

## 乱华的五胡哪里去了？

在我们念书的时候，会读到古代的汉族国家边境有许多外族人，如东胡、西戎、南蛮、北狄。千百年来到底这些族人去了哪里？一直都是我们心中的疑惑。

商时周边“方国”甚多，有人方、犬方、祭方、龙方、犬戎、羌方、危方、鬼方等等，远夷有肃慎、氐、羌、濮等。

周朝时有夷、狄、戎、羌、肃慎等等诸部族；春秋时有东胡、肃慎、淮夷、东夷、戎蛮、白狄、百濮等等；战国时期有匈奴、月氏、乌孙、析支、夜郎、且兰、九夷、东越、闽越等等。

汉时乌桓族与鲜卑族分布东蒙古高原；扶余、肃慎、沃沮各族分布松、嫩、黑龙、图们江流域；大漠南北为匈奴地，另有呼揭、坚昆、丁零为匈奴之役属；青藏高原为诸羌地，有宝髻、孙波、象雄、女国、白兰等国族；云南西南部为哀牢夷地。

东胡在秦汉之际，与匈奴东西并立。楚汉之际，东胡王为匈奴冒顿单于所破杀，余众逃走，分散成为不同名称的部族，如乌桓族、鲜卑族与室韦契丹。

匈奴在到了三国时代，早已分为南北二部，南匈奴降汉入居塞内，北匈奴西去。乌桓族也入居塞内。鲜卑族于是乘机日渐拓展，据有匈奴大漠南北故地，套西为西部鲜卑，西辽河流域为东部鲜卑。羌胡据河套内。西域伊犁河流域为乌孙国。

东晋在中原地区的统治，于四世纪初，被东汉以来入居内地的各族所推翻。各族在中原和巴蜀建立了二十多个政权，既有十六国。其各族建立的小国如下：

匈奴：秦汉之际，与东胡东西并立。刘渊建立汉——前赵（304-329A. C.）铁弗赫连勃勃建立夏国（407-431）卢水胡沮渠蒙逊建立北凉（401-439）

鲜卑族：慕容光建立前燕（337-370）慕容垂建立后燕（384-407）乞伏国仁建立西秦（385-431）秃发乌孤建立南凉（397-414）慕容德建立南燕（398-410）拓跋圭建立北魏（386-534）宇文觉建立北周（557-581）

氐族：巴氏李雄建立成汉（304-347A. C.）苻洪建立前秦（350-394）吕光建立后凉（386-403）

羌族：姚萇建立后秦（384-417）其一支党项族人（有说是鲜卑族后裔）李元昊建立西夏国（1038-1227）

羯族：石勒建立后赵（319-351A. C.）

高句丽族：高云建立北燕（407-436）

契丹族：乞台（波斯人对中国人之称呼），耶律阿保机，并八部为一国，建立契丹——辽（916-1125），相继征服黑车子室韦、女真、乌古、室韦、吐浑、党项、鞑靼、沙陀等部。

沙陀部：李存助建立后唐（923-936）石敬瑭建立后晋（936-946）刘知远建立后汉（947-950）刘旻建立北汉（951-979）

女真族：完颜阿骨打建立金朝（1115-1234）爱新觉罗努尔哈赤建立满族清朝（1636-1911）

两魏之时有突厥族，其祖先建国于西海之上，初兴于阿尔泰山之阳，臣属柔然。厌哒退出葱岭以东，吐谷浑建都伏俟城。至陈齐时，突厥已袭降铁勒，破灭柔然，西破厌哒，北并契骨，东有室韦，疆土南北近六千里，东西达万余里，成为一大国。隋时突厥分为东西两部。唐时，突厥与土蕃是二大敌国。

回纥本是铁勒部十五部之一，臣属于突厥，天宝年间攻灭突厥，尽得突厥故地。开成五年（840）被黠嘎思所破，部族分支又西迁。

宋时青藏为土蕃诸部及黄头回纥，西域为西洲回纥及黑汗王朝（操突厥语族的喀拉汗朝）。

蒙古部古为蒙瓦（新唐书）、盟古（辽史）、盟骨（金史）、蒙古（契丹事迹）、盲骨子

（松漠纪闻）——长生的或永恒的部落。原居额尔古纳河一代，后来迁移，渡过呼伦湖（腾吉思海子），到达鄂嫩河（斡难河）源头，居不而罕山（大肯特山）下。于今鄂嫩河、土拉河（土兀刺河）、克鲁伦河（怯绿连河）三河源头，水草丰美、土地肥沃之地区，作为蒙古族的发祥地。后来蒙古之尼伦部勃而只斤铁木真建立元朝（1271-1368）。

塔塔儿部又称阻卜（辽史）、阻（金史），宋人称达怛（鞞鞞、达鞞），曾经成为蒙

古草原各部的通称，是蒙古部兴起以前，漠北草原最著名的一个大部。控制着呼伦湖、贝尔湖附近最富饶的草原。

乃蛮部属突厥语族部落，可能是南迁的一支黠嘎斯部落，始居于叶尼塞河（谦河）流域，后来居住于蒙古高原西部，控制着阿尔泰山东西的广阔领土，信仰景教。

匈奴、鲜卑、氐、羌、羯是汉代的外患，不知跑到什么地方去了？厌哒、蒙古、突厥、鞞鞞、契丹、女真、柔然、土蕃、回纥、西夏、南诏、大理、辽、金、达旦、满（后金），有这么多的民族，混合成了所谓的华夏民族，原来的他们跑到哪里去了？有多少的方言形成了现在的语言？实在无从细考。

## 西域丝绸之路上的民族

于中国的战国时代，“西域”这片土地，还是一个神话的境地。汉代所称的「西域」（Western Lands），即中国史籍上对玉门关、阳关以西和帕米尔（Pamir）以东地区诸国的传统称谓。《左传》说：「周穆王“欲肆其心，周行天下，将皆使有车辙马迹焉。」《穆天子传》记载西周穆王（西元前947-928年在位）姬满曾自宗周首途西巡，半年后于昆仑

瑶池与西王母会见，并特意观览了“黄帝之宫”。周穆王向西王母道别时说“予归东土”，西王母则以“徂彼西土”惜别，这是以昆仑山区别东土、西土之首见。汉朝所领辖的就称为“东土”，汉地以西则统称为“西域”，受到历代沿用。到了西元1884年，清光绪十年新疆建省后，“西域”这个名词才逐渐不常用，而后来因为外国学者的考古热，又重新让“西域”的字眼出现在关心者的前面。

罗马史学家称这块区域为（Serindia）——中国与印度之间的地方——“亚洲腹地”，象征亚洲的心脏，是小范围西域，曾被中国佛教僧侣称为「小西天」；大范围所称的西域，一直是长达七千多公里的“丝绸之路”（Silk Road）所经过之地。数千百年来有塞人（允姓之戎）、丁零人、月氏人（禺氏人）、匈奴人、乌孙人、柔然人、羌人、鲜卑人、突厥人、回纥人、蒙古人自东向西迁移；雅利安人、粟特人、希腊人、罗马人、阿拉伯人由西往东进入，是古代中国、天竺、西亚（美索不达米亚）、北非（埃及 Egypt）、希腊（Greece）、罗马（Roman）古文明交织荟萃之地，也是萨满教、琐罗亚斯德教（祆教）、佛教、景教、摩尼教、伊斯兰教等在此发展成熟的地区。

《大唐西域记》对西域泛称，包括天竺一带（含今之印度 India、阿富汗 Afghanistan、巴基斯坦 Pakistan、孟加拉 Bangladesh）、前苏联之中亚地区、西伯利亚（Siberia）、小亚细亚（Asia Minor）及古代波斯地方的“安息国”（Parthia，帕提亚，今伊朗 Iran 及其北地区）。安息国古代也是信仰佛教的国家，其境与信仰佛教之“大夏国”（Bactria，巴克特里亚，今阿富汗北部及乌兹别克 Uzbekistan 和塔吉克斯坦 Tajikistan 南部，为希腊遗民、月氏人后裔等所建之国）相接，两国政商往来频繁，大夏佛教流入安息，当为十分自然之情形。

今所称之西域丝路有草原丝绸之路与绿洲丝绸之路两个说法，草原丝绸之路是指横贯欧亚两大陆北方草原地带的交通路线；绿洲丝绸之路是指经过中亚沙漠地带中沿途片片绿洲的道路。隋代学者裴炬在其著述的《西域图记》中写说：「……发自敦煌，至于西海，凡有三道，各有襟带。“北道”从伊吾（哈密 Hami）经蒲类海、铁勒部、突厥可汗庭，渡北流河水，至拂菻国，达于西海；其“中道”从高昌（Gaochang，今之吐鲁番 Turfan）、焉耆（Karashahr，黑城、阿耆尼国 Agni）、龟兹（Kucha，今库车、沙雅）、疏勒（Kashgar），度葱岭（今帕米尔高原），又经钹汗、苏对杀那国、康国、曹国、何国、大小安国、穆国，至波斯，达于西海；其“南道”从鄯善（今若羌）、于阗、朱俱波、羯盘陀，度葱岭，又经护密、吐火罗（敦薨）、悒怛、帆延、曹国，至北婆罗门，达于西海。其三道诸国亦各自有路，南北交通，其东女国、南婆罗门等，并随其所往，诸处得达。故知伊吾、高昌、鄯善并西域之门户也，总凑敦煌，是其咽喉之地。」

近年所称的丝路“北路”指的是最北的丝路，此新称的北路由敦煌（Touen Houang）、伊吾（哈密）、乌鲁木齐、石河子、伊宁到今之吉尔吉斯共和国的碎叶（伊塞克湖 Issyk-Kul 旁的雷巴奇耶 Rybec je 附近）、怛罗斯（Dzambul）、沿锡尔河（Syr Darya）畔经过咸海（Aral Sea）、里海（Caspian Sea）旁的阿斯特拉汗（Astrachan）至黑海（Black Sea）的罗斯托夫（Rostov-na-Donu）。“南路”近玉门关的若羌地区，其佛教的输入约在西元一世纪左右，显然比于阗慢了近百年之久。而从西元220年曹丕建魏国到晋朝、

南北朝至西元581年杨坚建立隋朝，这三百六十一年间，西域从东汉末年的二十余国，相互兼并结果，共有七个国家，天山以北有乌孙国（今伊犁河及帖克斯河流域之地）和车师前国（今吐鲁番）；天山以南有焉耆（乌夷，喀喇沙尔Karashar）国、龟兹国、鄯善（罗布泊Lop-Nor东）国、于阗国、疏勒（Kashgar，也称佉沙，即今之喀什）国。又加上鲜卑、柔然（蠕蠕）、高车、哒（Ephthal，白匈奴 White Hun）四个民族趁机而入，在西域长期进行争霸战，但也促进了各民族、文化的大融合。此时期前的西域虽存在着“萨满教”、“祆教”、“道教”等等的宗教信仰，但佛教进入后，逐渐成为具统治地位的宗教。

中国从丝路输出的工艺品除了丝绸之外，还有漆器及灌溉的技术。由中国输出的农作物有玫瑰、茶树、桃、梨、杏、肉桂、黄连、伏苓等；西方输入的有农作物葡萄、蚕豆、豌豆、胡瓜、胡麻、胡桃、大蒜、香菜、胡椒等。乐器有印度、波斯、中亚的琵琶、箜篌、笛、箫等，另外有阿拉伯的乳香、东非的紫檀、埃及的琉璃。中亚的舞蹈与罗马的杂技，也由丝路传入汉地。可见丝路是如此的繁忙，为了漫长行旅的需要，商人都会依赖宗教的力量来解决精神的寂寥，平安往返数千公里的路程，因此各种宗教也就随着商旅的足迹，传到中原。

位于塔里木盆地南缘的丝路“南道”，是从敦煌沿昆仑山北麓西行，经楼兰（鄯善）、若羌（Charkhlik，卡克里克）、且末（Qurqen）、于阗（Hotien, Khotan, 今之和田，古代也称马秦。沿315号公路现有和田市与于田县相邻）到莎车（Soche, Yarkand 叶尔羌）及蒲犁（今新疆塔什克尔干），由莎车翻越葱岭（Pamir Mt. 帕米尔山高原），向南可到达迦湿弥罗（Kashmir, 今印度之克什米尔）或罽宾（今之阿富汗首都喀布尔 Kabul 及克什米尔一带）。但民间的交往捷径，是由于阗直接到皮山，由皮山经子合（斫句迦，Karghalik）、乌纥而达迦湿弥罗，再西行可至安息和地中海东案。依藏文本《于阗国授记》，于西元前77年，汉昭帝元凤四年，佛教在此期间已经由迦湿弥罗进入中土，直接传入于阗。

丝路“南道”是以于阗为中心，于阗有三宝：白玉、丝绸和地毯，都是丝路上抢手的货品。于阗是历经汉、魏直到北宋，千年以上的古国，其王统持续不断，堪称世界纪录。尉迟氏所建立的于阗国，背负昆仑山，面对大漠，在玉龙喀什河与喀拉喀什河滋润下，以产美玉为西域的古国盛名至今。魏晋以前的于阗只包括今之和田、墨玉、洛普三县的地域，魏晋以后逐渐强大，兼并了邻近的皮山、策勒、克里雅、尼雅、精绝等，成为西域的大国。玄奘在《大唐西域记》称于阗为瞿萨旦那国：「唐言“地乳”，即其俗之雅言也。诸胡谓之豁丹，印度谓之屈丹，旧曰于阗，讹也。」

沿着被世界第二大沙漠之称的塔克拉玛干沙漠侵据，如今塔里木盆地北缘的丝路“北道”（今称“中道”）以龟兹为中心，大月氏、安息、康居及天竺诸国与汉地的往来，都以“北道”作交通，是沿天山山脉南麓东行到中土的，途经疏勒（Sufu, 疏附，今之喀什葛尔，Kashgar）、姑墨（拔换，跋禄迦，今之阿克苏市 Aksu）、龟兹（Kucha, 今之库车，古称屈支、丘兹）、焉耆、高昌（吐鲁番）、伊吾（今之哈密 Hami）等地，直到敦煌地区皆信仰“小乘佛教”。西元前一世纪初叶，疏勒王忠的舅父臣盘因国难避居葱岭西边的佛教地区，因失意之余而皈依了佛教。西元前73年，汉昭帝元凤七年，汉使班超到达疏勒，

擒获龟兹贵人兜题，恢复了忠的王位，臣盘闻讯，不久回到疏勒（今之喀什）。疏勒是葱岭东西方交通的门户之一，居丝路北道的要冲，佛教因此也传到西域，臣盘可说是有史可考的西域信仰佛教的第一人。

龟兹在古代的中文名称有丘兹、屈兹、曲先、拘夷、屈支、屈茨、归慈、俱支囊、丘兹、库车等多种写法，但若以今天的闽南话发音，念起来大致都同音。龟兹也是西域由白氏建立超过千年以上的大国，北依天山，南临塔克拉玛干大沙漠，疆域相当于今之库车、拜城、新和、沙雅、轮台、温宿、阿瓦提、乌什为阿克苏所辖及库尔勒的部分地区。龟兹矿产以铁为最著名，其所产铁器“恒充三十六国”。开凿石窟要靠锋利优质的铁器，有充足的铁器，更是大规模开凿石窟的必要条件。龟兹的佛寺至今仍有迹可寻，今之拜城县境内有克孜尔千佛洞、台台尔石窟及温巴什石窟；库车境内有库木土拉石窟、森木塞姆石窟、克孜尔朵哈石窟及玛扎伯赫石窟和苏巴什雀离大寺遗址；新河境内有吐乎拉克埃肯石窟。这些石窟的开凿历经约一千年，直到十二、三世纪“伊斯兰教”完全统治龟兹后，佛教在龟兹销声匿迹，石窟寺也因之而荒废了。

丝路“中路”上的高昌又称高壁昌，邻近今之吐鲁番（Turfan）东东南方 46 公里，古称交河地区，在历史上曾是西域的佛教中心。吐鲁番绿洲是东部天山中间的一块山间盆地，其盆地南缘的艾丁湖湖水平面在海平面以下 154 公尺。白天平均气温在摄氏 38 度以上，所以有“火洲”之称。吐鲁番盆地最早的居民是姑苏人，建立有自己的小王国，以畜牧为业，受到匈奴的役属。此地区自汉代至魏时称为车师前部，在此时期，佛教已传入此地区，西元四世纪下半叶，佛教已成为高昌的国教，高昌更是人人皆知的富庶之地。西元 465 年，北魏和平六年，柔然（蠕蠕、芮芮、茹茹）征服高昌，佛教更加兴盛，因为柔然族也是佛教徒。

早期到中土努力宏扬佛教的都是西域的胡人，所以佛教还曾被称为「胡教」、「浮图教——胡图教」。西元二世纪中叶以后，贵霜内乱，有大批大月支人逃回中土，而源出月支的羯族石越政权（西元 319-351 年）虽“兼从本俗”，仍听佛图澄言兼崇佛教，故佛教开始盛行于北方各族之间。三国时代，五胡（匈奴、氐、羯、鲜卑、羌）内迁以后，胡汉通婚日久，后来胡人大部分融入华夏族，再也分不清楚其混血血缘的关系。如大弘佛法的前秦苻坚是“氐”人，唐太宗李世民之母、妻、媳均为“鲜卑”人，武则天亦有胡人血统。尤其因民情互异，加上如前秦苻坚（“氐族”，西元 357-385 年在位）、后凉吕光（“氐族”，西元 386-399 年在位）等等北方少数民族之胡人帝王的特殊考量，佛法的弘传难免有其适应性的调整。

## 南迁的民族

《明史》说：「西番即西羌，种族最多，自陝西历四川、云南、西僂外皆是。其散处河、湟、洮、岷间，为中国患尤剧。」《清史纪事本末》卷十四说：「西藏古三危地，其种人曰“唐古忒”（Tanguts），亦称“土伯特”（Tibet，清称图白忒），即唐时之“吐蕃”（Tobon，有说是鲜卑秃发族人的转音）也。」中国旧史一说吐蕃是羌族一百五十个种落之一的“发羌”的后裔，后来大致统一发羌的部酋弧提勃悉野，因为发与蕃字声音近似，所以他们的子孙自称吐蕃。另一说是东晋末年南凉国主鲜卑人秃发利鹿孤（即秃发乌孤之弟

)之后,利鹿孤的儿子攀尼因失国辗转奔窜,在羌中建国,改姓勃罕野,以“秃发”为国号,因语讹而称“吐蕃”,这就是西藏的来源。

现在的云南住着二十六种民族,其中有中国古代西北一带的羌、氏族人,这些族人原居陕西、甘肃、青海、西康、四川、西藏一带,后来南迁到云南,以至于缅甸。吐蕃人及南诏国人就是属于这个种族的,云南古代的爨族(东爨是彝族)也就是羌族南移者。而“诏”字是古代氏族称“王”之词,《晋书·前秦苻坚载记》:「坚强盛之时,国有童谣云“河水清复清,苻诏死新城”。」《新唐书》之〈南诏传〉说其为「哀牢夷之后,乌蛮别种」,乌蛮即今之乌爨族,以裸罗为代表。氏、羌族移居云南一带,与操藏缅语的彝族和白族共融,所形成的南诏语言,就是唐代洱海地区的白蛮语和乌蛮语。

《隋书·附国传》记载:「附国之南有薄缘夷,于隋大业年间朝贡。」西藏今仍称不丹为薄绿,薄绿是薄缘之误读,可知不丹很早是中国的附属国。在西元七世纪之前,虽有多批的北印度人移民潮移居不丹,但在七世纪以后,到十七世纪,随后陆续是藏族人的移入。也就是于西元650年,唐高宗永徽元年,不丹并入吐蕃,不少吐蕃人南迁不丹,造成后来有百分之八十的不丹人为藏人后裔,其信仰喇嘛教为白教与红教。直到十九世纪初期到二十世纪中叶,又有尼泊尔人的迁入。

锡金(Sikkim,西金)古称哲孟雄,位在尼泊尔与不丹之间,南界印度,北负喜马拉雅山。人种风俗同于西藏,旧为西藏属部,面积有十万方里,境内之大吉岭是印度入藏的要道。最早由「南吉阿勒王朝」统治,清康熙三十九年,西元1700年时被不丹占领,经过八年,锡金国王将卡林邦和雷诺克两处割让给不丹,才得以重新执政。清嘉庆十九年,西元1814年,尼泊尔和英国发生战争,锡金靠向英国东印度公司,两年后英国将特雷山谷赐给锡金,而之后锡金也将大吉岭送给英国。但是后来双方交恶,锡金就被英国纳入保护国之一。

《梁书》卷五十四〈诸夷列传〉四十八叙言说:「海南诸国,大抵在交州南及西南大海洲上,相去近者三五千里,远者二三万里,其西与西域诸国接。汉元鼎中,遣伏波将军路博德开“百越”,置“日南”郡(今之中圻)。其僭外诸国,自武帝以来,皆朝贡。后汉桓帝世,大秦(罗马)、天竺(身毒),皆由此道遣使贡献。及吴孙权时,遣宣化从事朱应、中郎康泰通焉。其所经及传闻,则有百数十国,因立记传。晋代通中国者改盖渺,故不载史官。及宋、齐,至者有十余国,始为之传。自梁革运,其奉正朔,修贡职,航海岁至,逾于前代矣。今采其风俗粗著者,缀为海南传云。」

“安南”原名“交趾”(今之北圻),很早称为“文郎国”,是由「鸿庞王朝」所建立的国家,又叫“交州”,秦时属“象郡”。秦始皇前后发了百万士卒征伐南越,必定有不少人流落这些地区。同时,也移徙了很多人使与百粤杂处。秦末南海郡尉赵佗自立为南越王,又统属于“南越”或“南粤”。所以,至汉初时的“南服”又是为三个越族所建立的国家,即东瓯(浙江永嘉)、闽越和南越。可见自古以来浙江、福建和广东一带,汉、越民族血统交流混杂已经很长久了。安南就是现在的“越南”(Vietnam)。西元前111年,汉武帝元鼎六年,派伏波将军路博德为征讨“南越”叛相吕嘉,领大军平定“百越”,将

之纳为版图，名为“交趾”部，下置九郡，其中交趾、九真、日南属今之越南领土。而且汉人文化在此后影响交趾有一千年之久。

## 商周时移徙的朝鲜族

据传尧帝时，有檀君王治理朝鲜，因属上古时代，不足为信；周武王封箕子于“朝鲜”（Chosen），始有君王；秦始皇统一天下，降服自称是箕子后代的箕否，亦隶属于「秦朝」。西元前五至二世纪，半岛上散布着许多部落，北部是被中国统治的。西元前195年，汉高祖十二年，燕人卫满率兵千余名流亡朝鲜，消灭当时的「箕氏王朝」。汉武帝即位后，扩充疆土，出兵灭了卫满的孙子右渠，将朝鲜纳入汉朝版图，分置“乐浪”、“玄菟”、“临屯”、“真番”四郡。汉人流行的阴阳、五行、图忤、术数、风水、卜筮、神仙等信仰也开始流行于朝鲜半岛。

新罗国名之确定时，是在西元503年，梁武帝天监二年，智证王四年，因群臣奏曰：「始祖以来，国名未定，或称“斯罗”，或称“斯卢”，或言“新罗”，臣等以为，新者，德业日新，罗者网罗四方之义，则其为国号宜夷。」由是定名“新罗”（Silla），时当梁天监二年，武烈天皇五年，可见当时韩国仍以中文为官方文字。到了七世纪中叶，新罗和唐朝联袂征服了“百济”（于西元660年）和“高句丽”（于西元668年），终于西元672年初，唐高宗咸亨三年，新罗控制了整个朝鲜半岛。

## 历史年表

公元前175年，汉文帝五年，岁次丙寅，留侯张良卒，或云从赤松子游不知所终，为中国武庙亚圣。大月氏（Yueh Chi）受到匈奴（Hun）老上单于的攻击，接着又被蓝眼赭须的乌孙人驱逐，便西移夺取古波斯塞种（Saka）族（又称斯基泰、塞卡 Shakas、萨迦、释迦、西徐亚 Scythians）的领地后定居下来。

公元前121年，汉武帝元狩二年，岁次庚申，汉代名将卫青之侄霍去病西征，击败匈奴，迫使其统治中心退至漠北。四年后，霍去病卒。

公元前115年，汉武帝元鼎二年，岁次丙寅，张骞出使西域返回长安乌孙使者随同来京，汉与西域开始直接交往丝绸之陆从此开通。

公元前108年，汉武帝元封三年，岁次癸酉，西域楼兰伊附匈奴攻劫汉使，武帝派将军越破奴率军出击，俘楼兰王，再破车师国，从酒泉西至玉门，沿途设亭障。

中国灭卫右渠，在朝鲜北部改设乐浪、玄菟、真番、临屯四郡。其南部有辰韩、马韩和弁韩等土著国家。

公元90年，后汉永元2年，岁次庚寅，班超联合西域各国击退大月氏。次年，窦宪遣将大破北匈奴追出塞外五千里，北匈奴从此西迁。

公元407年，晋安帝义熙三年，北魏天赐四年，岁次丁未，匈奴族叛北魏，于今阿富汗地区建大夏国，曾修建统万城。

公元426年，拜占廷将匈奴人逐至多瑙河北岸，为使其不再挠边，拜占廷向匈奴王路阿纳年贡黄金。

高句丽长寿王迁都平壤。后击败百济和新罗，取得汉城。更北灭扶余，领有松花江流域。

公元452年，宋文帝元嘉二十九年，北魏文成帝兴安元年，岁次壬辰，元魏平定中原，

下诏恢复佛教，并亲自为沙门师贤祝发，任为「道人统」，此后造像大盛，下令诸州郡县各建一寺，并修复已破坏之佛像。

匈奴人阿提拉挥军进入匈牙利平原，又达意大利，娶了罗马一位公主，次年死于班诺尼亚，部众瓦解。

次年，匈奴人与东哥特人、哲彼提人大战于尼德河畔，阿提拉长子战死，被征服各部落乘机纷纷独立，匈奴帝国瓦解，大部匈奴人退至喀尔巴阡山以东。

公元 455 年，南北朝宋孝武帝孝建二年，北魏太安元年，岁次乙未，白匈奴 White Hun 人入侵西北印度达四十五年，其间彻底摧毁了佛教寺塔，让血流成河。

公元 500 年，齐永元二年，北魏宣武帝景明元年，岁次庚辰，大月氏后裔迺鞅国王陶拉纳征服印度玛尔瓦地区。不久，大族王建都奢竭罗城，统治北印度大部份地区。

公元 567 年，陈废帝光大元年，北齐天统三年，北周天和二年，岁次丁亥，白匈奴☆恢哒人在突厥和萨珊王朝联军攻打下失去统治权。突厥和萨珊王朝以阿姆河为界，东、西瓜分了☆恢哒全部辖土，罽宾、勃律（Bolor）又归突厥统治。

公元 1038 年，宋宝元元年，齐明帝建武元年，岁次戊寅，羌之党项族人元昊裂土称帝，西夏建国共有 189 年历史。创有西夏文，并翻译有数千卷西夏文佛经。公元 1220 年，西夏曾礼聘过迦举派喇嘛弘法。公元 1227 年，西夏国被蒙古军所灭。