

Zeitschrift: Vom Jura zum Schwarzwald : Blätter für Heimatkunde und Heimatschutz
Herausgeber: Fricktalisch-Badische Vereinigung für Heimatkunde
Band: 1 (1926)
Heft: 1

Artikel: Die Sage von den sieben Stuben in Obermumpf
Autor: Burkart, H.R.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-747504>

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: 31.01.2026

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

ihn ein schreckliches Ende. Man fand ihn eines morgens tot, mit umgedrehtem Halse. Der Teufel hatte ihn geholt. Seit jener Zeit muß er umgehen. Nach der einen Ueberlieferung spukt er auf der „Möhlner Höhe“, nach der andern bannte ihn ein Kapuziner in den Spitzengraben bei Zuzgen. Dort spukt er an dem Felsen am Zeiningenberg, dem „Bönistein“. (Zum Teil nach Röschholz, zum Teil mündliche Ueberlieferung.)

Die Sage von den sieben Stuben in Obermumpf

Don Pfarrer H. R. Burkart, Wallbach (Aargau).

An der Mumpfer Fluh in der Nähe von Obermumpf ist ein Felsenspalz als schmaler Eingang zu einer Höhle zu sehen. Die Höhle erweitert sich im Innern und führt weit in den Berg hinein; viele ältere Leute von Obermumpf waren als Knaben schon drinnen. Sie heißt „die sieben Stuben“ und soll einst von Zwergen bewohnt gewesen sein. Von ihr wird folgendes erzählt:

Vor Zeiten hütete ein Mädchen von Obermumpf auf dem Berg die Herden. Da überkam es der „Gewunder“, durch die Felspalte in die Höhle hineinzuschauen. Aber plötzlich trat ein Zwerg hervor und erklärte, jetzt müsse es seine Frau werden. Das Mädchen weinte und wollte nicht zu ihm in die Höhle. Da erlaubte ihm der Zwerg noch einmal nach Hause zu gehen. Aber morgen mittag müsse es wieder hier sein. Wenn es ihm dann seinen Namen noch sagen könne, so solle es frei sein, andernfalls müsse es seine Frau werden. Er heiße Senfkörnlein. Das erschrockene Mädchen eilte nach Hause und erzählte. Aber schon hatte es den Namen des Zwerges vergessen. Da schickten die Eltern das weinende Mädchen in den Pfarrhof, vielleicht daß der Pfarrer zu helfen wüßte. Der riet dem Mädchen, morgens früh zum Höhleneingang zu schleichen; vielleicht daß es etwas sehen oder hören könnte, was ihm den vergessenen Namen in Erinnerung rufen könnte. Das Mädchen tat so. Da hörte es beim Höhleneingang den Zwerg, der an einem Feuer hantierte, ein Sprüchlein singen:

„Ich koch mir ein Kräutlein,
Heut kommt mein Bräutlein,
Das nicht weiß,
Daß ich Senfkörnlein heiß.“

Still eilte das Mädchen davon, kam zur festgesetzten Stunde wieder, nannte dem Zwerg seinen Namen und war damit aus dessen Bann erlöst. (Mündliche Ueberlieferung.)

Zuschriften aus der Schweiz an: Präsident Ackermann, Wegenstetten (Kt. Aargau).
Zuschriften aus Deutschland an: Alfred Joos, Rhina (Post Kleinlaufenburg).

Für die Redaktion verantwortlich: Dr. Karl Fuchs, Wegenstetten.
Druck der Buchdruckerei Krauseneck, Rheinfelden.