



□ 中华民族源流史丛书
□ 何光岳 / 著
□ 江西教育出版社

源流史

汉

□何光岳/著 □江西教育出版社

汉源流史

22-911
306

555555

0 054095

书 名:汉源流史
作 者:何光岳
出 版:江西教育出版社(南昌市老贡院 8 号)
发 行:各地新华书店
印 刷:南昌市光华印刷厂
开 本:850×1168mm
印 张:13.5
字 数:450 千
版 次:1996 年 12 月第 1 版第 1 次印刷
定 价:20.00 元
书 号:ISBN7-5392-2793-1/K·23

邮政编码:330003

(赣教版图书凡属印刷、装订错误请随时向承印厂调换)

前 言

汉民族是世界上人口最多的民族,达 12.5 亿人,以中国(包括台湾、香港、澳门)为母体,广泛分布于世界各地。她坚韧不拔的性格,聪明创造的智慧,团结互助的精神,以及健壮耐劳的体格,在任何恶劣的环境下都能生存。他们顽强地拼搏着、发展着、壮大着,并不断融入到许许多多的不同民族和人种中去。汉人向各地不断迁徙,同时也带去了先进的汉族文明,又广泛影响着周边的民族和人类,发展成为东亚文明。随着汉人和各民族的相互融合,便形成了东亚——华汉人种,这是典型的黄种民族,并不是某些西方人强加给我们的所谓“蒙古利亚种”。这种东亚——华汉人种具有广泛的代表性,因为不论是日本、朝鲜、越南、中南半岛、南洋群岛,还是西伯利亚、中亚等地的民族,或多或少都融入了华人的血液,世界上会讲汉语、用汉文、习汉俗的民族和人口,大大超过了汉族总数,除汉族在中国本土内的 56 个民族(称中华民族或华族,绝大多数与汉族有渊源关系)几乎都是这样外,亚洲及世界其他地方的许多民族、国家及华侨、华裔也或多或少地保留着这些因素。粗略估计人口达 16 亿,这是世界上任何一个语种的人口都难以比拟的。

以炎帝、黄帝的姬、姜双胞族为主体,融合了东夷族少昊氏的嬴、偃双胞族,形成了强大的华夏族,基本统一了黄河流域及长江以北、辽河流域的广大地区,以中原(河南、晋南、鲁西、冀南、秦中)为中心,建立了夏、商、周三朝,长达 2000 年之久。华夏族后裔的秦、汉又统一中国,建立了地域辽阔的帝国,东到朝

鲜,南至海南岛、越南北圻、中圻,西抵中亚及咸海,北达贝加尔湖,成为当时地球上最强大的帝国。

尤其是汉帝国,分为西汉、东汉、蜀汉三个朝代,长达 470 年之久,而且又都是刘氏一脉相传,这恐怕是世界各国王朝中所罕见的。自秦末陈胜、吴广首先发动起义,韩、赵、魏、齐、楚等六国王室及将相贵族皆纷纷起事,割土自立,最后楚将刘邦先入关灭秦,被西楚霸王项羽封于僻处秦岭和大巴山之间的汉水上游盆地——汉中,称为汉中王。

刘邦,字季,沛郡丰邑中阳里人,乃黄帝玄孙帝尧陶唐氏之裔。尧生子监明、丹朱,丹朱之后为丹氏、房氏、陶氏。监明生子式,封于刘国,是为刘式,传至 9 世刘駘之子刘累,夏王孔甲时为豢龙氏,封于豕韦国故地为豕韦氏。传 25 世至刘贡,于商末国于唐,又分为唐氏。传 30 世至刘暉,周成王灭唐封其弟唐叔虞于唐,而移封刘暉于杜,是为杜氏。杜国在今陕西长安县韦曲镇东北 15 里的东伍村北。杜暉传 7 世至杜伯,被周宣王所杀,杜国灭亡。杜伯之子隰叔奔晋,封于隰,是为隰叔,其分支有隰氏。隰叔子士蒍之后为士氏。士蒍生士缺,士缺生士会,封于随,后又封于范,其支族又分为随氏、范氏。士会次子士鞅之子龙,仍继为刘氏,是称刘龙。士会第三子士魴之后为魴氏,魴子裘食采于彘,为彘氏。刘龙传至 14 世孙刘煊,字执嘉,号显初,生 4 子:伯名元,仲名喜,叔名邦,季名交。刘邦被封于其祖先监明的初封地汉国,即今汉中市,其水便叫汉水,公元前 206 年建立西汉王朝,定都长安,又一次统一中国。

西汉帝国的建立,标志着汉民族的形成,她是由华夏族演变而来的。由于领土的扩大,周边各族大多成为西汉帝国的臣民,他们与汉族频繁通婚,以自称汉族为荣,最后融入于汉族。公元 8 年,西汉政权传至孺帝刘婴时,被外戚王莽篡夺,建立新朝,共传 10 世 16 帝 214 年,刘氏帝统中断,西汉帝国衰亡。新朝存在

了 16 年,赤眉、绿林、铜马军相继起义,消灭了王莽建立的新朝。绿林军推刘邦之裔刘玄为更始帝。不到两年,又被赤眉军攻破长安,更始帝刘玄投降于赤眉政权后,被帝刘盆子封为长沙王,后被与他有仇的故将张卬杀害。起义军利用“人心思汉”的情绪,先后都以刘邦的后裔为帝,借以号召天下。但因绿林、赤眉起义军互相残杀,丧失民心,不到一年,便被刘玄的宗弟刘秀所镇压。刘秀又讨灭已称帝的族人梁王刘永,并陆续讨灭各地的农民义军和割据势力,于公元 25 年重新统一中国,重建汉朝,建都洛阳,是为东汉,版图几乎与西汉相近。

刘秀乃汉景帝子长沙定王刘发 6 世孙,与更始帝刘玄为同高祖再从兄弟。汉和帝时,曾派大将军窦宪大破北匈奴,登燕然山,刻石记功而旋。从此北匈奴破灭,一部分北匈奴人被迫西迁至今匈牙利一带,建立起马提拉王国,汉人声威远播欧洲。班超又抚定西域,派甘英到达波斯湾。至献帝末年,黄巾军起义,军阀混战,最后曹操“挟天子以令诸侯”,统一了北方。东汉共传 8 世 14 帝 196 年而亡,再加上更始帝、赤眉帝,共计 201 年。

公元 220 年,曹操子曹丕迫汉献帝禅位,建立魏国;汉景帝之子中山靖王刘胜 11 世孙刘备,于东汉末率兵入蜀,夺取同宗益州刺史刘璋的地盘,于公元 221 年在成都称帝,国号汉,是为蜀汉;孙权亦建都于金陵,国号吴,于是三国鼎立之势形成。

蜀汉虽然偏居西蜀,但大力开发云贵地方。刘备子刘禅为帝时,于公元 263 年被魏将邓艾、钟会所灭,传 2 世 44 年,汉族史学家一般都奉蜀汉为正统。

综观西汉、东汉、蜀汉连续 470 余年,文治武功鼎盛,英主辈出,其中有开国明君如汉高祖刘邦、东汉光武帝刘秀、蜀汉昭烈帝刘备,又有西汉文帝、景帝之治绩,武帝、宣帝之武功,昭帝、元帝之守成,使汉德深感人心,泽延后世。东汉明帝、章帝之治绩,和帝之武功,几乎有长达 200 多年之久的富强康乐,为汉族的繁

荣昌盛创造了良好的条件。

这个时期的汉族,是以华夏族为主体的,融合了境内各少数民族以及周边各族而成,而融入的周边民族人数要多一些,如匈奴、乌桓、鲜卑、高丽、涉貊、扶余、沃沮、三韩、东越、闽越、南越、交趾、山越、外越、西瓯、骆越、大月氏、乌孙、羌、叟、獐、冉駹、僬、邛、笮、徙斯、南蛮及西域诸国等,他们无不向往汉朝,与汉人通婚杂居,这是汉族第一个大融合时期。

公元 265 年,魏国权臣司马炎夺取魏国政权,建立西晋帝国,建都洛阳,灭吴而统一中国,是为晋武帝。晋武帝奉行民族开放政策,周边各族人民纷纷移居内地。不久,晋国王室内部分发生“八王之乱”,互相残杀,南迁今山西的匈奴族单于之裔刘渊因其先王不断娶汉室公主为妻,故刘渊之父刘豹即以母氏刘姓为姓,自以为汉朝外甥,继承汉朝刘氏正统,于公元 304 年,称汉帝,都平阳(今山西省临汾市)。公元 310 年刘聪即位,公元 316 年西晋亡。三年后渊侄刘曜迁都长安,改国号为赵,是为前赵。至公元 329 年,被后赵石勒所灭,共传 5 世 25 年。

西晋末年,由于“八王之乱”,引发了内迁的匈奴、羯、氐、羌、鲜卑贵族纷纷起兵割据,所谓“五胡乱华”,分建十六国。而晋朝支裔南迁江东,建立东晋,定都建康,偏居江南。北方除前凉张氏、西凉李氏、北燕冯氏、冉魏及北齐 5 国外,其余全系少数民族所建。如鲜卑族先后建立了前燕、后燕、南燕、西燕、南凉、西秦、段赵、吐谷浑、代、北魏、东魏、北周,匈奴族建立了前赵、北凉、夏,氐族建立了前秦、后凉、仇池,羌族建立了后秦、宕昌,羯族建立了后赵,巴族建立了成汉,丁零翟氏建立了魏国。这时东晋以汉族正统自居,尚能西灭成汉,北灭南燕、后秦,几乎收复了汉族帝国故地,只因东晋内耗,功臣刘裕于公元 420 年夺取东晋政权,建立宋朝,仍都建康。因刘裕乃汉高祖之弟楚元王刘交的 22 代孙,刘交之后迁居彭城,故以彭城郡为郡望,而彭城乃战国

时宋偃王故都,刘裕不是汉室正宗,乃是旁支,所以立国时不称汉朝,而叫宋朝。其实也可算是汉室刘氏的再兴,自蜀汉灭亡至汉室外甥汉赵灭西晋,才47年。汉赵亡后,刘宋夺取东晋,又隔了91年,刘氏仍在江南立国,且国势强盛,大有吞并北方统一中国之势,可惜刘宋皇室昏庸无道,互相残杀,到公元479年,被萧道成建立的齐朝所取代,共传6世9帝59年。以后萧衍又取代齐而建立梁朝,陈霸先又取代梁朝建立陈朝。南朝宋、齐、梁、陈都是汉族所建,一贯被视为中国正统帝国。而北朝的北魏、东魏、西魏、北周乃鲜卑族所建,后来北周灭北齐,而北周静帝的外祖父杨坚,乃汉族名门望族,于公元581年夺取北周政权,建立隋朝,定都长安,接着又灭陈朝而重新统一中国,建立了强大的隋帝国,使中国在分裂了长达265年之后,又得到了统一。

隋文帝杨坚励精图治,节俭宽政,是汉族的英主、汉民族的大英雄。

两晋南北朝时期,除以上各族与汉族融合外,东北的高丽、扶余、乌丸,北方的柔然,西域的昭武九姓以及龟兹、于阗、疏勒、车师、破落那、吐火罗,西南的天竺、叟,南方的巴、賁、獠、獯、蛮、溪、濮、交趾等族,都纷纷与汉族通婚杂居,大量融入于汉族,使汉族阵容迅速扩大,这是汉族第二个大融合时期。

隋朝建立后,由于文帝之子炀帝骄奢荒淫,很快就衰败下去,到公元618年,农民起义遍布全国,最后由唐公李渊及儿子李世民起兵夺取了隋朝政权,建立了唐朝,仍建都长安。唐太宗、高宗、武后、玄宗之时,出现了“贞观之治”、“开元”之治的太平盛世,文治武功是汉族空前绝后的,长达120年之久,其势力东包高丽、百济、靺鞨、渤海,北囊突厥、铁勒、回纥、薛延陀、黠戛斯而远达堪察加半岛、安哥拉河及勒那河上游,西达里海及克什米尔,南尽交趾,而新罗、占城、尼婆罗等国皆称藩,还一度灭亡了北天竺国王阿那至顺。西突厥一支被迫西迁至小亚细亚半

岛,后来形成土耳其。

唐帝国的声威,在当时世界上是独一无二的,所以汉人远迁海外各地,都被尊称为“唐人”。汉唐盛世是汉族最光荣而伟大的时代,不但文化和科学技术发达,经济也高度繁荣,成为中世纪世界的头等强国,成为周边各国各族学习的榜样,如日本、高丽、安南、占城、渤海、高昌、于阗、鄯善等国、族,先后向大唐朝贡和派人来学习,输入汉先进文化,除日本外,其余多国都成为大唐的藩属国,大多已收入中国版图。至今日本、韩国、朝鲜、越南等皆为汉文化圈的重要国家,就是广泛接受汉文化而逐渐发展的结果。

唐朝推行民族平等政策,许多藩属国和外族纷纷入迁内地,与汉族杂居通婚,甚至有些人还担任了重要官职,从而加速了与汉融化过程。唐末,黄巢起义,动摇了长达 290 年的唐帝国的基础。朱温于公元 907 年夺取唐朝政权,建立后梁。沙陀族李存勖称己为唐朝公主的后裔,而从母姓为李氏,取代后梁而建立后唐,曾灭前蜀王氏。后唐女婿沙陀人石敬瑭又取代后唐,建立后晋。汉族逃入沙陀族的刘知远后取代了后晋,于公元 947 年建立后汉,定都开封,传 2 帝 4 年,被另一汉族人郭威所取代,建立了后周,史称五代,除后唐建都洛阳外,其余皆都于开封。

刘知远为东汉明帝第八子淮阳王刘昺之后,可算是汉室刘氏的又一次短命的复兴。后周取代后汉时,刘知远之弟刘崇于公元 951 年在太原自立,是为北汉,传 4 世 28 年,被宋所灭。

后周于公元 960 年被宋太祖赵匡胤所取代,五代共持续 54 年,是中国的大分裂时期。周边还有汉人建立的十国:即前蜀王氏,被后唐所灭;后蜀孟氏脱离后唐而独立,后被宋所灭;吴国杨氏,为南唐李氏所取代;楚国马氏、闽国王氏,皆被南唐所灭;荆南高氏、南唐李氏、南汉刘氏、湖南周氏皆被宋所灭;吴越钱氏最后也归降宋朝,这样宋朝基本上又统一了中国。

南汉刘氏，也系刘邦之后，刘岩于公元917年据广州，建立南汉，传四世至后主刘铎，于公元971年被宋所灭，共54年，是汉室刘氏在南方的割据政权，也是刘氏称帝称王的最后一个国家。

在这个时期，东北的高丽、百济、新罗、渤海、靺鞨、沃沮、契丹、奚、霫、鲜卑，北方的铁勒、突厥、回纥、薛延陀、黠戛斯，西邻的吐蕃、吐谷浑、羌、西域，南方的安南、占城、南蛮、乌蛮、白蛮等大多融入汉族，这是汉族大发展的时期，也是汉族第三个大融合时期。

赵匡胤于公元960年夺取后周政权，又先后平定各国，基本上统一中原，建立北宋帝国，建都开封。但北方有契丹族耶律氏所建立的辽国，后来被女真族完颜氏所建的金国所灭。辽国的亲族耶律大石西迁中亚，建立西辽国。西北有党项族李氏建立的夏国。西南原有乌蛮蒙氏建立的南诏国，后来被称为白蛮（其祖先是汉人）的段氏所取代（其前尚有赵氏、郑氏、杨氏，皆汉人演变为白蛮），建立了大理——后理。南方的丁氏，乃汉人之裔，据交趾脱离宋朝而独立建安南国。

北宋的懦弱不振，虽历宋太祖、太宗、真宗、仁宗、英宗、神宗等百余年的太平康乐时期，但周边经常被辽、西夏所骚扰，以致积弱不堪，于公元1127年被金所灭。北宋钦宗之弟赵构被迫南迁临安，偏居江南，建立南宋帝国，被尊为中国正统朝代。公元1279年，南宋终于被蒙古汗国所灭。两宋共传18帝320年。

蒙古族奇渥温氏，灭亡金、南宋、后理、西夏、西辽、高丽、安南，建立强大的元朝帝国，东包高丽直至库页岛，北抵西伯利亚，西至土耳其、阿拉伯半岛及波兰、匈牙利，南括克什米尔、不丹、安南、爪哇、苏禄，地跨欧亚，是世界历史上的第一大帝国，也是汉族第一次被排斥在统治权以外的时代。元朝的蒙古和色目人，残酷地奴役剥削汉人，自元世祖以后，大多骄奢淫逸，政治腐

败,元末,各族农民起义此伏彼起。其中汉族刘福通扶韩林儿称宋帝,号召全国汉族及各族联合起来反对元朝统治,最后其部将汉人朱元璋终于在公元 1368 年推翻元朝,元顺帝逃到漠北,建立北元,不久被鞑靼汗国所取代。而瓦剌汗国也脱离北元而独立。

元朝时期,将西亚的突厥人、阿拉伯人、波斯人、钦察人及畏吾人、康里人大量移入中国,任官、经商或充当军士屯垦,还把西夏人、高丽人、契丹人、女真人、蒙古人、西辽人、吐蕃人、安南人、大理人散居于各地,与汉人杂居通婚,最后大多融入于汉族,这是汉族第四次大融合的时期。

元朝长达 98 年的统治,使汉族第一次被排斥在统治权之外,但蒙古人与汉族皆出于炎黄子孙,所以融合是必然的过程。

朱元璋消灭元朝,又一次统一中国,建立了强大的明朝帝国,建都南京,后迁北京。明太祖统治时期,励精图治,国富民强。到明成祖时,南征北讨,宣宗两次灭安南,又派郑和 7 次下南洋、西洋,声威及于锡兰和非洲东海岸,领土东北至库页岛和外兴安岭以南,北至阴山,西至吐鲁番、于阗、西藏、拉达克,南至安南。琉球、占城、缅甸、老挝、景迈、朝鲜、苏门答腊、马六甲、苏禄、婆罗洲等地也称藩入贡,成为明的藩属国。至英宗后期,由于统治者荒淫无道,政治腐败,明帝国才逐渐衰落。熹宗、思宗时,内有宦官、奸臣乱政,又有东林党与非东林党的党派小集团利益之争;外有后金国之扰,再加上 10 多年的旱灾和瘟疫,张献忠、李自成等多批农民起义遍布全国,最后李自成攻陷北京,明朝宣告灭亡。而明将吴三桂引后金兵入关,驱逐闯王,让满洲人在北京建立清朝帝国,并与孔有德、洪承畴等消灭了南明。满族与汉族同属炎黄子孙。

清朝野蛮地实行了种族灭绝政策,以“留发不留头,留头不留发”的命令,强制汉人从满俗,从此汉族又被排斥在统治权之

外达 268 年之久。终清朝之世,汉人掀起了多达数千次的反清复汉的起义,但都被镇压下去了。1911 年辛亥革命,终于推翻满清封建帝制的统治,实行了五族共和、民族团结的共和政治,正式建国号为“中华民国”,以全国各族合称为“中华民族”。从此,汉族和各族人民团结互爱、凝聚共存成为了中华民族。

辛亥革命后,张勋曾扶满清废帝爱新觉罗·溥仪进行“十二日短命复辟”,不久被段祺瑞赶下台,接着又被冯玉祥赶出官中。民国 23 年三月,溥仪受日本帝国主义的扶植,在长春登上了伪满洲国傀儡皇帝之位,成为中华民族的头号国贼。以后日本帝国主义不断侵占中国大片河山,于民国 26 年在北平扶植大汉奸王克敏,组织伪中华民国临时政府;次年,日寇又在南京扶植大汉奸梁鸿志等,组织伪中华民国维新政府;民国 29 年三月三十日,在日寇的唆使下,大汉奸汪精卫在南京成立伪国民政府,褚民谊、陶希圣、周佛海、陈公博、陈璧君、王揖唐等汉奸卖国贼,丧心病狂地帮助日本侵略者屠杀汉族同胞和各族兄弟达 2000 万人之多,受到全世界华人子子孙孙的唾骂。随着日寇的投降,伪满洲国和伪汪政府彻底被毁灭,那些汉奸卖国贼和日寇战犯都受到中国人民和世界人民的严厉惩罚。

明、清两朝的各族大融合,形成了今天 56 个兄弟民族的布局,各族之间,你中有我,我中有你,亲密无间,都以汉文、汉语作为国际和族际交流的工具,所以明、清时期是汉族第五次大融合的时期。

作为中华民族的一员,理所当然负有爱我民族、兴我民族的神圣职责,也有义务了解、研究汉民族的历史与文化。近 10 年来,我一直奔波于各省之间,呼吁成立“汉族研究会”。幸蒙长沙市委、市政府的大力支持,才选定长沙市为汉族研究会首届大会召开的地点,并举行了国际汉民族历史文化研讨会,这是汉族学术史上的一块里程碑。

与此同时,作者含辛茹苦,排除了许多干扰,广为搜集资料,不论零篇残简、寸楮半牋,凡涉及历史学、地理学、民族学、古文字学、考古学、民俗学、古农学、地名学和天文学等方面资料,都加以搜集、推敲、精选,以数十年之积累,数十万里的调查访求,挥汗如雨,呵笔化冰,在极其艰苦的环境下,撰成《汉源流史》一书,使汉人和其他民族能了解汉民族的渊源、流向、演变与发展,为人类史谱写了重要的篇章。

自感德薄才浅,学识寡陋,难以膺此重寄,但基于强烈的中华民族感情,本人不敢推卸厥责。

在写作过程中,本人在博采诸家之言的前提下,抒己之创见,不拘陈词,不摒旧说,不斥异端,不猎怪奇,不立门派,不顾蜚语,循情察理,旁搜侧证,运用夹叙夹考夹论方法,谨泐成此作,以饗中外人士。自憾不勉,难免挂一漏万,举二遗千,讹误之处,奇谈之点,也在所难免。愿有识之士,不吝垂教,也愿汉族史著作多多益善。

感谢江西省委、省政府领导和江西省新闻出版局的关心和支持,江西教育出版社的大力扶持和鼓励,使这套《中华民族源流史丛书》才得以以崭新的“源流史”体裁,采用“泛史学”和“模糊史学”的观点笔法,陆续与读者见面。

江西教育出版社这次又出版《汉源流史》,厥功甚伟,所费甚大,这种大公无私、重视学术、热爱中华民族历史文化的高尚风格,令我由衷地敬佩,特向社领导和诸位同志表示诚挚感谢!

何光岳

丙子年头伏挥汗于长沙

德雅村千谱斋

目 录

前 言	(1)
第一章 刘国的来源和迁徙	(1)
第一节 帝尧之后的刘国	(1)
第二节 刘的名义	(3)
第三节 豕韦君与杜君	(7)
第四节 姬姓刘国	(9)
第二章 古汉人与雒文化的源流	(17)
第一节 古汉人分布于汉水上游	(17)
第二节 汉的名义与大人之国	(20)
第三节 汉人与雒的关系	(23)
第四节 “天汉”释义	(30)
第三章 汉人与汉族的形成	(33)
第一节 汉人的名称	(33)
第二节 汉族的名称	(38)
第三节 融入汉族中的各个民族	(40)
第四章 西汉帝国的兴起与衰落	(44)
第一节 汉高祖创建西汉帝国	(44)
第二节 惠帝的懦弱与吕氏的专政	(46)
第三节 “文景之治”	(47)
第四节 武帝的文治武功	(48)
第五节 昭帝守成与宣帝中兴	(50)
第六节 元成两帝的盛极而衰	(51)

第七节	哀平两帝的衰亡	(52)
第五章	东汉帝国的兴起与衰落	(55)
第一节	刘玄与刘盆子起义称帝	(55)
第二节	光武中兴而建立东汉帝国	(57)
第三节	明帝与章帝的强盛	(61)
第四节	和帝与安帝的守成	(63)
第五节	顺帝与质帝的衰弱	(65)
第六节	桓帝与灵帝的昏乱	(67)
第七节	献帝的颠沛与灭亡	(70)
第六章	蜀汉的兴亡	(75)
第一节	蜀汉昭烈帝的兴起	(75)
第二节	后主时期的北伐与衰亡	(79)
第七章	南朝宋的兴亡	(83)
第一节	武帝创建宋朝	(83)
第二节	文帝与孝武帝的守成	(86)
第三节	明帝与后废帝及顺帝的衰亡	(89)
第八章	后汉与北汉的兴亡	(94)
第一节	高祖创建后汉	(94)
第二节	隐帝的灭亡	(96)
第三节	北汉的兴亡	(98)
第九章	南汉的兴亡	(104)
第一节	烈宗创建南汉	(104)
第二节	高祖的自立	(105)
第三节	中宗诛杀亲族	(107)
第四节	后主的衰亡	(109)
第十章	重兴汉族的刘福通	(112)
第十一章	两汉时期各族融入汉族	(116)

第一节	匈奴族融入汉族	(116)
第二节	乌桓与鲜卑族融入汉族	(121)
第三节	东夷与高句丽族融入汉族	(124)
第四节	百越与南蛮融入汉族	(125)
第五节	羌人与西南夷融入汉族	(127)
第六节	西域各国种族融入汉族	(129)
第十二章	两晋南北朝时期各族融入汉族	(131)
第一节	鲜卑族融入汉族	(132)
第二节	匈奴族融入汉族	(142)
第三节	丁零族融入汉族	(149)
第四节	氐族融入汉族	(154)
第五节	羌族融入汉族	(158)
第六节	羯族融入汉族	(167)
第七节	西域诸族融入汉族	(169)
第八节	扶余与高丽融入汉族	(183)
第九节	巴与賚族融入汉族	(186)
第十节	南方叟獠蛮俚族融入汉族	(188)
第十三章	隋唐五代时期各族融入汉族	(191)
第一节	沃沮与靺鞨族融入汉族	(191)
第二节	高丽与奚及契丹族融入汉族	(198)
第三节	铁勒与突厥族融入汉族	(202)
第四节	鲜卑族融入汉族	(206)
第五节	南方各族融入汉族	(208)
第六节	吐蕃融入汉族	(210)
第十四章	宋元时期各族融入汉族	(215)
第一节	契丹族融入汉族	(215)
第二节	女真族融入汉族	(221)
第三节	党项族融入汉族	(230)

第四节	西蕃融入汉族	(242)
第十五章	明清时期各族融入汉族	(245)
第一节	蒙古族融入汉族	(245)
第二节	畏吾人与西域人融入汉族	(256)
第三节	高丽族融入汉族	(260)
第四节	满洲人融入汉族	(269)
第五节	蜑人与南方各族融入汉族	(279)
第六节	西南各族融入汉族	(292)
第七节	西北各族融入汉族	(307)
第八节	东北各族融入汉族	(310)
第九节	回族人融入汉族	(313)
第十节	犹太人融入汉族	(323)
第十一节	汉族移民与立国于海外	(327)
第十六章	刘姓考	(343)
第十七章	范姓考	(391)
第十八章	陶姓考	(399)
第十九章	唐姓考	(404)