. Verd puhastav kasemahl toniseerib kogu ainevahetust.

## SARAPUU

Sarapuulehtedel on kootav toime, kuna nad sisaldavad tan- niini. Lehti kasutatakse kõhulahtisuse vastu. Sarapuupähklid sisaldavad vähemalt 50 % õli, mis on väga toitev.

## SAAR

Kevadel ja varasüvel korjatud ning kuivatatud saarelehte- dest teel on lahtistavad ja diureetilised omadused. Kevaditi on saare tiibviljad maitsvaks salatilisandiks.

## KADAKAS

Kadakamarjad tugevdavad närvisüsteemi ning ergutavad isu ja seedimist. Marjadest tee on suurepärase uroloogiline antiseptiline vahend; see on põiepõletiku puhul põhiravim, ühtlasi soojendab ja rahustab see kõhtu. Rasedatel ja nee- ruhaigetel ei soovitata kadakamarju kasutada.

## MÄND

Männiseemned on hea kaaliumi-, magneesiumi-, E-vi- tamiini ja karotiini allikas. Võrseist või okkaist valmistatud salvid, teed on desinfitseerivad ja lõõgastavad. Männist valmistatud Bachi õlililgad võimendavad enesetunnetust ja annavad jõudu. Essents aitab tasakaalustatult arendada läbinägelikkust.

## TAMM

On väga kootav ja sellest on traditsiooniliselt tehtud teed kõhulahtisuse ja düsenteeria korral. Välispidiiselt on sellega ravitud igemepõletikku, ekseemi ja hemorroide. Tõrudest ja tammekoorest keedetud vedelikku peeti heaks vastumür- giks. Essents tõstab energiatasandeid ja sihikindlust.

## PIHLAKAS

Pihlakamarjakeedis ja marjad on head. Marjad puhasta- vad verd ja tugevdavad immuunsussüsteemi. Pihlakast tehtud aroomteraapia vahendit kasutatakse patsiendi ümber kaitsva energeetilise aura tekitamiseks. Essents aitab häälestuda loodusenergiatega.