

# 目 录

第一编 历史概述·····	( 1 )
一、什么是青海民族史·····	( 1 )
二、青海藏族史要·····	( 8 )
(一)吐蕃和唃廝罗时期·····	( 8 )
(二)元明时期·····	( 11 )
(三)清朝时期·····	( 14 )
(四)民国时期青海藏族的社会状况·····	( 17 )
三、青海蒙古族史要·····	( 19 )
(一)元代至明前期的青海蒙古·····	( 20 )
(二)“西海蒙古”时期·····	( 23 )
(三)和硕特蒙古时期·····	( 26 )
四、土族史要·····	( 34 )
(一)族源和形成·····	( 34 )
(二)明清时期的土族·····	( 37 )
(三)民国时期的土族·····	( 44 )
五、撒拉族史要·····	( 46 )
(一)族名和族源·····	( 46 )
(二)元朝到清朝前期的社会政治状况 ·····	( 49 )
(三)清朝中后期几次事件·····	( 51 )

六、青海回族史要	( 58 )
(一) 青海回族来源	( 58 )
(二) 社会经济和政治状况	( 61 )
(三) 反抗斗争和历史人物	( 63 )
(四) 马氏家族统治时期的青海回族	( 65 )
第二编 史料简介	( 67 )
一、青海藏族史基本史料	( 67 )
(一) 吐蕃及其先民时期	( 67 )
(二) 唃廝罗时期	( 71 )
(三) 元明时期	( 75 )
(四) 清朝和民国时期	( 78 )
(五) 藏文文献和文物碑石	( 82 )
二、青海蒙古族史基本史料	( 87 )
(一) 元代到明朝前期	( 87 )
(二) “西海蒙古”时期	( 92 )
(三) 和硕特蒙古时期	( 95 )
三、土族史基本史料	( 100 )
四、撒拉族史基本史料	( 110 )
(一) 元代史事史料	( 110 )
(二) 明代史事基本史料	( 112 )
(三) 清代史事基本史料	( 114 )
(四) 民国时期史料	( 123 )
五、青海回族史基本史料	( 124 )
(一) 元代回族史料	( 124 )

(二) 明代至清初的回族史料·····	( 125 )
(三) 清代雍正以后回族史料·····	( 128 )
(四) 清末至民国时期的回族史料·····	( 136 )
第三编 研究综述·····	( 137 )
一、青海藏族史研究概况·····	( 137 )
(一) 青海藏族来源问题·····	( 138 )
(二) 吐蕃王朝时期和唐末五代青海藏族 状况·····	( 142 )
(三) 关于唃廝罗和唃廝罗政权的研究 ·····	( 146 )
(四) 关于元、明时期青海藏族史研究 ·····	( 152 )
(五) 关于清代和近代青海藏族史研究 ·····	( 163 )
(六) 关于历史上社会制度的研究和藏 族史专著·····	( 165 )
二、青海蒙古族史研究概况·····	( 167 )
(一) 元代至明初活动在青海的蒙古·····	( 167 )
(二) “西海蒙古”的研究·····	( 171 )
(三) 关于固始汗及和硕特蒙古·····	( 173 )
三、土族史研究概况·····	( 180 )
(一) 土族史研究的回顾·····	( 130 )
(二) 土族族源研究·····	( 185 )
(三) 关于政治制度研究·····	( 193 )

(四) 关于明末土司与农民军的战斗……	(198)
(五) 土族社会经济研究……	(199)
(六) 其他问题研究……	(200)
<b>四、撒拉族史研究概况……</b>	<b>(201)</b>
(一) 撒拉族史研究的回顾……	(201)
(二) 族名和族源研究……	(204)
(三) 社会分期问题……	(208)
(四) 关于土司制和朶最制……	(209)
(五) 关于苏四十三反清斗争事件……	(210)
(六) 关于“阿格乃”和“孔木散”的研究……	(216)
(七) 撒拉族历史发展与伊斯兰教的关系研究……	(217)
<b>五、青海回族史研究概况……</b>	<b>(219)</b>
(一) 关于青海回族的来源问题……	(219)
(二) 青海回族的经济生活与宗教信仰……	(220)
(三) 青海回族反抗斗争史研究……	(221)
(四) 清末到民国时期青海回族史研究……	(229)
<b>附录：一、青海藏族部落表……</b>	<b>(232)</b>
二、青海蒙古王公世系表……	(239)
三、青海东部土司世系表……	(249)
<b>作者后记……</b>	<b>(259)</b>

# 第一编 历史概述

## 一、什么是青海民族史

青海省自古以来就是多民族聚居的地区，也是我国西北少数民族发祥地之一。大约在两万年以前，就有人类在这里繁衍生息，用他们的双手创造了灿烂的古代文化。青海省在远古时期是一个在经济和民族发展上都有特点的文化区。先秦时期是一些游牧部落以及兼营农牧的部落的活动区，西汉时（从公元前121年开始）汉族开始涌入河湟地区。

上述那些游牧和农牧兼营的部落是什么人呢？古代史籍或称其为“西戎”，或称之为“羌戎”。大要说来，西戎是对起源于陕甘青地区的祖源相近的畜牧和游牧部落的统称，而羌人是其中的一部分。据《说文·羊部》，“羌，西戎牧羊人也”。羌是西北古代民族中一大支系，早在商代就出现于文字和器物铭记中。据《后汉书·西羌传》，西羌

是后人统括了上古西部民族的称号；而且还因为东汉先后把先零、烧当等羌人迁入关中地区，习称“东羌”，而把“西羌”看作一种族号。居住在青海的河湟诸羌、河曲诸羌，是西羌的基本部分。居住在青海境内的西羌部落的历史，应该属于青海古代民族史的范围。

西汉时期，汉朝为北拒匈奴，开河西四郡断羌胡交关之路。青海地属羌中，战略地位重要，西汉便在这里建立郡县，驻兵屯田，经营河湟，统驭众羌，安定西陲。两汉时这里也有小月氏和匈奴部落住牧。

到了西晋，鲜卑族大批迁入甘青地区。十六国时，秃发部建南凉王国；乞伏部建西秦王国；吐谷浑部役属群羌，在牧业区建立地区辽阔的吐谷浑王国。后来，吐蕃兴起并灭吐谷浑，统治诸羌，青海民族史进入又一个新的发展阶段。鲜卑族中的秃发部、乞伏部，尤其吐谷浑部以及汉族，也是青海古代民族史应该研究的范围。

但是，本书着重介绍的，是目前聚居在这里并实行区域自治的几个兄弟民族的历史，她们是藏族、蒙古族、土族、撒拉族和回族。

据1985年统计，在这块72万余平方公里土地上，有407万3千余人口。其中汉族247万，占

60.4%；各少数民族共159万，占39.6%。<sup>①</sup>建立的民族自治地方，有六个自治州、七个自治县，占全省土地面积98%以上。从人口比例和土地面积来看，民族问题的重要性是不言而喻的。在各少数民族中，藏族有79万余人，占全省人口的19.5%，主要聚居在玉树、果洛、黄南、海南、海北五个藏族自治州和海西蒙古族藏族自治州，还有相当部分散居在东部农业区各县。回族有54万余人，占13.7%，主要聚居在化隆、门源两个回族自治县，民和、大通两个回族土族自治县，以及西宁城东区和湟中县，其余州县也有回族居住。土族有13万余人，占3.3%，聚居区域有三片，即：湟水以北的互助土族自治县和其西邻大通回族土族自治县，河湟之间的民和回族土族自治县，及黄河以南的同仁县。撒拉族有6万5千余人，占1.6%，主要聚居在循化撒拉族自治县和隔河北邻的化隆县甘都乡，以及其东邻的甘肃省积石山保安族东乡族撒拉族自治县。蒙古族有5万8千余人，占1.3%，主要聚居在海西蒙古族藏族自治州的乌兰县、都兰县和黄南藏族自治州的河南蒙古族自治县，此外，海北州的海晏县、门源县、祁连县和海东地区的湟源县，也

---

<sup>①</sup>藏、蒙、土、撒拉、回人口占全省总人口39.4%，余2%为满、东乡、壮、苗、彝、朝鲜等族。

有蒙古族居住。各兄弟民族在长期友好相处中，尤其是解放后37年来，在共同进行社会主义革命和建设的过程中，平等、团结、互助的谁也离不开谁的社会主义民族关系已经确立，并得到加强和发展。

从目前青海的汉、藏、回、土、撒拉、蒙古等族的来源、发展和诸文化因素看，可分成四个族系：

羌藏系。羌人是青海土地上古老的居民，除迁出者和苏毗、党项外，南北朝以后大部分曾经役属于吐谷浑国。迨吐谷浑灭亡，转而汇合于青藏高原上另一支古老民族蕃族而成为吐蕃族。羌族文化由藏族继承发展汇合为藏族文化。

汉族系。汉族是从内地大批移居来的，也成为青海的古老的居民。前后分三个阶段。第一阶段开始于西汉武帝时，历东汉、三国，通过在河湟驻军、屯垦、修城、浚渠，对开发东部农业区做出了历史的贡献。第二阶段是隋唐时期，以后或东迁，或在吐蕃统治下大部藏化。第三阶段是明朝以后，从明初开始，在居民比例上汉族逐渐占到多数。

东胡系或塞北系。如鲜卑族吐谷浑部公元四世纪初由塞北西迁上陇，在甘青建国，历三百余年。如秃发鲜卑，由河西走廊进入河湟地区，公元397

年至414年建立南凉王国。国亡后，大部分被西秦吸收，一部转投吐谷浑，小部分逃到北凉境内，439年北凉亡后转降北魏。如乞伏鲜卑，以榆中、枹罕为中心，公元385年至431年建立西秦王国，其势力曾伸至青海的河南地区和湟水流域。国亡后，大部分汇合到吐谷浑之中了。而吐谷浑于663年亡国后，除王室率数千帐东迁外，一部分在祁连山区聚众自保延续发展，大部分被吐蕃族吸收了。以上三支鲜卑人，属东胡族系。蒙古人也来源于东胡系，原是室韦的一支。自十三世纪二十年代开始，分批移居来往于青海。先后徙牧来的，有属于东蒙古的，有属于西蒙古的。当前的和硕特蒙古，属西蒙古，是明末固始汗率领移徙来的。

色目系。十三世纪时蒙古西征，将中亚和波斯、阿拉伯等地穆斯林大批东迁，居住西北各地，统称作色目人。回族是以东迁的色目人为主体的发展形成的；撒拉族则是原西突厥中撒鲁尔部的一支后裔东迁今循化一带发展形成的。

上述四个族系的民族，构成了青海农牧区民族分布状况。其诸文化特点，从语言说：六个民族分属于两个语系四个语族。汉语属汉藏语系汉语族，藏语属汉藏语系藏语族。蒙古语和土语，同属于阿尔泰语系蒙古语族（或蒙古通古斯语族）。回族普

遍使用汉语。撒拉语属阿尔泰语系突厥语族。汉、藏、蒙古各族都有本民族文字，土族于近年来创制试用土文。就宗教信仰说：藏、蒙古、土族普遍信仰藏传佛教（俗称喇嘛教），而以该教中格鲁派（黄教）占绝对优势；回族、撒拉族普遍信仰伊斯兰教。自清初以后，以河州狄道为中心产生了门宦和教派，发展为三大教派、四大门宦、七十三支派。几大门宦和教派在青海都有传播，并且在历史上发生过多次教派斗争。

我们纵观青海民族发展史及制约历史发展的自然环境和对自然环境的制约，就会发现有不少值得专门研究的课题。如：农牧分区与双轨政治制度，移民屯田与农业发展，羁縻制度与土司制度，茶马互市与民族贸易，宗教信仰与民族文化等等，都是应予注意的。

本书取名《青海民族史入门》其中屡屡提到的“青海”，都是指辽阔的青海省而言。在历史上，“青海”一词的内涵是有变化的，因之这里谈谈“青海”。

“青海”一词最早出现于南北朝时。郦道元《水经注》卷二《河水篇》说：“（临羌新）县西有卑禾羌海者也，世谓之青海”。既然“世谓之”，可见已经流传已久。魏收《魏书·吐谷浑

传》称面积4583平方公里的、湖水海拔高程3194米的青海湖为“青海”，说“青海周回千余里，中有小山”云云。在南北朝以前，班固《汉书》称青海湖为西海、仙海、鲜海、鲜水海或卑禾羌海。南北朝以后，《隋书》和两《唐书》都称青海，《明史》复称西海。古藏文史料也有记载，《敦煌吐蕃古藏文文书》称“错温波”。错，意为湖或海子，温波，意为兰色或青色。这一藏语称号，沿用至今。十三世纪后，蒙语称“库库诺尔”，《西域同文志》写作“库克淖尔”。库库或库克，意为兰色或青色，诺尔或淖尔，意为湖或海子。无论汉语、藏语或蒙语，都是青色的湖的意思，状其形貌。

1928年9月南京国民政府议决青海建为行省，依我国各省命名通例，以省内这个我国最大的内陆湖的名称，作为新建省的省名，称“青海省”。从此，“青海”成为省名。人们谈到青海湖时，在“青海”二字之后又加一“湖”字，于是“青海湖”成为一个语义重复的地名了。因之，所谓“青海民族史”，就是指的生息在青海省辽阔土地上的少数民族的历史。

## 一、青海藏族史要

### (一) 吐蕃和唃廝罗时期

藏族就是古代的吐蕃族。“吐蕃”，一般人释为“大蕃”，既是政权名称，也是民族称呼。<sup>①</sup>吐蕃族是在吐蕃王国时期（公元七世纪至九世纪）形成的。

公元七世纪二、三十年代，吐蕃王国在雅鲁藏布江流域兴起，并朝东北拓展。先后并吞苏毗、党项、白兰诸羌，势力伸入青海境内。唐贞观十五年（641），唐朝将文成公主嫁于吐蕃赞普松赞干布，路过青海入藏完婚。唐蕃间友好使者往来不绝。唐龙朔三年（663）吐蕃攻灭吐谷浑，尽占青海牧区各地。在吐蕃国统一政令法度下，逐渐熔铸出大吐蕃族。唐景龙四年（710），唐朝的金城公主路过青海，嫁于吐蕃赞普弃隶缩赞。到唐天宝十四年（755）后，安史之乱爆发，唐军东调，吐蕃乘势东进，尽占河湟及陇右等地，统治这里约一百年左右。在此期间，成批的唐人融合到吐蕃族之中。

---

<sup>①</sup>见牙含章《关于吐蕃、尕甘、乌斯藏和西藏的语源考证》，载《民族研究》1980年第4期；江慰庐《浅释吐蕃的由来及其含义》，载《西藏研究》1982年第1期。

公元九世纪中叶后，吐蕃王室分裂，驻在河湟地区的贵族混战，给各族人民带来无穷灾难。部民和奴隶趁机起义，反对吐蕃奴隶主贵族的统治。沙州人张义潮起义后，各地响应，鄯、廓等十一州回归唐朝。唃末人也聚众起义，其后一部分融合于青海藏族中。吐蕃王国崩溃后，种落分散，无复统一，大者数千家，小者数百家，呈现分裂割据局面。到公元十一世纪初，在河湟、洮岷地区出现了延续上百年的唃厮罗政权。在此时期，这里的藏族比之西藏，较早地进入封建制社会。

唃厮罗（997—1605）既是人名，也是部落集团和政权名称，藏语，“佛子”之意。他原名欺南陵温，系亚陇觉阿王系之后裔，出生于高昌，后被人迎至河湟地区，尊立之以“兴文法”，建立宗喀政权，藏文史书中称为宗喀王。北宋景德三年（1006）居宗哥城（今平安县），后（1018）被迁邈川（今乐都）。北宋天圣十年（1032）后迁青唐城（今西宁），《宋史》称青唐政权。唃厮罗与宋朝建立友好联系，接受宋朝官爵，抗御西夏。唃厮罗政权的疆域，东至秦州西界，南达今果洛地区，北至祁连山，西括青海湖，大致占有《宋史·地理志》上的鄯、湟、廓、熙、河、洮、岷、迭、宕等州和积石军地。东西长约一千五百里，南北宽约八

百里。其人口约百万。唃廝罗死后，三子分立。长子瞎毡及孙木征，据河州；次子磨毡角据邈川；幼子董毡为唃廝罗嗣，据青唐，势力最强。大约北宋元丰六年（1083）董毡去世，养子阿里骨（？—1096）继位。唃廝罗祖孙三代，一直执行着与宋朝友好的政策。阿里骨去世后，子溪邦彪箠（？—1099）嗣立，部族离心，分裂成河南、河北两派势力。唃廝罗兄之孙溪巴温据溪哥城（今贵德），依隆卜部（陇逋部），河南诸部多归之。到公元1099年宋军取邈川，占青唐，郡县其地，唃廝罗政权结束。唃廝罗时期，“号为西番”。

在唃廝罗政权时期，河湟等地原先因战乱而凋敝的社会经济得到复苏，并有一定程度的发展，藏朝的农牧业经济，呈现出一派安定小康景象。与宋朝的茶马互市相当繁盛，中西贸易畅行无阻，青唐城商业相当繁荣。境内佛教盛行，修建了不少寺院，以佛法统众。唃廝罗是青海藏族历史上做过积极贡献的一位人物。唃廝罗时期的局部统一，是元朝统一整个藏族地区的前奏。

据藏文《囊谦王系谱》，大约在南宋初年，康定珠氏家族直哇阿路率其亲属迁今玉树南部，命其居地为囊谦。投附黎州（今四川汉源）地方官员，得到南宋王朝发给的文册，令其管理六个部落，一

万户百姓，为黎州所领五十四个羁縻州之一（诺裕州），囊谦王与根蚌寺结合，建立政教合一统治体制。与上同时，西藏日喀则来的实力集团做了果洛地区的首领，民间传说名叫朱拉加。<sup>①</sup>河湟地区在南宋时处于西夏统治之下，这里的强大部落有隆卜部、西纳部等等。

## （二）元明时期

从公元十三世纪到十七世纪中叶，在封建王朝统一治理下，封建制度得到进一步发展，政教合一体制进一步巩固和加强。

南宋宝庆三年（1227）蒙古帝国灭西夏，占河湟。南宋淳祐元年（1241）后，西藏各地归顺蒙古王室。从此，藏族各地区结束了种族分散，不相统属的局面，生活在一个统一王朝治理之下。1260年元世祖忽必烈即位，对藏区采用“因其俗而柔其人”的方针。除派宗王镇守（宁濮郡王弘吉刺氏章吉镇守西宁，忽必烈七子奥鲁赤封西平王镇守青藏等地）外，在行政区划上，西宁一带属“甘肃行中书省”（治甘州），其余地区统划作宣政院辖地（1264年设总制院，1288年改名宣政院），设三个宣慰使司，分治藏区各地。其中“吐蕃等处宣慰使

---

<sup>①</sup>见《果洛藏族自治州概况》，青海人民出版社1985年版，第14—42页

司”，始设于南宋宝祐元年（1253），治河州，管辖安木多地区。今玉树地区是帝师萨迦派八思巴的领地。从各宣慰使到万户的重要官员，都由中央任免。各级官员僧俗并用，军民通摄。这种僧俗官员并行制度一直延续下来，成为以后各地政教合一政权的定制。西宁州的西纳家族是实力雄厚的一个地方势力集团，除代出国师外，还担任万户之职。

自十世纪后，藏区历史发展的独特性，藏传佛教各派相继产生。明朝永乐时宗喀巴（1357—1419）正式创立格鲁派（黄教），意味着藏传佛教臻于成熟。

元至正二十八年（1368）元亡明兴，各地藏族受明朝治理。明廷采用“用僧徒化导”，多封众建，“分其势而杀其力”<sup>①</sup>的政策，基本上沿袭元代制度，并进一步把官爵纳入地方行政体制。对原来三个宣慰使司辖地，改设三个行都司，陕西行都司治河州。在今黄南州设必里千户，后升必里卫，果洛有果洛千户所。明朝尊崇各派藏传佛教，凡“自通名号于天子”，均得到封赐安置。在各地封了众多国师、禅师，其中岷州的大崇教寺和乐都的瞿昙寺，成为明朝敕建寺刹、推行民族宗教政策的样板。同时，大力推行茶马互市制度。明朝一代，

<sup>①</sup>《明史》卷三三〇西域传。

藏族社会安定，牧业经济比较繁荣，封建农奴制有进一步发展。

宗喀巴的大弟子释迦也失于永乐十二年（1424）和宣德九年（1434）两度赴京朝觐，路过今民和县，修建了灵藏寺和弘化寺，格鲁派开始传播到河湟地区。明代后期，塔尔寺等陆续兴建，格鲁派势力渐居优势，凌驾于萨迦派、噶举派等派之上。

藏区政教合一统治可分三种类型。一是靠明朝扶持而建立起来的，以瞿昙寺和梅氏家族为代表；二是由西藏宗教领袖支持而建立起来的，如隆务寺和佑宁寺等；三是靠自身力量发展起来的，如西纳川演教寺等。不论哪一种类型的政教合一统治，都定期交马，以马为赋，明朝酬以茶斤。驻牧通天河上游的觉巴拉和拉布库克二族，一司递文之差，一司河津济渡<sup>①</sup>，免于贡赋。据张雨《边政考》卷九，西宁卫藏族有西纳、申中、隆奔等十三族，万历时衍为25族，共男妇约9千人。河州卫所辖在青海境内的有32族，男妇约4万人。归德所辖有冲不鸾车等11族，人口失载。明正德以后，东蒙古占据西海，“番人失其地，多远徙”黄河以南，“其留者不能自存，反为所役属”，向蒙古贵族，

---

<sup>①</sup>玉树班遣寺藏象牙方印一颗，文为“坚修口津”，系宣德时赐与喇嘛锦敦钻竹。