

三次人口南迁与中华民族多元一体格局建构

邓久春

内蒙古建筑职业技术大学, 内蒙古 呼和浩特 010070

DOI: 10.61369/ETR.2026110021

摘 要 : 为探究人口迁徙对中华民族共同体形成的历史作用, 本文以马克思主义唯物史观为指导, 采用文献研究法与历史分析法, 系统梳理魏晋南北朝、唐中后期、两宋之际三次北方人口南迁的历史进程。研究发现, 三次南迁推动了中国古代经济文化重心南移, 促进了南北族群深度交往交流交融, 夯实了中华民族多元一体格局的历史根基。研究结论可为新时代铸牢中华民族共同体意识与高校思政教育教学提供历史借鉴与理论支撑。

关键词 : 人口南迁; 民族融合; 多元一体; 中华民族共同体; 思政教育

Three Southward Population Migrations and the Construction of the Pluralistic-Integrated Pattern of the Chinese Nation

Deng Jiuchun

Inner Mongolia University of Architectural Technology, Hohhot, Inner Mongolia 010070

Abstract : To explore the historical role of population migration in the formation of the Chinese national community, this paper, guided by Marxist historical materialism, adopts the methods of literature research and historical analysis to systematically sort out the historical process of the three large-scale southward migrations of northern population during the Wei, Jin, Southern and Northern Dynasties, the mid-to-late Tang Dynasty, and the period between the Northern and Southern Song Dynasties. The study finds that the three migrations promoted the southward shift of the ancient Chinese economic and cultural center, facilitated in-depth exchanges, communication and integration between northern and southern ethnic groups, and consolidated the historical foundation of the pluralistic-integrated pattern of the Chinese nation. The conclusions can provide historical reference and theoretical support for strengthening the sense of community for the Chinese nation and ideological and political education in colleges and universities in the new era.

Keywords : southward population migration; ethnic integration; pluralistic integration; Chinese national community; ideological and political education

引言

人口迁徙是人类社会文明演进的重要动力, 也是各民族交往交流交融、国家形态不断完善的核心载体。在中华民族数千年的发展历程中, 大规模、长时段、跨区域的人口流动始终贯穿其中, 成为推动历史进程、重塑文化格局、凝聚民族认同的关键力量。黄河流域作为中华文明的重要发源地, 在很长一段历史时期内占据着政治、经济、文化的中心地位, 但也正因战略位置重要、人口密集、政权更迭频繁, 长期成为战乱冲突的核心区域。西晋永嘉之乱、唐安史之乱、北宋靖康之变三大历史事件, 先后引发了中国古代史上三次规模最大、影响最深远的北方人口南迁浪潮。数以百万计的北方民众跨越淮河、长江, 向江南、岭南、西南等地迁徙定居, 不仅改变了中国古代的人口分布格局与经济地理结构, 更推动了中原农耕文明与南方地域文明、游牧文明的深度融合。

三次人口南迁并非简单的空间位移与人口流动, 而是生产技术、礼乐制度、思想文化、宗族伦理与生活习俗的整体性转移与创造性重构。在这一漫长的历史进程中, 北方留居汉人与内迁少数民族相互学习、双向融合, 南迁汉人与南方土著族群共生共荣、互鉴互补, 逐步打破地域隔阂、族群边界与文化壁垒, 形成“你中有我、我中有你、谁也离不开谁”的中华民族共同体形态。费孝通先生提出的中华民族多元一体理论, 精准概括了这一历史进程的本质特征: 多元是各民族、各区域文化的独特性与差异性, 一体是共同的历史记忆、文化根脉与国家认同, 二者相互依存、辩证统一。

站在新时代的历史方位, 深入研究三次人口南迁的历史脉络、内在机制与时代价值, 不仅能够深化对中华民族形成发展史的认知, 更能为高校思想政治教育提供鲜活的历史素材, 引导青年学生树立正确的历史观、民族观、国家观、文化观, 自觉铸牢中华民族共同体意识。本文以历史事实为依据, 以唯物史观为指导, 系统阐释三次人口南迁对民族融合、文化整合与共同体建构的深远影响, 为相关学术研究与思政教学实践提供理论参考。

一、三次人口南迁的历史脉络与时代特征

（一）魏晋南北朝：衣冠南渡与中原文明的存续

第一次大规模北方人口南迁，发生在魏晋南北朝时期，其直接导火索是西晋末年的永嘉之乱。西晋统一全国后，皇族内部为争夺权力爆发“八王之乱”，中央政权迅速瓦解，社会生产遭到严重破坏。与此同时，匈奴、鲜卑、羯、氐、羌等北方少数民族大规模内迁，相继在中原地区建立割据政权，北方陷入长达数百年的分裂动荡局面，史称“五胡乱华”。

为躲避战乱、保全宗族与文化遗产，中原士族、官僚、百姓纷纷举家南迁，渡过长江在江南地区定居，史称“衣冠南渡”。此次南迁以士族阶层为核心主体，他们携带大量儒家典籍、礼乐制度、天文历法、教育传统与宗族组织，在江南建立东晋政权，使中原文明在南方得以延续。与后两次南迁相比，本次南迁具有鲜明的上层主导、文化先行特征，其最大历史意义在于，在北方文明濒临断裂的关键时期，将中华文明的核心火种转移至南方，为中华文化的连续性发展提供了重要保障。

（二）唐中后期：安史之乱与经济重心南移的加速

第二次人口南迁以安史之乱为开端，贯穿唐朝中后期并延续至五代十国时期。开元盛世之后，唐朝中央集权不断削弱，地方藩镇势力膨胀，最终爆发长达八年的安史之乱。战乱使黄河流域这一传统经济文化中心遭受毁灭性打击，城池残破、田地荒芜、人口锐减，北方民众被迫大规模向南方迁徙。

此次南迁不再局限于士族阶层，而是呈现出全民性、广泛性、持续性的特点。农民、手工业者、商人成为迁徙主力，他们带来了先进的耕作技术、水利经验、手工业技艺与商业模式，推动南方农业、手工业、商业快速发展。迁徙范围也从长江下游扩展至江西、湖南、湖北、四川等长江中上游地区，南北经济交流日益密切，国家财税重心逐步转向南方，经济重心南移的趋势由此确立并不可逆转。

（三）两宋之际：靖康之变与经济文化重心最终南移

第三次人口南迁是中国古代规模最大、范围最广、影响最为深远的一次，以靖康之变与宋室南渡为标志。北宋末年，朝政腐败、军备废弛，金兵大举南下攻破开封，俘虏徽钦二帝，北宋灭亡。宋室仓皇南迁，在临安建立南宋政权，皇室、官僚、士人、平民紧随其后，形成百万级别的南迁浪潮。

此次迁徙人口数量巨大、范围远至福建、广东、广西乃至西南边疆，客家民系即在这一过程中逐步形成并稳定发展。南宋时期，南方社会稳定、劳动力充足、技术先进，经济总量全面超越北方，成为全国经济、文化、教育的中心。至此，中国古代经济文化重心彻底完成南移，南北发展格局发生根本性改变，为中华民族多元一体格局的最终定型奠定了坚实的物质与文化基础。

二、三次人口南迁推动民族融合的双重场域与内在机制

（一）北方场域：胡汉杂居与双向文化互鉴

1. 政治制度的融合与重构

北方地区因大量汉人留居与少数民族内迁，形成长期交错杂

居的社会形态。内迁民族建立的政权为巩固统治，普遍主动采纳中原官僚体系、赋税制度、伦理规范与治国理念。北魏孝文帝改革通过迁都洛阳、改汉姓、穿汉服、通婚姻、习汉典、行汉制等系统性措施，推动游牧文化与农耕文化深度结合，成为古代民族融合的典范。辽、金等政权实行“蕃汉分治”，既保留本民族特色，又吸收汉族治理经验，实现制度兼容与社会稳定。

2. 经济生产方式的互补交融

内迁民族逐步放弃游牧生活，学习中原农耕技术、水利工程与定居模式，转向农牧并举的生产形态；汉族民众则吸收游牧民族的畜牧经验、骑射技能、服饰饮食与尚武精神，丰富生产生活内容，增强社会活力。两种文明在经济层面相互补充、相互适应，形成稳定的经济共同体。

3. 文化与血缘的深度融合

胡汉通婚成为社会常态，族群边界日益模糊，儒家文化逐步成为各民族共同遵循的价值准则。北方文化在长期交融中形成兼具农耕文明厚重与游牧文明刚健的独特气质，为中华文化注入刚柔相济的精神品格。

（二）南方场域：南北共生与多元文化整合

1. 生产技术与社会秩序的传播

南迁汉人带来铁制农具、牛耕技术、水利经验与成熟的宗族制度，推动南方大规模开发。南迁汉人与南方百越、蛮、僚、俚等土著族群杂居共处、互通婚姻、共建家园，逐步消除地域隔阂与文化差异。

2. 文化习俗的互鉴与创新

中原礼仪教化、文字教育、宗族伦理在南方广泛传播，成为社会主流价值；南方土著族群的语言、习俗、生态智慧、手工艺与饮食文化也融入汉人社会，形成独具特色的地域文化。客家、广府、闽南等民系文化，正是中原文化与南方地域文化融合的典型成果。

3. 共同体认同的逐步形成

这一过程并未消灭文化多样性，而是在尊重差异、包容多元的基础上，形成统一的华夏文化认同与国家认同，真正实现“多元”与“一体”的有机统一，为中华民族共同体注入丰富而厚重的文化内涵。

三、三次人口南迁的历史价值与思政教育启示

（一）三次人口南迁的历史价值

1. 推动经济重心南移，重塑国家发展格局

三次南迁持续推动劳动力、生产技术、资本向南方转移，使南方从“蛮荒之地”变为全国经济中心。经济格局的重塑为国家统一、社会稳定、文化繁荣提供了坚实物质基础，也为更大范围、更深层次的民族交融创造了条件。

2. 守护中华文明连续性，丰富中华文化体系

在北方战乱导致文化遗产面临中断的危急时刻，南迁士族将典籍、礼乐、教育、思想完整带入南方，确保中华文明绵延不绝、从未中断。同时，游牧文化与南方地域文化的融入，使中华

文化更具包容性、多样性与生命力。

3. 夯实中华民族多元一体格局的历史根基

各民族在迁徙、杂居、通婚、协作、共建家园的过程中，形成共同的历史记忆、文化符号、价值理念与民族情感，逐步从分散的族群凝聚为统一稳定的中华民族共同体，为多元一体格局提供了坚实的历史支撑。

（二）对新时代思政教育的现实启示

（1）引导青年学生深刻认识中华民族共同体的历史必然性。中华民族并非单一族群自然延续的结果，而是各民族在长期交融中形成的命运共同体，各民族都为中华民族的发展作出了不可替代的贡献。

（2）帮助学生理解中华文化的包容性与强大生命力。中华文化在交流中发展、在互鉴中强大，是各民族文化的集大成者，理解这一点有助于增强文化自信与民族自豪感。

（3）树立正确历史观，自觉抵制历史虚无主义与狭隘民族观念。通过学习人口迁徙与民族融合史，青年学生能够清晰认识中华民族形成的历史逻辑，自觉维护民族团结与国家统一。

（4）丰富思政课教学资源，提升育人实效。将三次人口南迁与民族融合史融入《中华民族共同体概论》《中国近现代史纲要》等课程，以史育人、以文化人，能够有效提升思政课的吸引力、

说服力与感染力。

四、结语

中国古代三次大规模北方人口南迁，是战乱驱动下的人口大迁徙，更是中华民族融合与文明大重构的历史壮举。在北方，留居汉人与内迁民族双向互鉴、制度融合、文化共生；在南方，南迁汉人与土著族群携手开发、技艺共享、习俗相融。两大场域并行推进、相互呼应，共同推动中国古代经济文化重心南移，促进中华文明绵延传承，夯实中华民族多元一体格局的历史根基。

这一历史进程充分证明，各民族交往交流交融是中华民族发展的主流，中华文化的包容性与生命力是国家长治久安、文明永续发展的重要保障。在新时代，深入挖掘三次人口南迁的历史价值与文化内涵，不仅具有重要的学术意义，更对高校思想政治教育、铸牢中华民族共同体意识具有极强的现实指导价值。思政教育工作者应坚持以唯物史观为指导，用好历史资源、讲好民族故事、传承文化根脉，引导青年学生从历史中汲取智慧与力量，自觉做中华民族共同体的坚定维护者、中华文化的忠实传承者、国家统一的忠诚捍卫者，为实现中华民族伟大复兴贡献青春力量。

参考文献

- [1] 费孝通. 中华民族多元一体格局 [M]. 北京: 中央民族大学出版社, 2018.
- [2] 葛剑雄. 中国移民史 [M]. 福州: 福建人民出版社, 1997.
- [3] 陈寅恪. 魏晋南北朝史讲演录 [M]. 贵阳: 贵州人民出版社, 2007.
- [4] 范文澜. 中国通史 [M]. 北京: 人民出版社, 2009.
- [5] 张岂之. 中国历史十五讲 [M]. 北京: 北京大学出版社, 2014.
- [6] 王钟翰. 中国民族史 [M]. 北京: 中国社会科学出版社, 2001.
- [7] 杨圣敏. 中国民族志 [M]. 北京: 中央民族大学出版社, 2019.
- [8] 许倬云. 说中国: 一个不断变化的复杂共同体 [M]. 桂林: 广西师范大学出版社, 2015.
- [9] 朱汉民. 中华文化的形成与发展 [M]. 长沙: 湖南大学出版社, 2021.
- [10] 教育部社会科学司. 新时代高校思想政治理论课教学工作基本要求 [M]. 北京: 高等教育出版社, 2019.