



AUF DER GRUNDLAGE  
DER UNIVERSELLEN LEHREN  
VON SRI SATHYA SAI BABA



# LEBE DIE FÜNF MENSCHLICHEN WERTE FÜR UNSERE MUTTER ERDE

WAHRHEIT ♦ RECHTES HANDELN ♦ FRIEDE ♦ LIEBE ♦ GEWALTLOSIGKEIT





## DIE FÜNF UNIVERSELLEN MENSCHLICHEN WERTE



Die fünf universellen menschlichen Werte Wahrheit, Rechtes Handeln, Friede, Liebe und Gewaltlosigkeit finden sich in allen großen Religionen, Glaubensrichtungen und spirituellen Philosophien der Welt, einschließlich indigener Kulturen und Traditionen, und in allen säkularen Gesellschaften. Sie repräsentieren die höchsten Ideale der Menschheit.

Wahrheit, Rechtes Handeln, Friede, Liebe und Gewaltlosigkeit sind die angeborenen Eigenschaften des Menschen. Wer das Bewusstsein für diese fünf Werte verliert, verliert seine Menschlichkeit.

Die fünf universellen menschlichen Werte sind in uns. Sie befinden sich in unserer Seele oder unserem Herzen. Das höchste Ziel der Erziehung und unserer menschlichen Erfahrung ist es, diese Werte von innen heraus zu entwickeln und sie in all unseren Beziehungen und Erfahrungen mit anderen Menschen sowie unserer Umwelt und der Natur (Mutter Erde) zu manifestieren. Auf diese Weise beginnen wir, die Wahrheit zu erkennen, dass wir in Wirklichkeit spirituelle Wesen sind, die eine menschliche Erfahrung machen.

Wenn wir unser Leben im Einklang mit den universellen menschlichen Werten leben, wird Mutter Erde erhalten und geschützt.

Um Mutter Erde zu schützen, müssen wir daher zuerst diese Werte verstehen und dann lernen, sie in allem, was wir denken und tun, zu praktizieren.







## WAHRHEIT

Die Wahrheit liegt kraftvoll in jedem von uns. Der Wert der Wahrheit basiert auf der Allgegenwart Gottes im gesamten Universum wie auch in uns selbst. Die Qualität eines Lebens in Wahrheit beinhaltet Glauben, Ehrlichkeit, Unterscheidung, Güte, Respekt, Demut und Integrität. Wahrheit ist ewig. Der Wert der Wahrheit ist unwandelbar im Laufe der Zeit, auch wenn wir sie nicht erkennen oder praktizieren. Wenn wir die Wahrheit erkennen und unser Leben danach ausrichten, funktioniert Mutter Erde und in der Tat das ganze Universum in Harmonie.

Die Wahrheit zu verstehen und zu praktizieren hilft uns, besser füreinander und für Mutter Erde zu sorgen. Wenn wir in der Wahrheit leben:

- Wissen wir, dass Gott als die unsichtbare dynamische Kraft oder das unsichtbare dynamische Bewusstsein existiert und die gesamte Natur und alle Wesen erhält.
- Spüren wir die Gegenwart Gottes in der Natur.
- Leben wir unser Leben so, dass wir das Göttliche in der ganzen Schöpfung wahrnehmen und erfahren. Ebenso in uns selbst, in allen anderen Menschen sowie in der gesamten geschaffenen Materie.
- Können wir weder der Erde und ihren Lebewesen noch den Gewässern, der Atmosphäre oder dem Boden Schaden zufügen, da wir die Allgegenwart Gottes erkennen.
- Verbringen wir Zeit in der Natur, nicht einfach nur, um ihre Schönheit und ihre Klänge zu genießen, sondern in Gemeinschaft mit ihrem Wesen oder ihrer Wahrheit.

- Verehren wir Mutter Erde, beten darum, sie besser kennenzulernen, und bitten um Vergebung für den Schaden, den wir ihr möglicherweise unwissentlich zugefügt haben. Das hilft uns, die Wahrheit der Natur zu erkennen, zu verstehen, dass wir alle eins sind und dass es in Gott nur Einheit gibt.
- Bringen wir unsere Gedanken, Worte und Taten in Einklang. Wir führen unsere Gespräche auf ehrliche Weise.
- Denken und sprechen wir nicht nur darüber, wie wichtig es ist, den Planeten zu schützen. Wir tun dies auch dann, wenn andere sich dessen nicht bewusst sind.
- Verstehen wir, dass die Wahrheit uns sagt, dass es in unserer Macht liegt, uns zu transformieren und zu erkennen, dass wir wirklich spirituelle Wesen sind, sodass wir uns weniger auf materielle Güter sondern mehr auf spirituelle Werte konzentrieren.

*„Zuallererst etabliere die Wahrheit in deinem Herzen. Dann werden die anderen vier menschlichen Werte: Rechtschaffenheit, Friede, Liebe und Gewaltlosigkeit in der Welt herrschen. Dann wird es in der Welt und in allen Menschen überhaupt keine Gewalt mehr geben, unabhängig von ihrer Religionszugehörigkeit. Und die Länder werden in Frieden und Harmonie leben.“*

(SSS Vol. 40:4, 2007)



**Wann hast du die Gegenwart Gottes in der Natur gespürt?**







Rechtes Handeln folgt dem Weg der Moral. Es ist gekennzeichnet durch Heiligkeit, gutes Verhalten, Verantwortung, Tugend und Stärke. Zu seinen Qualitäten gehören Gerechtigkeit, Sinneskontrolle, Ehrgefühl, moralisches Verhalten, Würde, Güte, Fairness, Sympathie, Einfachheit und ethisches Leben. Das Praktizieren des Rechten Handelns führt uns zu universeller Liebe, zur Einheit und dazu, uns als die göttlichen Wesen zu erkennen, die wir sind.

Rechtes Handeln bedeutet, in Übereinstimmung mit unserer eigenen Rolle als Menschen im Spiel der Schöpfung zu leben.

Alle Aspekte der Natur haben ihre eigene vorgeschriebene Rolle, aber die Menschen entscheiden sich manchmal dafür, ihren vorgeschriebenen Pflichten nicht nachzukommen. Aus diesem Grund wurden spirituelle Lehrer und Botschafter der Wahrheit geboren, um uns an unsere spirituelle Pflicht auch gegenüber der Natur zu erinnern und um uns zu zeigen, wie wir als moralische Wesen leben können. Wie die Wahrheit, so ist auch das Rechte Handeln unveränderbar und unzerstörbar im Laufe der Zeit.

Was bedeutet es für Mutter Erde, wenn wir dem moralischen Pfad des Rechten Handelns folgen?

- Wir anerkennen und dienen Gott, indem wir anderen und der Natur liebevoll und selbstlos zur Seite stehen.
- Wir versuchen, die Natur als eine Manifestation des Willens Gottes zu verstehen, indem wir stille, meditative Zeit an natürlichen Orten verbringen.
- Wir wissen, dass wir alles, was wir für Mutter Erde tun, für Gott tun.
- Wir leben mit einem Gefühl der Gerechtigkeit und wissen, dass alle Lebewesen von der Natur abhängig sind, seien es Tiere wie auch Pflanzen und unsere zukünftigen Generationen. Wir werden uns unserer Pflicht und Verantwortung als Hüter der Güte der Erde bewusst.
- Wir gehen sorgsam mit unseren Ressourcen

um, damit auch andere genug haben, und wir unterstützen Hilfsorganisationen, die für die weniger Glücklichen sorgen, sowohl für Menschen als auch alle anderen Wesen.

- Wir hören auf die Stimme Gottes in unserem Herzen (unser Gewissen) und handeln mit Liebe, Ehrfurcht, Dankbarkeit und der Fähigkeit, immer Gutes zu tun.
- Wir arbeiten daran, das Richtige zur rechten Zeit zu tun. Angesichts des Traumas, das wir Mutter Erde zugefügt haben, gibt es keinen besseren Zeitpunkt als jetzt, um in ihrem Sinne zu handeln.
- Wir setzen unseren Wünschen eine Grenze, sodass wir unseren Verbrauch an natürlichen Ressourcen einschränken, keine Nahrungsmittel verschwenden und das Geld und die Zeit, die wir gespart haben, dazu nutzen, anderen zu helfen.
- Wir sind uns der Auswirkungen unseres Handelns fernab unseres Wahrnehmungsbereichs bewusst und vermeiden es, die Erdatmosphäre und das Klima der Erde zu schädigen, indem wir unseren Energieverbrauch und unseren Kohlenstoff-Fußabdruck verringern.

Wenn wir Rechtes Handeln praktizieren, erleben wir die Freude, zu spüren, dass wir Mutter Erde helfen und nicht schaden. Unser Leben wird freier und fruchtbarer. Wege zu noch mehr Dienen öffnen sich, und wir nehmen unsere Verantwortung mit innerer Befriedigung wahr. Wenn wir auf diese Weise mit Gott gehen, werden unsere Lasten weniger schwer, und unsere Liebe strahlt heller. Letztendlich werden wir eins mit dem Einen hinter der Schöpfung, was Mutter Erde und allen Wesen noch mehr zugutekommt.

*„Eure Pflicht ist es, euch danach zu sehnen, das Bewusstsein des Einen hinter all dieser scheinbaren Vielfalt zu erlangen. Seid Zentren der Liebe, des Mitgefühls, des Dienens, der gegenseitigen Toleranz und seid glücklich, sehr, sehr glücklich.“*  
(SSS 11:28, 1971)

*„Was ist die Lehre, die aus der Achtung der Natur zu ziehen ist? Es ist ... Vortrefflichkeit in der Ausübung der Pflicht. Weil die Natur unaufhörlich ihre Pflicht erfüllt, ist die Welt in der Lage, so viele heilige Wohltaten zu empfangen.“*  
(Summer Showers:18, 1990)



**Welche anderen Möglichkeiten habt ihr, eure Pflicht zu erfüllen, Mutter Erde zu schützen?**





Friede in der Welt ist ein Zeichen dafür, dass die Schöpfung Gottes in Harmonie arbeitet. Friede in uns ist ein Zeichen dafür, dass wir Rechtes Handeln praktizieren und dass wir unsere Sinne und unseren Geist kontrollieren. Wenn wir den Frieden in die Tat umsetzen, erleben wir mehr Freundschaft, Ruhe, Harmonie, Gleichmut und Gelassenheit. Wir halten Gier, Zorn und Verlangen nach Besitztümern und materiellen Dingen in Schach und erfahren so den Frieden und die Freude des reinen Bewusstseins. In einem solchen Zustand sind wir in Einheit mit der Natur, der eigentlichen Verkörperung des Friedens.

Um den Wert des Friedens in unseren Beziehungen mit Mutter Erde zu kultivieren:

- Fördern wir Qualitäten des Friedens, indem wir Zeit in der Natur verbringen und die Lektionen des Friedens lernen, die die Natur lehrt.
- Suchen wir den Frieden und das Glück, das nicht aus materiellem Reichtum, Komfort und übermäßigem Konsum resultiert.
- Dienen wir als Vorbild für ein Leben in Frieden. Auf diese Weise helfen wir anderen, die Bedeutung der Suche nach Glück im Inneren und nicht in weltlichen Dingen zu erkennen. Ein solcher innerer Friede hilft uns, die Fülle der Natur für wesentliche Bedürfnisse zu nutzen.
- Erkennen wir unsere Einheit mit der Natur und üben uns in Gleichmut angesichts von Störfaktoren in der Außenwelt.
- Zeigen wir Dankbarkeit für alle Geschenke, die wir von der Natur erhalten. Wir zeigen dies durch Gebete, die Gott und die Natur als Spender und uns als dankbare Empfänger würdigen.
- Reinigen wir die Atmosphäre durch gute Gedanken, Gebete, hingebungsvolles Singen, Mantras und Meditation, was auch unser inneres Gleichgewicht im Einklang mit der Natur unterstützt.
- Setzen wir unseren Wünschen eine Grenze

mittels der Genügsamkeit, so dass wir die Gaben der Natur in Form von Nahrung, Zeit, Geld oder Energie nicht verschwenden.

- Sind wir unserer Pflicht treu, den Frieden innerhalb der Gemeinschaft der Menschen und damit in harmonischer Beziehung zu Mutter Erde und allen Wesen zu stärken; und sind wir besser in der Lage, ihnen zu dienen.
- Ertragen wir Triumphe und Tragödien mit Gleichmut. Dadurch sind wir besser darauf vorbereitet, anderen in Not zu helfen - insbesondere jenen, die durch Katastrophen geschädigt werden, die auf menschliches Handeln zurückzuführen sind, welches das Gleichgewicht der Natur beeinträchtigt.

Vor allem aber lehrt uns der Friede, mit dem glücklich zu sein, was wir haben (Zufriedenheit), und alle Schwierigkeiten, die auf uns zukommen, gelassen hinzunehmen. Der Friede hält uns stark und fähig, für die Wahrheit in der Welt einzutreten. Wir haben keine Angst davor, was andere über uns denken, wenn wir uns dafür entscheiden, die Erde mit Behutsamkeit zu betreten. Stattdessen entwickeln wir unsere innere Stärke und verzichten auf Handlungen, die Mutter Erde schaden könnten. Wir zeigen einen besseren Weg auf, einen friedlicheren Weg.

*„Frieden gibt es nicht auf der weltlichen Ebene. Friede kann nur in eurem Inneren gefunden werden, in euch. „Ich will Frieden“ besteht aus drei Worten. ‚Ich‘ ist das Ego, und ‚wollen‘ ist das Verlangen. Wenn ihr diese beiden entfernt, dann habt ihr Frieden.“*

(Sathya Sai Newsletter, 5 August 1988)



**Wie könnt ihr in eurem Alltag Zeit finden, um den Frieden der Natur zu erleben? Zum Beispiel, zu Fuß zu einem Ziel gehen, wenn möglich durch einen Park, und fernab von Verkehr und Lärm.**







## LIEBE

Liebe ist die Grundlage der gesamten Schöpfung, und sie ist die eigentliche Form Gottes. Sie entspringt als reine Freude auf natürliche Weise aus den Tiefen unserer Seele. Die Erfahrung der Liebe fördert unser Verständnis, dass alle eins sind, was bedeutet, dass wir eins sind mit der Natur, allen Wesen und Mutter Erde. Liebe ist selbstlos, universell und bedingungslos. Sie sucht keine Belohnung und kennt keine Angst. Sie dient als immer reine Quelle göttlicher Energie, die uns motiviert, all die anderen menschlichen Werte zu verwirklichen.

Liebe in Aktion wird durch Einheit, Mitgefühl, Empathie, Ehrfurcht und Respekt erfahren. Wenn wir aus Liebe zu Mutter Erde handeln:

- Verhalten wir uns in vollem Bewusstsein unseres Einsseins mit allen Wesen und Mutter Erde.
- Reflektieren wir Gottes Liebe in unserem Leben durch unsere Liebe zur Natur.
- Verbringen wir Zeit in der Natur, um uns wieder zu verbinden und die Wechselbeziehung und Verflochtenheit von allem zu erkennen.
- Spüren wir die überwältigende Schönheit und Fülle der Natur und bringen ihr unseren größten Respekt und unsere größte Ehrfurcht entgegen.
- Sind wir aufgefordert, selbstlos zu dienen und nicht nach den Früchten unseres Handelns zu trachten. Wir danken Mutter Erde für alles, was sie uns unaufhörlich zur Verfügung stellt. Dies kann geschehen durch hingebungsvolle Gebete, Opfergaben und aufrichtige Wertschätzung für ihre materiellen Gaben, die von Göttlichkeit erfüllt sind.
- Praktizieren wir Selbstlosigkeit als den vollen Ausdruck der Liebe, die wir fühlen; wir sind immer bereit zu helfen, nicht zu verletzen und wenn nötig Opfer zu bringen. Dazu gehören Gebete für das Wohlergehen

all jener, denen wir nicht direkt dienen können.

- Zeigen wir unser Mitgefühl für das Leiden anderer und tun unser Bestes, um die Verschmutzung oder Verschwendung von Ressourcen zu vermeiden, während wir gleichzeitig Gelegenheiten zur Linderung des Leids wahrnehmen (wie die Verbesserung des Lebensraums, das Einsammeln von Müll oder Unterstützung des Wiederaufbaus nach Katastrophen).
- Verbinden wir uns leicht mit anderen Wesen und der Natur, weil göttliche Süße, Liebe und Friede von uns in einer Weise fließen, dass wir uns eins mit ihnen fühlen. Wir bilden Herz-zu-Herz-Beziehungen.
- Vertrauen wir darauf, dass unsere Bedürfnisse erfüllt werden, und vermeiden es, mehr Ressourcen zu verbrauchen, als wir benötigen.
- Lassen wir die Weisheit, die aus unserem Herzen kommt, in unser Handeln einfließen, so dass wir jederzeit bereit sind, das zu tun, was am nötigsten ist.

*„Liebe bindet einen Menschen an einen anderen; Liebe bindet eine Sache an eine andere. Ohne Liebe ist das Universum nichts ... Leben ist Liebe; Liebe ist Leben. Ohne Gott, des Gottes beraubt, kann nichts und niemand existieren. Wir leben weiter und weiter durch den Göttlichen Willen. Es ist Sein Wille, der als Liebe wirkt, in jedem von uns. Er ist es, der zum folgenden Gebet auffordert: „Lasst alle Welten glücklich sein“; denn er macht uns bewusst, dass der Gott, den wir anbeten, der Gott, den wir lieben, der Gott, dem wir nachleben, in jedem anderen Wesen als Liebe lebt. So dehnt sich die Liebe aus und*



**Wie drückt ihr eure Liebe zur Natur aus?**





## GEWALTLOSIGKEIT

Gewaltlosigkeit ist der natürliche Ausdruck der universellen Liebe. Sie beinhaltet, nicht aggressiv, sondern beruhigend, wohltuend, besänftigend zu sein und als Friedensstifter zu dienen. Das Prinzip „Hilf immer, verletze nie“ beschreibt es am besten. Gewaltlosigkeit ergibt sich, wenn alle vier vorher dargestellten Werte in die Praxis umgesetzt werden. Sie ist ein natürliches Ergebnis von Einheit und Reinheit in Denken, Wort und Tat. Wenn wir Gewaltlosigkeit praktizieren, verursachen wir jederzeit und in jeder Hinsicht so wenig Schaden als möglich und lindern selbstlos das Leiden aller Wesen.

Gewaltlosigkeit ist eine wesentliche Tugend derjenigen, die in Harmonie mit Mutter Erde leben wollen. Wir drücken Gewaltlosigkeit am besten aus, wenn:

- Wir im Bewusstsein unseres Einsseins leben und wissen, dass jeder Schaden, den wir anderen zufügen, auch uns selbst Schaden verursacht.
- Wir uns des Leids bewusst sind, das wir verursachen können, wenn wir zu viel Energie oder Wasser verbrauchen oder wenn wir Boden, Wasser und Luft verschmutzen. Wir versuchen unser Bestes, um solchen Schaden zu vermeiden.
- Wir vegetarische Lebensmittel zu uns nehmen, die biologisch angebaut werden.
- Wir sicher stellen, dass alle tierischen Produkte, die wir verwenden, von Tieren stammen, die human behandelt wurden.
- Wir ein einfaches, umweltfreundliches Leben als spirituelle Übung führen.
- Wir Haushaltsprodukte verwenden, die aus umweltfreundlichen Inhaltsstoffen hergestellt werden und nicht umweltbelastend sind.
- Wir unsere Umwelt so bewirtschaften, dass sie Vögeln und anderen Arten die Möglichkeit bietet, Nahrung, Wasser und Unterschlupf zu

finden und dass sie nicht geschädigt werden.

- Wir unsere innere Stärke unter Beweis stellen, indem wir uns gewaltlos dagegen wehren, dass anderen Schaden zugefügt wird, und indem wir Aktionen unterstützen, die zum Schutz der Umwelt beitragen.
- Wir auf den Ruf hören, das Leid eines jeden Wesens zu lindern und so gut wie möglich zu handeln. Dies kann in Form von direkter Hilfe geschehen oder in Form von Gebeten wie: „Mögen alle Wesen in allen Welten glücklich sein.“
- Wir bereit und in der Lage sind, mit anderen im selbstlosen Dienst an der Verbesserung der Umwelt zusammenzuarbeiten. Dies kann das Einsammeln von Müll, das Pflanzen von Bäumen, der organische Anbau in Gärten, die Schaffung natürlicher Erholungsorte inmitten von städtischen Gebieten, das Schreiben und Verbreiten von Informationen über Umweltschutz und ein Beitrag zur Wiederverwertung von Abfall sein.

*„Wir sind allgemein der Auffassung, dass Gewaltlosigkeit bedeutet, einem Lebewesen keinen Schaden zuzufügen. Gewaltlosigkeit ist nicht nur das. Auch Schlechtes Sehen, Schlechtes Hören oder Schlechtes Sprechen ist Gewalt. Gewaltlosigkeit bedeutet wirklich, dass man niemandem durch Sehen, Hören oder Sprechen Schaden zufügen darf. Buddha sagte auch: „Gewaltlosigkeit ist höchstes Rechtes Handeln.“ Wir sollten Gewaltlosigkeit so interpretieren: „Keinem Individuum auf irgendeine Weise Schaden zufügen.“*

(Summer Showers 1978)



**Überlegt, wie das Einüben der ersten vier Werte uns hilft, zu gewaltfreiem Verhalten zu kommen. Welches sind einige konkrete Wege, wie wir Gewaltlosigkeit verwirklichen und Mutter Erde helfen können?**





## ANMERKUNGEN





*„Liebe als Gedanke ist Wahrheit.  
Liebe als Gefühl ist Frieden.  
Liebe im Verstehen  
ist Gewaltlosigkeit.“*  
(SSS XII, ch. 15)



© SATHYA SAI INTERNATIONAL ORGANISATION 2019  
ALL RIGHTS RESERVED