杨朱算账

战国初期魏国哲学家杨朱有一位朋友，成天患得患失，心情很不愉快，日子过得忧烦痛苦。

杨朱为了帮助他解脱痛苦，使他达观一些，便给他算了一笔生命长度的账。他说：

“朋友！活一百岁，可以算是长寿了吧？能活百岁的人，一千个人里也难遇到一个。假若有一个能活百岁的人，他从襁袍之中长大，到晚年老眼昏花，这幼年和老年，几乎占去生命的三分之一。人是要睡觉的，晚上和白天的睡眠时间加起来，一辈子有一半时间在睡眠中度过。再加上生病、生气、忧愁，患得患失的痛苦，又占去其余时间的一半！在人的一生中，能欢欢乐乐，一点儿忧虑都没有的日子，能有几天？恐怕很难找到一天是真正快乐无忧呵……那么，人活着究竟是为什么呢？有什么欢乐呢？成天纠缠在名利之中，像犯了重罪的囚犯戴上层层枷锁一般，这又何苦呢？”

这位朋友听了杨朱的话，恍然大悟。从此以后，他变得开朗乐观，心胸豁达，再也不沉浸在痛苦之中。

【大视角】

任何生命，都免不得生的跌宕，心的挣扎。要害只在于，从得失沉浮的漩涡中跳出来，坦然地面对，积极地动作。