



---

CARIBOU AZORES

## Innere Ausrichtung

### **Eins mit DIR,**

Urgrund allen Lebens,  
diene ich der Menschheit,  
der Erde und dem Kosmos.

### **Mit liebendem Herzen**

setze ich mich ein  
für Gerechtigkeit und Frieden in mir,  
in meinen Beziehungen und in der Welt  
und achte alle Dimensionen der Schöpfung.

### **Zum Wohle leidender Wesen**

in Armut, Gewalt und Schmerz  
verkörpere ich Mitgefühl  
und traue der göttlichen Weisheit in mir.

### **Achtsam lebe ich**

Ergänzung und partnerschaftliches Miteinander  
von Menschen aller Geschlechter,  
Religionen und Kulturen,  
Technik und Natur.

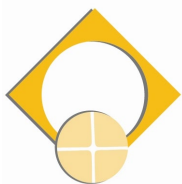
### **Ich bin bereit,**

in Verantwortung für kommende Generationen  
den Weg des Erwachens zu gehen,  
Glück und Mühsal des Wachsens anzunehmen  
und wahrhaft liebend zu werden.

### **Göttlicher Urgrund**

lass mich erfahren,  
dass Dein ICH BIN  
mein ICH BIN ist.

Quelle: [via integralis](#) – Ausrichtung der Kräfte; Version Februar 2022



via integralis nennt sich die Kontemplationsschule, in der sich «Zen und christliche Mystik begegnen». Sie orientiert sich an den Zeugnissen christlicher Mystik und praktiziert zugleich als kontemplative Übung das Zazen aus dem Zen-Buddhismus. Dieser Spiritualitätsweg wurde von Zen-Meisterin Pia Gyger († 2014) und Zen-Meister Niklaus Brantschen entwickelt. Letztlich geht es auf diesem Erfahrungsweg um das Erwachen zur Einheit mit Gott und einem Leben in Liebe zu allen Geschöpfen.

26.12.2025