**Benarestalen**

*Ifølge traditionen er dette den første tale, som Buddha holdt, efter han var blevet oplyst. Det er med andre ord her, at buddhismen (Buddhas lære) bliver grundlagt.*

Engang, da den ophøjede dvælede i Benares i dyreparken Rishipatana, talte han til de fem første munke således:

Der er to yderpunkter, I munke, som bør undgås af den, der har trukket sig tilbage fra verden. Og hvad er det for to? Det ene er, at man hengiver sig til et behageligt liv i nydelser; det er lavt, uædelt, unyttigt. Det andet er, at man hengiver sig til selvpinsler; det er bedrøveligt, uædelt og uværdigt. Begge disse yderpunkter har Tathagata[[1]](#footnote-1) undgået, I munke. Han har erkendt den middelvej, som oplukker øjet og bringer indsigt, som fører til sindsro, til fuldkommen erkendelse og til nirvana.

Og hvad er det for en middelvej, I munke, som Tathagata har erkendt, som oplukker øjet og bringer indsigt, som fører til sindsro, til fuldkommen erkendelse og til nirvana?

Det er den ædle otteledede vej, nemlig: den rette anskuelse, den rette beslutning, det rette ord, den rette handlemåde, den rette levemåde, den rette stræben, den rette tanke, den rette selvfordybelse. Det er middelvejen, som Tathagata har erkendt, og som oplukker øjet og bringer indsigt, som fører til sindsro, til fuldkommen erkendelse og nirvana.

Og dette, I munke, er den hellige sandhed om lidelsen: Fødsel er lidelse, alder er lidelse, død er lidelse, at være forenet med, hvad der er ukært, er lidelse, at være skilt fra, hvad man har kært, er lidelse. Kort sagt: Den femfoldige vedhængen er lidelse.

Og dette, I munke, er den hellige sandhed om lidelsens oprindelse: Det er livstørsten, der forårsager genfødsel, og som ledsages af lyst og begær, der søger sin tilfredsstillelse alle vegne, nemlig: tørst efter nydelse, tørst efter tilværelse, tørst efter magt.

Og dette, I munke, er den hellige sandhed om lidelsens ophør: at man fuldstændig opgiver, undertrykker, tilintetgør denne livstørst.

Og dette, I munke, er den hellige sandhed om vejen, som fører til lidelsens ophør: Det er den ædle, otteledede vej, nemlig: Den rette anskuelse, den rette beslutning, det rette ord, den rette handlemåde, den rette levemåde, den rette stræben, den rette tanke og den rette selvfordybelse.

1. Et andet navn for Buddha [↑](#footnote-ref-1)