西夏学者史金波、《中国国家地理》、《文明》、《环球时报》联袂推荐

彩图版

西夏帝国

唐荣尧·著



中国国际广播出版社

需要全本请访问 www.ertongbook.com

目　录

第一章　《山海经》深处的崧山，走进吐谷浑牧帐的羌女.....1
一《山海经》里的秘地和神秘主人：崧山四周的崧人.....1
二天狼西来，3000 公里而来的鲜卑快刀.....8
三念，软化鲜卑尖刀的羌女.....12
四拓跋，从青藏高原到黄土高原的一曲党项羌离歌.....15
第二章　黄土战歌，360 年打造的“泰坦尼克号”.....20
一出兵长安，党项羌的政治新资本.....20
二统万城，匈奴人的“废都”变成沙漠中的军事巨舰.....24
三较量，两个女首领背后的契丹与党项.....27
四无定河畔的沙漠之狐，穿越鄂尔多斯 41 年.....34
五西进之路，左手军事、右手贸易.....38
第三章　帝国出场，大白高国的巨舰启航.....50
一豹越大野，200 多年武风濡染的帝国之子.....50
二铸剑为旗，席卷青藏高原屋檐的党项旋风.....60
三帝国的器官，载着西夏前行的“中国怪字”.....64
四西夏之生：贺兰山下的白色王朝.....69
五制高点，龙形版图的完善.....75
六天骄亡曲，酒杯与香枕旁的耽迷和沉醉.....81
第四章　铁幕启动，草丛里的血与火.....85
一凉祚，帝位继承者的战与和.....85
二佛音与战声，风流皇后和好战儿子.....93
三太后的天幕，五路宋军的溃败.....97
四秉常，第三代西夏帝王的中原之梦.....102
第五章　帝国的梯子，上升的西夏轨迹.....109

一乾顺亲政，西夏上升的阶梯 109
二“海东青”飞临，血与火书写的“四国演义” 115
三女真飓风，宋夏之间的“第三者” 120
四刀锋上的光，马背上的呼啸惊醒青草的梦 121
第六章 文治西夏，王朝的巅峰之作 129
一仁孝文治，遍地学府汉地风 129
二移动的佛音，四季塔影 133
三一个汉人和他的女儿搅动的西夏政局 142
四文脉贯穿 300 年，文臣的力量 146
五推启开放之窗，一幅王朝的风情画卷 153
第七章 帝国的黄昏，斜阳里的惆怅和挽唱 158
一西夏拐点，终结辽、宋、夏“三国演义” 158
二帝国大厦倾斜，进入下午时光的书写 160
三枕侧递来的刀音：崛起的蒙古牧帐 163
四仓皇的应对，美妙而短暂的中兴之梦 166
第八章 帝国之死，丧钟为西夏而鸣 170
一挽歌响起，皇座上的梦想者 170
二百年恩怨，“海东青”的哀鸣和亡命 174
三残喘遍地，勉强的对垒 178
四黑城之战，一座“伟大古塔”678 年间的使命 180
五铁骑过处，从祁连山到贺兰山的哀歌 188
六最后一击，成吉思汗和西夏的双重亡曲 194
第九章 传奇之后的传奇，王朝后裔的一地迷影 201
一阿拉善高地和额托克草原的唐古特 202
二木雅地区，川西高原上的“西吴尔王朝” 206
三泸沽湖，女儿国里的神秘西夏遗影 214
四雪山深处，站在世界高地的夏尔巴 217
五西域大地，那些归顺元朝的西夏遗民 224
六祁连山下，千寺万僧组成的绛红色地图 227

七元末江南高官，一群以杭州城为原点的党项后裔.....229
八隔海招魂，战死越南的党项军人后裔.....235
九保定经幢和居庸关过街塔，“突醒”的西夏记忆.....237
十探秘中原，村庄里的西夏后裔秘密.....243
十一重庆缙云山，传奇中的传奇.....248
后记：有个帝国，有段传奇.....261

第一章 《山海经》深处的崏山，走进吐谷浑牧帐的羌女

一《山海经》里的秘地和神秘主人：崏山四周的崏人

4000年前，从青藏高原东北部的岗格尔肖合力雪山到隐身《山海经》里的崏山，从昆仑山到阿尼玛卿雪山环绕的青海高原上，古老崏人是这方天堂的主人，他们将牦牛和藏系羊驯化为家养动物，他们在昆仑山、青海湖环湖地区留下了神秘而古老的岩画，他们不断的扩张不仅引起高原上的血腥，也引起中原地区周王朝的不安，那些来自崏人的羊，被周王朝奉为美的象征——并以羊大为美，他们和周王朝的战争一次次被刻进甲骨文并留世至今。

距今4000多年前的一天，统领岗格尔肖合力山一带的部落首领阙的领地里，突然出现了一支勇猛的“陌生人”，这些语言和相差不多、但装备明显比他们先进的人自称“崏”，受他们的首领差使，前来传话，让岗格尔肖合力山一带的羌人归属他们。这个要求显然让阙不能接受，他下令将这些“崏”人使者头领的耳朵割下来，当场生吃了。并对“崏”人使者们说：“回去告诉你们的‘崏’头领，他的话我连同这只耳朵一起吃下去了。”阙没有想到的是，自己的这段话引来了岗格尔肖合力山乃至整个青海湖一带的不安。

崏人到底是一批什么样的人呢?他们从哪里来?为什么要占领岗格尔肖合力山一带呢?

我从《山海经》卷二《西次三经》中的记载寻找到崏人生活的地方——“又西北四百二十里，曰崏山。”也就是说，崏山在积石山西边、今天青海省海南藏族自治州境内的拉脊山一带，生活在这一带的人就是《山海经》中被称为“生活在崏山的人”——崏人。早在4000多年前，古羌人中的崏人在高原上完成了将野牦牛驯化成了“高原之舟”的家养牦牛，那些今天散布在高原上的藏系羊和藏马，也是他们驯化的成果。随着放牧范围的扩大，崏人逐渐将生活的足迹撒进青藏高原和黄土高原交界地区。在他们的扩张过程中，总避免不了血腥的争夺

需要全本请访问 www.ertongbook.com

和厮杀。他们带着戈形状的武器，他们给对方讲述自己居住在如堂的山里。所以，甲骨文中也称他们为“峊”：表示堂内堆放着戈一类的武器。甲骨文时期，内地人对他们的称呼里表明这些人带有明显的武力色彩的。而在《尔雅》中将这些人称呼为“峊”，有两层意思：一是指“康静”——他们是生活在宁静之地的人；二是指他们居住的地方是“形如堂”的山。

生活在辽阔高原上的峊人的扩张，呈现出一种放射状，靠近青藏高原东部的一支将扩张的足迹延伸到夏朝的疆土边缘，甚至有一支曾经占领了今天的甘肃中部、宁夏南部的大片地区，建立了被夏朝称为“密须国”的政权，甘肃省灵台县白草坡乡曾经出土过一个青铜尊，上面有“子峊做母辛尊彝”的铭文字样，其中的“峊”字的字形正如《说文解词》中说“山如堂者从山，宓声。”这里的“山如堂者”恰好是峊字的原意。（“峊”字在战国以后逐渐也被“密”字代替，以致《说文》、《尔雅》等书籍中称“峊山”为“密山”。峊人在汉文献中逐渐也被“密人“代替，峊人逐渐退隐到《山海经》中的记载中去了。）

夏、商时期，峊人将驯化后的羊作为友好的礼物送给夏人、商人，夏人、商人根据羊的形状称他们为“羌人”，并形象地创造了以羊为原型的“羌”字，将他们生活的地方称为“羌方”。甲骨文中出现了“王于宗门逆羌”。“王于南门逆羌”等关于羌的记录。

我曾经多次沿着黄河上游蜿蜒流经的高原地区，在龙羊峡、松巴峡、积石峡等峡谷间散落的村寨中，调查有关古老的峊人、羌人在这里的生活讯息，并一再翻过积石山进入甘肃南部的藏族草原。我试图顺着几千年前能体现峊人向羌人转变过程的线路，在草场和积雪盛装的高原上，在凌厉的高原风响中，孤独地穿越这条被历史学家忽略的神秘而古老的文化古道，开始聆听它的声响与它卷走或沉淀的文明与智音。在众多被时代与人们遗忘的文化遗存、哪怕一丁点的文化信息里，静静地感受这个创造中国古文明中最辉煌的文明与文化中一部分的民族的初热。

公元前1291年，商朝第23任帝王武丁就发动了对“羌人”的战争。甲骨文中有大量诸如“师伐羌”、“众人伐羌”、“北吏伐羌”的记载。战争的大多数结局是羌人战败，并成了商朝奴隶的一个重要来源，甲骨文中也就留下了“隻羌二十又五”、“隻羌十”等记录，而甲骨文中的隻就是俘获的意思。那些被俘获的羌人除了用作奴隶之外，往往也被商朝上层人士用来祭祀鬼神和宗庙，这在甲骨文中的“用三百羌于丁”、“大乙羌五牛三”、“小乙羌五牛三”等记载可以找到佐证，可以看出在商人祭祀时羌人的命运和牛羊是一样的。甲骨文中也有不少将俘虏的羌人被用于放牧和种田的记载。当然，也有一些羌人在商朝担任官吏，甲骨文中武丁祭祀时的祭祀官名单中，就有羌立和羌可两个羌人。

商朝武丁三十二年，崈人在他们的首领带领下，对商朝发起进攻，商朝国君武丁带领商人迎战，这场战争持续了3年，最后以崈人的撤退宣告结束。殷商晚期的纣王16年，周文王带兵攻打崈人建立的密须国，遭到崈人的强烈抵抗，而屡次败北。殷纣王又追赐给周文王大批弓矢、斧钺，作为专门进攻崈人的战争专项武器。大军从今甘肃泾川县内的阮国、泾川县北的共国穿过，攻打密须国，面对周文王带领军队的先进武器和众多军队，崈人将他们的首领自缚而降，密须国的危险形势得到了缓解。

公元前944年夏天，周共王姬伊扈带领大臣前往泾水一带游玩，密须国的君主康公迎接并陪同共王游玩。姬伊扈身边的3个美女被英俊、帅气的康公的外形、气质以及勇猛打动了，于是出现了甲骨文中“三美女奔康公，康公未献于姬伊扈，姬伊扈乃灭密国”的记载。3个美女投进了康公的怀抱，引得姬伊扈大怒，向康公索要美女，遭到了康公的拒绝。康公的母亲也极力劝阻儿子将三位美女送还共王姬伊扈，同样遭到拒绝。这是中国历史记载中最早关于周王朝和密须国之间因为美女而爆发的战争。回到周领地后，共王姬伊扈当即发动了对密须国的战争，消灭了密须国。东迁的这一支密人就此失去了政权，并一度从历史的视野中消逝。在本书中我所以在开篇中不厌其烦地讲述崈人，是因为吐蕃和以后的藏族人称呼西夏人是为“崈人”、minia。

对夏、商、周政权发起长期进攻遭到彻底失败后，崏人在新兴的西周政权的强大攻势下退守青藏高原，将扩张的足迹延伸到了岗格尔肖合力雪山一带，这就是前面所说的阙在自己的领地见到的陌生的崏人。

那场没有载入史籍的战争无疑是惨烈的，远道而来的崏人在疲倦和轻敌心态中，几乎遭到全军覆灭，双方投入战斗的牺牲者和受伤者的血，染红了那时岗格尔肖合力的天幕，骄傲的阙站在蓝天白云下，根本不知道崏人在和夏、周交战中积累了丰富的经验，并拥有当时较为先进的武器，阙被崏人生擒，那天，崏人的领袖偎坐在阙的那个帐篷前，望着岗格尔肖合力雪山顶上的皑皑白雪，按照崏人必取仇敌头级并将头颅骨做成饮器的习惯（这个习惯后来一直被羌、党项羌乃至建立西夏王朝的西夏历代君王、武将保留），他下令将阙的头颅砍下，祭天、祭山、祭水、祭草后，将那个硕大而骄傲的头颅做成了饮器。而阙的那些女人自然走进了他的牧帐，阙手下的男人成了他的兵士或牧者，阙的所有领地成了崏人的领地。

这些崏人占领岗格尔肖合力后不久，继续向青海湖周围地区扩张，以致成了青海高原中部、东部、北部的主人，他们对这篇广袤的高原的统治一直延续着，乃至于《后汉书》等文献将其称呼为“迷唐”、“迷吾”；后来的藏民将曾经的崏人生活地区的人也称为“mi”、“minia”，将后来的西夏王朝或西夏臣民也统称为“minia”。在五世达赖的《史荟珍筵》中，也将生活在青藏高原上的人称呼为“mi”；郦道元在他的《水经注》中，将生活在洮河上游的羌人建筑的城堡记载为“迷和城”；后来的藏族人称呼生活在青藏高原东南部的党项羌人为“mi-nak”（密纳克），其中的“nak”明显很有歧视意义的“黑人或黑民”的意思，这种说法被唐代汉族文献常常引用（在《新唐书》卷二二一《党项传》中称党项羌为“黑党项”）。

从现代地理意义和自然景观等方面分析，今天青海省天峻县西北隅的著名雪山岗格尔肖合力完全具备《山海经》中所记述的“昆仑之丘”的自然景观地貌条件，这是一条青海北部的众河之山、众水之祖。

发源于岗格尔肖合力雪山南侧的布哈河，向南流至快尔玛山脚下，折而东流入青海湖。布哈河在汉文文献中称“布喀河”，也称作“喀喇细纳河”，前者为近代藏语，意为“公牛河”，后者为党项羌语，意译则为“黑城边的河”；崾人的称谓在“山海经时代”后，逐渐消失了，内地人称之位羌人，羌人中的一支党项羌后来崛起并曾一度占据岗格尔肖合力雪山和布哈河流域，使这里留下了党项羌语的一些地名，“喀喇细纳河”就是一例。

我所以在本书开头如此详尽地陈述崾人以及他们生活、扩占的地域、地理概念，是因为遗留下来的西夏文献中著名的《圣祖诔咏》中在讲述西夏立国的主体部族党项羌的族源时，有这样三行汉字直译诗句——

头黑石城漠水边

颜赭父冢河白上

弥药长里国彼有

意译为：“遥远的大漠边布满了黑色的石头筑起的城，那些赭面祖辈高大的坟冢就埋在白色河水边上，那里有我们祖辈创立的弥药之国——崾国。”俄国著名的西夏学者聂历山认为“白河高”即“白河上游”，亦即“白色的水”。

不仅崾人占领的青海地区的许多地貌符合《圣祖诔咏》中描写的地域特征，而且，在岗格尔肖合力雪山山脉西部中端的宰力木克雪山南，从雪山深处也缓缓流出一条河流——党河，向西南流出今青海省海西州境内，这就是《山海经》中所记述的“洋水”；而发源于岗格尔肖合力山北侧的拉萨尔河，一路向北注入黑河，这条河流一路流经过青海、甘肃，到内蒙古称作“弱水”。而这样的地理位势很符合西夏人对其祖先生活地区的描述。西夏人建国之后，以“白上大国”名之，可能与西夏人追怀先祖的情结有关。

攻占阙在岗格尔肖合力雪山下的领地，仅仅是崾人扩张途中的一个例子。岗格尔肖合力是藏族“念神”系列之山神，雪山东侧的木里河畔生活的人，则是格尔肖合力雪山也被吐蕃人称之为“羌日母枯”，《山

需要全本请访问 www.ertongbook.com

海经》中与“昆仑之丘”并论的“紫山”，就是对羌语“母枯”一词的直译。如“羌日母枯”翻译过来就是“羌紫山”。它不仅是西北诸羌的地域中心，也是诸羌崇拜的山神。

北到岗格尔肖合力山南到巴颜喀拉山，西到昆仑山东到阿尼玛卿雪山一带，犹如俄罗斯著名诗人叶塞宁笔下那“满头卷发的苍茫薄雾，在山后挥动着雪白的手”；草地上走动的牛羊以及跟在牛羊后面的古羌牧人，在蓝天白云下，过着属于他们的恬静生活。

崏人的称谓在内地文献消失后，内地人称呼这些高原的主人开始变成了羌。从青海湖到黄河谷地的青海中部草原地带，成了羌人的游牧天堂。大片大片的牛羊在高原上缓缓行走，牧人们跟随着牛羊的脚步移动着自己的驻牧地：夏天，他们在地势较高的水草丰茂之地放牧；冬天，他们就走向河谷或湖泊地带，在大雪弥漫中让自己和牛羊都停止走动。这样的日子从什么时候开始，他们并不知道。这种生活方式，就这样世世代代地递传在他们中间。

当时针指向公元前 5 世纪 70 年代时，一个叫爰剑的羌人出现在羌族历史以及正统的大中国历史视野。羌人因为长期闭塞的生产力落后，加上武器陈旧，军队数量不足，于是羌人与秦人的战争以姜人战败告终，爰剑后来被俘，他和他的众多族人，做了秦人的奴隶。

爰剑被俘到秦国后，秦王将其作为奴隶。这位血骨里流淌着羌族血脉的有志之士，不甘为人奴，长期的阶下囚生活并未消磨他的气节。在被秦人俘虏并接受繁重劳动改造的过程中，他学习了秦人的粮食种植、耕作技术以及冶炼技术后来他，便向西而逃，逃亡的路途遥远而艰辛，在逃回青藏高原东南部的故地途中，在山野间遇到了一个毗女（即割掉鼻子的女人），两人结为夫妻。据说这位毗女自嫌脸面丑陋，就放下头发来遮住面孔，后来的羌族妇女也就有了《后汉书·西羌传》中记载“被发覆面”的习俗。

公元前 475 年，爰剑携妻子逃奔到三河（指黄河、析支河、湟河）地区，当地羌人知道爰剑的经历后，认为他是一个非凡的人，非常敬畏，共同推举他为首领。由于他做过奴隶，羌人称“奴”为无弋，所以

有了“无弋爰剑”这个出现在汉人历史记录中的羌人名字。当时，羌人生活地区“少五谷，多禽兽”，过着原始的狩猎生活。无弋爰剑将学到的农业耕植和畜养牲口的技术传授给羌人，让他们种五谷，养六畜，使生活在青藏高原东南地区的羌人开始了真正的农牧业生产。把生活在这个地区的羌域逐渐扩大，阿尼玛卿雪山以东的牧场上的主人逐渐成了这些羌人。爰剑和他的儿子、孙子使这个小小的部落逐渐变大。无弋爰剑的后人也“世世为豪”，其子孙遍及青海、西藏、甘肃、四川等地。到他的曾孙忍和舞时，该部落达到了一个顶峰。忍生了九子，发展成为 9 个部落；舞生十七子，发展成为 17 个部落。到秦汉之时，无弋爰剑在青海的羌族子孙已分为大小 150 个部落，雄踞青海高原。

一方面是汉地文献称呼他们为“羌”，一方面是他们仍自称为峉。至今，青海海南藏族地区一直保留着峉人的称呼，并将他们生活的地区称为郭峉、果迷等，至今仍有郭密千户地区等。《明太宗实录》中就称呼这里的百姓为“果迷（郭密的音转）卜咂族“，后来称呼为“思果迷族”，这些峉人后裔主要分布在今天青海省海南州的黄河以北的曲什安河、恰卜恰河、伊黑龙河、浪麻河、罗汉堂河、贺尔加河、尕让河河江拉河流域地区。《西宁府·新志》中这样记载：“明万历时，……思果迷族在洪武十三年（即公元 1380 年）招抚，有上、下两族。”因此，在考证建立西夏王朝的主题族群党项羌的最初来源时，应该确定在青海海南藏区和果洛藏区一带的古峉人。

在今峻县西北隅岗格尔肖合力雪山东沿的木里乡境内，有一个叫源自古羌语“闷摩黎”的地方，就是羌人们集中的地区。现在，我的讲述从闷摩黎开始，在我 10 多年行走青藏高原期间，发现在四川北部、青海玉树州西南部和青海湖北部的岗格尔肖合力雪山东南缘都有“闷摩黎山”，这些来自古羌语的神山，无疑是古羌人在流牧过程中对自己崇拜的神山的命名，而这几处“闷摩黎山”恰好是古代羌人活动的区域范围内。在藏语标准注音为 mamole（也发音为 mamale）的这个古代羌语背后，是一位叫念的羌族女首领美丽而动人的故事。

二天狼西来，3000公里而来的鲜卑快刀

2000年前的青藏高原，几乎就成了羌人的天堂，破坏甚至摧毁这座天堂的，是一支来自三千多公里外的天狼部队：鲜卑。

如今，位于大兴安岭腹地的鄂伦春旗境内的嘎仙洞，是学者们普遍认为鲜卑先民最早浮出历史视野的地方。2010年7月12日，我为本书写作特意赶赴那里，在当地学者崔越领的带领下，前往那个神奇的洞穴中，站在被四周碧绿的青草和绿树包围的山洞前，我的思绪彷佛穿过千年的时光隧道，依稀看见曾经发生的一切。从嘎仙洞走出的鲜卑人，在秦汉时期的汉文献中就出现了对鲜卑的记载。零星而模糊的记载中，那些游牧在今天辽宁东部西喇木伦河以北的少数民族，被称为“鲜卑”，属于当时的“中国”之外的东胡。匈奴强大时，一度臣服于匈奴人，匈奴人被击败后，这个原本不起眼的部落迅速地在蒙古草原上亮出了自己的力量，尤其是他们收留了数十万蒙古地区的匈奴人后，很快成为北方草原上最强大的游牧力量之一。魏晋时期，鲜卑分为宇文部、慕容部、拓跋部、秃发部和乞伏部等若干部。影响最大的是拓跋部，在中国历史上的南北朝时的北朝，除北齐外，北魏、东魏和西魏都是拓跋鲜卑建立的政权。

这个强悍而神秘的部落，最早居住在今内蒙古东北部额尔古纳河右岸的大鲜卑山一带。大兴安岭深处的林地无法满足越来越多的人口繁衍，加上逐步强大起来的鲜卑部落开始分化，鲜卑人中的一支在他们的首领诘汾带领下，向南迁徙，在内蒙古中部地区生活。公元2世纪70年代后期到3世纪70年代的100年间，诘汾的儿子力微开始吞并和统一内蒙古地区的鲜卑各部，在内蒙古高原上建立起了新的部落国家。《北史》记载，这个新兴的部落国家“控弦之士，二十余万”。一个有20万专业军人的游牧王朝出现在了当时的北中国。力微曾经两次派自己的儿子沙漠汗作为人质去曹魏政权和西晋政权那里留学，后来在鲜卑军队中发挥很大作用的弹弓技术就是沙漠汗从西晋学习并带回的。很快，这个部落国家开始效法中原国家设置中央的官吏系统，颁布一些简单的法律。

魏晋时期，鲜卑部落大裂变后，鲜卑中的一支慕容鲜卑部落在酋长慕容涉归的带领下来到了今天的辽宁义县一带建立了汉族文献称为“辽西鲜卑”的政权。

鲜卑部落中一直沿袭着马斗的比赛项目，每年的马斗是鲜卑部落中的盛会，是一场带有比赛和娱乐性质的鲜卑人的大集会。然而，当慕容涉归的儿子慕容廆长到 16 岁时，鲜卑人的马斗不仅发生了严重的变化，而且以其引发鲜卑人内部的大分化而画上了一个伤心的句号。

公元 284 年，鲜卑部落中的马斗因为参赛双方最后成了慕容涉归 16 岁的儿子慕容廆和他的庶长子吐谷浑而引起草原上的人们更多的关注：16 岁的慕容廆出身高贵，是可汗之位的合法继承者；吐谷浑当时则统领着 1700 户部落，拥有整个强大的军事实力并在部落中享有盛名，对慕容廆的可汗继承形成了很大威胁。

那天的马斗参观的人数是历年马斗之最，慕容涉归亲自带领自己的随从和亲信以及自己宠爱的女人，来到人山人海的马斗场面，想看儿子和庶子在马斗中的表现。从小过惯了娇宠生活但心高气傲的慕容廆一心想挤走对自己汗位有威胁的吐谷浑，当吐谷浑远路赶来参加比赛时，他差人在前一夜给吐谷浑的马槽中偷偷添加了泻药，第二天的马斗场上，吐谷浑的那匹坐下骑怎么也给他给不了面子。在草原上以坐下骑纵横驰骋的吐谷浑也没料到，这匹陪伴自己攻下一个又一个草原部落的心爱战马，怎么在今天的马斗中如此“掉链子”。就在他羞愧难当时，慕容廆骑着他的战马走过来高声地说：“这难道就是草原上有名的吐谷浑么?骑着这样的马怎么能作战呢?我为有这样的兄长感到羞愧!”这时，只见慕容涉归对身边宠爱的女人和亲信说：“呵呵，你们平时都说慕容廆不能撑起鲜卑的大业，今天的马斗连吐谷浑也不是他的对手啊!”马斗失利并受到嘲弄的吐谷浑一气之下带领部众，萌生离开“辽西鲜卑”另起炉灶之意，连夜带领人马开始了西迁之路。吐谷浑的离开，成就了慕容廆于公元 284 年承继了酋长之位。

带领追随自己的鲜卑人进行大迁徙的吐谷浑，开始将“辽西鲜卑”政权和辽阔的辽西草原置放在身后，他们开始向西部那广袤但陌生的

地域进发，原来他统领的1700多户部落人马大多选择了追随这位草原上的雄鹰，而且，越来越多的鲜卑人、匈奴人后裔、突厥人也慕名从或远或近地地方跑来跟随他的迁徙之旅。这使即位辽西鲜卑政权后的慕容廆担心吐谷浑带领人马随时回到“辽西鲜卑”的地盘，他便派遣使者到草原上的很多部落，向那些酋长呈述吐谷浑是一个危险的人物，收留他就意味着给自己制造麻烦——哪个部落要是收留吐谷浑，“辽西鲜卑”就和哪个部落交战。

那个艰难的秋天，吐谷浑所到草原上的每寸土地彷佛都有属于他们的主人，吐谷浑每到一个部落，要么是遭到毫无余地的拒绝，要么是主人在接待他们后便委婉谢绝他们久留。他坚信总有一处草原能让他驻足，每个夕阳下，看着落下的残阳，他越发相信最美的一道斜阳之下，最美的一处草原是属于他的。

一个个夕阳吸引着吐谷浑的目光和脚步，吸引他穿过今天的辽宁西部、内蒙古草原南部边缘。但鲜卑政权的阴影笼罩下的草原上诸多部落始终拒绝吐谷浑的驻足，没有一方草场供他们扎下牧帐、歇脚放牧。严冬季节，吐谷浑策马来到黄河边，看着那一河冰冻的洁白，他的眼光越过黄河朝南望去，黄河以北的狼山、阴山脚下没有哪一方部落能容忍自己，那么，黄河以南的地方呢?他派人踩着厚厚的黄河冰面走向那片陌生的土地，很快，他派去的人回话：黄河南边的那片草原上生活的是鲜卑人中的一支——拓跋鲜卑部落，他们最早和慕容鲜卑部落有过领地纠纷，交战失利且被慕容鲜卑屡屡欺凌后，才远徙到河套平原的。听说吐谷浑是被慕容鲜卑的慕容廆排挤而出的，拓跋鲜卑部落愿意接纳长期在草原上流徙的吐谷浑，就这样，吐谷浑带领他的追随者在河套地区驻足下来，在这里经过了近20年的游牧生活。

拓跋鲜卑部落在接受吐谷浑的人马后，势力大增，居住于黄河内外的河套地区的少数民族大多臣服于拓跋鲜卑。双方开始和睦相处，后来，随着吐谷浑力量的强大，拓跋鲜卑部落内部也开始对他们产生各种猜疑，甚至因为担心对其政权产生威胁，有人主张铲除吐谷浑势力。吐谷浑只好再次选择流徙，他的才能和英名不仅使他原来带领的

鲜卑人继续跟随他，就连拓跋鲜卑中的不少人和跟随他，他们跟随他继续朝着夕阳落下的地方动身，这就是他们后来落居青海建立吐谷浑政权后，有大量的拓跋氏的原因。

吐谷浑定居河套近 20 年的生活，为 1000 多年后建立西夏王朝的党项羌叙说自己的族源时，增添了一份似乎可靠的依据，（西夏开国皇帝嵬名元昊登基第二年就派人到开封，他的使者给宋朝的表中说道："臣祖宗本出帝胄，当东晋之末运，创后魏之初基。"意思是说，我元昊是具有帝王血统的，我的祖先在东晋时期。创立了后魏的根基）。

公元 312 年，吐谷浑带领他的属群开始了再次西迁，他们渡黄河，越贺兰山，穿过了鄂尔多斯草原、河套地区、黄土高原、河湟谷地、青海湖等地理单元，穿越过河西鲜卑和陇西鲜卑人的地界，行程 2000 多公里，走进了青藏高原。那时，吐谷浑面对的不仅是一片高海拔地区的雪山和草场，更是无弋爰剑在青海的子孙形成的大小 150 个部落的羌人势力。一方要进入这块天高云淡、水清草茂的天堂，一方要捍卫祖先留下的这方草场的独立和完整。战争冲突无法避免地摆放在了羌人和鲜卑人之间。

吐谷浑带领的鲜卑人在辽东时就已经接受了先进的汉文化，沿途又不断吸纳所经过地区的生产技术、生活方式以及先进的武器，这使得他们就像一把犀利的楔子，极力想插进羌人的地界，羌人在这支远路而来的疲惫之师产生了轻敌思想，尽管他们采取了不同程度的抵抗，但鲜卑人在吐谷浑杰出的军事指挥才能，一步步地攻破了一处处羌人的地盘，逐步向青海湖一带推进。鲜卑人的这把楔子终于成功地楔进羌人生活的地界，在今青海湖一带建立了自己的政权。他们在和羌人的交往中，带来了先进的养马、驯马，甚至养驼技术。很快就在这片辽阔、富饶但又原始的大地上扎下了根。

公元 317 年，吐谷浑在完成西徙鲜卑部族的大迁徙后，以 72 岁的高龄辞世，他带领到青藏高原的这支鲜卑人自此被史籍称为"吐谷浑人"。

三念，软化鲜卑尖刀的羌女

吐谷浑去世后，他的长子吐延率领吐谷浑人开始四处征战，高原上出现了吐谷浑人的挥马征战的桀骜身影，加剧用武力争夺羌人牧场、马匹的进程，使两个族落加速了融合，那些从对方掳掠的女性成为己方兵士的女人，为自己的部落放牧、生子。随着征战范围的扩大，吐谷浑族落到吐延时期的版图南到今四川省的阿坝县、松潘县一带，西边抵达黄河源头的鄂陵湖、扎陵湖一带，而这个版图的大部分地区恰好是羌人曾经生活的地盘，这片土地上的战争或和平时期，都延续着双方部族的交融。

吐延的扩张引起了羌人的抗争，公元 329 年，退居到今四川省西北部高原阿坝县一带的羌人在酋长姜聪的带领下，发起了反击，双方展开激战。战争的结果是吐谷浑首领吐延被羌人击毙，姜聪也被鲜卑人剁成了肉酱。战争双方都看到了不能依靠各自的力量击败对方，吐谷浑人首先抛出了和平的绣球：出于政权的稳定和种族繁衍的需求，吐谷浑人从部落酋长到普通民众许多人开始大量和羌人通婚，这次战争对双方的影响不是哪一方的输赢，而是促成了两大部落不久就形成了联盟，双方融合的进程进一步深入。

战争不能解决问题时，和平出场。

吐谷浑政权的首领视罴应约和羌人的首领和谈。他们在约定的地方谈判，那一天的高原空气里弥漫着甜蜜的味道，这种味道首先闻到的是视罴，当他走进和谈的牧帐时，他才发觉坐在帐中等待他的羌人首领念竟然是一位美丽而年轻的女性，而年轻英俊的视罴掀开挂在牧帐前的帘布走进牧帐时，身后的那道阳光明显地刺了念的视线，等那道光线退却后，她才发觉比阳光更让她眼睛一亮的是走进的这位帅哥，双方都愣住了。都没想到统领那么大的部落力量者，竟然就是站在自己眼前的人。年轻、有着杰出的军事才能、能让各自部落心悦诚服等因素使他们互相心生敬意和爱意，草原上最具浪漫的邂逅发生了，两个被爱情笼罩的手牵在一起的刹那，两个敌对多年的部落，在两个年轻首领的爱情前即将放下干戈，走向和平。

视罴忘了自己的使命，铁血在柔情前软化，他当场向念提出联姻，被爱神之箭在那一瞬间射中的念，愉快地答应了这场神奇的求婚。她迈着轻盈的脚步走进了吐谷浑人的牧帐，成为羌和吐谷浑两大部落的高原王后。

视罴英年早逝后，念把羌人“父兄死，妻后母及嫂”的习俗带进了吐谷浑的婚姻生活：她转嫁给了视罴的弟弟乌纥堤。当乌纥堤整天沉湎于酒色、无心族落发展时，她接管了族落大权，对外发布号令，对内整治族落事物，成为羌、吐谷浑历史上第一位执掌部族大权的女性。这样的才能，就连一向反感女性参政的司马光，也在《资治通鉴》中做出了这样的评价：“念氏专制国事，有胆识，国人威服之。”

念当政期间，是羌和吐谷浑两大西北地区的族落走向融合的黄金时期，一个高原上的黄金家族出现了。她的四个儿子长大后，她将儿子们叫到身边，让他们从东南西北四个方向带兵出征，谁征到的地方就是谁的。念的四个儿子就这样离开母亲的牧帐，互不干涉地向各自的方向出征，使吐谷浑版图在原来的基础上越来越大，念的这四个儿子后来都成了吐谷浑历史上著名的酋长。从公元 411 年－452 年，这四个同母异父的兄弟，按照母亲的教导，遵循视罴开创的“舍幼立长”的传统，推行了兄死弟及的王位继承制度，在当时的西秦、南凉、大夏等国对吐谷浑人和羌人虎视眈眈的形势下，兄弟四人能够巧妙地寻求到对外扩张、对内稳定的时机，从而在上述几个少数民族政权走向衰落时，吐谷浑和羌却迎来了发展的强盛时期，使中国的北方游牧地区几乎成了他们的大舞台，青海、甘肃、四川交界处的吐谷浑、羌成了这一地区的主宰。

公元 5 世纪中期，吐谷浑政权加速了在青海以及今甘肃省南北部的扩张。公元 457 年，吐谷浑历史上迎来了年轻的拾寅执政时期。他彻底改变了吐谷浑人“逐水草，无城廓”的历史，带领族人走进今天青海省海南藏族自治州境内黄河西岸的曲什安河流域，在那里大兴土木，修建城邑，《魏书》中记载，他的出入居住，都打扮成一个君王一样。新兴的吐谷浑政权引起了鲜卑人为主体的北魏政权嫉恨。北魏政权发

需要全本请访问 www.ertongbook.com