

国家大学生文化素质教育基地系列丛书

丛书总主编 唐平秋 / 副总主编 任初明

国学经典 与人生修养

肖瑜 编著



科学出版社

国家大学生文化素质教育基地系列丛书

丛书总主编 唐平秋 副总主编 任初明

国学经典与人生修养

肖瑜 编著

科学出版社

北京

内 容 简 介

本书为“国家大学生文化素质教育基地系列丛书”之一。全书围绕学习之道、家国情怀、宽仁思想和传统美德四个主题选取中华传统经典片段,以期当代大学生在感悟传统经典文化精深内涵的同时,汲取其中养分,树立正确的人生观与价值观,增强社会责任感,成长为合格的当代大学生。

本书可作为普通高等学校通识课程教材,也可供古典文化爱好者阅读参考。

图书在版编目(CIP)数据

国学经典与人生修养/肖瑜编著. —北京:科学出版社,2015

(国家大学生文化素质教育基地系列丛书/唐平秋主编)

ISBN 978-7-03-044366-5

I. ①肖… II. ①肖… III. ①国学—高等学校—教学—参考资料 IV. ①Z126

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第105603号



责任编辑:高凌 / 责任校对:胡小洁
责任印制:赵博 / 封面设计:华路天然工作室

科学出版社出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码:100717

<http://www.sciencep.com>

文林印刷厂印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2015年5月第一版 开本:720×1000 1/16

2015年5月第一次印刷 印张:9

字数:171 000

定价:25.00元

(如有印装质量问题,我社负责调换)

丛 书 序

培养人才是大学的基本职能，对人才的具体规格要求则因时代环境而异。随着知识经济时代的来临，社会对人才的需求正在发生着深刻的变化。21世纪需要的人才应该是成人与成才的统一，知识与能力的结合，既要掌握扎实的学科理论知识，又要具备运用知识、创新知识的能力，既要有良好的知识素养，又要有健全的人格。为了能培养与造就符合新世纪需要的人才，许多大学正在招生考试、人才培养模式、课程体系、教学方式方法等方面进行积极的改革探索。其中，打破传统的专业教育培养模式，大力推行通识教育成为许多高校的共同选择，在课程体系改革上，把课程分为专业课程与通识课程两大模块，前者旨在让学生掌握系统的学科专业知识、专业技能，后者意在培养学生的健全人格，促进学生整体素质提升。

然而，在对大学生开展通识教育的实践探索中，我们发现，通识教育不仅仅是教师引导学生的过程，更是要促进学生自我教育、自我学习。为了确保通识教育的有效开展，为学生提供一些符合其需求的通识教育类读物就显得极为重要与必要。因此，广西大学国家大学生文化素质教育基地从哲学、文学、新闻学、教育学和心理学等学科组织了一批教师编写了这套丛书。虽然本套丛书未必能满足每一位大学生的学习需要，但如果通过阅读，学生能从中获得一些启发或感悟，也算是达到了本套丛书的编写目的。

由于能力所限，本套丛书在编写过程中出现的一些纰漏或错误，希望能得到大家的批评与指正。

广西大学国家大学生文化素质教育基地

2015年1月2日

前 言

党的十七大提出：“要弘扬中华文化，建设中华民族共有的精神家园。”传统国学经典作为中华文化的重要内容，是中华民族的文化之根，其中包含大量古人对于学习之道、家国情怀、宽仁思想、传统美德的智慧阐述。

十八大以来，习近平总书记对于传统文化非常重视。2013年11月26日，习近平总书记来到历史文化名城山东曲阜，参观考察孔府、孔子研究院并同专家学者座谈。他强调，中华优秀传统文化是中华民族突出优势，中华民族伟大复兴需要以中华文化发展繁荣为条件，必须大力弘扬中华优秀传统文化。习近平总书记指出：“不忘本来才能开辟未来，善于继承才能更好创新。”

中华民族具有五千多年连绵不断的文明历史，创造了博大精深的中华文化，为人类文明进步作出了不可磨灭的贡献。中华文化积淀着中华民族最深沉的精神追求，包含着中华民族最根本的精神基因，代表着中华民族独特的精神标志，是中华民族生生不息、发展壮大的丰厚滋养。中华传统文化是我们民族的“根”和“魂”，如果抛弃传统、丢掉根本，就等于割断了自己的精神命脉。因此，我们要用中华民族创造的一切精神财富来以文化人、以文育人，决不可抛弃中华民族的优秀文化传统。

21世纪是全球化的世纪，在这种时代大背景下，重新理解和把握这些古人智慧的结晶，对个人成长、家庭和谐、社会稳定、国家繁荣，都能起到巨大的促进作用。

如何充分体现传统国学经典的历史价值，挖掘其在大学生素质教育实践过程中的当代功能？这是本书编者在八年古代汉语课程教学过程中一直思考的中心问题。本书的编写，算是对上述问题的一个探索性回答。

编写本书的目的，是从博大精深的传统典籍中撷取一些精华片断，让大学生在感悟中华民族文化博大精深内涵的同时，汲取一些来自传统经典的精神营养成分，陶冶学生敦厚善良的心性，养成良好的行为习惯，树立正确的人生观与价值观，增强社会责任感，使之成为一个具有中华传统美德的合格当代大学生。

本书围绕学习之道、家国情怀、宽仁思想、传统美德四个主题来选取传统典籍中的经典片断，具体依次为简介、原文、注释、题解、翻译、古籍图版。

在这里需要特别说明一下：本书各章节的简介和题解主要参考胡乔木同志主编的《中国大百科全书》，原文部分参照古籍图版。

古籍的注释和翻译成果蔚为大观。与前辈学者的深厚学养相比，编者对于自

身的古文水平有自知之明。有鉴于此，本书在编写过程中，编者不强作解人，许多章节，凡能选取前辈学者已出版、并经过时间检验的注释和翻译成果，尽量选用前辈学者的成果，仅在一些必须修改的地方略作修正，在每一节的末尾注明文献出处，不掠人之美；有些章节，没有前人的注释和翻译成果可供参考，属自注自译，也有明确标注，以示文责自负。

在此，向《中国大百科全书》总编辑委员会表达崇高的敬意和真诚的感谢！对王力、杨伯峻、沈玉成、杨燕起、吕友仁、蒋南华、聂文郁、夏延章、许匡一、魏强、黎虎等前辈和时贤注释和翻译古籍付出的辛勤劳动，表示崇高的敬意和真诚的感谢！本书编写能得以顺利完成，绝大部分功劳要归于他们！

编者

2015年1月

目 录

第一章 学习之道 1

第一节 格物致知——选自《礼记·大学》 1

第二节 博学之，审问之，慎思之，明辨之，笃行之——选自《礼记·中庸》 8

第三节 韦编三绝——选自《史记·孔子世家》 12

第四节 劝学——选自《荀子·劝学》 20

第五节 手不释卷——选自《三国志·吴志·吕蒙传》 31

第二章 家国情怀 35

第一节 奋不顾身——选自《昭明文选·卷四十一·报任少卿书》 35

第二节 捐躯赴国难，视死忽如归——选自《曹子建集·卷六·白马篇》
60

第三节 为天地立心、为生民立命、为往圣继绝学、为万世开太平——选自
《张子全书·卷十四》 63

第四节 正气歌——选自《文文山集·卷下》 68

第五节 保天下者，匹夫之贱与有责焉耳矣——选自《日知录·正始》
75

第三章 宽仁思想 81

第一节 宽以济猛，猛以济宽，政是以和——选自《左传·昭公二十年》
81

第二节 爱人者，人恒爱之——选自《孟子·离娄下》 88

第三节 仁者无敌——选自《孟子·梁惠王上》 92

第四节 大足以容众，德足以怀远——选自《淮南子·泰族》 95

第五节 万物一体——选自《王阳明全集·卷二十六·大学问》 102

第四章 传统美德 108

- 第一节 俭，德之共也；侈，恶之大也——选自《左传·庄公二十四年》
108
- 第二节 志不强者智不达——选自《墨子·修身》 111
- 第三节 富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈——选自《孟子·滕文公下》 119
- 第四节 一诺千金——选自《史记·季布栾布列传》 122
- 第五节 贫贱之交不可忘，糟糠之妻不下堂——选自《后汉书·宋弘列传》
129

第一章 学习之道

学习到底是为了什么？学习的方法有哪些？作为大学生，关于学习本身的问题，可以提出很多。中国古代的先贤们，对于学习是怎么论说和实践的？本章试图通过撷取中国古典文献中的五个经典片段，为当代大学生理解“学习之道”提供一些参考。

第一节 格物致知

——选自《礼记·大学》

简介

《礼记》是战国至秦汉时期儒家论说或解释礼制的文章汇编。汉代把孔子所定的典籍称为“经”，其弟子解说“经”的文字称为“传”或“记”，《礼记》因此得名。到西汉前期，《礼记》共有一百三十一篇。相传戴德^①选编其中八十五篇，称为《大戴礼记》；戴圣^②选编其中四十九篇，称为《小戴礼记》。东汉后期大戴本不流行，以小戴本专称《礼记》，并与《周礼》《仪礼》合称“三礼”，郑玄^③作了注，遂升为经。这四十九篇内容涉及面较杂，一部分是《仪礼》各篇的“记”，如《冠义》《昏义》以下六篇，即解说《仪礼》中冠礼、婚礼各篇；有关丧服、祭法的近二十篇，也是解说《仪礼》相应篇章的；而《奔丧》《投壶》则是《仪礼》所失收的古代典礼仪式文件。书中还有一些广泛论说礼意、阐释制度、宣扬儒家理想的篇章，其中《礼运》《乐记》《学记》等直接录自儒家旧籍。此外，还有录自诸子的《月令》等篇，及汉代儒生追述周代制度的《王制》篇等。总体而言，《礼记》主要是对礼制、礼意的记载和论述。其中涉及秦汉以前的社会组织、生活习俗、道德规范、文物制度等情况，反映了儒家的政治、哲学、伦理思想，是研究古史的重要材料。

① 戴德，字延君，汉代礼学家，今文（汉代以当时通行的隶书为“今文”）礼学“大戴学”的开创者。

② 戴圣，字次君，汉代今文经学的开创者，戴德之侄。

③ 郑玄，字康成，东汉末年经学大师，遍注儒家经典，以毕生精力整理古代文化遗产，使经学进入了一个“小统一时代”。



图 1-1 曾子

《礼记》至隋唐列为“九经”^①之一，宋代列于“十三经”^②中，为士子必读之书，对后代思想、文学都有一定的影响。唐代孔颖达据以撰《礼记正义》七十卷，南宋时和郑注合刻为《礼记注疏》六十三卷，今存宋绍熙三年（公元 1192 年）两浙东路茶盐司刻宋元递修本^③。元代陈澧有《礼记集说》十卷，为求浅显，有所删改。清代朱彬有《礼记训纂》，孙希旦有《礼记集解》。

《大学》相传是曾子（图 1-1）所作。曾子姓曾，名参，字子舆，是春秋末年鲁国南武城（今山东嘉祥县）人。十六岁拜孔子为师，勤奋好学，颇得孔子真

传。曾子积极推行儒家主张，传播儒家思想。孔子的孙子孔伋（字子思，尊称“子思子”）师从曾子，又传授给孟子。因此，曾参上承孔子之道，下启思孟学派，对孔子的儒学学派思想既有继承，又有发展和建树。他的修齐治平的政治观，省身、慎独的修养观，以孝为本的孝道观影响中国两千多年，至今仍具有极其宝贵的社会意义和实用价值，是当今建立和谐社会丰富的思想道德营养。曾参与孔子、孟子、颜子（颜回）、子思子比肩共称为儒家五大圣人。

北宋时期程颢、程颐（简称“二程”）曾分别将《大学》从《礼记》中抽出来，加以改编，使之独立成篇。南宋朱熹在“二程”改编的基础上，作成《大学章句》，并将《大学》与《论语》《孟子》《中庸》合为“四书”，成为儒家学派的重要经典。

《大学》提出了“明明德”“亲民”“止于至善”三个基本原则和“格物”“致知”“诚意”“正心”“修身”“齐家”“治国”“平天下”八目的治国之道。这是一套人治、伦理政治的完整体系。主要内容是：①道德的完善是治国的要务，《大学》认为，治国要抓根本，这个根本就是“在明明德，在亲民，在止于至善”。所谓“明明德”，就是发扬人们天赋的道德；所谓“亲民”，就是革新人们的思想；所谓“止于至善”，就是要使人们的道德质量永远保持完美无缺的境界。②“修身”是治国八目的中心环节，是指每个人道德上的完善。每个人道德完善了，就能组成一个完美的家庭，所有的家庭都完美了，国家、天下也就太平了。这就是所谓“身修而后家齐，家齐而后国治，国治而后天下平”。③认真研究体会封建伦理道德的标准是治国之道的开端。要完成个人道德上的完善，就要掌握伦理道德的标准。只有经过认真研究，才能掌握标准，掌握了标准，才能心悦诚服地指导自己的行动。这就是所谓“物格而后知至，知至而意诚，意诚而后心

① 隋唐时“九经”指“三礼”（《周礼》《仪礼》《礼记》）、“三传”（《左传》《公羊传》《谷梁传》）、《易》《书》《诗》。

② 十三经指南宋时形成的十三部儒家经典，分别是《诗经》《尚书》《周礼》《仪礼》《礼记》《易经》《左传》《公羊传》《谷梁传》《论语》《尔雅》《孝经》《孟子》。

③ 宋元递修本，宋代的雕版，经宋元两代修补后在元代刷印成的书本。

正，心正而后身修”，身修就可以治国平天下了。

《大学》所宣传的人治和伦理政治学说，对中国古代政治有很深的影响。

原文

注释^①

大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善。知止而后有定^[1]，定而后能静，静而后能安，安而后能虑，虑而后能得。物有本末，事有终始。知所先后，则近道矣。

古之欲明明德于天下者，先治其国。欲治其国者，先齐其家。欲齐其家者，先修其身。欲修其身者，先正其心。欲正其心者，先诚其意。欲诚其意者，先致其知。致知在格物^[2]。物格而后知至，知至而后意诚，意诚而后心正，心正而后身修，身修而后家齐，家齐而后国治，国治而后天下平。自天子以至于庶人，壹是皆以修身为本，其本乱而末治者否矣^[3]。其所厚者薄，而其所薄者厚^[4]，未之有也。此谓知本，此谓知之至也。

所谓诚其意者，毋自欺也。如恶恶臭，如好好色，此之谓自谦^[5]。故君子必慎其独也。小人闲居为不善，无所不至，见君子而后厌然^[6]，揜其不善而著其善。人之视己，如见其肺肝然，则何益矣！此谓诚于中，形于外，故君子必慎其独也。曾子曰：“十目所视，十手所指，其严乎^[7]！”富润屋，德润身，心广体胖^[8]，故君子必诚其意。

[1] 知：知道，知晓

[2] 格物：意为探究事物的道理，纠正人的行为。格，在此有“穷究”之意。

[3] 本：即修身。末：即齐家、治国、平天下。

[4] 所厚者：即上文的“本”。所薄者：即上文的“末”。

[5] 谦：通“慊”，与下文“厌然”同义。

[6] 厌然：掩饰躲藏的样子。厌，通“廛”。

[7] 严乎：令人敬畏。

[8] 胖（pán）：安泰舒适。

题

解

本文着重阐述个人学习、道德修养与社会治乱的关系。文中提出了实现天下大治的八个步骤，即格物、致知、诚意、正心、修身、齐家、治国、平天下。其中修身是具有决定意义的一步，其前的四个步骤是修身的方法途径，格物与致知是学习阶段，乃基础中的基础。其后的三个步骤是修身的必然结果。从今天来看，文中的提法仍有积极意义。

① 吕友仁·礼记全译·贵阳：贵州人民出版社，1998.1085-1087。

翻译^①

大学的宗旨在于彰明自身的光明之德，在于亲爱民众，在于使自己达到至善的境界。知道达到至善的境界而后才能确定志向，确定了志向才能心无杂念，心无杂念才能专心致志，专心致志才能虑事周详，虑事周详才能达到至善。万物都有其本末，凡事都有其终始。知道了应该先做什么，后做什么，那就接近于大学的宗旨了。

古代想要把自己的光明之德推广于天下的人，首先要治理好自己的国家；要治理好自己的国家，就要先管理好自己的家庭；要管理好自己的家庭，就要先修养好自身的品德；要修养好自身的品德，就要先端正内心；要端正内心，就要先意念真诚；要意念真诚，就要先知道什么是善恶吉凶。行善则有善报，行恶则有恶报。报应的不爽才能使其辨别善恶，能辨别善恶才能使其意念真诚，意念真诚才能使内心端正，内心端正才能使品德好生修养，品德好生修养才能使家庭管理得好，家庭管理得好才能使国家得到治理，国家得到治理才能使天下太平。上自天子，下至普通百姓，都要把修养自身品德的问题当做根本问题来抓，这个根本问题没有抓好，而要使家庭、国家、天下的问题解决好，那是不可能的。该下力气的地方没有下，不该下力气的地方却下了力气，这样做而希望得到好的结果，也是没有的事。这就叫做知道根本，这就叫做最高的智慧。

所谓意念真诚，就是不要自己欺骗自己。这就好比厌恶臭秽的气味而嘴上不讲，又好比喜欢漂亮的女人却佯装讨厌，这叫做自我掩饰。所以君子一定谨慎自己的独处。小人在一人独处时作起坏事来，什么坏事都做得出来，只有在见到君子时才躲躲藏藏，掩盖他做过的坏事，炫耀他做过的好事。可是在他人看来，就如同见到了他的五脏六腑那样清清楚楚，这样做又有什么好处呢！这就叫做内心有什么想法，必然要从行动上表现出来，所以君子一定要谨慎自己的独处。曾子说过：“很多眼睛在看着你，很多手在指着你，这多么让人敬畏啊！”人的贫富可以从其住室看得出来，人的道德可以从其行动看得出来，心胸宽广自然身体舒泰，所以君子一定要意念真诚。



古书图版

古书图版所据为宋淳熙四年（公元1177年）抚州公使库^②刻本。

① 吕友仁，礼记全译，贵阳：贵州人民出版社，1998.1085-1087。

② 公使库，为宋代所设招待来往官吏的机构，常刻书。

舍哀公館之聞此言也言加信行加義終

沒吾世不敢以儒為戲

儒行之作蓋孔子自衛初反魯時也孔子歸至其舍

哀公執而以禮館之問儒服而遂問儒行乃始覺焉言沒世不敢以儒為戲當時服

大學第四十二

鄭氏注

大學之道在明明德在親民在止於至善

知止而后有定定而后能靜靜而后能安

安而后能慮慮而后能得物有本末事有

終始知所先後則近道矣

明明德謂顯明其至德也止猶自處也得謂得

事之宜也古之欲明明德於天下者先治其國欲

治其國者先齊其家欲齊其家者先脩其

身欲脩其身者先正其心欲正其心者先

誠其意欲誠其意者先致其知知謂知善惡吉凶之所終始也

致知在格物格來也物猶事也其知於善深則來善物其知於惡深則來惡物言事緣人所好來也此

致或為至物格而后知至知至而后意誠意誠而

后心正心正而后身脩身脩而后家齊家

齊而后國治國治而后天下平自天子以

至於庶人壹是皆以脩身為本其本亂而

末治者否矣其所厚者薄而其所薄者厚

未之有也此謂知本此謂知之至也壹是專行是也

所謂誠其意者毋自欺也如惡惡臭如好

小五十六

老言一

一

一

好色此之謂自謙故君子必慎其獨也小

人閒居為不善無所不至見君子而后厭

然揜其不善而著其善人之視己如見其

肺肝然則何益矣此謂誠於中形於外故

君子必慎其獨也謙讀為慊慊之言厭也
厭讀為壓壓開藏貌也曾子曰

十目所視十手所指其嚴乎富潤屋德潤

身心廣體胖故君子必誠其意嚴乎言可畏敬
也胖猶大也三

者言有實於
內顯見於外詩云瞻彼淇澳菉竹猗猗有斐君

子如切如磋如琢如磨瑟兮僊兮赫兮喧

兮有斐君子終不可諠兮如切如磋者道

第二节 博学之，审问之，慎思之，明辨之，笃行之

——选自《礼记·中庸》

简介

《中庸》是中国儒家的经典之一，原属《礼记》的一篇，宋代把它和《礼记》中的《大学》独立出来，同《论语》《孟子》合称“四书”。《中庸》的作者究竟是谁，一向有不同看法。司马迁在《史记·孔子世家》中说：“子思……尝困于宋……作《中庸》。”郑玄在《目录》中也说：“《中庸》者……孔子之孙子思伋作之，以昭明圣祖之德。”清代崔述以“《中庸》独探赜索隐”“《中庸》之文独繁而晦”断言，“《中庸》必非子思所作”。当代著名哲学家、教育家冯友兰曾认为今本《中庸》的中段多言人事，发挥孔子的学说，文为记言体，似为子思所作《中庸》的原貌，其首末二段多言天人关系，似就孟子哲学中的神秘主义倾向加以发挥，其文为论著体裁，乃后儒所加。近来也有学者根据《史记》所说，并引《荀子·非十二子》中批评思孟学派的言论为旁证，肯定子思作《中庸》，但书中类似“车同轨，书同文，行同伦”等语，则是秦统一后增补的文字。

《中庸》重点发挥孔子“过犹不及”的思想，要求人们追求“和而不流”“中立不倚”的境界，力图使封建社会等级秩序恒常不变，“居上不骄，为下不倍（背叛）”，以免出现“愚而好自用，贱而好自专”“小人而无忌憚”的“反中庸”的现象，消解阶级矛盾。《中庸》中说：“君子之中庸也，君子而时中”，要求贵族君子能达到“中庸”的境界，在君臣、父子、夫妇、兄弟、朋友这五种关系中实行智、仁、勇三德，以此为修身、治人、治天下国家的基本，说“智仁勇三者，天下之达德也”。《中庸》的核心观念是“诚”，认为“诚”是“天”的本性，是天地万物皆赖以存在的根本，说“诚者物之终始，不诚无物”；人要通过道德修养工夫，“择善而固执之”，以求达到“不勉而中，不思而得，从容中道”的境界。



图 1-2 子思

子思（图 1-2），姓孔，名伋，字子思，孔鲤之子，孔子之孙，鲁国陬邑（今山东曲阜）人，约生于公元前 481 年，卒于公元前 402 年前后。相传曾受业于曾子。他被封建统治者尊为“述圣”，其思想对孟子和宋明理学都有影响。

原文

博学之^[1]，审问之^[2]，慎思之^[3]，明辨之^[4]，笃行之^[5]。有弗学，学之弗能，弗措也^[6]。有弗问，问之弗知^[7]，弗措也。有弗思，思之弗得^[8]，弗措也。有弗辨，辨之弗明，弗措也。有弗行，行之弗笃，弗措也。人一能之，己百之^[9]；人十能之，己千之。果能此道矣^[10]，虽愚必明^[11]，虽柔必强^[12]。

注释^①

- [1] 博学：多方面地学。博，宽广。之：指学的对象。
 [2] 审问：详细地问。之：指问的对象。
 [3] 慎思：慎重地考虑。之：指思的对象。
 [4] 明辨：明确地分辨。之：指辨的对象。
 [5] 笃行：踏踏实实地实行。之：指行的对象。
 [6] “有弗学”三句：除非不学，学了就一定要学会，学不会，不罢休。“有弗学”，按字面讲是“有不学的时候”或“有不学的东西”，实际应理解为“不学则已”。措，放下。以下四句仿此。
 [7] 知：懂。
 [8] 弗得：指不得结果。
 [9] “人一能之”二句：别人学它一次就会，我却要学它一百次（多下工夫，精益求精）。下句仿此。
 [10] 本句大意：果真能实行这个方法。道，方法。
 [11] 愚：糊涂。
 [12] 柔：脆弱，这里指意志脆弱。强：坚强，这里指意志坚强。

题

《中庸》提出“博学之，审问之，慎思之，明辨之，笃行之”的方法，又说：“故君子尊德性而道问学，致广大而尽精微，极高明而道中庸。”既尊重固有的德性，又重视问学的积累；要求达到最高的精神境界，又要保持中庸的原则。这些观点对于后代的思想产生了深远影响。

解

翻译^②

广泛地学习，详细地求教，慎重地思考，清楚地辨别，切实地实行。除非不学，学了而没有学会，就不罢休；除非不问，问了而没有弄懂，就不罢休；除非不思考，思考而没有得到结果，就不罢休；除非不分辨，分辨而没有分辨明白，就不罢休；除非不实行，实行而不实行彻底，就不罢休。别人聪明，学一遍就能学会，自己就学上百遍；别人学十遍就能学会，自己就学上千遍。如

① 王力，古代汉语。北京：中华书局，1999.214-215。

② 吕友仁，礼记全译。贵阳：贵州人民出版社，1998.959。