



Baseado nos Ensinamentos Universais
de Sri Sathya Sai Baba



VIVENCIANDO OS CINCO VALORES HUMANOS *PELA MÃE TERRA*

Verdade ❖ Ação Correta ❖ Paz ❖ Amor ❖ Não violência





Os Cinco Valores Humanos Universais

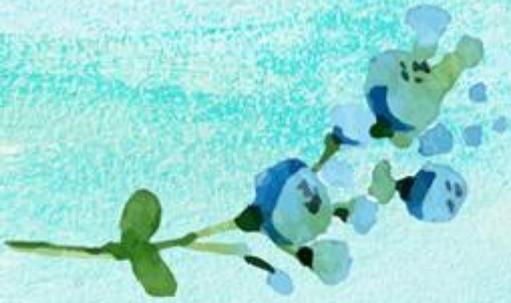
Os cinco valores humanos universais da Verdade, Ação Correta, Paz, Amor e Não violência são encontrados em todas as principais religiões, fés e filosofias espirituais do mundo, inclusive nas culturas e tradições indígenas, bem como em todas as sociedades seculares. Eles representam os mais elevados ideais de humanidade.

Verdade, Ação Correta, Paz, Amor e Não violência são as qualidades inatas de um ser humano. Ignorar esses cinco valores é perder nossa humanidade.

Os cinco valores universais estão dentro de nós. Eles residem em nossa alma, em nosso coração. A meta mais elevada da educação e da nossa experiência humana é fazer brotar de dentro esses valores e manifestá-los em todas as nossas interações e experiências com outras pessoas, com o ambiente ou Natureza e com a Mãe Terra. Desta maneira, começamos a compreender a Verdade de que somos, de fato, seres espirituais vivendo uma experiência humana.

Quando vivermos em sintonia com os valores humanos universais, a Mãe Terra estará nutrida e protegida.

Portanto, para proteger a Mãe Terra, em primeiro lugar precisamos compreender esses valores e como praticá-los em tudo aquilo que pensamos e fazemos.





VERDADE

Verdade é algo que está bem no íntimo de cada um de nós. O valor da Verdade se baseia na onipresença de Deus em todo o Universo.

Vivenciar a Verdade compreende fé, honestidade, discernimento, bondade, respeito, humildade e integridade. A Verdade é eterna. É um valor imutável em todos os períodos de tempo, mesmo que não o reconheçamos ou pratiquemos. Quando reconhecemos a Verdade e alinhamos nossa vida a ela, a Mãe Terra e, mesmo o Universo como um todo, experimentam mais harmonia. O oposto também acontece. Compreender e praticar a Verdade nos ajuda a ter mais cuidado conosco e com a Mãe Terra. Vivendo na Verdade:

- Reconhecemos Deus como a força dinâmica e invisível da consciência que sustenta toda a Natureza e todos os seres.
- Sentimos a presença de Deus na Natureza.
- Vivemos de modo a perceber e experimentar o Divino em toda a Criação, inclusive em nós mesmos, nos demais e em todo o mundo material.
- Reconhecendo a onipresença de Deus, somos incapazes de causar dano à Terra, seus seres, suas águas, atmosfera e solo.
- Não apenas desfrutamos dos ambientes, visões e sons naturais,

mas também comungamos com a Verdade que é a sua essência.

- Reverenciamos a Mãe Terra, oramos por melhor conhecê-la e pedimos perdão pelo mal que tenhamos causado em nossa ignorância. Isto nos ajuda a perceber a Verdade de que, na Natureza, tudo é Unidade.
- Nossos pensamentos, palavras e atos se harmonizam. Trilhamos nosso caminho de maneira honesta.
- Não nos limitamos a pensar e falar sobre a importância de proteger o planeta: agimos assim, mesmo quando ninguém está vendo.
- A Verdade nos diz que está ao nosso alcance transformar a nós mesmos – reconhecer os seres espirituais que de fato somos – para que pensemos menos nos bens materiais e mais na bondade espiritual.

“Em primeiro lugar, estabeleçam a Verdade em seus corações. Daí em diante, os outros quatro valores humanos, da Retidão, Paz, Amor e Não violência reinarão no mundo.

Não haverá mais violência no mundo e nos seres humanos, quaisquer que sejam a religião e nacionalidade, todos viverão em paz e harmonia”.

(SSS Vol. 40:4, 2007)

**Em quais situações
você já sentiu a
presença de Deus na
Natureza?**





AÇÃO CORRETA

Agir corretamente é seguir um caminho moral que se caracteriza por santidade, boa conduta, virtude, responsabilidade e fortaleza. Inclui justiça, controle dos sentidos, senso de honra, comportamento moral, dignidade, bondade, simpatia, simplicidade e vida ética. Praticar Ação Correta nos conduz ao amor universal e à unidade; ao conhecimento de nós mesmos como seres divinos que somos. Agir corretamente é viver de acordo com nosso papel como seres humanos no drama da criação.

Todo os aspectos da Natureza têm seu papel definido, mas os seres humanos costumam optar por não seguir seus deveres prescritos. É por isso que nascem os Mestres Espirituais e Mensageiros da Verdade — para nos recordar nosso dever espiritual, inclusive para com a Natureza e para nos mostrar como viver como seres morais. Como a Verdade, a Ação Correta é imutável e indestrutível por todo o tempo.

O que significa seguir o caminho moral da Ação Correta pela Mãe Terra?

- Reconhecemos e servimos a Deus pelo serviço amoroso e altruísta oferecido aos demais e à Natureza.
- Procuramos perceber a Natureza como uma manifestação da Vontade de Deus, meditando em meio à Natureza.
- Sabemos que tudo que fizemos pela Mãe Terra, estaremos fazendo por Deus.
- Vivemos com senso de justiça, sabendo que todos os seres, inclusive animais, plantas e nossas futuras gerações dependem da Natureza, conscientes de nosso dever e responsabilidades como guardiões da saúde da Terra.

- Somos cuidadosos no uso de recursos para que haja o suficiente para os outros e apoiamos iniciativas de caridade aos menos afortunados, humanos e todos os seres.
- Escutamos a voz de Deus em nosso coração (nossa consciência) e agimos com amor, reverência, gratidão e determinação a sempre fazer o bem.
- Procuramos fazer a coisa certa no momento certo. Considerando os traumas que já infligimos à Mãe Terra, não há melhor momento para agir em Seu benefício do que AGORA.
- Limitamos nossos desejos, reduzindo o consumo de recursos naturais; não desperdiçamos comida e usamos o dinheiro e tempo economizados para ajudar os outros.
- Temos a consciência de que o impacto de nossas ações vai muito além do que vemos e evitamos causar dano à atmosfera e ao clima, reduzindo o uso de energia e nossas pegadas de carbono.

Ao seguir a Ação Correta, alegramo-nos em preservar a Mãe Terra, sem feri-la. Nossas vidas se tornam mais livres e produtivas. Há mais oportunidades de servir e cumprimos nossos deveres com alegria. Caminhando com Deus, nosso fardo fica leve e nosso amor brilha mais. Eventualmente, tornamo-nos um com o Um que permeia a Criação, beneficiando cada vez mais à Mãe Terra e a todos os seres.

“Seu dever é ansiar pelo estado de consciência do Um que está por detrás de toda esta aparente multiplicidade. Sejam centros de amor, compaixão, serviço, mútua tolerância e sejam felizes, muito felizes”. (SSS 11:28, 1971)

“Qual é a lição que se aprende ao observar a Natureza? É ...excelência no cumprimento do dever. A Natureza cumpre seu dever sem cessar e é por isso que o mundo oferece tantos benefícios sagrados”. (Summer Showers:18, 1990)

De que formas cumprir seu dever protege a Mãe Terra?





PAZ

Paz no mundo é um sinal de que a Criação de Deus está em harmonia. Dentro de nós, a Paz indica que estamos praticando Ação Correta, controlando nossos sentidos e nossa mente. A Paz em ação proporciona mais amabilidade, tranquilidade, harmonia, equanimidade e serenidade. Mantemos o controle sobre a ganância, raiva e desejo de possuir coisas materiais, desfrutando da paz e alegria que há na consciência pura. Nesse estado, estamos em unidade com a Natureza, a própria encarnação da Paz. Para cultivar Paz em nossas interações com a Mãe Terra:

- Cultivamos qualidades pacíficas, passando tempo em contato com a Natureza e aprendendo suas lições sobre Paz.
- Buscamos a paz e a felicidade que não vêm da riqueza material, conforto e consumo em excesso.
- Servimos como modelos de vida pacífica e, assim, ajudamos os demais a ver a importância de buscar paz dentro de si, em vez de nas coisas do mundo. Essa Paz interior nos ajuda a preservar o legado da Natureza para as necessidades essenciais.
- Reconhecemos nossa unidade com a Natureza e praticamos equanimidade diante das perturbações do mundo externo.
- Somos gratos por todos os dons recebidos da Natureza. Demonstramos isto em orações de louvor e gratidão a Deus e à Natureza.
- Purificamos a atmosfera com bons pensamentos, orações, canções devocionais, mantras e meditação, que também pacificam nosso interior.
- Limitamos nossos desejos a fim de não desperdiçar os dons da Natureza, na forma de alimento, tempo, dinheiro ou energia.

- Somos fiéis ao nosso dever de promover paz na comunidade humana e, assim, harmonizar a relação com a Mãe Terra e todos os seres... servindo-os cada vez melhor.
- Suportamos triunfos e tragédias com equanimidade. Assim, estamos melhor preparados para ajudar aqueles que sofrem – especialmente por causa de desastres causados por ações humanas que perturbem a Natureza.

Acima de tudo, a Paz nos ensina a ser felizes com o que possuímos e a aceitar com calma quaisquer dificuldades que surjam. Mantemo-nos fortes e capazes de lutar pela Verdade no mundo. Não tememos a opinião alheia por escolhermos caminhar com leveza sobre a Terra. Em vez disso, cultivamos nossa força interior e nos afastamos de atos que possam causar mal à Mãe Terra. Somos exemplos de um modo de vida melhor e mais pacífico.

“A Paz não está nas coisas do mundo. Só pode ser encontrada dentro de vocês. ‘Eu quero Paz’ contém três palavras: ‘eu’, o ego e ‘quero’, o desejo. Remova esses dois e obterá Paz”.

(Sathya Sai Newsletter, 5 de agosto de 1988)



Como você poderia reservar tempo para experimentar a paz da Natureza?

Por exemplo, optar por atravessar um parque, longe do tráfego e barulho, ao se dirigir a algum destino.





AMOR

Amor é a base para toda a Criação; é a própria forma de Deus. O Amor é uma fonte de pura alegria que brota do fundo da nossa alma. A experiência do Amor promove a compreensão de que tudo é um; somos unidade com a Natureza, com todos os seres e com a Mãe Terra. O Amor é altruísta, universal e incondicional. Não busca recompensa e desconhece o medo. É a nascente de energia sempre pura, que nos motiva a praticar os demais valores humanos.

O amor em ação se manifesta em unidade, compaixão, empatia, reverência e respeito. Quando atuamos com amor pela Mãe Terra:

- Comportamo-nos com total consciência de nossa unidade com todos os seres e com a Mãe Terra.
- Refletimos o amor de Deus em nossas vidas, através de nosso amor pela Natureza.
- Buscamos estar em meio à Natureza para nos reconectar e reconhecer a nossa interdependência com tudo que há.
- Sentimos a abundante beleza e generosidade da Natureza e lhe demonstramos nosso grande respeito e reverência.
- Estamos prontos a servir de forma altruísta, sem buscar os frutos da nossa ação. Retribuímos à Mãe Terra em gratidão, tudo que Ela incessantemente nos provê. Isto pode acontecer por meio de orações, oferendas e apreciação sincera de Suas dádivas materiais, repletas de divindade.
- Praticamos altruísmo como expressão completa do amor que sentimos, sempre prontos a ajudar, a não ferir, a nos sacrificar quando necessário. Isto inclui orar por aqueles a quem não possamos servir diretamente.

- Demonstramos compaixão pelo sofrimento alheio e damos nosso melhor ao evitar poluir ou desperdiçar recursos, ao mesmo tempo que acolhemos oportunidades de aliviar sofrimentos (como ao melhorar condições de vida, recolher lixo ou ajudar a reconstruir depois de um desastre).
- Conectamo-nos facilmente com outros seres e com a Natureza, já que o amor, a doçura divina e a paz brotam de nós e nos sentimos unidos a tudo. Estabelecemos relações de coração a coração.
- Confiamos que nossas necessidades serão atendidas e evitamos acumular e usar mais recursos do que o necessário.
- Permitimos que a sabedoria que surge do coração oriente nossas ações, para que estejamos prontos a fazer o que for mais necessário, a cada momento.

“O amor une uma pessoa à outra; junta duas coisas. Sem amor, o Universo é um vazio... Vida é amor; amor é vida. Sem Deus, na ausência de Deus, nada nem ninguém pode existir. Vivemos na e pela Vontade Divina. É ela que opera na forma de Amor em cada um de nós. É ela que faz surgir a prece: ‘que todos os mundos sejam felizes’, pois nos faz perceber que o Deus que adoramos e por quem vivemos está em todos os outros seres como Amor. Assim, o Amor se expande e envolve toda a Criação”. (SSS 11:39, 1981)



Como expressar seu amor pela Natureza?



NÃO VIOLÊNCIA

Não violência é a expressão natural do Amor universal. Inclui ausência de agressividade, suavidade, calma, gentileza e impulso para promover a paz. O princípio *“Ajudar Sempre; Ferir Jamais”* é a sua melhor descrição. Não violência é o resultado de pôr em prática os quatro valores restantes; é uma consequência natural de se desenvolver unidade e pureza de pensamento, palavra e ação. Ao praticar não violência, causamos o menor dano possível em todas as ocasiões e circunstâncias; somos impulsionados a aliviar os sofrimentos de todos os seres de maneira altruísta.

Não violência é uma virtude essencial para quem quer viver em harmonia com a Mãe Terra e se expressa melhor quando:

- Vivemos conscientes de nossa unidade e sabemos que qualquer mal feito aos outros também nos atinge.
- Percebemos o sofrimento causado pelo nosso uso excessivo de energia ou água, pela poluição do solo, água e ar e tentamos ao máximo evitar esses danos.
- Consumimos alimento vegetariano cultivado de maneira orgânica.
- Asseguramo-nos de que quaisquer produtos de origem animal que usemos venham de animais tratados com humanidade.
- Vivemos vidas simples e ecologicamente amigáveis como uma prática espiritual.

- Usamos produtos domésticos produzidos com ingredientes não poluidores e amigos do meio ambiente.
- Cuidamos do ambiente natural para que ofereça oportunidades a outras espécies, como aves e animais, de obter água, alimento e abrigo, em lugar de lhes impor sofrimentos.
- Demonstramos nossa força interior, opondo-nos de forma não violenta aos males causados aos demais e apoiamos ações que protejam o ambiente.
- Escutamos o apelo por socorro de qualquer ser, respondendo da melhor forma que possamos para aliviar seu sofrimento, numa ajuda direta ou com orações como *“que todos os seres em todos os mundos sejam felizes”*.
- Estamos prontos e somos capazes de cooperar com os demais no serviço altruísta pelo ambiente. Isto pode incluir coleta de lixo, plantio de árvores, cultivo de hortas orgânicas, criação de locais de descanso em áreas urbanas, produção e divulgação de informações sobre proteção ambiental e garantir que o lixo seja reciclado até o limite possível.

“Costumamos achar que não violência é não fazer mal a algum ser vivo. Não é só isso. Mesmo uma visão ruim ou dar ouvidos ao mal é violência. De fato, não violência significa não causar mal a ninguém através de sua visão, audição ou fala. O Buda disse que ‘Não violência é a Ação Correta Suprema’. Devemos entender não violência como ‘não causar qualquer mal a qualquer indivíduo por qualquer meio’”. (Summer Showers 1978)



Pense em como a prática dos outros quatro valores nos ajuda a adotar um comportamento não violento. De que outras formas práticas podemos observar não violência e ajudar a Mãe Terra?



ANOTAÇÕES



A series of horizontal dashed lines for writing, set against a background of light blue and green watercolor washes.

*“Amor como pensamento é Verdade.
Amor como sentimento é Paz.
Amor como compreensão
é Não violência.”*

(SSS XII, ch. 15)



© Organização Internacional Sathya Sai 2019
TODOS OS DIREITOS RESERVADOS