

Pressemitteilung

Wo Mythen und Legenden leben Sagenhafte Orte im Süden

STUTTGART, 28. September 2026 – Baden-Württemberg ist ein Land der Sagen und Mythen. Seit Generationen beflügeln die bizarren Felsformationen, dunklen Höhlen, geheimnisvollen Ruinen und tiefgründigen Seen die Fantasie der Menschen und sind zur Heimat zahlreicher Geschichten geworden. Eine Reise zu den Schauplätzen offenbart ihren Zauber.

Burgruine Dilsberg: Bienchen und Blümchen

Um die Burgruine Dilsberg in Neckargemünd ranken sich verschiedene Sagen. Die wohl bekannteste trägt den Namen „Die Rose vom Dilsberg“. Sie erinnert an die Tochter des Grafen Heinrich von Düren, um deren Hand gleich zwei Verehrer anhielten. Zu einer Hochzeit kam es allerdings nie, denn der Abgewiesene erschlug seinen Konkurrenten hinterrücks während der Hochzeitsvorbereitungen. Aus Kummer stürzte sich die Braut von der Burgmauer. Wo man sie fand, wächst seitdem ein Rosenstrauch mit weißen Blüten. Eine andere Geschichte handelt davon, wie tapfere Bauern mit der Hilfe ihrer Bienen einen Angriff auf die Burg vereitelten. An diese listige Verteidigungsstrategie erinnert das „Bienengärtlein“ an der Stadtmauer.

burgfeste-dilsberg.de

Esslingen: Postreiter-Spuk

Eine echte Schauergeschichte erzählt man sich in der mittelalterlichen Fachwerkstadt Esslingen. Protagonist ist der Postreiter Michel, der auf seiner Tour eines Tages einen Ring fand. Doch man glaubte ihm sein Glück nicht, sondern bezichtigte ihn des Diebstahls und Mordes am rechtmäßigen Besitzer. Die Esslinger folterten, quälten und bestraften ihn grausam, indem sie ihn einen Kopf kürzer machten. Zu Unrecht hingerichtet, erschien der Geköpfte von dort an Jahr für Jahr in der Michaelisnacht mit seinem Kopf unter dem Arm vor dem Haus des Richters, stieß in sein Horn und verschwand wieder. Bis nach einiger Zeit die Wahrheit ans Licht kam und der wahre Mörder verurteilt wurde. Seither kann der Postmichel endlich in Frieden ruhen. Auf dem Fischbrunnenplatz steht seit 1916 der Postmichelbrunnen und erinnert an die Erzählung.

esslinger-postmichel.de

Burg Teck: Muttersorgen

Unterhalb der Burg Teck führt ein Pfad zum „Sybillenloch“. Der Name der Höhle geht auf die weise Sybille zurück, die dort einst gelebt und Wunder vollbracht haben soll. Mit ihren seherischen Fähigkeiten und verborgenen Schätzen half sie den Menschen. Von anderem Schlag waren ihre drei räuberischen Söhne, die im Tal Angst und Schrecken verbreiteten. Aus Scham kehrte Sybille ihnen den Rücken und fuhr mit flammendem

Haar in einem Feuerwagen, gezogen von Wildkatzen, durch die Lüfte davon. Wohin, weiß niemand. Doch wo ihr Wagen die Erde berührte, wächst das Korn bis heute besonders üppig. Davon kann man sich beim Besuch der Burg überzeugen.

burg-teck-alb.de

Blautopf: Nix zu lachen

Mit seinem magischen Farbenspiel aus Grün- und Blautönen beflügelt der Blautopf seit Jahrhunderten die Fantasie. Eduard Mörike inspirierte er zu seiner „Historie von der schönen Lau“, einem Kunstmärchen um eine Nixe, die mit ihrem entenfüßigen Hofstaat am Grund der Karstquelle lebt. Verbannt von ihrem Mann, einem Donaunix, dem sie nur tote Kinder gebär. Um ihr Lachen beraubt und wankelmütig, provoziert die Lau Überschwemmungen, sucht aber zugleich die Nähe zur Dorfgemeinschaft, die am Ende auch zu ihrer Rettung wird: Aus einem Brunnen im Keller des Gasthauses belauscht sie die Wirtsfamilie, die sie so oft zum Lachen bringt, dass ihr Fluch schließlich gebrochen wird und sie fruchtbar zu ihrem Mann ins Schwarze Meer zurückkehren kann.

blautopf.de

Eselsburger Tal: Steinerne Strafe

Vor langer Zeit stand auf dem schroff aufragenden Felsen über dem Ort Eselsburg auf der Schwäbischen Alb eine stattliche Festung. Das Burgfräulein war sehr schön, aber hart und stolz. Kein Bewerber war ihr gut genug und so blieb sie am Ende allein. Verbittert untersagte sie ihren jungen Mägden den Kontakt zu Männern. Doch beim täglichen Wasserholen treffen die Mädchen eines Tages auf einen jungen Fischer und geraten ins Plaudern. Die finstere Burgherrin schöpft Verdacht und folgt ihnen ins Tal. Vom Hass übermannt, ruft sie beim Anblick der flirtenden Mägde aus: „Werdet zu Stein! Das ist eure Strafe für euren Ungehorsam!“ Seitdem stehen die Dienerinnen als Felsen am Fischweiher. Die Burgherrin selbst wurde in der folgenden Nacht beim Blick von der Burgmauer vom Blitz erschlagen und das Feuer vernichtete die gesamte Anlage.

herbrechtingen.de

Nordrach: Geist des Waldes

Im Walgebiet Moos bei Nordrach im Schwarzwald streift bei Nacht der „Moospfaff“ umher, um den sich viele Geschichten ranken. Eine besagt, er sei ein Mönch im Kloster Gengenbach gewesen, der den Freitod wählte und daher keine Ruhe findet. Eine andere beschreibt ihn als Gengenbacher Abt, der das irdische wie das himmlische Gericht zu täuschen suchte und bis heute dafür büßt. Eine weitere Legende verortet ihn im Kloster Allerheiligen und berichtet, er habe auf dem Weg zur Heilung eines Kranken in einem entlegenen Dorf versehentlich eine heilige Hostie verloren, nach der er noch immer suche. Im „Moospfaffmonat“ Oktober dreht sich in Nordrach alles um die geheimnisvolle Sagengestalt. Das ganze Jahr genießen kann man dort Moospfafftorte, Moospfaffkugeln und Moospfafflikör.

nordrach.de

Mummelsee: Tödliche Liebe

Der Mummelsee an der Schwarzwaldhochstraße ist bekannt für seine dunkle Tiefe und die Wassergeister, die darin hausen sollen. Wer in mondhellen Nächten genau hinschaut, kann die „Mümmlein“ tanzen sehen. Die sanften Nixen halfen früher den Menschen im Tal, mussten aber rechtzeitig bei Einbruch der Nacht zu ihrem kristallinen Schloss am Seegrund zurückkehren. Der Erzählung nach vergaß eine von ihnen beim verliebten Tanz mit einem Bauernsohn die Zeit und erreichte das Schloss zu spät. Kurz darauf brandete eine blutrote Welle auf. Das Mümmlein hatte für seinen Liebestanz mit dem Leben bezahlt.

mummelsee.de

Hegau: Adel vs. Klerus

Ruhelos spukt der „Poppele“ durch die Hegauer Vulkanlandschaft. Seinen Ursprung hat der Geist und Schirmherr der Singener Fasnet in Popolius Maier, einem grausamen Burgvogt auf dem Hohenkrähen. Er ließ seine Gegner in Verliesen schmoren und kerkerte sogar einen Abt ein. Dieser verwünschte ihn für den Frevel: „Wenn deine Burg zerstört ist und von ihr nur noch Ruinen zum Himmel aufragen, sollst du siebenmal 40 Jahre ruhelos zwischen den öden Mauern hausen, rastlos den Hegau durchstreifen und als Kobold die Menschen necken, auf dass sie dir stets aufs Neue fluchen!“ Kurz darauf stürzte der Poppele vom Pferd, das Unheil nahm vorzeitig seinen Lauf – und bis heute kein Ende.

poppele-zunft.de

Bodensee: Nebel der Geschichte(n)

Wenn dichte Nebelschwaden über den Bodensee ziehen, ist das Nebelmännle unterwegs, sagt man. Ein geheimnisvoller Geselle mit silbernem Bart, der mit seinem Nebelrock durch die Dörfer streift, Schiffsleute in die Irre führt und den Weinreben Schaden zufügt. Die mündlich überlieferte Sage wurde von Ludwig Uhland aufgeschrieben. Hauptfigur ist der Ritter Rudolf von Bodman, der einst in die Welt zog und dort auf den Nebelmann traf, der ihm Gefallen gegen Gefallen anbot. Für das Verhindern der erneuten Heirat seiner in der Heimat verbliebenen Gemahlin, versprach der Ritter ihm schließlich, die Nebelglocke in Bodman nicht mehr läuten zu lassen. Noch heute soll die versenkte Glocke bei niedrigem Wasserstand zu sehen sein. Das Nebelmännle lebt seither in Ruhe im „Löchle“, einer besonders tiefen Stelle des Bodmaner Sees, die nie gefriert.

boskoepfe-bodman.de



PRESSE

Pressekontakt:

Sannah Mattes

Stellvertretende Pressesprecherin

Tel.: 0711 / 238 58-16

s.mattes@tourismus-bw.de