

in Zeiten der Pest: »Der Saft von Salbei, getrunken mit Essig, war immer schon sehr nützlich bei Plagen jeder Art.«<sup>14</sup> Leichenfledderer rieben sich mit einem Gemisch aus Salbei, Rosmarin, Lavendel, Thymian und Wermut, gelöst in Essig, ein, um sich beim Grabraub vor Infektionen zu schützen. Diese Mischung wurde in Britannien als »Four Thieves Vinegar« bekannt. Um den Seelen der Toten zu Unsterblichkeit zu verhelfen, wurden früher Gräber auf britischen Friedhöfen mit Salbei bepflanzt. In einem alten französischen Sprichwort heißt es: »Salbei hilft den Nerven, Lähmungen werden geheilt und Fieber macht sich aus dem Staube.«<sup>15</sup>

Früher gab es weder Zahnbürsten noch Zahnpasta. Stattdessen war es bis weit in das 19. Jahrhundert hinein üblich, seine Zähne mit getrocknetem oder frischem

*Salbeisträußlein binden*



Salbei zu reinigen. Eine Mischung aus Salbei mit Rosmarin und Sadebaum sollte gegen Trägheit und Lethargie helfen.

Die Liste therapeutischer Anwendungen wuchs und wuchs, Salbei avancierte im Laufe der Zeit immer mehr zu einem Allheilmittel. Im 17. Jahrhundert galt Salbei als Heilmittel bei Schlangenbissen, bei Epilepsie, gegen Leberleiden, Rheuma und Arthritis, als Entwässerungsmittel, als Wundheilmittel und Lungenheilmittel. Im Mittelalter war Salbei als »herba sacra«, heiliges Kraut, berühmt. Salbei wird in ländlichen Gebieten Frankreichs immer noch »herbe sacré« genannt.<sup>16</sup>

Volksmedizinisch wurde und wird Salbei bei Diabetes mellitus, Lungenbeschwerden, Herzleiden, Erkältungen, Nervosität und Darmerkrankungen eingesetzt. In Israel und auf Zypern wird für diese Beschwerden auch der Muskatellersalbei, der dort wächst, seit alters her verwendet. Bei uns aber ist der Echte Salbei *Salvia officinalis*, auch Königssalbei genannt, die unangefochtene Heilpflanze Nummer eins aus der Salbeifamilie.

Noch heute ist der Salbei in einigen Gegenden Europas hoch angesehen, und zwar als Allzweck-Medizin. So isst man in Italien gern Salbeiblätter auch aus Gesundheitsgründen. Butterbrote mit frischen Salbeiblättern belegt sind in einigen Gegenden Großbritanniens noch immer sehr beliebt.<sup>17</sup> Wichtig ist: Die meisten volksmedizinischen Anwendungen sind mittlerweile durch die moderne Forschung belegt.

## Zur mystischen Bedeutung

Weit bis ins 19. Jahrhundert hinein galt die Salbeipflanze als Hexenkraut, das durch sein intensives Aroma Hexen und böse Geister vertreibt.<sup>18</sup> In Frankreich glaubte man lange Zeit, der Salbei könne schlimmen Liebeskummer heilen und Menschen helfen, die zu schüchtern zum Sprechen oder gar harmoniesüchtig waren. In deutschen Sagen galt Salbei sogar als Zaubermittel, um Schlösser knacken zu können.

Wie hoch der Salbei in früheren Zeiten gepriesen wurde, zitiert die österreichische Kräuterkundige Maria Treben aus einem alten Kräuterbuch. »Als die heilige Gottesmutter mit dem Jesukind vor Herodes fliehen musste, bat sie alle Blumen des Feldes, ihr zu helfen; aber keine gewährte ihr Obdach. Da neigte sie sich zu dem Salbei und siehe, hier fand sie Zuflucht. Unter seinen dichten, schützenden Blättern versteckte sie sich und das Kindlein vor den Landsknechten des Herodes. Sie gingen vorüber und sahen sie nicht. Da nun die Gefahr überstanden war, kam die Mutter Gottes hervor und sprach liebevoll zum Salbei: ›Von nun an bis in Ewigkeit wirst du eine Lieblingsblume der Menschen sein. Ich gebe dir die Kraft, die Menschen zu heilen von jeder Krankheit; errette sie vom Tode, wie du es auch an mir getan hast!‹ Seither blüht das Kräutlein allzeit zu Heil und Hilfe der Menschen.«<sup>19</sup> Der Salbei wird deshalb auch mancherorts »Marienpflanze« genannt.<sup>20</sup>

## Rund um die Botanik

Der Echte Salbei *Salvia officinalis* L. gehört zur Familie der Lippenblütengewächse. Die Gattung *Salvia* umfasst an wild wachsenden und kultivierten Hybridsorten an die 900 Arten, wobei ein Großteil davon Zierpflanzen sind. Im europäischen Raum sind 36 Salbeiarten bekannt.<sup>21</sup>

Der Echte Salbei hat eine herausragende Bedeutung unter den Heilpflanzen. Verwendet werden in erster Linie die Salbeiblätter, aber auch die Blüten und Wurzeln. Als Heilmittel werden neben dem Echten oder Gartensalbei auch der Muskatellersalbei *Salvia sclarea* und der Rotwurzelsalbei *Salvia miltiorrhiza* angepriesen. Im deutschsprachigen Raum wird der Echte Salbei/Gartensalbei auch Dalmatiner Salbei, Edler Salbei, Fischsalbei, Kreuzsalbei, Scharlei, Scharleikraut, Geschmacksblatteln, Salser, Königssalbei, Rauchsalbei, Sabikraut, Scharlachkraut und Tugendsalbe genannt.<sup>22</sup> Einige der Namen weisen auf die Verwendung hin, zum Beispiel als Räuchermittel, zum Würzen von Fisch oder auf seine Verwendung zur Behandlung von Scharlach. Königssalbei und Edler Salbei bezeugen die Bedeutung der Pflanze für die Menschen früherer Zeit.

Ursprünglich kommt der Echte Salbei aus dem Mittelmeerraum, der geprägt ist von heißen, sonnigen und trockenen Sommern und feucht-milden Wintern. Das dichte Haarkleid des Blattapparates und das weit ver-

zweigige Wurzelnetz bieten eine optimale Anpassung an diese Bedingungen. Seine ursprüngliche Heimat ist Dalmatien, Südostserbien und Mazedonien, wo er gern magere, kalkhaltige, steinige Berghänge besiedelt. Trotz seiner mediterranen Herkunft besitzt der Gartensalbei eine große ökologische Anpassungsfähigkeit und findet sich daher in allen gemäßigten und auch kälteren Gebieten Europas bis nach Südkandinavien und Irland. Der Echte Salbei verträgt Fröste, seine Frosttoleranz wird als mittel bis gut eingestuft. Größere Anbauggebiete bestehen im früheren Jugoslawien, in Algerien, Indien, Indonesien, Südafrika und den USA. In Deutschland ist der Salbeianbau in geringem Umfang vertreten, die Nachfrage und damit die Anbauflächen wachsen aber aktuell wieder.

*Der Echte Salbei*

