

由青海進兵，直西至且末。新唐書吐谷渾傳略云：

『隋末、吐谷渾王慕容伏允屢寇邊，郡縣不能禦。太宗貞觀九年，詔李靖、侯君集率六總管討之，破賊庫山，伏允西走。靖分兵爲二：自與李大亮、薛萬鈞趨北路，出其右；君集與任城王道宗趨南路，出其左。靖率諸將戰曼都山、牛心堆、赤水源、赤海，皆破之。次且末之西，伏允走圖倫磧，將托于闐，會追及，又破之，伏允遂自殺。』

按丁謙考證云：『曼都山在和碩特南右後旗境。牛心堆、今丹噶爾廳西南，赤水源、即烏蘭烏蘇河發源處。赤海即達布遜泊，此泊爲紅水河所歸，故曰赤海。』又云：『青海要路有二：一西北行、經青海湖布喀河至沙爾泊，再西順烏蘭烏蘇河至達布遜泊，再西北經噶斯口，迤邐至羅布泊，此由西寧赴新疆之道；一西南行至西寧邊外二百餘里，過雅瑪圖河南行，經都勒泊，折西至札凌泊，再西即河源，此由西寧赴西藏之道。李靖分軍爲二，即遵此二道行也。』（唐書西域傳考證）按如丁謙所考證之古今地名，不盡可據，例如以達布遜泊爲烏蘭烏蘇河所歸，故稱赤海。按烏蘭烏蘇河爲金沙江上源，出端木烏拉山，與達布遜泊相去甚遠，且李靖軍北出，應在吐谷渾城之北，決不南行於吐谷渾城之南，與侯君集同道也。但余頗贊同李靖之南北二道即現青海通新疆、西藏二路之說。但現青海通新疆道，行於柴達木盆地之南。余疑李靖出於柴達木盆地之北，由都蘭西北行，沿阿爾金山南麓，出噶斯口而達新疆之婁羌縣，與慕利延入于闐之路相同。侯君集則行於柴達木盆地之南，故能過「星宿川達柏海上，觀河源，」與李靖軍中隔柴達木盆地也。至唐咸亨間，吐蕃滅吐谷渾，盡有其地，又由于闐攻取安西四鎮，則吐谷渾道又爲吐蕃所有矣。近斯坦因氏在新疆密遠西藏古堡中掘拾西藏文書甚多，皆記軍事及屯駐事，（二）則當時吐蕃之出入新疆，仍由青海經婁羌，可以確定也。及至唐懿宗咸通間，北廷回鶻進取西州，斬恐熱，吐蕃遂亡。而吐谷渾道至是亦淹沒矣。（參考附圖中西交通路線圖吐谷渾道線。）

以上專就吐谷渾道論述其原委，因此道關於北魏時之吐谷渾人，歷隋唐數百年間，未曾荒廢，而與西域之文