

앗따디빠경

(Attadīpa suttam , 자신을 섬으로의 경- S21. 1. 5. 1)

이와 같이 나는 들었다. 한때 세존께서 싸밧티의 제따바나에 있는 아나타뻔디까 승원에 계셨다.

그때 세존께서 '수행승들이여' 라고 수행승들을 부르셨다. 수행승들은 '세존이시여' 라고 세존께 대답했다. 세존께서는 이와 같이 말씀하셨다.

[세존] "수행승들이여, 자신을 섬으로 하고 자신을 귀의처로 하지 다른 것을 귀의처로 하지 말라. 가르침을 섬으로 하고 가르침을 귀의처로 하지 다른 것을 귀의처로 하지 말라.

수행승들이여, 자신을 섬으로 하고 자신을 귀의처로 하지 다른 것을 귀의처로 하지 않으며, 가르침을 섬으로 하고 가르침을 귀의처로 하지 다른 것을 귀의처로 하지 않는 자는 '우울, 슬픔, 고통, 불쾌, 절망은 무엇을 원인으로 하고 무엇에서 발생하는가' 라고 이치에 맞게 관찰해야 한다.

수행승들이여, 우울, 슬픔, 고통, 불쾌, 절망은 무엇을 원인으로 하고 무엇에서 발생하는가?

수행승들이여, 이 세상에서 배우지 못한 범부들은 거룩한 이를 보지 못하고 거룩한 이의 가르침을 알지 못하고 거룩한 이의 가르침에 이끌려지지 않아 참사람을 보지 못하고 참사람의 가르침을 알지 못하고 참사람의 가르침에 이끌려지지 않아서 물질이 나이고 나의 것이 물질이고 나 가운데 물질이 있고 물질 가운데 내가 있다고 여기지만, 그에게 그 물질은 변화하고 달라진다. 그 물질이 변화하고 달라지는 것 때문에 그에게 우울, 슬픔, 고통, 불쾌, 절망이 생겨난다.

수행승들이여, 이 세상에서 배우지 못한 범부들은 거룩한 이를 보지 못하고 거룩한 이의 가르침을 알지 못하고 거룩한 이의 가르침에 이끌려지지 않아 참사람을 보지 못하고 참사람의 가르침을 알지 못하고 참사람의 가르침에 이끌려지지 않아서 감수가 나이고 나의 것이 감수이고 나 가운데 감수가 있고 감수 가운데 내가 있다고 여기지만, 그에게 그 감수는 변화하고 달라진다. 그 감수가 변화하고 달라지는 것 때문에 그에게 우울, 슬픔, 고통, 불쾌, 절망이 생겨난다.

수행승들이여, 이 세상에서 배우지 못한 범부들은 거룩한 이를 보지 못하고 거룩한 이의 가르침을 알지 못하고 거룩한 이의 가르침에 이끌려지지 않아 참사람을 보지 못하고 참사람의 가르침을 알지 못하고 참사람의 가르침에 이끌려지지 않아서 지각이 나이고 나의 것이 지각이고 나 가운데 지각이 있고 지각 가운데 내가 있다고 여기지만, 그에게 그 지각은 변화하고 달라진다. 그 지각이 변화하고 달라지는 것 때문에 그에게 우울, 슬픔, 고통, 불쾌, 절망이 생겨난다.

수행승들이여, 이 세상에서 배우지 못한 범부들은 거룩한 이를 보지 못하고 거룩한 이의 가르침을 알지 못하고 거룩한 이의 가르침에 이끌려지지 않아 참사람을 보지 못하고 참사람의 가르침을 알지 못하고 참사람의 가르침에 이끌려지지 않아서 형성이 나이고 나의 것이 형성이고 나 가운데 형성이 있고 형성 가운데 내가 있다고 여기지만, 그에게 그 형성은 변화하고 달라진다. 그 형성이 변화하고 달라지는 것 때문에 그에게 우울, 슬픔, 고통, 불쾌, 절망이 생겨난다.

수행승들이여, 이 세상에서 배우지 못한 범부들은 거룩한 이를 보지 못하고 거룩한 이의 가르침을 알지 못하고 거룩한 이의 가르침에 이끌려지지 않아 참사람을 보지 못하고 참사람의 가르침을 알지 못하고 참사람의 가르침에 이끌려지지 않아서 의식이 나이고 나의 것이 의식이고 나 가운데 의식이 있고 의식 가운데 내가 있다고 여기지만, 그에게 그 의식은 변화하고 달라진다. 그 의식이 변화하고 달라지는 것 때문에 그에게 우울, 슬픔, 고통, 불쾌, 절망이 생겨난다

수행승들이여, 물질은 무상하고 변괴하고 사라지고 소멸하는 것을 알고 과거의 물질이나 현재의 물질이나 모든 물질에 대하여 무상하고 괴롭고 변화하는 법이다라고 여실하게 올바른 지혜로서 보면 우울, 슬픔, 고통, 불쾌, 절망이 끊어진다. 그것들을 끊어버리면 두렵지 않고 두렵지 않으면 지복을 얻게 된다. 수행승이 지복을 얻으면 '오로지 열반으로 향한 이' 라고 불린다.

수행승들이여, 감수는 무상하고 변괴하고 사라지고 소멸하는 것을 알고 과거의 감수나 현재의 감수나 모든 감수에 대하여 무상하고 괴롭고 변화하는 법이다라고 여실하게 올바른 지혜로서 보면 우울, 슬픔, 고통, 불쾌, 절망이 끊어진다. 그것들을 끊어버리면 두렵지 않고 두렵지 않으면 지복을 얻게 된다. 수행승이 지복을 얻으면 '오로지 열반으로 향한 이' 라고 불린다.

수행승들이여, 지각은 무상하고 변괴하고 사라지고 소멸하는 것을 알고 과거의 지각이나 현재의 지각이나 모든 지각에 대하여 무상하고 괴롭고 변화하는 법이다라고 여실하게 올바른 지혜로서 보면 우울, 슬픔, 고통, 불쾌, 절망이 끊어진다. 그것들을 끊어버리면 두렵지 않고 두렵지 않으면 지복을 얻게 된다. 수행승이 지복을 얻으면 '오로지 열반으로 향한 이' 라고 불린다.

수행승들이여, 형성은 무상하고 변괴하고 사라지고 소멸하는 것을 알고 과거의 형성이나 현재의 형성이나 모든 형성에 대하여 무상하고 괴롭고 변화하는 법이다라고 여실하게 올바른 지혜로서 보면 우울, 슬픔, 고통, 불쾌, 절망이 끊어진다. 그것들을 끊어버리면 두렵지 않고 두렵지 않으면 지복을 얻게 된다. 수행승이 지복을 얻으면 '오로지 열반으로 향한 이' 라고 불린다.

수행승들이여, 의식은 무상하고 변괴하고 사라지고 소멸하는 것을 알고 과거의 의식이나 현재의 의식이나 모든 의식에 대하여 무상하고 괴롭고 변화하는 법이다라고 여실하게 올바른 지혜로서 보면 우울, 슬픔, 고통, 불쾌, 절망이 끊어진다. 그것들을 끊어버리면 두렵지 않고 두렵지 않으면 지복을 얻게 된다. 수행승이 지

복을 얻으면 '오로지 열반으로 향한 이' 라고 불린다."

註.

- 자신을 섬으로 : attadipa. 이 용어는 북방불교에서는 '자신을 등불로 하는' 으로 많이 알려져 있으나 '자신을 섬으로 하는' 이라고 해석하는 것이 윤회의 바다에서 난파되는 것을 피할 수 있는 안전한 곳이라는 의미에서 보다 타당하다. attasarana.

(앗따디빠경-Attadīpa suttam-자신을 섬으로의 경, 상윳따니까야 S21. 1. 5. 1, 전재성박사역)

Suttantapiṭake
Saṃyuttanikāyo
Tatiyo bhāgo
Khandhakavaggo
1. Khandhasaṃyuttaṃ
1. Mūlapaṇṇāsako
5. Attadīpavaggo

Namo tassa bhagavato arahato sammā sambudhassa

1. 1. 5. 1.

Attadīpa suttam

43. Sāvatthiyaṃ -

Attadīpā bhikkhave, viharatha attasaraṇā anaññasaraṇā. Dhammadīpā dhammasaraṇā anaññasaraṇā.

Attadīpānaṃ bhikkhave, viharataṃ attasaraṇānaṃ anaññasaraṇānaṃ dhammadīpānaṃ dhammasaraṇānaṃ anaññasaraṇānaṃ, yoniyeva upaparikkhitabbā1- "kiñjātikā sokaparidevadukkhadomanassupāyāsā. Kiṃpahotikā"ti.

Kiñjātikā ca bhikkhave, sokaparidevadukkhadomanassupāyāsā: kiṃpahotikā:

Idha bhikkhave, assutavā puthujjano ariyānaṃ adassāvī ariyadhammassa akovido ariyadhamme avinīto, sappurisānaṃ adassāvī sappurisdhammassa akovido sappurisdhamme avinīto, rūpaṃ attato samanupassati, rūpavantaṃ vā attānaṃ, attani vā rūpaṃ, rūpasmiṃ vā attānaṃ. Tassa taṃ rūpaṃ vipariṇamati, aññathā hoti tassa rūpavipariṇāmaññathābhāvā uppajjanti sokaparidevadukkhadomanassupāyāsā.

Vedanaṃ attato samanupassati, vedanāvantaṃ vā attānaṃ. Attani vā vedanaṃ, vedanāya vā attānaṃ. Tassa sā vedanā vipariṇamati, aññathā hoti. Tassa vedanāvipariṇāmaññathābhāvā uppajjanti sokaparidevadukkhadomanassupāyāsā. Saññaṃ attato samanupassati, saññāvantaṃ vā attānaṃ. Attani vā saññaṃ, saññāya vā attānaṃ. Tassa sā saññā vipariṇamati, aññathā hoti. Tassa saññāvipariṇāmaññathābhāvā uppajjanti sokaparidevadukkhadomanassupāyāsā. Saṃkhāre attato samanupassati, saṃkhāravantaṃ vā attānaṃ. Attani vā saṃkhāre, saṃkhāresu vā attānaṃ. Tassa te saṃkhārā vipariṇamanti, aññathā honti. Tassa saṃkhāravipariṇāmaññathābhāvā uppajjanti sokaparidevadukkhadomanassupāyāsā.

Viññānaṃ attato samanupassati, viññānavantaṃ vā attānaṃ, attani vā viññānaṃ, viññānasmim vā attānaṃ. [PTS Page 043] [v 43/] tassa taṃ viññānaṃ vipariṇamati, aññathā hoti. Tassa viññānavipariṇāmaññathābhāvā uppajjanti sokaparidevadukkhadomanassupāyāsā.

<http://awake.kiev.ua/dhamma/tipitaka/2Sutta-Pitaka/3Samyutta-Nikaya/Samyutta3/21-Khandha-Samyutta/01-05-Attadipavaggo-p.html>

Sutta Pitaka

Samyutta Nikāya

Division III - Khandhaka

Book 21 - Khandha Samyutta

Section 1 - The Root Fifty

Chapter 5 - Attadīpa (Pañcamo) Vagga

Namo tassa bhagavato arahato sammā sambuddhassa

21. 1. 5. 1.

(43) Attadīpa - Be a Light for Yourself

1. I heard thus. At one time the Blessed One was living in the monastery offered by Anāthapiṇḍika in Jeta's grove in Sāvatthi.
2. From there the Blessed One addressed the monks:
3. "Monks, abide becoming a light and refuge to your self, not searching another refuge; consider the Teaching as a light, a refuge, and do not search another Teaching.
4. "Monks, the monk who abides becoming a light and refuge to his self, not searching another refuge, considering the Teaching as his light and refuge, not searching another Teaching, should investigate wisely.
5. "He should investigate the root cause for the arising of grief, lament, unpleasantness, displeasure, and distress and investigate from what they proceed.
6. "Here, monks, the not learned ordinary man who has not seen noble ones or heard their Teaching, not trained and not clever in their Teaching, has not seen Great Beings, or heard their Teaching, not trained and not clever in their Teaching, reflects, 'Matter from self, or a material self, or in self matter, or in matter self.' That matter changes, and grief, lament, unpleasantness, displeasure, and distress arise to him.
7. "He reflects, 'Feelings from self, or a feeling self, or in self feelings, or in feelings self.' His feelings change, and grief, lament, unpleasantness, displeasure, and distress arise to him.
8. "He reflects, 'Perceptions from self, or a perceiving self, or in self perceptions, or in perceptions self. His perceptions change and grief, lament, unpleasantness, displeasure, and distress arise
9. "He reflects, 'Intentions from self, or an intending self, or in self intentions, or in intentions self.' His intentions change and grief, lament, unpleasantness, displeasure, and distress arise.
10. "He reflects, 'Consciousness from self, or a conscious self, or in self consciousness, or in consciousness self.' His consciousness changes, and grief, lament, unpleasantness, displeasure, and distress arise.
11. "Monks, knowing the impermanence, change, loss of interest, and cessation of that matter, in the past and also at present as it really is, with right wisdom the grief, lament, unpleasantness, displeasure, and distress fade. He is not worried with that fading and abides pleasantly. The monk abiding pleasantly is said has become suitable by that means.
12. "Monks, knowing the impermanence, change, loss of interest, and cessation of feelings in the past and also at present as it really is, with right wisdom, the grief, lament, unpleasantness, displeasure, and distress fade. He is not worried with that fading and abides pleasantly. The monk abiding pleasantly is said has become suitable by that means
13. "Monks, knowing the impermanence, change, loss of interest, and cessation of perceptions in the past and also at present as it really is, with right wisdom, the grief, lament, unpleasantness, displeasure, and distress fade. He is not worried with that fading and abides pleasantly. The monk abiding pleasantly is said has become suitable by that means.

14, “Monks, knowing the impermanence, change, loss of interest, and cessation of intentions in the past and also at present as it really is, with right wisdom, the grief, lament, unpleasantness, displeasure, and distress fade. He is not worried with that fading and abides pleasantly. The monk abiding pleasantly is said has become suitable by that means.

15. “Monks, knowing the impermanence, change, loss of interest, and cessation of consciousness in the past and also at present as it really is, with right wisdom, the grief, lament, unpleasantness, displeasure, and distress fade. He is not worried with that fading and abides pleasantly. The monk abiding pleasantly is said has become suitable by that means.”

<http://awake.kiev.ua/dhamma/tipitaka/2Sutta-Pitaka/3Samyutta-Nikaya/Samyutta3/21-Khandha-Samyutta/01-05-Attadipavaggo-e.html>