

心念的力量：

趙子昂與李伯時畫馬的啟示

近殊法師 2026 年 7 月 19 日中午講於金佛聖寺

上人、各位法師、各位善知識：阿彌陀佛！

我是昨天晚上九點才接到通知，說今天要結法緣。想來想去，想了整個晚上，不知道要講什麼，今天早上靈光一閃：今年是馬年，我就跟大家講兩個關於「馬」的故事吧！

一、趙子昂畫馬：心念專一，形隨心轉



第一則，是「趙子昂畫馬」的故事。在南宋末元初的時候，有一位在歷史上數一數二有名的畫家趙子昂（即趙孟頫）。他非常喜歡畫馬，對馬特別特別的可謂情有獨鍾，畫了很多很多種不同姿勢的馬。

有一次，他就想要畫出一幅有包含「一百零八匹不同姿態」的百馬圖。他畫著畫著，已經完成了一百零七匹，就只剩下最後那一匹。



他想了想：「嗯，我好像從來沒畫過『四腳朝天』的馬，最後這一匹，我就來畫四腳朝天吧！」

因為他非常喜歡馬，很愛畫馬，所以他就常常和馬在一起，仔細觀察馬的性情啊、動作啊、表情啊，馬的種種狀態他都看過了，就唯獨「四腳朝天」的馬，他從沒有看過。為什麼他沒有看過四腳朝天的馬？

為什麼四腳朝天的馬這麼難畫？因為馬的天性就是站立的，要讓馬四腳朝天，除非是牠跌倒，或者是牠在打滾擲身上的塵土，但那個動作是很快的。所以我們要看到四腳朝天的馬，其實不容易。

為了畫好這最後一匹馬，他用盡心思。可是總畫不好。他今天畫、明天畫，白天想、晚上想，已經折騰了了一個多月，就是畫不好。

因為他整個精神都放在馬身上，行、住、坐、臥，念念都不離馬——天天都在琢磨：到底要怎麼畫好這匹馬？頭該怎麼畫？腳該怎麼放？尾巴該怎麼擺？他心心念念都是馬。



那時的趙子昂其實很危險，因為他的心，已經完全與馬「打成一片」了。

有一天吃過午飯之後，他去午休一下。躺在床上時，他心裡還在想四腳朝天的馬到底是怎樣的，他就把自己的身體做四腳朝天的樣子，手腳擺出姿勢。累了，不知不覺他就睡著了。因為他睡覺的時候都在想著馬，其實他的身體無意間已經變成一匹馬了。



在這個時候，他的太太捧著茶水進來想要給他喝，當她推開門進來，一看到床上的這一幕景象，就嚇得尖叫一聲，杯子就掉在地上，然後她暈倒了。

因為有杯子摔碎的聲音，就把趙子昂給吵醒了。他一睜開眼，很納悶：太太怎麼昏倒在地上？他問太太發生了什麼事情，太太就如是如是的跟他說。

趙子昂聽了，驚覺：「奇怪！明明我是在床上躺著的，為什麼太太看到的卻是一匹四腳朝天的馬？」

他這才想到：自己為了畫一匹四腳朝天的馬，幾個月來全部精神都放在馬的上面——他沒有想到，他一心想著畫馬，可是自己無形中慢慢也變成一隻馬了！想到這裡，趙子昂自己也嚇得全身瑟瑟發抖。



你看，他想要畫馬，他就心心念念就想著那個馬，然後自己就變成馬。如果他是畫佛菩薩的像，他想著佛菩薩，念念都是佛菩薩，那將來豈不就能成為佛菩薩了嗎？

所以從那個時候開始，趙子昂就改變了他的畫風，他再也不畫動物，就專門畫佛菩薩像。這就是歷史上記載的非常有名的「**趙子昂畫馬變馬**」的故事。

二、李伯時轉念：莫將八識田，種滿畜生因



第二則，是李伯時畫馬的故事。李伯時是北宋很會畫馬的一個畫家，世間人都稱讚他畫的馬好像活起來一樣。

為了畫好馬，他就整天待在御馬園中，從早到晚，就盯著馬怎麼跑啊、怎麼躺啊、怎麼滾啊。所以他吃飯、睡覺，行住坐臥都在想馬，連做夢也是夢到馬。

因為他滿心滿念、一時一刻都離不開那個駿馬的樣子，所以他八識田裡面的種子全部都是馬，沒有其他的佛菩薩。

有一天，李伯時到寺院去拜訪法秀禪師，禪師就當面點撥他：「你天天日思夜想都是馬，所有的信念都牽在這個畜生的形象上。我們心裡面有一塊藏著念頭的地方，叫八識田，它天天都裝滿馬的種子，時間久了，你很容易會墮畜生道投身做馬，受輪迴的苦。」



李伯時聽了之後，嚇了一身冷汗，他趕緊問禪師：「禪師啊，我很愛畫畫，我畫馬畫的最漂亮，我實在捨不得把這個畫筆放下。如果說我不畫馬，請問，以後我還可以畫什麼呢？」

禪師就說：「你既然有**專一其心**的這個本事，不如你就把它轉過來，不要再畫馬了，畫什麼呢？畫觀音菩薩像，畫阿彌陀佛像，天天想著菩薩慈悲柔和的相貌，那你八識田裡面就會裝滿佛的清淨種子。久而久之，你的心和你的氣質就會像佛菩薩一樣的慈悲安詳。」

李伯時當下就醒悟了，從此以後他不再畫馬，他就專心畫佛像、畫菩薩像。他之前的性子非常急躁，很容易動氣。改畫佛菩薩像之後，因為他天天憶念著佛菩薩的相貌、佛菩薩的慈悲，旁人就說他臉上已經帶著溫和、安詳的氣色，待人處事也比較柔軟包容。

所以這個就是一種熏習。

三、心念造十法界：學佛貴在解行相應



今天講的這兩則故事，說明了什麼道理？

說明了心念的力量。

我們的心念，其實是有很大大的一種力量。

我們平時講的十法界不離一念心，

我們這一念心也能夠造就十法界。

藉著這個故事，我也提醒自己，我們真的要時時迴光返照，就是好好的想一下自己的一些習氣毛病，放下瞋心的念頭、惡念鬥爭的念頭、貪念等等。

更希望我們能夠像趙子昂和李伯時一樣，把各種各種的執著，轉化成對佛菩薩的憶念，對佛菩薩的一種思惟。

我們在學習的過程中，像剛剛上人在開示的時候，說我們學了經典之後，我們不只是學學而已，學了之後還要去做、還要去行。即便我們懂了很多知識，可是如果我們不去行，其實也是回到原點。

我們在這個世間，還有很多很多的習氣、毛病，因為我們在無始劫以來的熏習，帶了很多很多的那種壞的種子，所以通過你們每週過來熏習，聽到上人的一些開示，希望你們能夠把上人的教誨或者是佛菩薩的教誨，落實在你們的生活上，這就會是很好的修行，今生不負此行。

四、讀《地藏經》悟無常：聞健自修，分分已獲

剛剛在誦《地藏經》的時候，就是我每次在誦《地藏經》的時候，對這一段非常的有感觸，我先跟大家分享。

它是在卷七（利益存亡品第七），經文是這樣寫的：

【若有男子女人，在生不修善因，多造眾罪，命終之後，眷屬小大，為造福利一切聖事，七分之一而乃獲一，六分功德，生者自利。以是之故，未來現在善男女等，聞健自修，分分已獲，無常大鬼，不期而到，冥冥遊神，未知罪福，七七日內，如癡如聾，或在諸司，辯論業果，審定之後，據業受生，未測之間，千萬愁苦，何況墮於諸惡趣等。】

第一次念《地藏經》的時候，我花了四個小時念一部《地藏經》。因為我中文馬馬虎虎的，可是我讀到這一卷的時候，忽然間整個人就驚醒了：「嗯，奇怪！覺得這段好像很重要。」

尤其是這句：【善男女等，聞健自修，分分已獲，無常大鬼，不期而到。】那個「無常大鬼」，在還沒有學佛之前，我想像的無常大鬼，就是我們在電影上看到的一個黑的、一個白的，把舌頭掉出來的那個黑白無常。

我以前不懂什麼是無常，我相信每個人都會有同樣的感受。當你真正了解無常的時候，就是你身歷其境。我怎麼深刻體會什麼是無常？因為我的母親二度中風，忽然間就走了。就是這個時候，我就深刻體會到：

「哦！《地藏經》的無常，原來是這種感受。」

母親去世之後，我開始學佛，就接觸到了淨土法門，所以就一直很努力很努力的念佛。之後，我聽到法師在講法的時候，說佛也講眾生在臨命終的時候是隨習而轉。

五、臨終隨習而轉：常將佛號掛心頭

這「習」是什麼呢？就是平時我們在行住坐臥中常常在想的那些事情。

比如，你常常是在念佛，那你在臨終的時候，假設你能夠提起正念還是在念佛的話，你就會隨著這個念佛的習氣投生到一個善處，就是投生到極樂世界去。

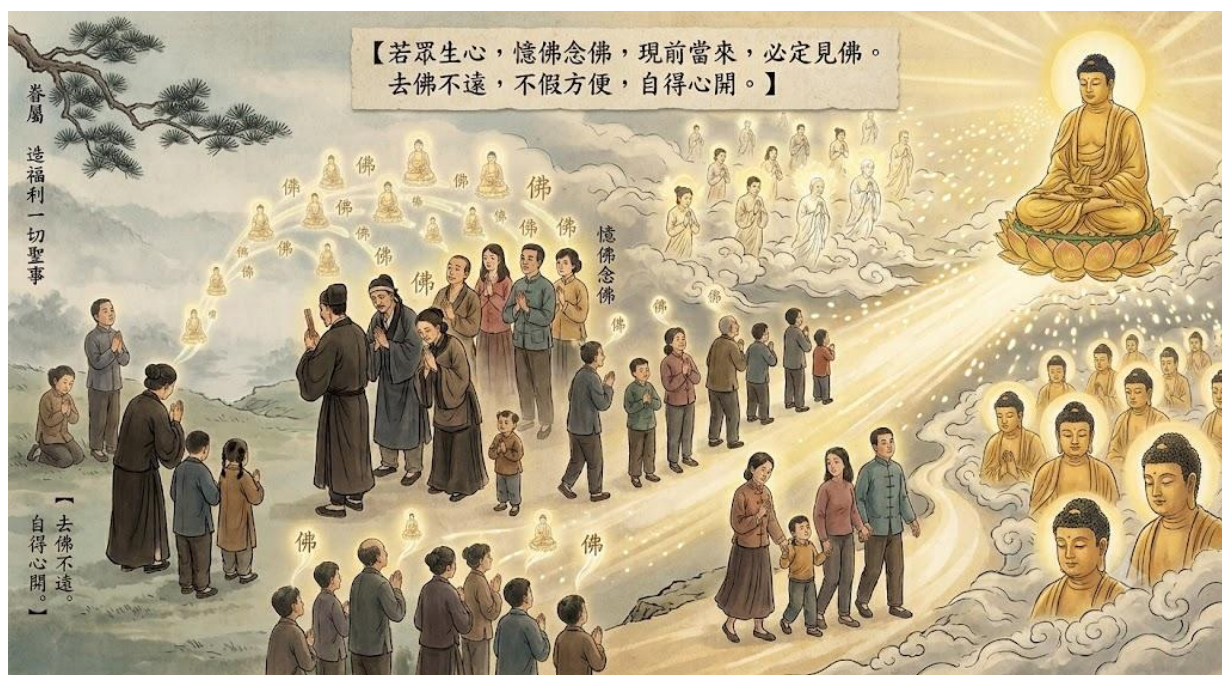
可是在座的各位，如果我們每天都在掛念著，掛念什麼東西？掛念著我家裡的貓貓狗狗啊，掛念著媳婦對我不好啊，等等的一些世俗的事情。因為我們在八識田中種的都是這些不好的種子，那麼我們在臨命終的最後隨機跳出來的，可能是那個不好的種子。

所以我在這裡藉著這個機會，希望大家能夠把念佛菩薩的功課常常掛在心裡面，時時刻刻、時時刻刻都要去想著佛菩薩的功德莊嚴。這樣子的話你慢慢慢慢的熏習，到生命最後一刻的時候，你會覺得受用無比。

這個也就跟趙子昂還有李伯時畫馬的道理一樣，我們的心如果掛著哪一類的眾生，八識田就填滿這一類眾生的種子。

那我希望我們就像〈大勢至念佛圓通章〉裡面寫的那樣：

【若眾生心，憶佛念佛，現前當來，必定見佛。
去佛不遠，不假方便，自得心開。】



我今天的分享就到這邊。阿彌陀佛。