

## Traducción del texto del vídeo “What about me” (Mipham)

¿Y yo qué?

(Cartel de la tienda de fondo: “sueños a 99 céntimos”)

¿Y yo qué? Ese es mi primer pensamiento cada mañana. ¿Qué me ha pasado a mí? Es mi último pensamiento cuando me voy a dormir.

¿Esto me ha llevado a algún lugar, tengo más amigos, más amor, soy más feliz? Tendría que ser así, de hecho ahora mismo tendría que ser muy feliz, porque repito ese mantra cada día. En realidad me da vergüenza, porque repito ese mantra todo el día, como el latido de mi corazón: ¿Y yo qué? ¿Y yo qué?

Cuando me ducho, pienso, “¿Y yo qué?”, espero que esta ducha me haga sentir bien, espero que este beso me haga ser feliz, espero que esta comida me haga feliz, espero que esta ropa me haga sentir feliz, espero que este Donut, que este café, que esta nueva aventura amorosa, que este nuevo trabajo... me hagan feliz... ¿Y yo qué?

Esta nueva práctica espiritual esta nueva película, este nuevo CD me hará feliz...  
¿Y yo qué? (más feliz, más alegría...)

Esta nueva ciudad, este país nuevo, este planeta nuevo, este nuevo universo, me hacen feliz.  
¿Sabes qué? Nada de todo esto te va a hacer feliz, a no ser que hagas algo muy sencillo: cambiar “yo” por “lo de los demás”.

Levantémonos por la mañana y rompamos con los hábitos anteriores y empecemos a pensar “Ojalá que tú seas feliz”, “deseo que seas feliz”.  
¿Y los demás qué?

Me levanto pensando en los demás, me duermo pensando en los demás, y esto me trae mucha más alegría, mucho más amor, mucha más felicidad.

“Ojalá que este beso te haga feliz, ojalá que pueda hacerte feliz”, pienso cuando me ducho, cuando hago la cama, cuando bailo.

“Ojalá pueda hacerte feliz” pienso cuando te doy el mando a distancia, cuando estoy sentado solo en un banco del parque, cuando siento el sol y la brisa, ojalá pueda hacerte feliz.

Que esta mirada te ayude, que cuando te miro a los ojos te haga feliz.

¿Sabes qué? Cuando tú eres feliz, yo soy feliz. Esa es la fórmula mágica, primero tú y después yo. Eso es la felicidad, ese es el corazón que es libre de verdad.