

# Eu não sou ninguém

ང་སུ་ཡང་མ་ཡིན།

ཚོད་སུ་ཡིན།

ཁོང་སུ་རེད།

ང་སུ་ཡང་མིན།

མཇུག་ལ་ལངས་ནས་དགོང་དོ་སྐྱེས་མ་རྒྱུ་དབར་དུ།

ང་དང་། ངས་དང་། ང་ཡི་དང་། ང་ལ་དང་། ང་ཆེ། ང་བཟང་།

ང་མགོ། གྲངས་མེད་ཀྱི་ངར་འཛིན་ཡོད་དོ་ཅོག་ནི་ང་མིན།

ང་སུ་ཡང་མིན།

ང་ཀྱན་ལས་ཐར་པ་ཡིན།

ཀྱན་ལས་འདས་པ་ཡིན།

ང་ངོ་ཤེས་སམ།།

ང་སུ་ཡང་མ་ཡིན།།

འདས་པའི་སྐྱོ་སྐྱུག་ལ་འཛིན་ནས།།

ད་ལྟའི་བདེ་སྐྱིད་ཤོར་མཁན་ནི་ང་མིན།

མ་འོངས་པའི་མི་ལམ་དེད་ནས།།

ད་ལྟའི་འོར་བུ་བརྒྱུགས་མཁན་དེ་ཡང་ང་མིན།།

འབྲལ་མེད་སྐྱུག་གི་སྤང་པོ་ནི་ང་མིན།

ཟད་མེད་ལས་ཀྱི་ངལ་དུ་བ་ནི་ང་མིན།

སྐར་སྐོས་ཉིན་མེད་སྐྱོ་སྤང་ནི་ང་མིན།

རང་སྐྱོན་བརྗོད་པའི་ངག་དེ་ཡང་ང་མིན།།

ང་ངོ་ཤེས་སམ།

ང་ཡི་སྐད་གོ་འཕ།

ང་ཚོར་རམ།

ང་སུ་ཡང་མིན།།

ཟང་ཟང་འཁོར་བའི་ཁུར་པོ་ནི་ང་མིན།།

མ་རིག་སྐྱེས་པའི་བཙོན་ཁང་ནི་ང་མིན།།

ང་འཛིན་སྐྱུག་གི་བཙོན་པ་ནི་ང་མིན།།

Eu não sou ninguém

Quem é você?

Quem é ele?

Eu não sou ninguém.

Do alvorecer ao crepúsculo

Eu meu, meu, eu tão grande, tão bom, tão

elevado,

Infinitamente centrado em mim mesmo.

Tudo isso não sou eu.

Eu não sou ninguém.

Eu sou livre de todo eu,

Além de todas as coisas.

Você me conhece?

Eu não sou ninguém.

Preso em sofrimentos passados,

Perdendo alegrias do presente,

Isso não sou eu.

Perseguindo sonhos futuros,

Perdendo a riqueza do presente,

Isso não sou eu.

Eu não sou os dolorosos, inseparáveis

agregados,

A fadiga inexaurível, do Karma,

Tristeza que surge dia após dia,

Nem a crítica interna.

Você me reconhece?

Você me ouve?

Me sente?

Eu não sou ninguém.

O peso dos assuntos samsáricos não sou eu,

Nem sou a prisão da ignorância sombria.

Eu não sou prisioneiro da miserável autofixação

Nem uma decadente vida humana egoísta.

ང་བོས་འཕུང་པའི་མི་ཚོ་ནི་ང་མིན།།

གསོ་དཀའ་བའི་སྤྲིང་གི་སྒྲ་དེ་ང་མིན།།  
ཡལ་དཀའ་བའི་སེམས་ཀྱི་བྱུག་དེ་ང་མིན།།  
དྲག་དཀའ་བའི་ལྷས་ཀྱི་ནད་དེ་ང་མིན།།  
ཚོ་ཟད་པའི་དུར་སའི་བུར་དེ་ཡང་ང་མ་ཡིན།།

ང་ངོ་ཤིས་སམ།།  
ང་སྲ་ཡང་མིན།།  
ང་ཡི་སྐད་གོ་འམ།།  
ང་ཚོར་རམ།།

ང་སྲ་ཡང་མིན།།

གཞན་སྤོན་མཐོང་བའི་མིག་ནི་ང་མིན།།  
རང་གི་ཡོན་ཏན་མི་མཐོང་བའི་ལོང་བ་ནི་ང་མིན།།  
སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཆལ་གཏམ་ཉམ་པའི་ན་བ་ནི་ང་མིན།།  
ཕ་མའི་སྤྲིང་གཏམ་མི་ཐོས་པའི་འོན་པ་དེ་ཡང་ང་མ་ཡིན།།

རྒྱུང་དུས་འཚར་ལོང་ལ་སྐྱུག་ཞིང་།།  
ཚེ་དུས་ཀྣམ་པ་ལ་མི་དགའ་མཁན་དེ་ཡང་ང་མིན།།  
འཇིགས་རྟེན་འདི་ན་སྐྱེ་བ་ལ་ནི་དགའ་ཞིང་།།  
འདི་ནས་ཕྱི་མར་འཕོ་བ་ལ་མི་དགའ་མཁན་དེ་ཡང་ང་མ་ཡིན།།

ཕྱི་ཡི་རྫོག་གྲ་བཙལ་ནས།།  
ནང་གི་ཞི་བདེ་ཤོར་མཁན་ནི་ང་མིན།།  
དཀའ་བའི་ལས་ལ་ཞེན་ནས།།  
སྤྲོ་བའི་དངོས་གྲུབ་ཤོར་མཁན་ནི་ང་མིན།།  
མི་ཐོབ་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱུས་པ་བཙལ་ནས།།  
ཐོབ་པའི་མི་ཚའི་ཚོར་གསུང་ཤོར་མཁན་དེ་ཡང་ང་མ་ཡིན།།

ང་ངོ་ཤིས་བསམ།།  
ང་སྲ་ཡང་མ་ཡིན།།

གསོན་དུས་འཆི་བ་ལ་འཇིགས་ནས།།

**O coração irreparavelmente partido não sou eu.  
Nem a angústia inconsolável,  
A doença física terminal,  
Ou o cadáver na sepultura de uma vida esvaída.**

**Você me reconhece?  
Eu não sou ninguém.  
Você me ouviu?  
Me sente?**

**Eu não sou ninguém.**

**Olhos que olham a culpa dos outros não são eu,  
Nem a cegueira que não vê minhas próprias qualidades,  
Ouvidos que escutam fofocas,  
Ou a surdez para os conselhos do coração dos meus pais.**

**Ansioso para envelhecer enquanto jovem  
E agora tristemente envelhecido – Eu não sou isso.  
Eu também não sou aquele feliz com essa vida  
Que odeia seguir em frente para a próxima.**

**Eu não sou alguém que perde a paz interior  
Procurando por problemas externos,  
Nem alguém que perde obtenções agradáveis  
Em apego à lutas pesadas.  
Eu não sou alguém que perde amigos de longa data  
Perseguindo após o amor temporário e inatingível.**

**Imagine me conhecer.  
Eu não sou ninguém.**

མི་ཚེ་དེ་འཇུག་མཛད་མཁོར་མཁན་ནི་ང་མིན།།  
འཆི་ཁར་གསོན་པོ་ལ་ཆགས་ནས།།  
ཕྱི་མའི་ཐར་ལམ་ལོར་མཁན་དེ་ཡང་ང་མིན།།

ང་སུ་ཡང་མ་ཡིན།  
ང་གངས་མེད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་མིན།  
ང་མི་སྐྱུག་པའི་ཀས་པ་མིན།  
ང་ངེས་མེད་ཀྱི་ན་བ་མིན།  
ང་ངེས་པའི་འཆི་བ་དེ་ཡང་ང་མ་ཡིན།  
ང་སྐྱེ་ན་ན་འཆི་ཀྱན་ལས་ཐར་པ་ཡིན།།

ང་ངོ་ཤིས་སམ།།  
ང་སུ་ཡང་མིན།།

མ་འབད་ན་ང་ཐོབ།།  
མ་བཏུ་ན་ང་མཐོང་།།  
མ་ཉན་ན་ང་གོ།  
མ་འཇིན་ན་ང་རྟོགས།།

ང་རང་སར་བཞག་ན།།

བདེ་སྤོང་གི་ཉམས་སུ་སྤོངས་བའི་ལུས་ཡིན།།  
དག་པའི་ཞིང་ཁམས་མཐོང་བའི་མིག་ཡིན།།  
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབྱངས་ཐོས་པའི་རྩ་བ་ཡིན།།  
ལྷན་མེད་ཀྱི་བྱམས་བཅེ་ཚོར་བའི་སྤྲིང་ཡིན།།  
མ་བཅོས་ཀྱི་དག་གི་གཞི་ཡིན།།  
མ་འགག་ལྷན་གྲུབ་ཀྱི་རྩལ་ཡིན།།  
མ་སྐྱིབ་འོད་གསལ་གྱི་མདངས་ཡིན།།  
ཉོན་མོངས་རང་གོ་ལྱི་ཐབས་ཡིན།།  
ཉམས་རྟོགས་རང་ཤར་གྱི་སྐོ་མོ་ཡིན།།

ང་ངོ་ཤིས་སམ།  
ང་ཡི་སྐད་གོ་འམ།  
ང་ཚོར་རམ།  
ང་འདི་ན་ཡོད།

**Eu não sou alguém que perde seu sorriso aqui e agora  
Ao ver a morte enquanto estou vivo.  
Nem alguém o caminho para a liberdade posterior.  
Em apego à viver enquanto se está morrendo.**

**Eu não sou ninguém -  
Nem meus renascimentos incontáveis,  
Nem meu envelhecimento iminente,  
Nem minhas dores e mágoas indeterminadas  
Nem minha morte certa.  
Eu sou livre de nascimento, envelhecimento, doença e morte.**

**Você me conhece?  
Eu não sou ninguém.**

**Eu encontro a minha verdadeira natureza quando não tento.  
Eu me vejo quando não olho.  
Eu me compreendo quando não estudo.  
Eu me percebo quando não penso.**

**Quando eu me aquieto naturalmente em mim mesmo,**

**Eu sou um corpo vivenciando a bem-aventurança vazia,  
Olhos que contemplam campos búdicos puros.  
Ouvidos que escutam a harmonia da sabedoria primordial,  
Um coração que sente a verdadeira bondade amorosa.  
Eu sou o solo natural da pureza primordial.  
A energia da presença espontânea sem bloqueios,  
O brilho desobscurecido da luminosidade,  
O método que autolibera as aflições,  
A porta de entrada para a experiência e realização espontâneas.**

**Você me reconhece?  
Me ouve?  
Me sente?  
Eu estou aqui,**

