

Inhalt

Vorwort	13
Einleitung	15
Das Ammerland: WST versus USA	17
Das Ammerlandlied	18
Alpenrose und Bonsai: typisch Ammerland	19
Oh, schaurig ist es über das Moor zu gehen	21

Sagen und Geschichten aus Bad Zwischenahn

Der Knabe im Moor	22
Düwelswark: wie das Zwischenahner Meer entstand	23
Der Wels und der Dackel	25
Kapitän Lehmann	26
Das Dampfschiff Puck & die Pax Verde	27
Das Zwischenahner Wappen	28
Die drei Glocken	29
Die Ohrfeige des Johannes	30
Der Zwischenahner Pastorenmord	31
Der Zwischenahner Pastor und der Teufel	32

Luther und Michelangelo	32
Halseisen stehen	33
Die Aal-Urkunde	34
Widukinds Burg	34
Die Speckener Burg und ein Topf voll Gold	35
Die tausendjährige Linde	35
Die Eiden-Sage	36
Wie der Junker Alwin zum Wels wurde	37
Der Junker von der Aschen	38
Der Elmendorfer Brudermord	39
Der Ritter von Elmendorf und der fliegende Dachdecker	40
Von Elmendorf nach Vechta oder der Ländertausch	40
Der Hillgenstohlsbarg im Richtmoor	41
Bargentag	42
Das Gut Eyhausen	43
Das Rumfass und die Totenfahne	44
Arend Stindt und die Schwarze Brack	45
Wir bohren nach Öl	47
Der Löffeltrunk	48
Die Gardinenpredigt	50
Der Dussel und der Stiesel	51
Höchster Schweinestall des Ammerlandes	51
Der Gesundbrunnen in Helle	52

Jagen oder Fischen	53
Löns zur Kur am Meer	54
Het & Söt	55
Bückels und Bier	56
Bohnen Frida	56
Dr. Schüßler und seine Diagnose	57
Schüßler und Kneipp	59
Der reitende Doktor	60
Der Engel, der die Zunge raustreckt – oder wie lange hält eine Zigarre?	61
Wo bleibt den bloß der Kofferträger?	62
Die Unterirdischen im Wold	64
Das offene Mauerfach	65

Sagen und Geschichten aus Westerstede

Die St. Petri-Kirche Westerstede – oder wie die ostfriesischen Ochsen fliegen lernten	67
Der Speck im Moor	68
Feuer durch Korn, der Westersteder Stadtbrand ...	69
Der Großherzog und der doppelte Busch	70
Die Kosaken kommen: Wie das Ammerland von den Franzosen befreit wurde	71
Die Braut von Fikensolt	73
Der Sieg über die Friesen im Seggernford	73
Die Wassermühle in Howiek	74

Die klugen Howieker	75
Der Ostfriesenwitz, eine Ammerländer Erfindung	76
Oma Apen sitzt in Westerstede	77
Der Schatz im Brunnen von Ihorst	78

Sagen und Geschichten aus Wiefelstede

Die Wolfsangel	80
Die Bokeler Burg, eine Dingstätte	81
Die Kirche in Wiefelstede	82
Hinkelsteine und Menhire: das Wiefelsteder Hügelgrab an der Heerstraße	83
Der lebende Zaun und das Daumenrecht	84
Schlittenfahrt zum Schweinskopf	85
Die erste Kohlfahrt der Welt führte nach Wiefelstede	85
Die Köntjeburg und die sieben Söhne	86
Wie die Gristeder die Pest vertrieben	87
Die Teilung der Dringenburg	88
Die Goldtaler	88
Düwels Hop	90

Sagen und Geschichten aus Rastede

Graf Huno und der Löwe	91
Wo der Schwan Rast macht	92
Die Leuchtenburg und der Adventskranz von Wahnbek	93
Die Gurkenbowle des Herzogs von Oldenburg	94
Die Mockturtle: Warum wir keine Schildkröten mehr essen	95
Grüezi: eine Schweizer Wassermühle im Schlosspark Rastede	96
Bauer Stratje und das Holz für die Wassermühle ..	97
Barg't Horn oder wie Barghorn zu seinem Namen kam	98
Der Loyer Freischütz	99
Der Erlenteich	100

Sagen und Geschichten aus Edewecht

Der Hunte-Ems-Kanal wird zum Küstenkanal	101
Hinterm Küstenkanal oder wie man über den Jordan geht	102
Hollandgänger	102
Als Käpt'n Kuper von Edewecht nach Australien fuhr	103
Der 100 Tage Kaiser	105
Der Bergfried und die Trauertanne	105
Tollhus up'n Wurnbarg und der Wegezoll	106

Die Sage vom Wildenloh: drei Tote spuken im Wald	107
Der feurige Elias fährt durchs Moor: die Edewechter Kleinbahn	109
Die St. Nikolai-Kirche und der Kirchturm aus Holz	110
Eier in de Pann: Wie eine Bäuerin die Münsterschen vertrieb	111
 Sagen und Geschichten aus Apen	
Die Aper Burg: von Affen und Austern	113
Die Aper Kirche, die Glocke und das Wasser	114
Die Aper Bann Mühle	115
Torf bringt Kohle: das Stahlwerk in Augustfehn .	116
Die Kapelle in Vreschen-Bokel	117
Wodan und der Wald in Godensholt	118
Die Nordloher Apfeldiebe	119
Der Werwolf von Apen	120
Für »de Olle Dag« was zurücklegen	121
Die Plaggenhütte von Oma Puls in Nordloh	122
 Danksagungen	125
Quellen	126
Ortsregister	127