# 五胡之一：鲜卑族历史简史(详）

来源：网络收集 更新时间：2022-11-06

*部族与政权兴衰：鲜卑是与乌桓同时兴起的东胡另支。东汉初年，活动于今兴安盟科尔沁右翼中旗的鲜卑仍为匈奴役属。随着北匈奴势力衰耗，鲜卑开始边年出兵攻击北匈奴。公元85年，鲜卑与南匈奴、西零及西域各族共击北...*

部族与政权兴衰：鲜卑是与乌桓同时兴起的东胡另支。东汉初年，活动于今兴安盟科尔沁右翼中旗的鲜卑仍为匈奴役属。随着北匈奴势力衰耗，鲜卑开始边年出兵攻击北匈奴。公元85年，鲜卑与南匈奴、西零及西域各族共击北匈奴，迫使其中逃循。公元87年，鲜卑再次大败北匈奴，斩杀优留单于。公元91年，东汉政府和南匈奴对北匈奴进行了致命打击，北匈奴西迁。鲜卑趁势占据了漠北地区，留在漠北的匈奴十余万落并入鲜卑。鲜卑自此强盛起来。

公元2世纪中叶，鲜卑民族中涌现出一位勇健而有智略的首领——檀石槐。鲜卑在檀石槐带领下大断壮大，统一了鲜卑诸部，建牙帐于高柳（今山西阳高县）北三百余里的弹汗山（今内蒙古商都县附近）仇水（今东洋河）。随后，檀石槐率部北拒丁零，东败扶余，西击乌孙，南扰汉边、尽据匈奴故地，建立了一个强大的军事部联盟。但联盟随檀石槐的死而瓦解，继起的是不断强大的拓跋鲜卑。

鲜卑民歌内容丰富，形式多样，有牧歌、思乡曲、叙空事歌、战歌等体裁。从歌词观之，其风格刚健清新，粗扩豪放，富又有浓郁的草原生活气息。北魏统一蒙古高原后，太武帝从漠北迁来30余万帐落敕勒人（汉称丁零，亦称高车）。5世纪中叶，生活在阴山一带的敕勒人大都已鲜卑化。著名的《敕勒歌》，是北齐时敕勒人的草牧歌， 其歌本为鲜卑语，易为齐言 ，已成为千古绝唱： 敕勒川，阴山下，天似穹庐，笼盖四野。天苍苍，野茫茫，风吹草低见牛羊。

鲜卑人的宫廷音乐也有许多建树。《真人代歌》，亦称《北歌》，是鲜卑语宫廷歌曲。其内容为 上述祖宗开基的所由，下及君臣废兴之足迹。 北魏宫廷中每日早晚均唱此曲，并有丝竹伴奏。

中国古代东胡系民族。居于鲜卑山（今大兴安岭），因此为族名。鲜卑族名 鲜卑 一词，在秦汉文献中，以不同的译音形式出现过： 师比 、 犀比 。然其时鲜卑离中原较远，南隔乌桓，其文化影响大都间接而来，所以仅指一种胡服的带或带钩。从东汉以后的史家记载中，又知鲜卑族名源于其所居地 鲜卑山 （即今大兴安岭）。 山 是汉语，显然， 鲜卑山 是胡汉语的混合词。这就把探讨推进了一层。至隋唐，后人为秦汉文献注释，提及 犀比 一词，张晏说： 鲜卑部落带、瑞兽名也 。但我们今天仍不好把 鲜卑部落 与 瑞兽 和二为一。

匈奴别部的乌桓、鲜卑,《后汉书》中乌桓、鲜卑传都说他们因住乌桓山、鲜卑山得名。孰不知乌桓是聪明之称,鲜卑是瑞兽皮带之名,与山无关①。（摘自黄现璠等著《内蒙古自秦汉以来就是中国的领土》，《广西师范学院学报》，1981年2月第二期）注①：日人白鸟库吉《东胡民族考》乌桓、鲜卑考。汉译 胡 语有瑞兽带之义。乌桓,蒙古语有聪明之义。

考 鲜卑 与 乌桓 ，同属东胡族。东胡语属阿尔泰语系，是蒙古等民族语言的祖源。所以很有考察国内阿系其他民族的必要。事实上，这些民族不仅语源上一致，而且地域也贴近。鲜卑族源于兴安岭，其语音应当介乎源于黑龙江流域的满族的语音和源于额尔古纳河流域的蒙古族的语音之间。国外一学者对此作了一番考定，与 鲜卑 对应的音节，满语是 仨毕 ，蒙语是 斯波勒克 ，都可对译成古音 鲜卑 ，其蒙满语的含义都是 祥瑞、吉兆、美好 ；当然，细说起来，鲜卑语更应当近于蒙语的含义。由此断定： 鲜卑山 意为 祥瑞山 或 神山 。 鲜卑 一词，表达了鲜卑族期待 吉祥、美好 的意向。

鲜卑族没有文字。

东晋十六国

西晋-鲜卑等部(公元281)西晋灭亡后，北方各族部的统治者形成了纷争割据的局面，在100多年中先后建立了许多政权，史书称 五胡十六国 ，其实，建立政权的不只五个少数族，也有汉族：割据政权也不只16个。在这100多年中，鲜卑族先后建立九个政权：辽西(今辽宁、河北一部)、代(今内蒙古西部、山西北部，后改北魏，逐渐统一北方)、宇文(史称北周，今河北北部)、前燕(今河北、山西、河南和辽宁一部分)、后燕(今河北、山东、山西和河南、辽宁一部分)、南燕(今山东、河南一部分)、西燕(今陕西、山西一部分)、西秦(今甘肃西南)、南凉(今甘肃西部、青海一部分)。

1）前赵、后赵的对峙与统治

西晋灭亡后，匈奴部族统治者刘聪占有了北方大部分土地，公元318年刘聪死，刘曜乘内部变乱之机，夺取政权，迁都长安称帝，国号为赵，史称前赵。公元319年，石勒反刘曜，自称大单于、赵王，定都襄国(今河北邢台市)，以河内等24郡为赵国，拥有民户29万，史称后赵。后赵羯族地位优越，时称 国人 。石勒为巩固其统治，重用汉族人赵郡张宾为谋士，采用汉族的一些统治政策，国力日强。公元321年，遣石虎进取幽州，俘刺史段匹磾，幽、冀、并三州皆归属后赵。不久，石虎又率军进讨鲜卑郁粥于离石，郁粥逃奔乌桓，石虎悉降其众，继尔南下，尽收河南之地。前赵与后赵为争夺地盘，多次交战，公元329年，石勒攻灭前赵，并有关陇之地。后赵之地 南逾淮海，东滨于海，西至河西，北尽燕代 ，统治了北方广大地区，与江南的东晋政权形成北南对峙局面。石勒在位期间，实行过一些汉化政策。

石勒死后，石虎继位，于公元335年迁都邺城(今河北临漳西南)。石虎荒淫残暴，任意迫害人民，在邺城大建宫室，筑楼台高阁，众役繁兴，加之征辽西、征东晋的穷兵黩武，终于引发了社会的动荡和人民的强烈反抗。公元349年,梁犊率边兵起义,打击了后赵的统治者。石虎病死后，他的儿子们为争夺帝位,自相残杀，后赵大将军冉闵(汉族人)乘机依靠汉族人民的支持，起兵攻杀后赵皇帝石鉴，夺取政权，国号大魏，史称冉魏，仍都邺城。

冉魏主张民族复仇，号召汉族人起来杀胡羯，结果 爆发了多年来汉族人对胡羯的积忿（范文澜《中国通史》） ，致使北方各地汉族人民群起响应而斩胡羯(史载仅邺城即杀死20多万人)，引发了胡人的猛烈反扑，冉闵领导汉族军民进行了英勇的反击，并于公元352年正月破襄国,杀后赵主刘显(匈奴人)。公元352年，鲜卑族首领慕容俊从东北攻入冀州，冉闵率军殊死抵抗，终因寡不敌众而兵败被杀，企图南逃的20余万汉族人民也惨遭屠杀，冉魏政权仅两年零8个月就覆灭了。

3）前秦统一北方慕容俊灭冉魏后，自称皇帝，迁都于邺，国号燕，史称前燕。前燕占据北方东部广大地区，但在北方西部又分裂为四个政权:氐族苻氏建立前秦，占据今陕西省；氐族杨氏建立仇池，占有今甘肃东南部；汉族张氏建立前凉，占据今甘肃西北；鲜卑族拓跋氏建立代，占据今内蒙古西部和山西北部。

前秦苻氏政权，废除了石虎统治时的一些苛政，又以汉人王猛为谋主，整顿吏治，加强军备，发展生产，10余年间成为北方最强大的势力。从公元370年至376年间，先后攻灭前燕、仇池、前凉、代四个政权，统一了北方。

4）淝水之战后北方的大分裂

前秦结束了北方分裂割据局面后，苻坚又于公元378年派军南向进攻东晋，企图统一全国，淝水之战为东晋谢玄所败。由于国力大伤，鲜卑和羌族上层分子，乘机脱离前秦控制，各自建立政权，3年间相继出现了后燕、后秦、西燕、西秦、北魏、后凉六个政权。分裂林立的各个政权,经过10年左右的相互战争，后燕灭西燕，拥有北方东部地区；后秦灭前秦、后凉，拥有北方西部地区；后燕与后秦东西相对。公元395年，后燕攻北魏,惨遭失败而衰落，分裂为南燕、北燕，北魏则强盛起来。北方西部，匈奴、鲜卑、汉族上层分子又扩张势力，先后建立了南凉、西凉、北凉、夏四个政权。北方又呈现分裂割据局面。各政权统治者纷争战乱50多年，使北方的农业生产遭受到极大破坏，是历史上北方各族人民极度痛苦的时期，直到公元439年北魏统一北方才结束了这种局面。

5）北朝时期北方民族间的融合统一与分裂

公元439年，鲜卑族拓跋氏建立的魏政权统一了北方，与南朝形成南北对立的局面。公元534年，魏又分裂为东魏、西魏。后来北齐代东魏，北周代西魏，北周又灭北齐，至公元581年北周为隋所代。天下经历的四百年的折腾重归一统。而北方这140多年，历史上称之为北朝。

南北朝

1、道武帝建立北魏和北魏的崛起

鲜卑拓跋部，原来居住于今黑龙江、嫩江流域大兴安岭附近，过着游牧生活。东汉以前，北匈奴被打败西迁后，拓跋部在酋长拓跋诘芬的率领下，也逐步向西迁移，进入原来北匈奴驻地，即漠北地区。到酋长拓跋力微时期，拓跋部又南下游牧于云中（今内蒙古托克托）一带，后又迁居到盛乐（今内蒙古和林格尔），与曹魏、西晋发生往来，但这时，拓跋部仍处于氏族部落联盟阶段。公元338年，首领什翼犍建立代政权,都于盛乐(今内蒙古和林格尔),逐渐强大起来。

公元376年，前秦苻坚攻代，什翼犍战死，代灭。淝水战后，前秦统治瓦解。公元386年，鲜卑拓跋珪(什翼犍之孙)恢复代政权，后改国号为魏，史称北魏。

公元395年，后燕攻北魏，拓跋珪在参合陂(今山西大同东南)大败后燕军，并乘胜南下，夺取中山(今河北定州市)、邺(今河北临漳西南)等重要城镇，拥有黄河以北地区，成为北方的强大势力之一。

公元398年，北魏迁都平城(今山西大同)，拓跋珪称皇帝--即北魏道武帝。拓跋珪击败后燕进入中原后，奖励农业生产，其奴隶主贵族也逐渐汉化转化为封建地主。拓跋珪招纳汉族大地主参加统治集团，加快了鲜卑拓跋部的汉化进程。2、北魏太武帝马踏漠北，一统北方。

拓跋嗣死后，16岁的拓跋焘即位，即位之初就以少胜多，顶住了当时北方大漠政权——柔然的疯狂入侵。拓跋焘开始主动反击柔然，先后13次出兵柔然，以429年战果最为辉煌（参见百科北魏破柔然之战）征服了漠北一带，柔然臣服，为日后统一北方又迈出重要一步。另外，在对柔然的作战中，俘获的牛羊骆驼等牲畜也为北魏缓解了后来的饥荒。

于公元427年，用3万骑兵攻破了坚不可摧的统万城，从此北魏统一北方的形势已经不可逆转。

于公元431年灭夏，平山胡，西逐吐谷浑，又于436年灭北燕，439年灭北凉，使北方长期的分裂割据局面复归于统一，南北朝对峙局面正式形成。

拓跋焘统一北方是中国历史上的一次民族大融合，同时为社会经济的发展创造了较为安定的环境。

3、北魏孝文帝的卓越改革北魏孝文帝拓跋宏是一位很有作为的帝王，在位期间,进行了许多政治、经济和文化上的改革,最重要的是实行均田制和改革鲜卑旧俗、实行汉化政策。492——493年迁都洛阳

为了缓和阶级矛盾,北魏统治者力求限制地方豪强势力,加强中央集权,使鲜卑贵族进一步封建化,并与汉族地主紧密结合,更有效地共同统治各族人民。因此冯太后和魏孝文帝元宏进行了一系列的改革:①首先整顿吏治。延兴二年(472),政府规定,地方牧守治绩好的可以久任,满一年升迁一级；治绩不好的即使就任不久,也要受到处罚,甚至降级。②延兴五年,为改变过去州、郡、县争收租调的混乱局面,政府确定只能由县一级征收,征收时禁止使用大斗、长尺、重秤。③太和八年(484)颁布俸禄制,申明俸禄以外贪赃满一匹绢布的处死。次年颁行的均田令中,又规定地方守宰可以按官职高低给一定数量的俸田。所授公田不准买卖,离职时移交下任。④九年十月,颁布了均田令,对不同性别的成年百姓和奴婢、耕牛都作了详尽的受田规定。授田有露田、桑田之别。露田种植谷物,不得买卖,七十岁时交还国家。桑田种植桑、榆、枣树,不须交还国家,可以出卖多余的部分,买进不足的部分。还授土地时对老少残疾鳏寡都给予适当的照顾(见均田制)。⑤九年或十年初,以三长制取代宗主督护制,采用邻、里、党的乡官组织,抑制地方豪强荫庇大量户口。⑥十年,孝文帝对租调制度也进行了相应的改革。新租调规定以一夫一妇为征收单位,每年交纳帛一匹,粟二石。十五岁以上的未婚男女,从事耕织的奴婢每八人,耕牛每二十头的租调,分别相当于一夫一妇的数量。⑦十八年,孝文帝排除穆泰、元丕及太子恂等鲜卑旧贵族和保守势力的反对,把都城从平城迁至洛阳。⑧孝文帝改革鲜卑旧俗,主要是禁着胡服,改穿汉人服装；朝廷上禁鲜卑语,改说汉话；规定鲜卑贵族在洛阳死后,不得归葬平城,并改他们的籍贯为河南洛阳,改鲜卑姓为汉姓；鲜卑贵族门阀化,提倡他们与汉族高门通婚。⑨太和中,议定百官秩品,分九品,每品又分正、从。从品为北魏之首创。十九年,又按照家世、官爵等标准,将代北以来的鲜卑贵族定为姓、族,姓为高,族次之,其中穆、陆、贺、刘、楼、于、嵇、尉八姓, 皆太祖已降,勋著当世,位尽王公,灼然可知者,且下司州、吏部,勿充猥言,一同四姓。 所谓四姓,一说为中原汉族高门崔、卢、李、郑,一说为汉族甲、乙、丙、丁四种郡姓,后者似为确。班定姓族,使鲜卑贵族与汉士族得以进一步结合。

均田制政策。北方广大地区由于战乱，户口流徙，田园荒芜,大量土地无人耕种。北魏政权为增加财政收入，稳定社会秩序,颁行均田制。先审定户籍，再按户口分配土地，实行新的租调制。奴婢和牛都可受田。均田制在当时地旷人稀的前提下施行，在不损害地主阶级既得利益的前提下施行，有益于生产发展和稳定的。北方大量的荒地被开垦，耕作技术也有了提高，农业的发展,使养蚕、牧畜、酿造等农村副业也发展起来，改变了北方荒凉残破的景象。

汉化政策。北魏统治下的中原，以汉族为主，具有较高的封建文化，魏孝文帝在政治和社会风俗方面进行了大胆改革，消除鲜卑与汉族之间的隔阂与矛盾,加速了鲜卑族的汉化--即封建化，在服饰、语言、丧葬、通婚、吏治、门阀等制度方面都有相关的汉化规定。这些改革促进了北方各少数民族进入封建社会，适应了各族人民间的自然融合趋势，对当时社会经济发展和民族的大融合起了积极推动作用。

4、北魏的分裂与北齐北周的建立

北魏末年的农民大起义动摇了统治者的基础,内部发生变乱。公元530年,魏孝庄帝杀死了专权的尔朱荣,尔朱兆(尔朱荣弟)又杀死北魏孝庄帝,立元恭为帝，政权又为尔朱氏所握。后来尔朱氏又为其部将鲜卑化的汉人高欢所灭，高欢杀元恭，另立元修为帝(魏孝武帝)。元修为摆脱高欢所控,从洛阳出逃，奔镇守关中的将领宇文泰。此后，北魏分裂为两个政权：高欢立元善见为帝，迁都邺城，史称东魏；宇文泰杀元修，立元宝炬为帝，都长安，史称西魏。

公元547年高欢死，其子高澄、高洋相继执政，550年高洋废魏孝静帝元善见，自立为帝，改国号为齐，史称北齐，都邺。

西魏在汉化很深的鲜卑人宇文泰执政下，国势日盛，公元557年，宇文泰的儿子宇文觉废魏恭帝，自立为帝，改国号为周，史称北周。公元560年，周武帝宇文邕采取了一些经济政治的重大举措，国势日渐强大。

5。北周统一北方

北齐与北周东西对峙。公元576年，北周发兵攻北齐，先占晋阳，继又东进，577年攻陷北齐邺城，北齐亡，北方归于统一。周武帝灭北齐后，又进军南方的陈朝，取得了长江以北的土地,北周领域扩大，为后来隋朝的统一打下了基础。

隋唐以来，鲜卑已不再作为政治实体和民族实体存在，但他们的后裔却在这两个朝代居于重要地位。隋唐的建国者杨、李二家即是鲜卑化的汉人，而他们的母、妻又是汉化的鲜卑人。至于两朝的达官显宦有很多鲜卑人--位至宰相的就有20余人，其他如尚书、侍郎，地方上的都督、刺史，更不胜枚举。这不仅表明了这时北方与中原的民族融合的深度，也显示了鲜卑人在社会重要性方面的广度，如隋代筑造学家宇文恺，《切韵》作者陆法言，唐初权相长孙无忌，中唐诗人元稹，直至金末元初文学家元好问等，都是中国历史上的著名人物。

6.鲜卑的汉化

｛1｝迁都洛阳{2}政治制度；采用汉族官职，律令。｛3｝社会制度；朝廷中兴、心必须使用汉语，穿戴汉服，改姓汉于汉组通婚。｛4}思想文化；学习汉族礼法，尊崇孔子，以孝治国，提倡尊老，养老的风气。

1.鲜卑分裂

在西晋时期鲜卑分为三大支部。

东鲜卑

东部有段部、慕容部、宇文部等。

其中段部被羯人的后赵击溃，融入中原。有人认为该部与宋朝时期的大理段氏有关。

慕容部的慕容皝创立大燕国，史称前燕。前燕能臣慕容恪死后衰落，慕容昧（字景茂）为王时亡于氐人苻氏的前秦。慕容恪的弟弟慕容垂降前秦。384年，在前秦淝水之战败于东晋之后，慕容垂复国建立燕国，史称后燕。后来后燕被鲜卑拓跋氏的北魏击溃。后燕慕容德成立南燕。南燕也被北魏所灭。(慕容皝、慕容恪、慕容垂、慕容德等人均在金庸小说《天龙八部》中出现在虚构人物 慕容复 的 大燕皇族世系表 中。）

宇文部与高句丽通好，但败给了慕容皝的前燕。之后南北朝时期宇文氏篡西魏成立北周。北周后为外戚杨坚所篡，成立隋朝。宇文部落中的迭刺部后来是契丹创始时期的 契丹八部 之一。

北鲜卑

北部，有著名的拓跋部，以及与其多次交战的柔然。

386年，代国后代拓跋珪自称代王，建立北魏。北魏后来统一中国北方，在南北朝初期与南朝对立。北魏后分裂为东魏和西魏，之后分别被北齐和北周所代替。

柔然与南北朝时期统治中原北方的北魏拓拔氏多次交战。柔然被突厥系民族击败后，分为南北两支。柔然的南支逃到辽河上游，成为契丹人的祖先之一。北支逃到雅布洛诺夫山脉以东、外兴安岭以南的地区，是室韦的祖先。室韦是蒙古人的祖先之一。参见柔然。

西鲜卑

慕容皝的哥哥率部从东北迁到青海东部，称为吐谷浑。吐谷浑在鼎盛时期占据现青海、甘肃、新疆南部、四川西部。663年（唐龙朔三年），吐蕃攻占吐谷浑全境，吐谷浑灭亡。

鲜卑与匈奴混血后代称为铁弗人。铁弗人赫连勃勃成立夏国。参见匈奴。

在阴山以北，鲜卑与敕勒融合形成乞伏部。383年，前秦的乞伏国仁在淝水之战之后造反，后在现甘肃榆中成立秦国，史称西秦。400年，西秦被羌人姚氏的后秦击败，乞伏乾归投奔南凉。409年乞伏乾归重建西秦。431年西秦被赫连氏的夏国所灭。

秃发氏与拓跋同源。397年，后凉的秃发乌孤叛变独立，建立南凉。414年南凉灭于乞伏的西秦，秃发部人投奔北魏，被赐姓 源 。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn