

Isar-Loisachbote

Datum: 12. September 2026

Neue Kraft durchs Pilgern

Ickingeringin lädt Krebs-Patienten auf gemeinsamen Weg von Beuerberg nach Benediktbeuern ein

Ickingeringin – Caroline von Kospoth ist zum Pilgern gekommen, weil sie ihrem Mann nachspüren wollte: „Er war während seiner schweren Krebserkrankung im April 2017 zwei Wochen lang auf dem Münchner Jakobsweg unterwegs.“ In dieser Zeit war er, wie die 62-Jährige erzählt, sehr erfüllt und das Pilgern hatte ihm seelisch gutgetan. Nach seinem Tod hat sie an einer geführten Pilgerwanderung für Trauernde teilgenommen. Nun will sie ihr Wissen weitergeben.

Caroline von Kospoth erinnert sich: „Das Vertrauen, das er auf seinem Weg hatte, konnte ich ebenfalls spüren. Das hat mir Zuversicht gegeben.“ Sie machte eine Ausbildung als Pilgerbegleiterin, weil sie ihre guten Erfahrungen an andere weitergeben möchte. Dieses Mal zusammen mit Tina Scherer, ebenfalls eine qualifizierte Pilgerbegleiterin sowie Leiterin einer Selbsthilfegruppe für an Krebs erkrankte Frauen. Sie laden von Freitag, 25. September, ab 16 Uhr, bis Sonntag, 27. September, zu einer Pilger-Wanderung von Beuerberg nach Benediktbeuern. Unter dem Motto „Gemeinsam Hürden überwinden – Pilgern mit / nach / trotz / gegen Krebs“ möchten sie zu neuer Kraft verhelfen: „Wir ge-



In der Natur pilgert Caroline von Kospoth (re.) – manchmal schweigend, manchmal im Austausch. Das rhythmische Gehen hat laut Pilgerbegleiterin tiefgreifende Effekte. PRIVAT

hen zusammen in der wunderschönen Natur des Alpenvorlandes, tauschen uns aus, schweigen auch.“ Die Aufmerksamkeit richtet sich natürlich auch auf den Gesundheitsaspekt. In der moder-

nen Medizin gewinnt nach Einschätzung von Caroline von Kospoth ein ganzheitlicher Blick auf Heilungsprozesse immer mehr an Bedeutung. Besonders bei schweren Erkrankungen wie Krebs zeige sich,

das der Weg zur Besserung nicht nur über Medikamente führe. Studien (zu Psychoonkologie und „Green Exercise“) würden belegen, dass rhythmisches Gehen in der Natur tiefgreifende Effekte auf erkrankte Menschen hat: „Die Bewegung im Grünen senkt nachweislich das Stresslevel.“ Das Immunsystem werde entlastet, die psychische Resilienz verbessere sich.

Ein weiterer, wichtiger Aspekt ist für sie die Selbstwirksamkeit: „Wer pilgert, erlebt: Ich kann mich aus eigener Kraft vorwärtsbewegen.“ Dieses Gefühl von Autonomie sei ein entscheidender Faktor für die Lebensqualität. Von Kospoth ergänzt: „Der Austausch mit Gleichgesinnten schafft eine tiefe Verbundenheit, die Einsamkeit lindert und Hoffnung gibt.“

Die Strecken sind laut der erfahrenen Pilgerin so ausgearbeitet, dass sie gut machbar sind: „Es gibt auch genügend Pausen zur Regeneration und Raum für das, was gerade ist.“ Die ambitionierte Pilgerbegleiterin betont, dass es sich nicht um eine rein christliche Veranstaltung handelt: „Es ist jeder willkommen.“

Übernachtet wird in Doppelzimmern, die erste Nacht im Kloster Beuerberg, die zweite Nacht im Gasthof Reindlschmiede. Bislang habe sich, wie Caroline von Kospoth bedauert, erst eine Person angemeldet: „Wir hoffen, dass noch ein paar Leute zusammenkommen.“

BETTINA SEWALD

Info
Anmeldung bis Montag, 14. September, unter www.kbw-toelz-wor.de



Caroline von Kospoth
Pilgerbegleiterin