

**Zeitschrift:** Adelbodmer Heimatbrief  
**Herausgeber:** Stiftung Dorfarchiv Adelboden  
**Band:** 72 (2011)  
  
**Artikel:** Besiedlungssagen aus Adelboden  
**Autor:** Bärtschi, Christian / Aellig, Jakob  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1062754>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 13.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## Besiedlungssagen aus Adelboden

*Es wechseln die Geschlechter,  
die Sage bleibt sich treu ...*

*A. von Chamisso*

Alfred Bärtschi stellt in seinem Buch «Adelboden. Geschichte einer Berggemeinde» fest: «Der Sagenschatz unserer Gemeinde scheint verhältnismässig arm zu sein. Vermutlich wurde der richtige Augenblick zur Sammlung der Sagen verpasst. Die Auffassung, der Erzähler von Sagen verbreite Lügen, hat den Quell versiegen lassen, der in anderen Bergtälern so reichlich sprudelt. Schade darum!» Nichtsdestotrotz eröffnet er sein Werk unter der Kapitelüberschrift «Von den frühesten Zeiten bis 1478» mit einzelnen überlieferten Sagen. Später haben Dr. Jakob Aellig und Hans Bircher alles, was an Sagen, Anekdoten und alten Geschichten in Chroniken und bei alten Adelbodmerinnen und Adelbodmern zu finden war, gesammelt und aufgeschrieben. Und siehe da: ein ansehnlicher Sagenstrauss ist doch schliesslich zusammengekommen. Es sind kürzere und längere Texte, aber immer entstammen sie dem Geschichtenschatz unseres Tales (was nicht heissen soll, dass ähnliche oder verwandte Motive nicht auch andernorts auftauchen).

Was ist eine Sage? Unschwer erkennt man im Wort «Sage» das uns geläufige Verb «sagen». Eine Sage (ahd. *saga*) bedeutet: Gesagtes, Überliefertes. Dabei geht es zunächst um die mündliche Überlieferung von Ereignissen, die unser rationales Gegenwartsbewusstsein gerne als phantastisch und unglaublich abzutun bereit ist. Und doch enthalten die Sagen immer einen Wahrheitskern. Zum Wesenskern der Sage gehören häufig übernatürliche Begebenheiten. So kommen denn in den Sagen Geister, Elfen, Zwerge und Riesen vor, und Pflanzen und Tiere werden vermenschlicht. Anders als beim Märchen sind die Sagen an bestimmte Örtlichkeiten gebunden, seien dies Gebäude, Landstriche, Berge oder Wälder. Zum Teil gehen sie auch auf bestimmte, oft historische Persönlichkeiten zurück. Ebenfalls anders als im Märchen haben Sagen in der Regel einen stark moralisierenden Unterton: Wer sich nicht an bestimmte gesellschaftliche Normen oder ethische Regeln hält, wird bestraft.

Jeremias Gotthelf, unser grosser Volksdichter, äusserte sich in einem Brief an einen Freund in Bezug auf sein Verhältnis zu den Sagen folgen-

dermassen: «*Es ist hohe Zeit, die Sagen zu sammeln, denn die Gegenwart bietet den Leuten so vieles, dass sie darob die Vergangenheit vergessen. Das gleiche Bedürfnis scheint allenthalben zu sein, daher die allgemeine Aufmerksamkeit, die man der Sage zuwendet.*»<sup>1</sup>

Ich habe vorliegende Sagensammlung zum grossen Teil von Jakob Aellig übernommen. Einzelne stammen auch aus Alfred Bärtschis Adelbodenbuch oder aus anderen Quellen. Einzelne Sagen habe ich leicht bearbeitet. Dann habe ich versucht, sie nach einer gewissen Systematik zu ordnen. Daraus haben sich zwanglos etwa ein Dutzend Themengruppen ergeben; ich werde diese in den kommenden Heimatbriefen nach und nach publizieren. Die Überlieferung der Sagen erfolgte zum Teil in Mundart, zum Teil in schriftdeutscher Sprache. Soweit als möglich habe ich den jeweiligen Sprachduktus übernommen. – Mit vorliegender Sagensammlung hoffen wir eine Lücke in unseren heimatkundlichen Bemühungen zu schliessen.

*Christian Bärtschi*

## **Aus grauer Vorzeit/Besiedlungssagen**

### **Alter See**

Vor uralten Zeiten soll im Frutigtal wie auch im Simmental ein grosser See gewesen sein. Noch unlängst habe ein Jäger aus der Lenk in den Flüen gegen das Wallis eiserne Ringe gefunden, woraus man schliessen will, dass dort Schiffe angebunden worden seien.

### **Ds Hiideloeh**

Vam Hiideloeh im Hirzbode hesch sicher o scho ghöert. Da giit es tüüfs Loch embrab, wiis dr Heer wi wytt, un una sygi de menga menga Gang. I walti nāt ahi, gugg! Mu chennti sig verire u chemi nāt meh em zrug. Aber früjer sin da d'Hiide z'Hus gsy u hii sig da versteckt, drum siit me mu z'Hiideloeh. Am Schopf bir Marchegglibrügg underem Blatti het mu alben en ganz kuriosi Gschrift gseh. Ki Mentsch het sa chöne läse. Das si drum ganz artigi Hääggeni u Chrümpeni gsy. Muh het re

<sup>1</sup> Jeremias Gotthelf, Brief vom 3.8.1841 an den Historiker Johann Kaspar Mörikofer, Sämtliche Werke, Briefe, 5. Ergänzungsband, S. 143

d'Hiideschrift gsiit. Der Grosatt selg het mengischt derva bbrichtet u bhuutet, die Flueh ghiji ganz, ganz sittig im Boden ahi, u we mu de van der Hiideschrift nüt meh gseji, su chömi der jüngscht Tag.

### **Kornpflanzungen**

Auch wird behauptet, man habe vor noch nicht vielen Jahren sowohl im Kiental wie auch am Otternberg zu Rinderwald Mühlsteine gefunden, was beweisen soll, dass in grauer Vorzeit dort Korn gepflanzt und gemahlen worden sei. Ferner besteht die Sage, die Brenggen-Meder, jenseits des Hahnenmoos, seien einstmals Kornfelder gewesen.

### **Bachläufe**

Die Fuhren und der Innerschwand seien zusammen gegangen, der Allenbach sei über die Fuhren hinab in die Engstligen geflossen. Und wirklich finden sich oberhalb der Rehardt-Brügg glatte sogenannte Bachtallen-Steine, was allerdings vermuten lässt, das Wasser sei zu einer Zeit in dieser Höhe geflossen.

Vom Schmittengraben sagt man: Er sei so klein gewesen, dass man habe darüber springen können. Er habe dann aber stets übertragen, weshalb Quecksilber in den Graben gestreut worden sei, was ihn dann so ausgefressen habe.

### **Schlachtfluh**

Die Fluh unter dem Tschenten soll deswegen «Schlachtfluh» heissen, weil daselbst untenher einmal mit Wallisern ein Gefecht stattgefunden haben soll. Ein Weidlein, jetzt Maad, oberhalb der Kirche, soll auch deswegen Eisenweidlein genannt worden sein, weil man in demselben vor noch nicht vielen Jahren alte Waffen wie Hellebarden gefunden habe.

### **Verwilderung**

Die Alpen Schwandfeld und Furggi sollen vor vielen Jahren dem gleichen Eigentümer gehört haben, welcher durch das Gsür einen Fahrweg gehabt habe, wovon sich noch heut zu Tage Spuren finden. Im Sattli-Schafberg seien Rosse gesömmert worden, noch unlängst habe man daselbst Hufeisen gefunden.

## Entschligen

Früher wuchs an Entschligen Holz. Gegen den Rossperch zu findet man noch die Überreste von Arvenstöcken. Da bekam man mit den Wallisern Krieg. Sie kamen und trieben das Vieh fort und zündeten den Wald an. Ein Hirtenbub schrie um Hilfe ins Tal hinab so laut, dass er darob die Sprache verlor.

Von Entschligen an den Bunder führte ein gangbarer Weg. Ein Senn an Entschligen liebte eine Sennerin am Bunder und besuchte sie des Nachts. Die gefährlichste Stelle war der Pfyffersgraben. Um die Gefahr zu vergessen, pfiff er jeweils an diesem Unort. Die Sennerin stellte ihm das Licht zum Fenster. Sein Widersacher wusste um die nächtlichen Gänge. Er belegte den Pfad im Pfyffersgraben mit grüner Rinde. Da glitt der Liebhaber aus und stürzte in die grausige Tiefe. (Andere Deutung: Das Mädchen vergass, das Licht zum Fenster zu stellen oder der Wind blies es aus.)

## Der Chälistii

Wiischt, wan der Chälistii ischt? We mu ynhi giit, rächter Hand vam Stuub (Wasserfall). Da lit ä husghöja Stii, va z'oberischt bis z'underischt gschpaltna. Iinischt ischt är ganza gsy. Da hiigen am ne hiilige Sunntig jungs Volk ufma tanzet u ghooret u gholeiet un oppa nuch gspilt oder gfluechet. Du fajis a blickene u dunndere un äs sygi uf ds Mal ganz stockfiischer worden. U due gäbis än grüsliga, schützliga Chlapf u der Blitz hiigi grad i dä Stii ygschlage. U va denn etwägg hiigi är dä Chlack.

## Wallisergrenze

Wiischt, wan di alti Walisergrenzen ischt? Ot dem Rööschte Maad, i ds Jeger Burem Börtli ol Zündli guggi ä Stii usem Gras fürha, wan im Härd nitna allergattig Chrütz drand syge. Dä hiigi alben die alti Walisergrenze gmaarhet.

## Elsige, Metsch u Bunder

Die drei Alpen Elsigen, Metsch und Bunder seien einstens Eigentum von drei Geschwistern gewesen, einem Elsi, einem Melki und einem Peäti.

Andere Version:

Elsige, Metsch u Bunder hiige vor altersch emene ryhe Puur ghöert. Dä hiigi drü Chind ghabe: Elsa, Melk u Bäba. Di hiigen enandere bim Erben u Maarhen ubetiilt. Syt däm ghöri mu mengischt ir Nacht ä Stimm wa rüeffi: «Hie giit d'Maarch, hie giit d'March!» Due sägi esmal ä muetiga Fäger: «Su leg äs Siilti!» Das hiigi där gmacht, u mu hiigi nuch d'Fingera drand gsee.

### Die Entstehung des Sillerngrabens

Im Hahnenmoos mussten einmal die armen Tiere sommerlichen Schneefalls wegen zwei Tage lang an der leeren Krippe gebunden bleiben, und erst gegen Mittag des dritten Tages legten ein paar Sonnenstrahlen ein Stücklein Weideland unten am Berge frei. Sogleich wurde der ganze Trupp Vieh in die Schneeweide getrieben, welche damals vom anstossenden Sillernberg nur durch ein hohes Holzgatter getrennt war.

Hastig weideten die hungrigen Tiere zusammengedrängt das nasse Gras, als eine Kuh ihre schwächere Genossin durch den Zaun hindurch in den Sillernberg rammte.

Die Sennen vom Hahnenmoos und Sillern lebten aber nicht immer in bester Eintracht, und so wurde die eingedrungene, fremde Kuh in den Pfandstall geführt. Für den Grasraub wurde eine solch hohe Entschädigung gefordert, dass sie der Besitzer der Kuh nicht zu zahlen vermochte. Der Streit zog sich derart in die Länge bis in den Herbst, und die Kosten wuchsen rasch an. Schliesslich einigte man sich. Der Sillernberg bezahlte dem armen Bäuerlein ein paar Kronen, konnte aber die Kuh als Eigentum behalten. Denn das Bäuerlein hätte die Kosten nicht erschwingen können.

Ein Jahr war dahingegangen, und die Herden wurden wieder zu Berg getrieben. An einem trüben, regnerischen Tage weideten die Sillernkühe gegen den Grat hinauf, und unter denselben war auch die Kuh des Hahnenmoosbäuerleins mit der kleinen Schelle. Oben am Berg liegt versteckt ein kleiner Bergsee, der mit einem solchen im Hahnenmoosberg, viele hundert Klafter davon entfernt liegenden, tief unter der Erde zusammenhängt. Auf dem schlüpfrigen Boden oberhalb des Sillernseeleins rutschte die Kuh aus und fiel in den tiefen Bergsee. Die Schelle mit dem Lederriemen fand man ein Jahr später schwim-



mend auf dem Hahnenmoossee. Unter dem Sillernsee hatte sich aber ein zerklüfteter Graben geöffnet, der fortan die beiden Berge trennte, so dass dort kein Tier mehr von einem Berg auf den andern hinüber gelangen kann.

Die felsigen schroffen Hänge werden sich erst dann neu begrasen, wenn einmal die Kuh im Sillernsee in den Hahnenmoossee hinüber gelangt sein wird.

### **Entdeckung Adelbodens**

Es waren Friesen ins Land gekommen, die hatten in Frutigen ihre Wohnstätten aufgeschlagen. Einst weidete ein Friesenknabe in dieser Gegend seine Herde. Bei Sonnenuntergang, als er seine Schutzbefohlenen zählte, bemerkte er, dass nicht die ganze Zahl beisammen war. Es fehlten gerade die schönsten Ziegen. Flugs sperrt er, was da ist, in das Ställchen und macht sich auf die Suche nach den Verlorenen. Durch Wald und Schluchten eilt er dahin, immer rufend, immer lockend, bis ihn zuletzt die Nacht überrascht. Von grosser Müdigkeit übermannt, sucht der Bub unter einem grossen Tannenbaum für die Nacht eine Lagerstätte. Da dringt im Schläfe ein seltsames Geläute an sein Ohr, und wie er sich umschaute, sieht er in schöner, freier Gegend, inmitten Triften ein Kirchlein stehen. Wie er aufwacht, schaut schon die Sonne durch die Zweige. Rasch nimmt er Stab und Hirtentasche und eilt weiter, seinen Ziegen nach. Da, endlich öffnet sich vor ihm ein weites schönes Tal, umkränzt und geschützt von hohen Bergen. Es ist das Tal, das er im Traume geschaut. Weil aber der Talgrund voller äsiger Weide war mit herrlichen, kräftigen Futtergräsern, rief er aus: «Welch adeliger Boden!» Daraus ist später der Name «Adelboden» geworden. Doch an einer frischen Quelle inmitten des Wiesengrundes sieht er seine verlorenen Ziegen an der Tränke. Auch er trinkt nun von dem köstlichen Labsal und spricht zur Quelle gewandt: «Giisbruni sollst du heissen!». Voller Jubel über seine Entdeckung eilt er talwärts, um den Seinen die frohe Kunde zu bringen. Da entschlössen sich über fünfzig Hausväter, mit Weib und Kind hinaufzuziehen ins höhere, reiche Alpental.<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> nach «Sagen aus dem Berner Oberland», gesammelt und bearbeitet von Hermann Hartmann 1910, neu herausgegeben von U. Müller und Chr. Wyss, Interlaken 1985, S. 79 f.

Niklaus Stoller aus Frutigen schrieb in seinem «Fasnachtslied» 1583 (nach Karl Stettler, Das Frutigland, 1887):

Und wieder kam gezogen ein Volk ohn' Aufenthalt,  
Kam auf den Adelboden, so damals hiess «Im Wald»,  
Sie taten sich nicht saumen bei Gsellschaft und beim Wein,  
Den grossen Wald zu raumen, wo jetzo Matten seyn ...

## Hahnenmoosdorfet

Es seien eine Menge Menschen in die Täler von Frutigen und der Simme eingewandert. Sie hätten sich dann bei Wimmis getrennt und dabei verabredet, alle Jahre im Sommer am Oswaldtag auf einem Berg zusammen zu kommen und so einen grossen, gemeinschaftlichen Dorfet abzuhalten.

## Friesezug

Über d Mülibrügg chunnt mengischt nachts ä schwarza Zuug. Das si d Frieselüt. Du ghörsch si nät luuffe, si gah toetestill verby.

Mein Götti, Wilhelm Pieren aus Kandergrund, ein urchiger Äpler und Bergbauer, besuchte mich einmal auf unserer Alp Lurnig-Syte. Unter anderem sagte er mir mit grosser Eindringlichkeit: «Bueb, am Aabe lescht mer de gyng di oberi Stalltür offeni, gäll!» Auf mein ungläubiges Staunen hin sagte er ernsthaft: «Wägem Friesezug, das gschpasset de gar nüt, wed ses nät machischt!» (Mitgeteilt von Ernst Allenbach, Leissigen, Oktober 2010.)

## Kirchenbau

Nachdem sich mehrere Familien angesiedelt hatten, entschieden die Waldleute, auf der Fuhren, in der Bodenbäuert, eine Kirche zu bauen. Fundamente wurden gegraben und Grundmauern errichtet. Allein, was sie des Tages aufgerichtet hätten, sei des Nachts wieder zerfallen. Wer anders als der Böse konnte hier seine Hand im Spiel haben? In frommer Einfalt baten die Leute den Herrn, er selbst möchte ihnen die Stätte bezeichnen, auf der sie ihm ein Heiligtum errichten sollten. In der folgenden sternklaren Nacht sei nun im Schirplischwand ein Schnee gefallen, sonst nirgends, und dieser frische Schnee habe eine Fläche bedeckt, die die heutige Kirche einnimmt, denn die Väter hätten die merkwürdige Erscheinung als Erhörung ihres Gebetes und Zeichen des Himmels aufgefasst und den Bau demgemäss ausgeführt. – Wenn man sich später wunderte, dass unsere Alvordern die Kirche so gross erstellten, so vernahm man von ihnen, dass diese eben so gebaut worden sei, wie es der gefallene Schnee gewollt habe.



### **Das Silberglöcklein**

Die Adelbodmer haben Anspruch auf das kleine Glöcklein im Kirchturm von Frutigen. Es bestehe aus Silber. Die Frutiger hätten es ihnen gestohlen.

Anders tönt es bei Stettler: Dieses Glöcklein wurde sehr wahrscheinlich von Leuten aus dem Adelboden gestiftet, als beide Gemeinden noch nicht getrennt waren und durch Ratsspruch von 1435 der Kirche Frutigen zugeteilt.<sup>3</sup>

### **Der letzte Priester**

Vom Pfaffenstein habe der letzte katholische Priester von den Adelbodmern Abschied genommen. Nach Stettler handelt es sich dabei um den Messepriester Friedrich Plack, der 1528 hier eine Abschiedspredigt gehalten haben soll.<sup>4</sup>

### **Pestzeit**

Während der Pestzeit sei das Gilbach wie ausgestorben gewesen. Da sei von der Lenk her ein «Pürschi» gewandert, das sich darob verwundert habe. Endlich sehe es aus einem Hüttchen Rauch aufsteigen. Es habe sich dem Häuslein genahet und darin ein einsames Mädchen gefunden, dieses lieb gewonnen und dann geehelicht. Das «Pürschi» habe Bringold geheissen, dem Weidlein, wo es sein Glück gemacht, sagt man heute noch «z Bringelts-Wiidli».

Übrigens habe man in der Pestzeit den Tod nicht mehr so arg gefürchtet. Die Leichleute aus Stiegelschwand und Gilbach hätten denen aus dem Boden jeweils zugejauchzt, wenn sie an Heinrichseggen einander ansichtig geworden seien.

Die Regierung habe extra Tanzgelegenheiten angestellt und umsonst zu trinken gegeben, damit die Verseuchung rasch erfolge bei den grossen Volksaufläufen und die Gemeinde eher «durchgeseucht» sei. Junge Leute seien während des Tanzens vom Tode ereilt worden und niedergesunken. (Dies steht in direktem Widerspruch zu den Akten!)

Damals sei innert dem Bollersgraben nicht geheut worden.

---

<sup>3</sup> Stettler, Das Frutigland ... 1887, S. 188

<sup>4</sup> Stettler, S. 405

### **Ds Brieggen im Entschliggrund<sup>5</sup>**

Wes Aabe würt, der lescht Ton van de Chilchegloggi verklungen ischt u d Chueleni gstaleti sy, ghöert ma mengischt us em Entschliggrund zwüsche Frutigen un Adelbode ä fyni Frouestimm. Sie rüüft u briegget bis die erschi Lütteri der Morgen aaziigt. Die alte Lüt wüsse nuch, wäm die Stimm ghört u was si z bedütte het. Äs ischt der Giischt vam ne junge Miitschi, wa hie, ir Entschlige, nam ne schützlige Chummer sym Läbe äs früeizytigs End gsetzt het.

Der Vatter va däm Miitschi het ä Chnächt ghabe, ä hübscha, aasteliga Pürschtel. Ds Miitschi ischt mit däm Pursch im Ghiime versprochenes gsy. Das het dem Vatter aber nät passt; er hettis lieber amene ryche Hendler zur Frou ggää. Iinischt amene Tag sy sig der Pursch u der Hendler uf eme schmale Bärgwägli bigägnen. Beid hii wele nach der Waar ga gschoe. Äs fürchterligs Uwätter het si bsoge, u wan der Blitz prezys vur em Hendler yschlat, gschlipft är uus, trolet uber nes Felsbendli us u ghyt z'toet. Jederma het jitz gmiint, der Pürschtel hiigi sy Näbetbuhler usigmücket. U trotz syr Betüurig var Uschuld ischt är zum Tod am Rad verurteilt worde. Under fürchterlige Quale het är sys Läbe müesse lah. Ds Miitschi, wa var Uschuld va sym Liebschte überzügt gsy ischt, hets Dorf verlaa, u niemer hets meh gsee. Mu het gsiit, äs sygi i d'Entschliga u drum ghöri mas nug hüt mengischt ir Nacht rüeffen u briegge.

### **Die alte Adelbodenstrasse**

Von der alten Adelbodenstrasse hörte ich spasseshalber sagen, man hätte einen Fuchs nach Frutigen gejagt und den Weg nach seiner Spur angelegt.

---

<sup>5</sup> Hermann Hartmann, Sagen aus dem Berner Oberland, 1910