

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	5
Einleitung .....	9
<b>Surselva</b> .....	17
Brauchtum Und am Ende landet einer am Galgen: Die Dertgira nauscha in Disentis .....	20
Sagen und Märchen L'itg da far paintg – Eine seltsame Salbe .....	24
La dunna sper il dutg – Die befreite Seele .....	25
Il Blass da Lavaz – Der weisse Ochse von Lavaz .....	25
Il dischariel – Das verstopfte Schlüsselloch .....	27
La platta da Caschlè – Der vergessliche Pfarrer .....	28
Ils trais ligns – Die drei Rätsel .....	29
Interview «Die Folter brachte die ‚Wahrheit‘ an den Tag»: Hubert Giger über die Hexenverfolgung in der Surselva .....	31
Worterklärung Wenn der Unhold auf der Brust hockt: Il dischariel – das Albrücken .....	34
Moderne Sage Arno Camenisch: Il Grep digl Ochli .....	36
Wander- und Ausflugstipps Hinauf zum Hexenstein: Sedrun – Alp Caschlè – Platta dil Barlot – Zarcuns – Sedrun .....	38
So tief, wie ein Stein sinken kann: Pardomat – Cavardiras – Caischavedra – Lag da Laus – Laus – Pardomat .....	38
Von Zeichen zu Zeichen: Der Sagenpfad «Cuolms e vals» .....	39
Wo der Ochse von Lavaz brüllt: Bogn Tenigia – Alp Val Tenigia – Camona da Medel – Stavels Veders – Curaglia .....	40
Rezept Schuppa cremusa d'urticlas d'alp, cuschinada dad Andreas Baselgia .....	41
Brauchtum Einen Freund darf «Maria» heute haben: Die Prozession von Lumbrein .....	44

Sagen und Märchen	
Il giat nair a Rueun – Der abgeschnittene Finger .....	48
Ils trais da Falera a Paris – Die schnelle Rückkehr aus Paris .....	50
L'alp devastada – Die verwüstete Alp .....	50
Il padrin ed il figliol – Der schlaue Dieb .....	53
Interview	
«Die Natur beschwört Urbilder herauf»: Antoinette Quinter über die Alp in der Sage .....	56
Worterklärung	
Hausembec, mo schuen! Landrehter und andere Lehnwörter .....	59
Moderne Sage	
Silvana Derungs: Igl um dalla buola .....	61
Wander- und Ausflugstipps	
Am Fluss nur ein Wort: Vignogn – Crestaulta – Sum Fistatg – Surcasti – Degen – Vignogn .....	63
Megalithen, die «mächtige Platte» und Zenos Stein: Falera – Platta Pussenta – Schluain – Ilanz .....	64
Den geschmückten Kühen entgegen: Bargis – Crap da Flem – Fil de Cassons – Plaun Segnas Sut – Nagens .....	66
Brauchtum	
Am Anfang war der «Fernsehgarten»: Der Alpabzug in Flims .....	70
Rezept	
Ravieuls cun paira tosta, cuschinads da Valerian Poltera .....	75
<b>Sutselva</b> .....	77
Brauchtum	
Vom Heinzenberger Strumpfkugelgolf: Das Mazza-Cula-Spiel in Masein .....	80
Sagen und Märchen	
La plievgia d'aur – Der Goldregen auf Alp Anarosa .....	84
Il barlot – Wenn die Hexen tanzen .....	85
La stria da Casti – Die Hexe auf dem Acker .....	86
Hans Nar – Geschichten vom Hans Narr .....	90
Interview	
«Man muss die Figuren vor sich sehen»: Editha Trepp-Crottogini über das Erzählen von Märchen .....	94
Worterklärung	
Tanz mit dem Teufel: Der Barlot .....	96

Moderne Sagen	
Sina-Mara-Merta Hassler: Igl spiert d'Anarosa .....	97
Madlaina Semadeni: Barlot sin l'Alp Durnàn .....	100
Wander- und Ausflugstipps	
Von Taufbecken und Tanzplatz zu Kirche und Kulthöhle:	
Thusis – Hohen Rätien(–Carschenna)–Viamala–Zillis .....	103
Im Reich der Klänge: Durch den Klangwald in Lohn .....	104
Mengia, Tumasch und fünf Seen:	
Wergenstein – Lai Grand – Cufercalhütte – Alp Durnàn – Andeer .....	106
Brauchtum	
Den dritten Sprung schafft keiner: Der Andeerer Bändelbesen .....	107
Rezept	
Bizochels cun nuschnignas e chastagnins, cuschinads da Claudio Filli.....	111
Surmeir .....	113
Brauchtum	
Beim «pitigot» gibts auch mal Tränen: Die Mintinadas in Riom-Parsonz .....	116
Sagen und Märchen	
Las violas da Faller – In den Fängen der Violas .....	120
Il tscierv – Die Alte auf dem Septimer .....	122
La serp alva – Die Schlangenalp .....	124
Ils trais vents – Die drei Winde .....	126
Interview	
«Eine Frau sollte einer Schnecke gleichen»:	
Ursula Brunold-Bigler über weibliche Gestalten in der Sage .....	131
Wortklärung	
Gefährliche Schönheiten: Die Violas .....	134
Moderne Sagen	
Chatrina Josty: Il misteri en il Lai da Palpuogna .....	135
Gianna Sonder: La flour da Mateias .....	137
Catrina Waldegg: La merlotscha da l'Alp Pra Miez .....	140
Wander- und Ausflugstipps	
Wo die sagenhafte Paula Roth hauste: Die Bellaluna .....	145
Im Lärchenreich der wild-hübschen Violas:	
Mulegns – Tga – Naturwaldreservat Val Faller – Plaz – Mulegns .....	145
Auf den Spuren von Noa, Men und Bistiang:	
Lai da Marmorera – Pra Miez – Sur Ragn – Stalveder .....	147
Am Haus der Alten vorbei: Bivio-Septimerpass-Vicosoprano .....	147

Brauchtum	
Wenn das Ende absehbar ist: Die Bruderschaft von Sur .....	149
Rezept	
Piz-spatla dal bov pargialà en biera, cuschinà da Manuel Reichenbach .....	153
<b>Engiadina</b> .....	155
Brauchtum	
Dem Johannistag fiebern sie entgegen: San Gian in Zuoz .....	158
Sagen und Märchen	
La signura da Morteratsch – Wie die Alp Bella unter ewigem Eis versank .....	161
Il nivel alv – Das Messer in der Wolke .....	166
Las cullas da Segl – Die Kugeln aus dem See .....	167
Ils dus frars – Die beiden Brüder .....	169
Interview	
«Die Kirche machte Gottheiten zu Schreckgestalten»: Kurt Derungs über Wassermynthen und ihre christlichen Umdeutungen .....	173
Worterklärung	
Das Messer stoppt den Zauber: Die Windsbraut – il ventatsch .....	176
Moderne Sage	
Flurina e Curdin Urech-Bazzell: Las impromischiuns .....	178
Wander- und Ausflugstipps	
Und immer leuchtet der See:	
Sils Maria – Sils Baselgia – Splüga – Maloja – Isola – Sils Maria .....	181
Die drei Wunderblumen: Märchenweg Marguns – Celerina .....	182
Geschichten, Kunst und hölzerne Throne: Märchenweg Val Bever:	
Bever – Spinas – Bever .....	182
Rezept	
Ris en latg cun cumpot da primblas e da cudogns, cuschinà da Benedikt Joos .....	185
Brauchtum	
«Alle wollen wissen: wer mit wem?»: Der Bal da la schocca cotschna in Ardez .....	190
Sagen und Märchen	
Il stgazi da Martina – Die seltsame Glut .....	194
In spectacul nocturn – Das schreckliche Geschrei .....	195
Il Jocal grischun – Der schlaue Joggel .....	196
Co ch'il diavel ha inventà il vinars – Wie der Teufel auf den Schnaps kam .....	200

Interview	
«Ein unglaublicher Fundus für literarische Spiele»:	
Clà Riatsch über Sagenmotive in der rätoromanischen Literatur.....	203
Worterklärung	
Der von der unteren Hütte: Teufelsnamen.....	206
Moderne Sagen	
Fadrina Hofmann Estrada: Il misteri da Pradella .....	208
Annetta Zini: La fluor magica .....	210
Wander- und Ausflugstipps	
Eselsbrücke und Adlerhorst: Der Parkin «Not dal Mot» in Sent.....	212
Spuk, magische Blumen und das Wesen von Pradella:	
Sent – Val Sinestra – Vnà – Ramosch – Sur En – Pradella – Scuol .....	213
Von der versunkenen Alphütte zur Mumma veglia:	
Ofenpass – Val Mora – Tea Fondada – Döss Radond – Valchava .....	214
Brauchtum	
Der Strohmann entgeht nie seinem Schicksal: Hom Strom in Scuol .....	216
Rezept	
Crema grischuna cun izuns frestgs preparada en il vaider da conservar,	
cuschinada dad Arno Sgier .....	221
<b>Anhang</b> .....	<b>223</b>
Dicziunari Rumantsch Grischun.....	225
Lia Rumantscha .....	226
Rätoromanische Chrestomathie .....	227
Quellen .....	228
Inhaltsverzeichnis .....	230