

鲜卑族族源考辨与地理分布研究

格根其乐 Ц,Б а т с а й х а н

蒙古国科技大学, 蒙古 乌兰巴托 14010

DOI: 10.61369/SSSD.2025190023

摘 要： 鲜卑族作为北方草原核心民族，厘清其族源与地理分布是理解北方民族迁徙融合史的关键。本文结合文献考据、考古印证与学术辨析，梳理核心争议与演变轨迹：族源上，“东胡后裔说”依托经典文献主张鲜卑为东胡败保鲜卑山的后裔，“族源多元说”结合考古与文化人类学提出其为东胡支系、北狄貊族等多族群融合产物，语言学上蒙古语族与通古斯语族归属争议印证族源复杂性；地理分布以大兴安岭北段鲜卑山为起源，经北匈奴西迁后占蒙古草原、檀石槐统一形成三部格局、三国至南北朝南迁深入中原三阶段扩张，最终覆盖北方广大区域。本文整合多学科成果，还原其族源多元特征与地理扩张逻辑，为北方民族史研究提供参考。

关 键 词： 鲜卑族；族源考辨；东胡；多元融合；地理分布；民族迁徙

Research on the Origin and Geographic Distribution of the Xianbei Ethnic Group

Gegenqile Ts.Batsaikhan

Mongolian university of science and technology, Ulaanbaatar, Mongolia 14010

Abstract： As a core northern grassland ethnic group in the Wei-Jin-Southern and Northern Dynasties, clarifying the Xianbei's ethnic origin and geographical distribution is crucial for understanding the migration and integration of northern ethnic groups. Based on literary research, archaeological evidence and academic debates, this paper sorts out the core controversies over their origin and geographical evolution. Regarding origin, the traditional "Eastern Hu descendant theory"—supported by *Book of the Later Han* and *Records of the Three Kingdoms*—holds that the Xianbei descended from Eastern Hu remnants taking refuge in the Xianbei Mountain after defeat. The "multi-source integration theory", however, combines archaeology and cultural anthropology to propose the Xianbei formed from the fusion of Eastern Hu branches and Northern Di's Mo people. Linguistic disputes over whether their language belongs to the Mongolic or Tungusic family further confirm the complexity of their origin. Geographically, originating from the Xianbei Mountain in the northern Greater Khingan Mountains, the Xianbei expanded in three stages: occupying the Mongolian grasslands after the Northern Xiongnu's westward migration in 91 AD; forming an "Eastern-Central-Western" structure under Tan Shihuai's unification in the mid-2nd century; and gradually moving south into the Central Plains from the Three Kingdoms to the Southern and Northern Dynasties, eventually covering a vast northern area. Integrating multidisciplinary findings, this paper restores the Xianbei's multi-source integration and geographical expansion logic, providing a reference for northern ethnic history research.

Keywords： Xianbei people; origin research; Donghu; multi-ethnic integration; geographical distribution; ethnic migration

鲜卑族是古代北方极具影响力的游牧族群，贯穿魏晋南北朝，深刻影响北方政治与民族融合，其地理拓展与族源演变是“游牧—农耕”文明互动的典型样本。学界对鲜卑族源存争议，其地理分布动态反映北方民族的生存智慧与权力博弈。本文以文献考据为基础，结合多学科成果，系统研究鲜卑族源与地理分布，不当之处恳请专家学者批评指正。

一、鲜卑族族源考辨

鲜卑族的族源问题是北方民族史研究中的经典议题，由于史料记载的局限性与考古发现的渐进性，学术界形成了多种观点，其中“东胡后裔说”与“族源多元说”最具代表性，而语言学研究则为族源辨析提供了新的维度。

二、东胡后裔说及相关争议

“东胡后裔说”是关于鲜卑族源的传统主流观点，其核心依据源于《后汉书》《三国志》《晋书》等正史文献的明确记载。《后汉书·乌桓鲜卑列传》载：“鲜卑者，亦东胡之支也，别依鲜卑山，故因号焉”^[1]。这一记载清晰界定了鲜卑与东胡的源流关

系，认为鲜卑是东胡的分支，因退保鲜卑山而得名。《三国志·魏书·鲜卑传》进一步佐证：“鲜卑亦东胡之余也。别依鲜卑山，因号焉”^[2]，明确将鲜卑视为东胡败亡后的残余势力。《晋书·慕容廆》则补充了时间背景：“秦汉之际为匈奴所败，分保鲜卑山，因以为号”^[3]，指出鲜卑族的形成与东胡在秦汉之际被匈奴冒顿单于击败后的迁徙历程直接相关。鲜卑族的形成，与秦汉之际东胡被匈奴冒顿单于击败后的迁徙历程直接相关。据此，多数学者依相关文献认为鲜卑族源可溯至东胡——东胡是春秋战国时期活跃于北方草原（今西拉木伦河与老哈河流域）的强大游牧部落联盟，公元前209年被冒顿单于击败后联盟瓦解，部分部众北迁退保鲜卑山（今大兴安岭北段），与当地族群互动形成以“鲜卑”为号的新族群共同体。该观点因正史记载连贯、契合北方民族“因山为号”传统，且与鲜卑早期活动区域、文化习俗同东胡的传承关系相符而具合理性，但随着学术研究深入，其局限性渐显，遭到部分学者质疑。孙文政在《鲜卑族称与族源考辨》中指出，东胡虽是鲜卑族源之一，但并非唯一族源^[4]。笔者根据《后汉书·乌桓鲜卑传》的两条关键记载：其一，“汉初，亦为冒顿……未尝通中国焉”^[5]；其二，“和帝永元中，大将军窦宪……鲜卑由此渐盛”^[6]。认为第一条记载表明东胡败亡前鲜卑已存在且与乌桓相邻，第二条显示鲜卑壮大过程中吸纳大量“自号鲜卑”的匈奴残余部落，可见鲜卑族形成并非单一东胡余部发展，还包含鲜卑山早期族群与融入的匈奴部落，“东胡后裔说”难以解释其族源复杂性。此外，文献记载存在模糊性，如鲜卑山具体位置、东胡退保路线等缺乏统一界定，且东胡本身族属复杂，这都增加了鲜卑族源考证的难度，也对“东胡后裔说”形成争议。

三、族源多元说

从文化人类学与考古学视角，“族源多元说”获众多学者支持，其主张鲜卑非单一族群后裔，而是在长期迁徙互动中，融合东胡、北狄、山戎、秽貊等族群的文化与血缘，逐步形成的统一民族共同体。孙文政在《鲜卑族称与族源考辨》中明确提出，鲜卑族有两大族源：北部鲜卑出自北狄中的貊族人，东部或南部鲜卑出自山戎中的东胡人^[7]。东胡属山戎一支，与北狄分支貊人非同源。东胡退保鲜卑山前，貊人已定居大兴安岭，被中原王朝称为“鲜卑人”，该山也因此得名“鲜卑山”。此观点打破了鲜卑族源单一化认知，凸显了多族群在其形成中的核心作用。学者张博泉在《鲜卑新论》中进一步佐证了这一观点，指出“东部鲜卑与拓跋鲜卑（北部鲜卑）的属源各异”^[8]，东部鲜卑祖先是山戎、以鲜卑山为中心、属“自称”，北部鲜卑（拓跋鲜卑）祖先是北狄、长期居今大兴安岭北段大鲜卑山、起源可溯至商周、属“他称”，二者异源异流，称谓差异进一步印证族源不同。李德山认为，鲜卑族称的产生时间，要早于东胡退保鲜卑山之际。东胡部众退居鲜卑山后，或是逐步取代了原居于该山的鲜卑族群的主导地位，或是融入了原本生活在这一区域的鲜卑族群之中。由于这批东胡部众亦以“鲜卑”为号，致使后世难以厘清鲜卑山原有的鲜卑族群与自号鲜卑的东胡后裔之间的界限“当时的学者仅知鲜

卑与东胡为同一民族，但对鲜卑与东胡两词间的渊源关系，已无从所知，遂意会出此支东胡人，是因为退保了鲜卑山才有鲜卑族称的”^[9]。这一分析揭示了文献记载背后的历史真相，解释了为何传统“东胡后裔说”会存在局限性。嘎仙洞遗址的发现为鲜卑族源研究提供了重要线索。嘎仙洞所在的大兴安岭是鲜卑山，已被中外学界认可。据《魏书》记载，拓跋鲜卑的先祖曾生活于嘎仙洞。“国有大鲜卑山，因以为号。……谓后为跋，故以为氏”^[10]。”这表明鲜卑族早在东胡自保鲜卑山之前就已在该地区繁衍生息。吴松岩在《鲜卑起源、发展的考古学研究》中通过对早期鲜卑墓葬的分布与自然地理环境差异的分析，也支持了鲜卑族源多元的观点^[11]。这些考古学证据表明，鲜卑族的形成过程是不同区域、不同文化传统的族群逐步融合的过程，单一的“东胡后裔说”无法涵盖这种多元融合的历史事实。

四、语言学证据及相关分析

语言是民族文化核心载体，鲜卑语归属是辨析其族源的重要线索。鲜卑无专属文字，语言面貌主要依托正史音译词汇、地名、官称及学者考据还原，学界对其语系归属存蒙古语族与通古斯语族两种观点，争议侧面印证了鲜卑族源的复杂性。主张鲜卑语属于蒙古语族的学者以苏日巴拉哈为代表，他在《蒙古族族源新考》中根据东胡被匈奴击败后自保鲜卑山的研究提出鲜卑和匈奴都是来自蒙古高原的蒙古语人群，东部鲜卑属于蒙古语族。鲜卑是来自蒙古高原沿黑龙江东徙的一只^[12]，认为鲜卑族是从蒙古高原沿黑龙江向东迁徙的一支蒙古语族群。笔者认为这个观点是对的。这一观点的依据主要有三点：其一，鲜卑与蒙古高原的匈奴、后来的蒙古族在生产方式、生活习惯上存在诸多相似之处，语言作为文化的重要组成部分，可能具有同源性；其二，正史文献中记载的部分鲜卑语词汇与蒙古语词汇存在语音对应关系，例如鲜卑语中的“可汗”（首领）一词，在蒙古语中也有类似的发音与含义；其三，鲜卑族的活动区域与后来蒙古族的起源地存在重叠，地理空间的关联性为语言的同源性提供了支撑。另一种观点则认为鲜卑语属于通古斯语族，尹铁超通过对嘎仙洞祝文的深入研究提出了这一主张。他在《鲜卑名考》中指出，鲜卑是通古斯北部民族的一支，其语言特征与通古斯语族的满语、鄂温克语等更为接近。其核心依据是嘎仙洞祝文中的部分词汇与通古斯语族语言的词汇在语音、语义上存在对应关系，与通古斯语种鄂伦春、鄂温克、赫哲、锡伯语有相似之处。此外，鲜卑早期狩猎经济、丧葬习俗与通古斯语族各族群多有共性，文化关联性进一步支撑其语言归属的一致性。鲜卑语归属争议本质反映其形成发展中与多族群的文化交融。早期活动于大兴安岭的鲜卑，因与通古斯语族族群相邻可能受其语言影响；南迁蒙古草原后，与匈奴、柔然等蒙古语族族群长期互动，语言又融入蒙古语族成分。这种语言多元融合特征与“族源多元说”相互印证，表明鲜卑非单一族群演化，而是长期吸收不同族群文化元素形成的多元民族共同体。

五、鲜卑族的地理分布

鲜卑族地理分布并非固定，随历史进程动态扩张。其从大兴安岭北段发源地出发，经占据蒙古草原形成部落联盟，再到南迁中原建立多个政权，地理拓展与民族发展紧密相关，分布演变轨迹清晰。

（1）早期分布：鲜卑族的早期分布以大兴安岭北段的鲜卑山为核心区域，这一结论得到文献记载与考古发现的双重印证。《魏书·序记》明确指出拓跋鲜卑的先祖“国有大鲜卑山，因以为号”，而嘎仙洞遗址的发现则确定了大鲜卑山的具体位置——今内蒙古呼伦贝尔市鄂伦春自治旗境内的大兴安岭北段。这一区域的环境与资源为鲜卑族早期以狩猎、游牧为主的生产生活方式提供了得天独厚的自然条件。从嘎仙洞中发现的陶器，石器，骨角器等遗物被认为是早期鲜卑的遗物。根据遗物米文平在《鲜卑石室的发现与初步研究》中明确指出嘎仙洞中的鲜卑族是“射猎为业”。扎赉诺尔墓葬群位于今内蒙古满洲里市扎赉诺尔区，是拓跋鲜卑南迁过程中的重要遗存。吴松岩在《嘎仙洞考古发现意义的再思考》中通过对早期鲜卑墓葬分布的分析指出，“这些墓葬体现了来自不同方向的文化影响，如有来自外贝加尔地区，大兴安岭东麓松嫩平原地区以及中原地区的文化因素。不同的文化，不同的人群在呼伦湖附近地区融合交汇。

该区域自然环境具过渡性，使鲜卑分布呈“点状分散、带状延伸”，各部以血缘聚居于资源丰富区域，未形成统一政权。相对封闭的环境让鲜卑较少受外部干扰，逐步形成独特文化与民族认同，但人口增长与生产方式转变导致资源不足，为日后南迁扩张埋下伏笔。

（2）南迁与扩张：1世纪末至2世纪初，北方草原格局变动，为鲜卑南迁扩张创造契机。公元91年，东汉窦宪遣耿种击败北匈奴，北单于西迁致草原权力真空，鲜卑遂从大兴安岭南下占据其故地，吸纳匈奴残余部落而势力壮大。2世纪中叶，杰出首领檀石槐统一鲜卑各部，建立庞大部落联盟，将鲜卑扩张推向顶峰。《三国志·魏书·鲜卑传》对檀石槐统一后的疆域有详细记载：“檀石槐既立……盐池甚广”。为了便于管理，檀石槐将统治区域分为东、中、西三部：东部从右北平以东至辽东，连接夫余、濊貊等族群，下辖二十余邑，由弥加、阙机等大人统领；中部从右北平以西至上谷，下辖十余邑，由柯最、阙居、慕容等大人统领；西部从上谷以西至敦煌，连接乌孙，下辖二十余邑，由置鞬落罗、日律推演等大人统领。这一三分格局的形成，标志着鲜卑族的分布范围已覆盖整个蒙古草原，并与东汉边境、丁令、夫余、乌孙等族群的势力范围相接，成为北方草原的主导力量。檀石槐时期的鲜卑族不仅在军事上强大，还形成了相对完善的统治体系。他在弹汗山（今河北尚义县南）建立王庭，作为部落联盟的政治中心；制定了统一的法令，规范各部的行为；通过南钞汉边、北拒丁令、东御夫余、西击乌孙的军事行动，扩大了族群的生存空间与影响力。东汉桓帝时期，曾试图通过册封与和亲的方式安抚檀石槐，但遭到拒绝，鲜卑族对东汉边境的侵扰日益频繁，成为东汉北方边境的主要威胁。熹平六年（177年），东汉派遣护乌丸校尉夏育、破鲜卑中郎将田晏、匈奴中郎将臧旻兵分三

路征讨鲜卑，结果被檀石槐率部击败，“兵马还者什一而已”，进一步印证了鲜卑族的军事优势。檀石槐死后（约181年），鲜卑部落联盟因权力继承问题陷入分裂。其子和连继位后，“才力不及父，而贪淫，断法不平，众叛者半”，联盟逐渐瓦解，鲜卑各部重新陷入分散状态。但南迁与扩张的趋势并未停止，三国时期，“小种鲜卑”首领柯比能率部兴起，再次统一了中、东部鲜卑，势力范围涵盖今内蒙古中东部、辽宁西部、河北北部等地区。柯比能时期的鲜卑族与曹魏保持着复杂的关系，既相互通使贸易，又时常发生冲突。233年，柯比能吞并步度根部统一漠南，威胁曹魏；235年其被曹魏刺客刺杀，鲜卑再度分裂。但鲜卑南迁未止，部分部落突破长城。西晋末年“八王之乱”致中原衰弱，慕容、拓跋、宇文等鲜卑主要部落趁机大举南下，先后建立前燕、后燕等政权，拓跋鲜卑所建北魏更统一北方，宇文鲜卑后续建立北周。由此，鲜卑分布扩展至北方多省，形成与汉杂居格局。鲜卑南迁并非单纯地理迁移，更伴随游牧转农耕、部落联盟转封建国家的转变，与各族深度融合，深刻影响中原社会结构，为隋唐大一统奠定基础。

（3）总结

鲜卑族族源与地理分布是北方民族史核心议题，结合文献、考古等研究得出核心结论：族源上，鲜卑非单一族群，“东胡后裔说”难以解释其复杂性，“多元说”更贴合史实——由东胡支系、北狄貊族等多族群融合而成，吸纳匈奴成分，语言学归属争议亦印证其族源多元；地理分布呈“起源—南迁—扩张”轨迹，以大兴安岭鲜卑山为起点，北匈奴西迁后占据蒙古草原（檀石槐时期形成三部格局），三国至南北朝入中原杂居。其族源多元性与地理动态分布，反映北方民族迁徙融合规律，深刻影响古代多民族国家形成，为当代民族关系提供借鉴。

参考文献

- [1] 陈寿. 三国志 [M]. 北京：中华书局，1959：836，839.
- [2] 范晔. 后汉书 [M]. 北京：中华书局，1965：2985，2986.
- [3] 房玄龄. 晋书 [M]. 北京：中华书局，1974：2083.
- [4] 李德山. 东北古民族与东夷渊源关系考论 [M]. 长春：东北师范大学出版社，1996：261.
- [5] 米文平. 鲜卑石室的发现与初步研究 [J]. 文物，1981（2）：1-7.
- [6] 孙文政. 鲜卑族称与族源考辨 [J]. 黑龙江民族丛刊，2022（5）：90，93.
- [7] 苏日巴达哈. 蒙古族族源新考 [M]. 北京：民族出版社，1986：39.
- [8] 魏收. 魏书 [M]. 北京：中华书局，1974：1.
- [9] 尹铁超. 鲜卑名考 [J]. 满语研究，2001（2）：53-62.
- [10] 张博泉. 鲜卑新论 [M]. 长春：吉林文史出版社，1993：40.
- [11] 吴松岩. 鲜卑起源、发展的考古学研究 [M]. 上海：上海古籍出版社，2018：147.
- [12] 吴松岩. 嘎仙洞考古发现意义的再思考 [J]. 边疆考古研究，2020（2）：288.