



**Ein Medizinstudent :** Ich bin gestresst. Es scheint, dass jeder Druck auf mich ausübt, meine Professoren, Eltern und meine Studienkollegen, um nur einige zu nennen. Ich möchte ein stressfreies Leben führen. Hilf mir.

**Amma:** Gibt es Leben ohne Stress? Die Schöpfung selbst ist nur möglich durch Druck. Wenn sich der Druck im Ozean nicht aufbauen würde, gäbe es dann Zyklone oder Regen? Ohne Druck im Mutterleib, könnte kein Kind geboren werden. Beobachte, und du wirst überall Druck finden.

Jeder Schritt, den du machst, braucht Druck. Das Verdauungssystem steht unter Druck, um dein Essen zu verdauen. Das Gehirn muss Druck ausüben, um einen Durchbruch beim Denken zu bewirken. Wenn du erkennen würdest, dass Druck Teil der Existenz ist, würdest du das Leben so akzeptieren, wie es ist. Wenn jedoch dieser Stress über deine Toleranz hinausgeht, kannst du zu mir beten. Ich werde dir helfen.

*Aus dem Buch "Amma – The Divine Mother" / "Die Göttliche Mutter"*

*Übersetzer: Gisele Fahrbach*