

CRISTO Y BUDA

ESPÍRITU Y MENTE

FEDERICO DE SÁNCHEZ

ÍNDICE

PRÓLOGO	7
INTRODUCCIÓN	9
PRESENTACIÓN.....	11
PRIMERA PARTE: BUDA EL ILUMINADO	
LA LUZ DE LA MENTE	13
I. Siddharta medita.	16
II. De hombre a Buda.	22
III. El proceso de iluminación de Siddharta	28
IV. La vida de Gautama	30
V. Fenómenos mágicos y milagrosos	47
VI. La maravillosa enseñanza de Buda	53
VII. Parábolas de Buda	62
VIII. Textos del Dhammapada	77
IX. Sinopsis de la doctrina de Buda	82
SEGUNDA PARTE: JESÚS DE NAZARET	
EL CRISTO LA LUZ DE DIOS.....	85
I. Genealogía de Jesús	90
II. Jesús y los esenios.....	92
III. Jesús y los Evangelios	108
IV. Evangelios canónicos.....	114

V. Evangelios gnósticos	121
VI. Evangelios apócrifos	123
VII. La boda de Caná. El comienzo del viaje público	125
VIII. Jesús de Nazaret. La sabiduría universal	127
IX. La maravillosa enseñanza de Cristo	143
X. Parábolas de Cristo	171
XI. María Magdalena, apóstol de los apóstoles	196
XII. La enseñanza desconocida del maestro nazareno	203
EPÍLOGO	213
AGRADECIMIENTOS	215
ANEXO. BREVE GLOSARIO DE TÉRMINOS BUDISTAS	217

PRÓLOGO

Federico Sánchez, gran teólogo y estudioso de religiones con gran inquietud por la vida espiritual y un afán de ponerse a disposición de todo aquel que quiera encontrar en él una ayuda, un consejo y muchos textos esclarecedores sobre estos temas, aparte de su gran actividad social, siempre a la cabeza de organizaciones y sociedades encaminadas a la ayuda del alma, de las personas... nos presenta hoy un ambicioso proyecto en forma de libro en el que nos introduce en la vida y las enseñanzas de Buda y de Jesús con impecables fuentes de gran erudición personal e independencia.

Para las almas dormidas esta lectura será un placer y un consuelo. Para las medio despiertas será un amanecer y un terminar de despertar. Para las ya despiertas será un sentimiento de bienvenida y una iniciación a la auténtica verdad.

El autor ha consumido, digerido y finalmente masticado y entregado gran cantidad de conocimiento en un lenguaje fácil para el lector medio, que sin gran esfuerzo puede asimilar estas dos grandiosas biografías con todo su contenido metafísico en párrafos de fácil y agradable lectura y comprensión.

En la semblanza de Buda nos introduce en la fascinante historia de este gran personaje y nos hace interesarnos no solo por su vida y auto sacrificio, sino por conclusiones a las que no somos capaces de llegar por nosotros mismos,

Federico nos las presenta de forma muy asequible, acercándonos a la idea de que «el maestro aparece cuando el alumno está preparado» y a la gran esperanza de que «todo está ya dentro de nosotros».

Después nos lleva de viaje por el pueblo judío, haciendo entender la diferencia entre esenios, fariseos, saduceos y zelotes. Consigue desmarcar a Jesús de este pueblo elegido y lo universaliza a toda la humanidad. Nos introduce con facilidad en el tema de los esenios y nos relata el descubrimiento de los documentos del mar Muerto. Realiza una síntesis objetiva de los Evangelios, desgranando de forma magistral los Evangelios canónicos, los gnósticos y los apócrifos, sintetizando de forma magistral y amena todo este cúmulo de información. Le da el lugar histórico que le corresponde a la figura de María Magdalena y habla de María, la madre del Salvador, dejando finalmente muy claras las diferencias entre el Jesús de la historia y el Cristo de la fe...

Y, como consecuencia de todo ello, la unificación de estos dos personajes de una forma clara y didáctica.

DRA. M^a ISABEL HERASO

Presidenta de la Fundación Internacional del Dolor.

Jefa de servicio de la Unidad del Dolor
del hospital San Francisco de Asís de Madrid

INTRODUCCIÓN

Escribir la introducción de este nuevo libro de mi gran amigo Federico Sánchez representa todo un reto. No me resisto a afrontarlo porque ante todo deseo agradecerle esta deferencia hacia mí, cuando sé perfectamente que él cuenta con un amplio círculo de importantes amistades con un profundo conocimiento en la materia que estarían encantadas a atender tal ofrecimiento. Haciendo pues un esfuerzo de tipo espiritual, pues si fuera de carácter físico creo que sería más sencillo para mí, voy a poner un negro sobre blanco en las primeras páginas del libro de Federico.

Se nos plantean dos nombres y dos conceptos a comparar. por un lado Cristo y Buda, y por otro, espíritu y mente.

Empezaré primero por el binomio Cristo y Buda, dos de los nombres más conocidos de la humanidad, pues personifican las dos religiones más importantes de la historia, el budismo y el cristianismo, a su vez raíz de las culturas occidental y oriental. No son antagónicas, sino que guardan relación por cuanto su mensaje viene a ser el mismo: el culto a lo espiritual y una vida más allá de la muerte física.

En cuanto al otro binomio, espíritu y mente, no cabe duda de que ambos conceptos también guardan estrecha relación, pues pueden parecer sinónimos que se circunscriben a la psique humana. Sin embargo yo diría que la diferencia estriba en que la mente es producto de la actividad cerebral que permite al ser humano su desenvolvimiento en el mundo terrenal, esto es el plano físico tridimensional, mientras que el espíritu, al que también llamamos alma, trasciende lo mate-

rial y puede continuar existiendo en otro plano dimensional. En la actualidad, alma y espíritu, que desde siempre han sido conceptos religiosos, se empiezan a denominar por la ciencia supraconciencia. Y ello tras los estudios realizados en las últimas décadas por destacados médicos e investigadores de lo que se conoce como ECM (Experiencias Cercanas a la Muerte). Estas investigaciones corroboran que tras la muerte clínica no se llega a perder el grado de conciencia y que la energía se mantiene y perdura en otra dimensión.

En consecuencia, los dos binomios constituyen uno solo, pues tanto Jesucristo como Buda predicaron la existencia de vida después de la muerte, sin poder demostrarlo de forma empírica, sino como cuestión de fe. Ahora, en pleno siglo XXI, ya no es necesario ser un mero creyente; basta con estudiar lo que la ciencia nos revela sobre la física cuántica.

Al autor de esta obra lo conozco desde hace más de 30 años, precisamente por su inquietud en comunicar sus conocimientos e inquietudes. Es así como, fruto de esta amistad, Federico llegó a involucrarse en mis propios proyectos, llegando a ser director de comunicación de la Academia Española de la Radio, que empezaba a dar sus primeros pasos a finales de los años 90. En la actualidad dirige y presenta dos programas en Radio España.

Sirvan estas líneas para justificar la introducción a la obra, en la confianza de que el lector sabrá sumergirse con expectación y podrá lograr una satisfactoria dosis de aprendizaje sobre dos personalidades que han marcado el rumbo de la humanidad.

JORGE ÁLVAREZ

Presidente de la Academia Española de la Radio.
Director general de Radio España

PRESENTACIÓN

Hacer una presentación de Federico Sánchez, reconocido humanista con amplios conocimientos relacionados con el terreno espiritual, entendido como realidad vivencial y práctica, es motivo de satisfacción para quien esto escribe. Sobre todo por la valía profesional y personal del mencionado autor.

Federico, colaborador habitual con sus preciadas columnas en *El Cierre Digital*, nos obsequia en estas páginas con un contenido repleto de interés, aportando las claves de interpretación de dos personajes esenciales de la historia de la humanidad que dan título a esta obra: *Cristo y Buda. Espíritu y mente*, dos realidades complementarias, como manifiesta claramente el autor en este libro.

En él se presentan aspectos desconocidos sobre realidades no tratadas en otros volúmenes, aportando una frescura y dotes de investigación histórica reseñables. Por ello es motivo de satisfacción personal poder colaborar con estas líneas en una obra que, con total seguridad, no dejará indiferente al lector.

En su texto, Federico Sánchez, escritor con amplia experiencia radiofónica en la conducción de programas especializados en salud integral, enigmas, misterios y teatro, deja constancia de su formación filosófica y teológica, abordando con naturalidad cuestiones que pudieran resultar difíciles de desarrollar y explicar.

Personalmente suelo transmitir a mis alumnos de la Universidad Rey Juan Carlos de Madrid que el periodista es

su firma, su credibilidad, pues en el momento en que perdemos esta lo perdemos todo.

Principios que comparte mi amigo y colaborador Federico Sánchez, quien sabe reflejar de manera ética, a través de sus artículos y libros, el sentido de responsabilidad que debe ser ejercido cuando tenemos la oportunidad de escribir y hablar desde cualquier plataforma social.

Sirvan estas breves reflexiones, escritas desde el profundo respeto y cariño hacia su figura, como un modo de presentación de un hombre lleno de ilusiones y esperanzas, que sabe transmitir las a través de su buen oficio como escritor y, sin duda, como comunicador social.

JUAN LUIS LÓPEZ-GALACHO PERONA

Director de *El Cierre Digital*

PRIMERA PARTE

BUDA EL ILUMINADO

LA LUZ DE LA MENTE

«Es muy difícil exponer una religión, sobre todo una religión que uno no profesa. Creo que lo importante no es que vivamos el budismo como un juego de leyendas, sino como una disciplina; una disciplina que está a nuestro alcance y que no exige de nosotros el ascetismo. Tampoco nos permite abandonarnos a las licencias de la vida carnal. Lo que nos pide es la meditación, una meditación que no tiene que ser sobre nuestras culpas, sobre nuestra vida pasada. La transmigración, que para nosotros es un concepto ante todo poético. Lo que transmigra no es el alma, porque el budismo niega la existencia del alma, sino el Nirvana, que es una suerte de organismo mental, que transmigra infinitas veces. En el Occidente esa idea está vinculada a varios pensadores, sobre todo a Pitágoras. Pitágoras reconoció el escudo con el que se había batido en la guerra de Troya, cuando él tenía otro nombre. En el décimo libro de La República de Platón está el sueño de Er. Ese soldado ve las almas que antes de beber en el río del Olvido, eligen su destino. Agamenón elige ser un águila, Orfeo un cisne y Ulises –que alguna vez se llamó Nadie– elige ser el más modesto y el más desconocido de los hombres».

JORGE LUIS BORGES

*«Buda no era un Dios, sino un ser humano como tú y yo, y
sufrió igual que nosotros. Si nos acercamos a Buda con el
corazón abierto, nos mirará con ojos llenos de compasión y
dirá: 'Como en tu corazón hay sufrimiento, puedes entrar
en mi corazón'».*

THICH NHAT HANH

BUDDHA

*El palacio en sombra
Enseña brumoso sus oros bruñidos
La cálida noche derrite sus tules
Entre las estrellas rojizas y azules
Lloran los chacales en junglas perdidos.*

*En el estanque lotos sangrientos
Lirios de agua, palmas, umbrías
En los jardines altas palmeras
Se inclinan lánguidas y severas
Acompasando sus melodías.*

*Dulces magnolias majestuosas
Dan su fragancia sobre las cosas.
Noche de luna. Raro consuelo.
Arturo llora su luz de cielo
Flores, divinas... Piedras, preciosas.*

*Abriole la puerta de calma infinita
después esfumose. Siddharta medita.
Una voz celeste suave musita
«Tú eres Tathagatha, puro, sin igual».*

*En fondos dorados entre rosas blancas
Lució sus encantos la diosa Verdad
El iluminado quedose hierático
Aspirando triste un perfume enigmático
Que manaba lento de la eternidad.*

*El cuerpo sin alma subió al aposento
Yashodara y el niño dormían
Siddharta sintió un agobio violento
Corazones en sombras yacían...
Grave palpitaba el firmamento.*

*Se arrancó la flecha que le lanzó Mara
Traspasando salió de la estancia
Dulce el corazón se durmió en la fragancia
Que la luz del cielo le dejara.
Y marchó con la Bienaventuranza*

*Siddharta solloza. El palacio lejano
Enseña entre ramas sus oros bruñidos
La cálida noche derrite sus tules
Entre las estrellas rojizas y azules.
Lloran los chacales en junglas perdidos.*

FEDERICO GARCÍA LORCA¹

1 Poema inédito escrito cuando Federico García Lorca tenía 20 años. El manuscrito pertenece a la colección de la Casa-Museo de Fuentevaqueros, casa natal del poeta. Todavía resuena en mis oídos la forma magistral de recitarlo de mi querido hermano espiritual Miguel Ángel Calle (†), extraordinario rapsoda y poeta.

I. SIDDHARTA MEDITA

Vamos a sumergirnos en un tiempo pretérito. Nuestro personaje experimenta una extraña sensación; un profundo recuerdo invade todo su ser. Sus vivencias salen de su mente, tomando la forma de palabras que golpean su realidad, su existencia.

Recuerdo mi origen como Siddharta Gautama, príncipe del reino de Kapilavatthu, a los pies de los majestuosos Himalayas. Estoy cercano a los 80 años. Mi memoria revive el pasado en mi bello palacio, con una habitación acogedora, amplia, agradable, decorada con belleza y armonía. ¿Qué me pasó? ¿De dónde vino una inquietud permanente, un gran desasosiego? ¡Soy un príncipe y me siento tan solo, aturdido y perdido! Mi salida de palacio, por la noche, como si fuera un ladrón, fue muy dura. Me sentí mal, confuso, con una extraña sensación de aturdimiento que invadió todo mi cuerpo, mi ser.

Mi amada Yashodharā, mi bella esposa, está durmiendo junto a nuestro hijo Rahula. Los observo con dulzura; una infinita sensación de amor invade y sacude mi cuerpo, mi alma. Aun así me siento extraño, distante. Algo en mi interior se ha desplazado desde mi último regreso a palacio. No sé qué me pasa, pero tengo claro que no soy el mismo hombre de hace unas semanas. Mi ser interior experimenta tristeza, melancolía y desesperanza. Mi querida Yashodharā lo percibe con claridad; a ella no puedo engañarla.

No soy feliz... No lo soy, aunque aparente serlo... Necesito calmar mi sed de búsqueda ¿Qué búsqueda?

No lo sé... Aunque intuyo que he iniciado un camino –duro camino– que me lleva a dejar atrás demasiadas cosas agradables y placenteras. Siento una fuerte opresión en el centro del pecho.

Sé que no es nada negativo, malo, ni está relacionado con mi cuerpo físico. ¿Entonces? ¡Ah...! ¿Quién soy? ¿Quién es Siddharta Gautama? Soy real, puedo tocarme y sentirme. Pero ¿qué es real y qué no lo es? Mi mente me presenta demasiadas preguntas, problemas o preocupaciones. Sí, mi mente. ¿Cómo podré serenar mi mente, calmar el profundo malestar que invade mi personalidad?

Respiro... larga y profundamente; consigo, por unos instantes, calmar la inquietud que me domina. No puedo seguir así. No puedo permanecer por más tiempo en esta cárcel palaciega: tengo que tomar una decisión y ser valiente para llevarla a ejecución. Intuyo que estoy en el inicio de un camino sin regreso. Hoy, en este preciso instante, mi vida ha cambiado radicalmente. Sé lo que debo hacer... y no va a ser nada fácil. Necesito liberarme. ¿Liberarme de qué? ¿Por qué? ¿Para qué?

Una vez más, mi mente plantea simultáneamente demasiados interrogantes. ¿No será mi mente la causa de mi dolor, de mi sufrimiento? ¿Estaré apegado a mi mente? Sí. Aquí reside la clave de mi profundo sufrimiento: mi mente. ¿Pero qué puedo ser sin ella, sin su compañía y apoyo? Debo poner en orden mi universo emocional. La vida fluye, se desenvuelve y presenta de forma inesperada. Todo es inestable, cambiante, mutable, impermanente. Hoy soy joven, pero un día seré viejo; hoy tengo salud, pero pasado un tiempo estaré enfermo; hoy me siento vivo, pero mañana no lo estaré. ¡Qué vacío ante la certeza de que, más tarde o tempra-

no, dejaré esta envoltura carnal –agradable, fuerte, vital– para no ser más que una huella –débil huella– en el recuerdo de los hijos de mis hijos!

¿Cuál es el sentido de mi existencia? ¿Seré una débil semilla que apenas dará un fruto inmaduro? Mi mente me manipula de manera directa, sin que sea consciente de esta realidad. ¿Dónde podré aferrarme para construir mi nueva vida? La religión nunca ha calmado mi sed de verdad. No creo en realidades alejadas de mi vida, de mi ser. No, en ella no está la respuesta que busco y necesito encontrar: lo sé con absoluta certeza.

Y Siddharta inició su largo camino espiritual a la búsqueda de la fuente de toda verdad y sabiduría. Sin ser plenamente consciente de su situación, nuestro protagonista alcanzará la iluminación, que más tarde mostrará y enseñará al resto de la humanidad.

Hoy, me siento plenamente libre; me reconforta saber y poder experimentar que soy un hombre renacido, nuevo. Atrás quedaron mis máscaras, mis caretas llenas de miedo, angustia o dolor innecesario. ¡Cuánto dolor innecesario he padecido! Hoy, aquí y ahora, me libero de mis ataduras mundanas, elevándome sobre mi naturaleza. Por ello puedo afirmar: «Constructor de la casa, estás descubierto; ya no edificarás más sobre estos pilares, me he liberado de ti, del infinito deseo de vivir, de ser, de la rueda incesante de eternos nacimientos, de nacer para volver a renacer».

El deseo mata todo avance espiritual. El deseo es una profunda herida abierta que sangra sin cesar, que no puede ser cortada, de imposible cicatrización.

El deseo es el enemigo mortal del renacimiento espiritual. Muchas vidas he recorrido hasta poder descubrir al constructor de la casa, de mi casa terrenal, efímera, transitoria y llena de inquietudes, preocupaciones. Sí, hoy puedo sentir que he liberado mi esencia del yugo del deseo insaciable que nunca es colmado, ni puede ser satisfecho, ni saciado. El deseo está profundamente emparentado con el apego, de querer seguir siendo algo que nunca fue, pretender alcanzar una meta inalcanzable, que siempre vuelve a mostrarse esquiva y terrible. Hoy asumo que mi iluminación es una firme realidad, ya que me he liberado de las mayores ataduras que una persona puede tener: su mente. Mi mente se ha liberado del dolor, del sufrimiento, del apego, del deseo de ser algo que nunca fui o seré. Mi mente se ha convertido en una poderosa lámpara que ilumina mi vida. Por ello ahora puedo ver con la claridad del corazón y puedo afirmar que existe un camino para liberarnos del apego y del deseo insaciables. Puedo afirmar que el dolor en la vida es inevitable, pero que el sufrimiento es plenamente opcional. Será mi primera afirmación como iluminado. Hoy escojo el nombre de Budda, el iluminado, quien ha descubierto la verdadera naturaleza del ser humano. ¡Cuánto tiempo ha tenido que pasar! ¡Cuánta energía desperdiciada!

Vivir es una experiencia llena de posibilidades para despertar, estar lúcido y afrontar la cotidiana realidad de forma constructiva y positiva.

La vida es negación: de uno mismo, del otro, de todo y de todos. La vida es dolor, sufrimiento, pero también es esperanza de lograr alcanzar la verdadera meta de ser libre y conseguir que la mente sea mi verdadera amiga y aliada. Reconozco –al mirar atrás– el

esfuerzo que he tenido que afrontar y soportar. Sé –hoy lo sé– que esta búsqueda incesante de liberación ha formado parte de mi recorrido como hombre; quizás sería más acertado decir que era un niño que ansiaba despertar de un triste sueño que sentía como una pesada carga sobre sus débiles hombros. Hoy siento que renazco a la vida, a la energía universal que siempre está en todas partes, que nos rodea y acoge con su dulce manto de amor.

Puedo experimentar una profunda paz interior. Mi mente está serena, tranquila. Percibo que este estado es profundo y estable. Descubrir al constructor, al arquitecto de la casa ha sido fundamental, esencial para mí.

¡Qué difícil es vivir! Sí, vivir cuando nada parece atarte a esta realidad material, cotidiana, existencial. La vida es un principio que se va regenerando continuamente. Existe demasiado dolor y miedo. Observo a mis hermanos que son llevados por un sentimiento de rabia, ira, cólera, que los desborda con excesiva facilidad en su diaria existencia. Siento un profundo dolor en el corazón, en el alma por ellos, por mí, por la humanidad.

El sentido de la vida es el sentido de la vida humana de cada ser que habita el planeta, mi querida madre Tierra. Es cierto que no resulta fácil vivir en plenitud, con autenticidad, sintiendo que nuestra mente –mi mente– no se muestra como una poderosa aliada, sino un enemigo que está presto al acecho, a desequilibrarnos y apartarnos de nuestra verdadera meta: la paz interior.

La paz interior... ¡Cuánto me reconforta sentir en todo mi ser la armoniosa resonancia de tan sublime expresión! He recorrido un largo camino desde mi salida de palacio, mi hogar de antaño; soy consciente de que mi espíritu está maduro, sereno, pleno de la certeza de saber que llevo mi propia dicha y felicidad. No tengo dependencia mental –odio, alegría– ajena a mi universo interior; sí siento una profunda, auténtica y maravillosa paz interior que irradia desde mi corazón. Eso es vivir: sentirse en paz con uno mismo y los demás seres que habitan el planeta en su conjunto.

Mis queridos hermanos, dejo una vida llena de esperanza. Os dejo todo un sendero para que podáis recorrerlo en libertad.

Soy libre de cualquier atadura mental, emocional o física. He cumplido el propósito y sentido de mi vida: marchó al Nirvana.

Nuestro protagonista se convierte así en un faro, un guía para todo buscador de la verdad y del sentido de su vida, mostrando un sendero de luz.