

Introducción

Este trabajo necesita ver el tema del cuidado y la paz para la Madre Naturaleza, para saber cómo mantener su cuidado y su importancia, porque hoy la humanidad está encerrada en una compleja crisis ecológica, con la degradación y el agotamiento del medio ambiente, y la humanidad no es consciente de la importancia de los recursos dados por la naturaleza para su propio bien. ¿Por qué la humanidad no se da cuenta de la gravedad de nuestra vida actual?

Durante demasiado tiempo creímos que los recursos naturales de los que disponíamos eran ilimitados, pero no nos dimos cuenta de que con el tiempo nuestras creencias se desvanecían y creíamos que la naturaleza podía sobrevivir por sí sola, pero hoy el impacto humano sobre el planeta es palpable y es urgente corregir estas ideas y cambiar las actitudes destructivas.

Nuestra naturaleza está formada por plantas, árboles, fauna, animales acuáticos, aves, ríos, océanos, arroyos, lagos, lagunas, pozos, cascadas, etc. El ser humano ha tomado estos recursos y les ha dado usos insostenibles, los ha explotado y ha contribuido a su mal uso, sacando lo mejor de ellos e ignorando todas las consecuencias que conllevan.

Los científicos afirman que sólo tenemos 10 años para cambiar nuestro estilo de vida y evitar que se agoten los recursos que nos quedan, pero seguimos malgastando todas las riquezas que se nos dieron hace siglos y no nos damos cuenta de lo importantes y cruciales que son para nuestra supervivencia. Con la llegada de las máquinas innovadoras y las nuevas tecnologías, la caza, la pesca y la agricultura han quedado relegadas a un segundo plano, y la humanidad ha pasado de una vida apacible a una vida ansiosa, esforzándose siempre por salir adelante y sin preocuparse por la destrucción de lo ya construido. Esto ha provocado la contaminación, la deforestación y la extinción de algunas plantas y animales que nunca volveremos a ver. Los problemas medioambientales a los que nos enfrentamos son el resultado de una serie de perturbaciones causadas por la actividad humana a lo largo de los años, pero los humanos siguen destruyendo cosas que no volveremos a ver dentro de unos años. Los países altamente industrializados son los más alarmantes debido a la acumulación de residuos de las actividades industriales, la contaminación del agua, el aire y el suelo, por lo que es muy importante hablar de este problema para ayudar y promover el cuidado y la paz de la Madre Tierra.

Desarrollo.

La naturaleza es un concepto muy complejo para la mente humana. Es algo profundo e intrigante que hace que el ser humano piense en su entorno, en su ambiente, en su entorno y, por tanto, también en sus orígenes. Pero al mismo tiempo se nos ha hecho tan familiar que le hemos restado importancia. En cuanto el hombre aprende qué es la naturaleza, surge una idea más compleja: la necesidad de averiguar qué es el mundo con la naturaleza, y si este mundo existe en nuestras vidas, en la sociedad y en nuestra conciencia.

Por naturaleza, me refiero esencialmente a todo lo que sostiene la vida, tanto la nuestra como la de otros seres vivos. Es un principio universal, la esencia de todo el funcionamiento natural que observamos en el mundo. Pero este concepto no es suficiente para formarse una idea de lo que se llama vida en paz con la naturaleza. El primer paso hacia este objetivo es comprender la importancia de la naturaleza en nuestras vidas y cómo afecta a nuestro entorno. Dado que la conciencia es comprender o ser consciente de algo como realmente es, en el caso de la naturaleza significa recordar que somos parte de ella y que, por tanto, está presente en cada uno de nosotros. Somos tan directamente dependientes de ella como cualquier otro ser.

Una vez que nos damos cuenta de esta realidad, tenemos que preguntarnos por qué tenemos que hacer las paces con la naturaleza. Si esta paz es necesaria, entonces hay un conflicto, un desequilibrio en nuestra relación con la naturaleza. Nuestro modo de vida le afecta, le perjudica o le es perjudicial. Por lo tanto, nuestro modo de vida contradice los componentes más básicos e importantes de la vida. Acciones graves

como la contaminación, el despilfarro, el abuso y el mal uso de los recursos que nos da la propia naturaleza hacen que el ser humano destruya la naturaleza.

A través de estas acciones, hay que encontrar la manera de reparar el daño que ha aumentado gradualmente. Es necesario contribuir a restablecer el equilibrio largamente perdido con la naturaleza y con nosotros mismos, al igual que es necesario sustituir muchos aspectos de nuestra vida. Realizar cambios significativos en beneficio del medio ambiente es lo que llamamos adaptación. Es necesario hacer ajustes para mitigar el daño que hemos hecho para proteger el medio ambiente y todo lo que representa. Este objetivo no puede alcanzarse sin cambios en nuestras actividades de la vida cotidiana.

Es necesario repensar todo lo que constituye un uso insostenible de los recursos y encontrar la mejor manera de utilizar lo necesario para nuestra vida y el funcionamiento de la sociedad, adhiriéndose a prácticas que no afecten a la naturaleza y siempre la beneficien. Ese ajuste podría consistir en gestionar mejor lo que tiramos, desarrollar nuevas formas de utilizar las energías renovables, racionalizar el uso de los recursos no renovables y, en general, tratar de inculcar en la sociedad la conciencia y el respeto por los valores de la naturaleza.

Esta importante labor debe aprovechar los avances de la ciencia y la tecnología en general para entender cómo se puede avanzar realmente en el establecimiento de un modo de vida que logre el equilibrio adecuado entre el ser humano y la naturaleza. Estos desarrollos científicos se denominan innovaciones en la vida cotidiana. El progreso científico puede conducir al deterioro o al progreso en la restauración de una naturaleza estable. Hoy en día, la tecnología ofrece innovaciones que tienen que ver con el desarrollo de medios para facilitar la vida cotidiana, pero también para mejorar nuestra relación con la naturaleza y avanzar en conocimientos y medios de desarrollo que al mismo tiempo contribuyan al bienestar del medio ambiente.

A veces parece que el cuidado de la Madre Tierra es algo que sólo unos pocos son capaces de hacer. Con cierto pesar, nos preguntamos: "¿Qué puedo hacer para detener el deterioro del planeta y la injusticia que me rodea?"

Puedes hacer muchas cosas pequeñas, la mayoría de las cuales implican cambiar los hábitos y ser capaz de pensar antes de actuar. Como la mejor manera de provocar el cambio en los demás es demostrar los beneficios del cambio en uno mismo, le mostraré algunos cambios que puede realizar con un esfuerzo razonable e incorporar de forma natural a su vida.

1. **Sustituye tus bombillas normales** por bombillas de bajo consumo o, mejor aún, por bombillas LED. Además de reducir los residuos, consumirás menos energía: una bombilla LED de 4 W equivale a una bombilla normal de 60 W.
2. Antes de comprar, mire la etiqueta: ¿cuál es el origen **del producto que voy a consumir**? Dé preferencia a los productos locales y nacionales; si el producto tiene orígenes más lejanos, considere si realmente lo necesita.
3. Echa un vistazo a tu armario y **considera si realmente necesitas añadir prendas esta temporada**. ¿Realmente necesitas 5 camisetas más? ¿Sabías que se necesitan 27.000 litros de agua para producir 3 camisetas de algodón?
4. **El ahorro de agua** y la entrada de **agua** en tu casa es uno de tus principales gastos energéticos; ¿el lavavajillas se desborda y la ropa que lavas está muy sucia o huele mal? Antes de pulsar el botón de encendido, piénsalo bien.
5. **Lleva una bolsa de mano** o de tela **cuando vayas a comprar**; así evitarás usar bolsas de plástico.
6. **Comienza tu propio huerto** que se adapte al espacio que tienes y al tiempo que puedes dedicarle.
7. ¿Está seguro de que no puede ir al trabajo en **transporte público o en bicicleta**? Si no tienes esa opción, ¿has pensado en compartir el coche con compañeros u otros trabajadores del complejo industrial? Ahorrará energía, reducirá la contaminación y favorecerá la fluidez del tráfico.

8. **Compra alimentos sin envasar**; ¿recuerdas cuando ibas a la tienda con tu abuela? Lo ponía todo en cestas, directamente de sus manos o de la balanza del vendedor, carne y pescado envueltos en papel; ¿realmente había que comprar setas en un plato de pavo real cubierto de film transparente?
9. Antes de comprar unos nuevos, averigua si tus bolsos y zapatos se pueden **reparar**: coserlos, sustituir las suelas y pintarlos puede dejarlos como nuevos.
10. **Transfiere tu ropa vieja**, sobre todo la de los niños; crecen rápido y muchas de tus prendas son nuevas; no las tires, dáselas a personas con niños pequeños y acepta la ropa que te pasen para tus hijos; la industria de la moda es una de las más contaminantes del planeta y suele estar vinculada a la explotación social de mujeres y niños.
11. Visita **mercadillos y mercados de segunda mano**, ofrece lo que ya no necesitas y busca lo que te hace falta; si no lo encuentras, siempre estás a tiempo de comprarlo.
12. **Comparte los cambios** que estás aplicando **con tu entorno** y explícales lo fácil que es animarles a seguir tu ejemplo y contribuir a un planeta más sostenible.

Es importante darse cuenta de que adaptarse a un modo de vida que nos beneficia a nosotros y a la naturaleza no es una tarea fácil. Sin embargo, lo más importante de esta tarea es empezar por tomar conciencia del problema. Una vez hecho esto, la sociedad puede aprender a conocerse a sí misma, aprender a adaptarse, aprovechar las innovaciones que ofrece la ciencia moderna y volver a vivir en verdadera paz con la naturaleza, consigo misma y con el medio ambiente, dejando así un mundo mejor para las generaciones futuras.

Conclusión

Es muy importante que nosotros, como maestros, cada uno de nosotros, nos demos cuenta de estos cambios, en lugar de seguir nuestro propio rumbo, nuestros propios intereses sólo para ser más grandes que los demás o para tener más que los demás, debemos cuidar lo más importante que nos ayuda a sobrevivir día a día, y eso es la naturaleza, que a lo largo de los siglos nos ha dado un entorno lleno de paz y armonía en el paisaje. Si no nos ocupamos de ellos, en algún momento cesará la existencia humana.

Cada cambio es como una gota de agua: se necesita el esfuerzo de cada individuo para que el mar se convierta en un océano y tenga el poder de provocar el cambio.