

吕思勉讲中国民族史

吕思勉◎著

大师讲堂  
学术经典

# 吕思勉讲中国民族史

吕思勉 著



团结出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

吕思勉讲中国民族史 / 吕思勉著. -- 北京: 团结出版社,  
2019. 1

ISBN 978-7-5126-4375-8

I. ①吕… II. ①吕… III. ①中华民族—民族历史  
IV. ①K28

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第193710号

---

**出 版:** 团结出版社

(北京市东城区东皇城根南街 84 号 邮编: 100006)

**电 话:** (010) 65228880 65244790

**网 址:** www.tjpress.com

**E-mail:** zb65244790@vip.163.com

**经 销:** 全国新华书店

**印 刷:** 北京京华虎彩印刷有限公司

---

**开 本:** 148mm×210mm 32 开

**印 张:** 10

**字 数:** 201 千字

**版 次:** 2019 年 1 月 第 1 版

**印 次:** 2019 年 1 月 第 1 次印刷

---

**书 号:** 978-7-5126-4375-8

**定 价:** 69.80 元

(版权所属, 盗版必究)

## 《大师讲堂》系列丛书

### ► 总序

／ 吴伯雄

梁启超说：“学术思想之在一国，犹人之有精神也。”的确，学术的盛衰，关乎一个民族的精神气象与文化氛围。民国是一个动荡不安的时代，内忧外患，较之晚清，更为剧烈，中华民族几乎已经濒临亡国灭种的边缘。而就是在这样日月无光的民国时代，却涌现出了一批批大师，他们不但具有坚实的旧学基础，也具备超前的新学眼光。加之前代学术的遗产，西方思想的启发，古义今情，交相辉映，西学中学，融合创新。因此，民国是一个大师辈出的时代，梁启超、康有为、严复、王国维、鲁迅、胡适、冯友兰、余嘉锡、陈垣、钱穆、刘师培、马一孚、熊十力、顾颉刚、赵元任、汤用彤、刘文典、罗根泽……单是这一串串的人名，就足以使后来的学人心折骨惊，高山仰止。而他们在史学、哲学、文学、考古学、民俗学、教育学等各个领域所取得的成就，更是创造出了一个异彩纷呈的学术局面。

岁月如轮，大师已矣，我们已无法起大师于九原之下，领教大师们的学术文章。但是，“世无其人，归而求之吾书”（程子语）。

大师虽已远去，他们留下的皇皇巨著，却可以供后人时时研读。时时从中悬想其风采，吸取其力量，不断自勉，不断奋进。诚如古人所说：“圣贤备黄卷中，舍此安求？”有鉴于此，我们从卷帙浩繁的民国大师著作当中，精心编选出版了这一套“大师讲堂系列丛书”，分辑印行，以飨读者。原书初版多为繁体字竖排，重新排版字体转换过程当中，难免会有鲁鱼豕亥之讹，还望读者不吝赐正。

吴伯雄，福建莆田人，1981年出生。2003年考入福建师范大学古代文学研究系，师从陈节教授。2006年获硕士学位。同年9月考入复旦大学中文系古代文学专业，师从王水照先生。2009年7月获博士学位。同年9月进入福建师范大学文学院古代文学教研室工作。推崇“博学而无所成名”。出版《论语则善》（九州出版社），《四库全书总目提要选》（凤凰出版社）。

# 目 录

- 第一章 总论 | 001
- 第二章 汉族 | 007
- 第三章 匈奴 | 038
- 第四章 鲜卑 | 078
- 第五章 丁令 | 108
- 第六章 貉族 | 142
- 第七章 肃慎 | 165
- 第八章 苗族 | 209
- 第九章 粤族 | 223
- 第十章 濮族 | 253
- 第十一章 羌族 | 268
- 第十二章 藏族 | 289
- 第十三章 白种 | 297

## 第一章 总论

此书凡分十二族，今各述其大概如下：

(一) 汉族 此为最初组织中国国家之民族。其语言、习俗、文化等，皆自成一体，一线相承。凡世所称为中国民族者，皆以其能用此种语言，具有此等习俗文化而言之也。此族初居黄河流域，渐向长江、粤江两流域发展。其开化之年代，今尚不能确知。据史家所推算者计之，则其有史时期，当在距今五千年前后。(中国确实之纪年，始于共和元年，在公元前 841 年，自此以前，据汉书律历志所推：周尚有一百九十二年，殷六百二十九年，夏四百三十二年，为公元前 2024 年，即民国纪元前 3935 年，更加巢、燧、羲、农，及黄帝、颛顼、帝喾、尧、舜等，事迹较可凭信者，必在距今五千年前后也。) 其为故居此地，抑自他处迁徙而来，今亦未能确知，其奄有中国本部，盖定于秦，汉平南越开西南夷之日。自此以后，其盛衰之迹，即普通中国历史，人人知之。其与他族交涉，则述他族时可以见之。故述此族之事，即至此为止。

(二) 匈奴 此族当前二世纪至纪元一世纪时，据今内外蒙古地方，为中国之强敌。一世纪末，为中国所破；辗转西迁，

直至欧洲为止，与中国无甚交涉矣。其入居中国内地者，四世纪之初，乘中国内乱而崛起。是为五胡中之胡、羯，十六国中之前后赵，约五十年，大为冉闵所屠戮，遂骤衰，其遗族浸与汉族相同化焉。此族自周以前，盖与汉族杂居黄河流域，详见篇中。此时今内外蒙古之地，盖极地广人稀；错处之种族虽多，（非尽此族。）实无一强大者。故中国当未统一之前，无北方游牧民族侵略之患，实天幸也。

（三）鲜卑 此族似即古所谓析支，散居中国之北。秦、汉时，则在今辽、热之间。盖南限于燕所开上谷、渔阳、右北平诸郡，西限于匈奴也。（更东则为貉族。）中国人称为东胡。公元前一二世纪之间，为匈奴所破，余众分保乌桓、鲜卑二山，因以为名。二山所在，今不能确知，然必满、蒙之间。所谓内兴安岭之脉者。乌桓在南，鲜卑在北。汉武帝时，招致乌桓，居于上谷、渔阳、右北平、辽西、辽东五郡塞外，助汉捍御匈奴。自此乌桓与汉较亲。一世纪末，匈奴亡。鲜卑徙据其地，而臣其遗落，由此大盛。至二世纪后半，遂与中国相抗衡。然未久复衰。惟其部落分布仍甚广。乌桓当二世纪后半，其大入亦颇有桀骜者。三世纪初，曹操袭破之于柳城。自此不能复振。然后此崛起之鲜卑，核其地，实多前此乌桓所据。故予颇疑鲜卑为其种族之本名，乌桓仅其分部之号；柳城战后，非乌桓自此遂亡，乃皆改从本名耳。此族分布既广，故五胡之乱，乘时崛起者颇多。前后燕、西秦、南凉、拓跋魏、宇文周皆是。高齐虽自称汉族，风气实同鲜卑，亦不能视为汉族也。两晋南北朝之世，此族之兴，始于慕容氏之据辽东西。事在三世纪末叶。至581年，隋代宇文周，而其在中国割据之局始终，其人亦大抵同化于中国。而其种落，仍有居西辽河上游流域者，是为奚、契丹。公元十世纪之

初，契丹崛起，尽服漠南北；声威西至西域；又东北灭渤海；南割燕、云十六州。至 1125 年，乃为金所灭。自东胡之强至此，盖千三四百年，其运祚，实远较匈奴为久也。

（四）丁令 此族在今日，中国人通称为回，西人则通称为突厥，皆其后来之分部。其种族之称，实惟丁令；异译作敕勒，亦作铁勒。地在匈奴及西域诸国之北。自贝加尔湖附近起，至咸海、里海之北，成一弧形。鲜卑侵入内地后，此族踵之而据漠南北。公元四世纪前半，北魏与柔然，争斗最烈。柔然虽鲜卑分部，其所用，实皆丁令之众也。五世纪中叶，柔然衰，而此族之突厥盛。自此或与中国为敌，或则臣服于中国，至七世纪初乃亡。而其同族回纥又继之。至八世纪初叶，乃为黠戛斯所破。自此弃漠南北，居河西及天山南路，以至于今。以上所述，为此族之居东方者。其居西方者为西突厥。六纪中叶，为中国所破；后中国之威力衰，则臣服于大食。然其种落仍在。大食衰，此族复多崛起者。元世，入居中国者不少焉。

（五）貉族 东洋史上，汉族而外，当以此族程度为最高。古所称东方君子之国者，实指此族言之。其根据地，予疑其本在辽、热、河北之间，自燕开五郡，乃为所逐，奔进塞外。于是此族名国，在今吉林西境者有夫余；其南下朝鲜半岛者，为高句丽及百济。夫余亡于三世纪之初。而句丽、百济，日益昌大，终成半岛之主人焉。此族文化，酷类有殷，盖受之箕子。古代之朝鲜，断不能在半岛，盖亦随燕之开拓，而奔进于东者也。

（六）肃慎 即今所谓满族，此族在古代，疑亦近北燕，随燕之开拓而东北走者，详见篇中。自汉以后，此族居于松花江流域；而黑龙江两岸，亦其种落所在。初盖服属夫余，后亦臣事句丽。句

丽之亡，助之之粟末部，入居今热河境。七八世纪之间，因契丹叛乱，东走出塞，建国曰渤海。尽有吉、黑及清咸丰间割畀俄国之地。并有今辽宁东境，及朝鲜北境。一切制度文物，皆模范中华，称为海东盛国。926年，为辽所灭。于是此族大致服辽。至1114年，而此族之黑水部曰女真者兴起。以飘风暴雨之势，十有二年而灭辽；又二年而亡北宋，奄有中国之半。凡百二十年，而亡于元。其居长白山者，后四百年乃兴起，是为清。其居黑龙江上游者为室韦。其别部，唐时曰蒙兀，即后来之蒙古。然蒙古王室之先世，则实沙陀突厥与室韦之混种也。详见篇中。

（七）羌族 此族在今陇蜀之间，及西康、青海、前藏之境。其分支东出，沐浴中国之文化最早者曰氐。三代时，即与中国有交涉。据河、湟肥饶之地，为中国患最甚者，为汉时之西羌。又西北至天山南路，南至云南西境，亦有其种落。但非其蟠结繁盛之区而已。此族所处之地，极为崎岖，且较硠瘠；既不能合大群，产业亦无由开发，故其进化颇迟。然亚洲中央之高原，大半为此族所据。将来大陆中心开发时，实占极重要之地位也。

（八）藏族 此族有一特异之俗，曰一妻多夫。自晋以前无闻焉。南北朝时，乃有据今于阗之地者，曰呾哒。其兵威远暨西亚。至突厥兴，乃为所破。呾哒原起，史籍所云，殊不足据。以予观之，则呾哒二字，实系于阗异译。后藏、于阗之间，本有交通孔道。呾哒盖后藏民族之北出者也。西康、青海、西藏，同为亚洲中央高原。然其地势，仍有微别。西康、青海及前藏，皆向东南倾斜，为诸大川上游谷地，此为羌族所据。后藏之地，则高而且平，其水皆无出口，地理学家称为湖水区域，此则藏族之所据也。前藏之南，雅鲁

藏布江流域，地最肥饶，亦较平坦；去印度又近；是以吐蕃王室之先，自此入藏；遂为羌、藏二族之主。此族以所居之地之闭塞，其开化亦迟。然正以此故，其信教之心极笃。佛教衰于印度，遂以此为根据。蒙、羌两族，亦皆受其感化。亚洲内陆开发时，亦必占极重要之位置也。

（九）苗族 南方诸族，向来论者，不甚加以分别。然考诸史籍，则固显然可分为三：其一族，予从今日通行之名，称之曰苗。又其二族，则稽诸古初，而称之曰越，曰濮。苗族古称黎，汉以后称俚，亦作里。其地居正南。故古书多称为蛮。今所谓苗，即蛮字之转音也。或以附会古之三苗，误矣。然今苗族之称，不因古三苗之国；而古三苗之国所治，则确为今之苗民，即所谓九黎也。此族当五帝时，曾据今长江中流，洞庭，彭蠡之间。后为汉族所破。周时，江域之地入楚。此族退居湖南，自汉以后，又沿洞庭流域西南退。凡今湖南及贵州沅江上游之地，古所谓蛮者，大抵皆此族也。

（十）越族 今所谓马来人。其分布之地，在亚洲沿海；暨环亚洲诸岛屿，即地理学家所谓亚洲大陆之真沿边者。其形状之异甚著，史多明载之。又文身食人之俗，散见史籍者甚多，比而观之，则皆系此族人。此族之程度，似较苗族为低。然其所据之地，远较苗族为广。山东半岛及江、浙、闽、广、湘、赣，古代盖皆此族人所据；且有深入川、滇者。今日中国人之成分中，此族之血胤，必不少也。

（十一）濮族 此族今称猺。其与苗族之异，日本乌居龙藏曾言之。然考诸史籍，其事亦甚显著也。此族之文明程度，又较苗族为高。其地在苗族之西；贵州西境，云南东境，四川南境，则其

盘踞之区也。此族在古代，踪迹曾深入北方，达今秦、豫之境。湖北西半，亦大抵为所据，详见篇中。其去汉族盖最近，故其程度亦最高也。

（十二）白种诸族 今日欧、亚二洲之界线，非历史上东西洋之界线也。历史上东西洋之分界，实为亚洲中央之帕米尔高原。自此以东之地，其事皆与中国之关系多，与欧洲之关系少；自此以西之地，则与欧洲之关系多，而与中国之关系少矣。白种人之分布，大都在葱岭以西，故与中国关系较浅。然彼此往来，究亦不乏。而葱岭以东，白种人之分布，亦非曰无之，特非大部落耳。

以上所述，除白种诸族甚少，不足计外，其余十一族，可分三派：匈奴、鲜卑、丁令、貉、肃慎为北派；羌、藏、苗、越、濮为南派；（此以大致言。羌藏中，亦有具北派之性质者。）而汉族居其中。北派除貉族外，非据瘠薄之草原，则据山岭崎岖而苦寒之地，故其性好杀伐。历代为中国患；又蹂躏西域，有时且及于欧洲者，皆此派民族也。南方则地势崎岖，而气候炎热，其民性较弱，而团结亦较难，故不能为大患。然其开发亦不易。汉族卵翼之，教诲之，迄今已数千年，犹未能全然同化也。惟汉族，根据黄河，而渐进于长江、粤江两流域。川原交错，物产丰饶，幅员广大，交通便利，气候亦具寒热温三带；取精用弘，故能大启文明，创建世界所无之大国。得天独厚，良非偶然。然以四围诸族，程度皆下于我，遂不免傲然自大，而稍流于故步自封；又以广土众民，生活及文化程度，皆远较他族为胜；一时虽为人所征服，不久即能同化他人；不恃兵力，亦足自立，民气遂日流于弱；此则其缺点也。今日所遇诸族，则非复昔时之比矣。狃于蒲骚之役者，虽遇小敌，亦不免败绩失据，况今之所遇，固大敌乎？可不深自念哉？

## 第二章 汉族

民族与种族不同。种族论肤色，论骨骼，其同异一望可知。然杂居稍久，遂不免于混合。民族则论言文，论信仰，论风俗，其同异不能别之以外观。然于其能否搏结，实大有关系。同者虽分而必趋合，异者虽合而必求分。其同异，非一时可混也。

一国之民族，不宜过杂，亦不宜过纯。过杂则统理为难，过纯则改进不易。惟我中华，合极错杂之族以成国。而其中之汉族，人口最多，开明最早，文化最高，自然为立国之主体，而为他族所仰望。他族虽或凭恃武力，陵轹汉族，究不能不屈于其文化之高，舍其故俗而从之。而汉族以文化根柢之深，不必借武力以自卫，而其民族性自不虞渐灭，用克兼容并包，同仁一视；所吸合之民族愈众，斯国家之疆域愈恢；载祀数千，巍然以大国立于东亚。斯固并世之所无，抑亦往史之所独也。

汉族之称，起于刘邦有天下之后。近人或谓王朝之号，不宜为民族之名。吾族正名，当云华夏。案《书》曰：“蛮夷猾夏”。（《尧典》，今本分为《舜典》。）《左氏》曰：“戎狄豺狼，

诸夏亲昵。”（闵元年。）又曰：“裔不谋夏，夷不乱华。”（定十年。）又载戎子驹支对晋人之言曰：“我诸戎饮食衣服，不与华同。”（襄十四年。）《论语》曰：“夷狄之有君，不如诸夏之亡也。”（《八佾》。）《说文》亦曰：“夏，中国之人也。”则华夏确系吾族旧名。然二字音近义同，窃疑仍是一语。（二字连用，则所谓复语也。“裔不谋夏，夷不乱华”，二语，意同辞异，古书往往有之，可看俞氏樾《古书疑义举例》。）以《列子》黄帝梦游华胥，附会为汉族故壤，未免失之虚诬。夏为禹有天下之号，夏水亦即汉水下流。禹兴西羌，（《史记·六国表》。）汉中或其旧国。则以此为吾族称号，亦与借资刘汉相同。且炎刘不祀，已越千年。汉字用为民族之名，久已不关朝号。如唐时称汉、蕃，清时称满、汉，民国肇建，则有汉、满、蒙、回、藏五族共和之说是也。此等岂容追改？夏族二字，旧无此辞。华族嫌与贵族混。或称中华民族，词既累重，而与合中华国民而称为一民族者，仍复相淆。夫称名不能屡更，而涵义则随时而变。故片辞只语，其义俱有今古之不同。训诂之事，由斯而作。必谓汉为朝号，不宜用为民族之名，则今日凡百称谓，何一为其字之初诂哉？废百议一，斯为不达矣。

汉族自有史以前，久居此土乎？抑自他处迁来，其迹尚有可考者乎？此近人所谓“汉族由来”之问也。昔人暗于域外地理，即以其国为天下，此说自无从生。今则瀛海大通，知中国不过世界列国之一；远览他国史乘，其民又多非土著；而读史之眼光，始一变矣。法人拉克伯里氏，撰《支那太古文明西原论》，谓汉族来自巴比伦。日本白河次郎、国府种德取其说以撰《支那文明史》。东新译社译之。（改名《中国文明发达史》。）说极牵强。顾中国人自此颇留意

考据。搜辑最博者，当推蒋智由之《中国人种考》。（见《新民丛报》。此篇以博为主，故所采不皆雅言。作者亦无确实论断。）此外丁谦、章炳麟等，咸有论著。或主来自小亚细亚。（丁氏之说。见所著《穆天子传地理今释》。略谓“此书体例，凡穆王经过诸国，有所锡赉皆曰赐；惟于西王母则曰献。诸受天子之赐者，皆膜拜而受，惟西王母及河宗氏不然。天子觴西王母于瑶池之上。西王母为天子谣曰：白云在天，山陵自出。道里悠远，山川间之。将子无死，尚复能来。”意谓中华大国，然其初起自西方，犹天上白云，出自山陵也。然则西王母为汉族故国，理自可信。传云：“自群玉之山以西，至于西王母之邦，三千里。自西王母之邦，北至于旷原之野，飞鸟之所解其羽，千有九百里。又云：至于西王母之邦，遂驱，升于弇山。乃纪其迹于弇山之石，而树之槐，眉曰西王母之山。”群玉之山，以穆王游行道里核之，当在今葱岭左右。旷原之野，盖印度固斯山以北高平之池。西王母在群玉之山之西三千里，旷原之野之西千九百里，则当在今小亚细亚。弇山，郭注云：弇兹山，日所入也。即《山海经》之崦嵫山。经云：崦嵫之山，苕水出焉，而西流注于海。可证西王母之池，西面滨海。然则西王母当在小亚细亚之西端。昔人所知陆地，西尽于此，遂以为日之所入耳。”愚案西王母之名，见于《尔雅》，为四荒之一。《淮南子·地形训》：“西王母，在流沙之濒。”《礼记·王制》：“自西河至于流沙，千里而遥。”则西王母之地，极远亦不过在今甘肃边境。《太平御览》地部引崔鸿《十六国春秋》：“酒泉太守马岌上言：酒泉南山，即昆仑之体。有西王母石室”云云。虽未必密合，地望固不甚远。故虞舜时，西王母能来献其白琯，若在小亚细亚，则葱岭东西，古代了无交通之迹，西王母安能飞越

邪？舜时西王母来献白琯，见《大戴礼记·少间》篇。）或谓来自大夏故墟。（章氏之说，见《太炎文录·论种性》篇。以西史之巴克特利亚（Bactria），《史记》称为大夏，必其地之旧名。而引《吕览·古乐》篇，黄帝命伶伦作律。伶伦自古大夏之西，乃之阮隃之阴，取竹于嶰谿之谷，为大夏为汉族故土之证。然大夏之名，古籍数见，虽难确指其地，亦必不得在葱岭之西也。详见近人柳诒征所撰《大夏考》，载《史地学报》。）要其立说，皆不免借《山海经》《穆天子传》等书为佐证。此等书，后人所以信之者，以其述域外地理多合。予谓二书实出晋世，汉时西域地理已明，作伪者乃取以为资，而后人遂为所欺耳。（此说甚长，当别著论，乃能详之。《山海经》系据汉后史志伪造。予所考得，凡数十事。）予昔亦主汉族西来之说。所立证据，为《周官》《郑注》。谓古代之祀地祇，有昆仑之神与神州之神之别。入神州后仍祀昆仑，则昆仑为汉族故土可知。自谓所据确为雅言。迄今思之，郑氏此注，原本纬候。（疏引《河图·括地象》为证。）纬候之作，伪起哀、平，亦在西域地理既明之后。虽多取材故记，未必不附以新知。则其所言，亦与《山海经》《穆天子传》等耳。据此议彼，未免五十步之笑百步也。（参看拙撰《昆仑考》。）

然则汉族由来，竟不可知乎？曰：非不可知也，特今尚非其时耳。草昧之时，讫无信史，为各国各族所同。他国古史，所以渐明者，或则发掘古物，以求证验；或则旁近史乘，可以参稽。吾国开化最早，四邻诸国，其有史籍，皆远出我后；掘地考古，方始萌芽；则邃古之事，若存若灭，盖无足怪，与其武断，无宁阙疑也。

然则汉族发展之迹，竟不可知乎？曰：汉族入中国以前，究居何处不可知。其入中国后发展之迹，则尚有可征也。特皆在有史以

后耳。案欲考汉族发展之迹，必先明其地理。考证古史地理，厥有三法：（一）考其疆域四至，及九州境界。（二）考古国所在。（三）考其用兵地理是也。疆域四至及州之境界，多有山川之名为据，似若可信。然此不过声教所及，非必实力所至也。古国所在，多难确考。有可考者，亦难分别其究为汉族，抑非汉族。无已，其惟考证古代帝王都邑乎？王朝史事，传者较详。都邑所在，亦较可凭信也。用兵地理，能传诸后世者，其间战胜攻取之方，遁逃负固之迹，皆足以考立国形势，交通路线。较诸仅知其都邑所在者，尤为可贵。故此三法者，第三法可用其全，第二法可用其半，第一法则全不足用也。

古代帝王事迹，多杂神话。其较可信者，盖始三皇五帝。三皇五帝，异说纷如，要以《尚书·大传》燧人、伏羲、神农为三皇；《史记·五帝本纪》，颛黄帝、颛顼、帝喾、尧、舜为五帝之说为可信。（详见鄙人所撰《三皇五帝考》。）燧人都邑无征。《遁甲开山图》，谓伏羲生于成纪，（今甘肃秦安县。）徙治陈仓，（今陕西宝鸡县。）地在秦、陇之间。神农氏，一称厉山氏，亦曰大庭氏，厉山，《括地志》谓在随县，（今湖北随县。）即春秋时之厉国。而春秋时鲁又有大庭氏之库，皇甫谧《帝王世纪》，谓神农都陈徙鲁，（《史记·五帝本纪》正义引。）盖本诸此。黄帝邑于涿鹿之河。服虔云：涿鹿，山名，在涿郡。（今河北涿县。）张晏谓在上谷，（皆见《集解》。）盖因《汉志》上谷有涿鹿县云然。窃疑服说为是也。颛顼、帝喾，《史记》皆不言其都邑。《集解》引《皇览》，谓其冢并在濮阳，（今山东濮阳县。）则在今山东境。尧都晋阳，（今山西太原县。）见于《汉志》。舜盖因之。《左》定四年，祝佗谓唐叔封于夏虚，启以夏政，则禹亦仍尧旧都也。然《世本》谓禹都阳城，盖其后嗣所