



## Identificación

**E**l problema no son los pensamientos.  
Ni siquiera el yo es el problema.

Entonces, ¿cuál es?...

El problema es identificarse con lo que surge en la mente.

No sirve de nada parar los pensamientos o detener el yo, porque ése no es el problema.

El sabio o iluminado - no es que no tenga yo o pensamientos  
sino que no se identifica con ellos.

Se trata de dejar la mente libre...

en su estado natural...

y desprenderse de la tendencia a identificarse con lo que sea que emerge.