总　序 …… 林文勋(1)

绪　论 …… (1)

第一章　先秦时期中国西南氐羌系统民族的由来 …… (18)

第一节　西北甘、青地区早期文化与西南氐羌系统民族的关系 …… (18)

一、西北甘、青地区的早期文化 …… (18)

二、西北甘、青地区早期文化的向南发展 …… (24)

三、西北与西南氐羌系统民族的关系 …… (35)

第二节　先秦氐、羌考 …… (41)

一、史籍所载的氐、羌 …… (41)

二、氐与羌的关系 …… (54)

第三节　巴族与蜀族 …… (59)

一、巴族的来源与分布 …… (60)

二、蜀族的来源与分布 …… (70)

第二章　秦汉时期中国西南氐羌系统民族的发展 …… (87)
第一节　氐族 …… (87)
一、氐族的来源与分布 …… (88)
二、白马氐与白马羌辨 …… (94)
第二节　羌族 …… (99)
一、羌族的分化与迁徙 …… (99)
二、牦牛羌的来源与分布 …… (102)
三、参狼羌的来源与分布 …… (106)
四、青衣羌的来源与分布 …… (107)
第三节　冉駹、白狼、槃木、唐菆、徙、筰都、邛都、和夷、丹、犁 …… (109)
一、冉駹的来源与分布 …… (109)
二、白狼、槃木、唐菆的来源与分布 …… (116)
三、徙、筰都、邛都的来源与分布 …… (119)
四、和夷、丹、犁的来源与分布 …… (126)
第四节　昆明族与叟族 …… (128)
一、昆明族的来源与分布 …… (129)
二、叟族的来源与分布 …… (139)
第五节　摩沙族与僰族 …… (147)
一、摩沙族的来源与分布 …… (147)
二、僰族的来源与分布 …… (151)
第六节　賨人与苴人 …… (157)
一、賨人的来源与分布 …… (158)
二、苴人的来源与分布 …… (162)

第三章　魏晋南北朝时期中国西南
氐羌系统民族的分化与融合 …… (181)
第一节　氐族 …… (181)
一、氐族的迁徙与分布 …… (182)
二、氐族的分化与融合 …… (183)
第二节　羌族 …… (186)
一、羌族的迁徙与分布 …… (186)
二、羌族的分化与融合 …… (188)
第三节　昆明族与叟族 …… (197)
一、昆明族、叟族的迁徙与分布 …… (197)
二、昆明族、叟族的分化与融合 …… (199)
第四节　摩沙族与僰族 …… (204)
一、摩沙族的迁徙与分布、分化与融合 …… (204)
二、僰族的迁徙与分布、分化与融合 …… (205)
第五节　賨人 …… (209)
一、賨人的迁徙与分布 …… (209)
二、賨人的分化与融合 …… (211)
三、賨人与土家族 …… (215)
第六节　融于氐羌系统民族的
华夏族及汉代以后的汉族 …… (221)
一、爨氏的来源与分布 …… (222)
二、爨氏与氐羌系统民族的融合 …… (224)

第四章　唐宋时期中国西南氐羌
系统民族的进一步分化与融合 …… (236)
第一节　乌蛮与白蛮 …… (237)

一、乌蛮 …… (237)
二、白蛮 …… (267)
第二节　与乌蛮关系密切的民族群体 …… (274)
一、独锡蛮、长裤蛮、施蛮、顺蛮、徙莫祇蛮、
栗粟两姓蛮、雷蛮、梦蛮 …… (274)
二、寻传蛮、裸形蛮、卡巴蛮和两林蛮、锅锉蛮 …… (278)
三、磨些蛮、和蛮 …… (281)
第三节　羌族 …… (284)
一、白兰羌 …… (284)
二、党项羌 …… (285)
三、东女国羌 …… (286)
四、西山诸羌 …… (288)
五、被称为"蛮"的羌人部落 …… (292)
第四节　与氐羌有关的吐蕃、西番 …… (299)
第五节　土家蛮 …… (304)

第五章　元明清时期中国西南氐羌
系统民族发展格局的基本形成 …… (315)
第一节　羌语支民族的先民 …… (315)
一、羌人(今羌族) …… (315)
二、西番(分化为今藏族、普米族) …… (318)
第二节　彝语支民族的先民 …… (320)
一、罗罗等(今彝族) …… (320)
二、么些等(今纳西族) …… (322)
三、禾泥、和泥等(今哈尼族) …… (323)
四、力些等(今傈僳族) …… (324)

五、三撮毛（今基诺族）……（326）
六、倮黑等（今拉祜族）……（326）
七、怒人（今怒族）……（327）
第三节　藏人、古宗等（属藏语支、今藏族）……（328）
第四节　峨昌（属缅语支、今阿昌族）……（330）
第五节　景颇语支民族的先民……（331）
一、"结些"、"野蛮"等（今景颇族）……（331）
二、俅人（今独龙族）……（333）
第六节　语支未定民族的先民……（334）
一、白人等（今白族）……（334）
二、土人、土丁等（今土家族）……（335）

结　语……（337）

参考文献……（342）