

天涯社区

年度十大佳作

迅发五年诚意之作



【全陸卷·一】

南北朝 风云

孙峰 孙艺真·著

中国文史出版社

从草根英雄刘裕去世

到太武帝拓跋焘统一北方

细述南北朝伊始的血雨腥风

認真真
講歷史

【全陸卷·二】

南北朝 风云

孙峰 孙艺真·著

中国文史出版社

图书在版编目（C I P）数据

南北朝风云. 第一卷 / 孙峰, 孙艺真著. -- 北京 :
中国文史出版社, 2017.12
（认认真真讲历史）
ISBN 978-7-5034-9531-1

I. ①南… II. ①孙… ②孙… III. ①中国历史—南
北朝时代—通俗读物 IV. ①K239.09

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第228884号

责任编辑：刘 夏
封面设计：陈欣欣

出版发行：中国文史出版社

网 址：www.wenshipress.com

社 址：北京市西城区太平桥大街 23 号 邮编：100811

电 话：010-66173572 66168268 66192736（发行部）

传 真：010-66192703

印 装：廊坊市海涛印刷有限公司

经 销：全国新华书店

开 本：1/16

印 张：23.25 字数：372 千字

版 次：2018 年 1 月北京第 1 版

印 次：2018 年 1 月第 1 次印刷

定 价：62.00 元

文史版图书，版权所有，侵权必究。



目 录

一	引子 /001	一四	废黜少帝 (1) /052
二	南北朝概述 /004	一五	废黜少帝 (11) /057
三	南北朝大事 (1) /008	一六	文帝登基 (1) /062
四	南北朝大事 (11) /012	一七	文帝登基 (11) /066
五	刘裕纠结 /014	一八	文帝登基 (11) /071
六	应对之法 /017	一九	谦之北上 /075
七	西凉灭亡 /020	二〇	北伐柔然 (1) /080
八	武帝驾崩 (1) /026	二一	北伐柔然 (11) /086
九	武帝驾崩 (11) /030	二二	乱世小国 /090
一〇	宋魏交兵 (1) /034	二三	清除旧臣 (1) /096
一一	宋魏交兵 (11) /039	二四	清除旧臣 (11) /100
一二	宋魏交兵 (11) /044	二五	清除旧臣 (11) /104
一三	迷雾重重 /048	二六	清除旧臣 (四) /108

二七	任用新人	/112	四四	益州叛乱(一)	/186
二八	一伐夏国	/116	四五	益州叛乱(二)	/190
二九	统万之战	/120	四六	收复汉中	/194
三〇	支离破碎(一)	/125	四七	谢客之死	/198
三一	支离破碎(二)	/129	四八	殷刘交恶	/203
三二	三伐柔然(一)	/135	四九	自毁长城	/207
三三	三伐柔然(二)	/139	五〇	元嘉之治	/212
三四	三伐柔然(三)	/143	五一	灭亡北凉(一)	/216
三五	败亡前夜	/148	五二	灭亡北凉(二)	/220
三六	元嘉七年(一)	/152	五三	灭亡北凉(三)	/224
三七	元嘉七年(二)	/156	五四	灭亡北凉(四)	/228
三八	元嘉七年(三)	/160	五五	灭亡北凉(五)	/232
三九	元嘉七年(四)	/164	五六	废黜义康(一)	/237
四〇	元嘉七年(五)	/168	五七	废黜义康(二)	/241
四一	量沙惑敌	/172	五八	废黜义康(三)	/245
四二	重归和平	/176	五九	废黜义康(四)	/250
四三	灭亡北燕	/181	六〇	废黜义康(五)	/254



- 六一 两部奇书 /257
- 六二 灭亡仇池 /261
- 六三 得而复失(一) /265
- 六四 得而复失(二) /269
- 六五 太平真君(一) /272
- 六六 太平真君(二) /276
- 六七 大败而还 /280
- 六八 血雨腥风 /284
- 六九 监国四辅 /289
- 七〇 闪击吐谷浑 /293
- 七一 范晔之死(一) /298
- 七二 范晔之死(二) /302
- 七三 范晔之死(三) /306
- 七四 范晔之死(四) /310
- 七五 盖吴起事 /313
- 七六 太武灭佛 /317
- 七七 讨伐林邑 /320
- 七八 经营西域(一) /323
- 七九 经营西域(二) /327
- 八〇 经营西域(三) /331
- 八一 再伐柔然 /335
- 八二 大战前夕(一) /338
- 八三 大战前夕(二) /342
- 八四 悬瓠血战(一) /347
- 八五 悬瓠血战(二) /351
- 八六 崔浩之死(一) /355
- 八七 崔浩之死(二) /360



一 引子



我们先读五首最具代表性的南北朝民歌，前三首为北朝民歌，后两首为南朝民歌。

第一首《敕勒歌》：

敕勒川，阴山下。天似穹庐，笼盖四野。天苍苍，野茫茫，风吹草低见牛羊。

这首流传千古的北朝民歌，表达了北朝民族对家乡草原的热爱和赞颂，它语言质朴，高度凝练，极具雄壮、苍凉之美。

第二首《木兰辞》（节选）：

……东市买骏马，西市买鞍辔，南市买辔头，北市买长鞭。旦辞爷娘去，暮宿黄河边。不闻爷娘唤女声，但闻黄河流水鸣溅溅。旦辞黄河去，暮至黑山头。不闻爷娘唤女声，但闻燕山胡骑鸣啾啾。万里赴戎机，关山度若飞。朔气传金柝，寒光照铁衣。将军百战死，壮士十年归。归来见天子，天子坐明堂。策勋十二转，赏赐百千强。可汗问所欲，木兰不用尚书郎，愿驰千里足，送儿还故乡……

《木兰辞》塑造了一位代父从军的女英雄形象，全诗具有强烈的艺术感染力，与南朝时期定稿的长篇叙事诗《孔雀东南飞》，被合称为中国的“乐府双璧”。

第三首《地驱乐歌》：

青青黄黄，雀石颓唐。槌杀野牛，押杀野羊。驱羊入谷，白羊在前。老女不嫁，蹋地唤天。侧侧力力，念君无极。枕郎左臂，随郎转侧。摩将郎须，看郎颜色。郎不念女，不可与力。

这首《地驱乐歌》，前面几句比兴，全诗体现了北方女性大胆追求幸福的渴望，《古诗归》称其“千情百态，聪明温存”。反映了南北朝时期北方女性天然率真的个性。

第四首《西洲曲》：

忆梅下西洲，折梅寄江北。单衫杏子红，双鬓鸦雏色。西洲在何处？两桨桥头渡。日暮伯劳飞，风吹乌臼树。树下即门前，门中露翠钿。开门郎不至，出门采红莲。采莲南塘秋，莲花过人头。低头弄莲子，莲子清如水。置莲怀袖中，莲心彻底红。忆郎郎不至，仰首望飞鸿。鸿飞满西洲，望郎上青楼。楼高望不见，尽日栏杆头。栏杆十二曲，垂手明如玉。卷帘天自高，海水摇空绿。海水梦悠悠，君愁我亦愁。南风知我意，吹梦到西洲。

《西洲曲》是南朝乐府民歌中最长的抒情诗，全诗感情细腻，语言灵动，沈德潜在《古诗源》中称其“续续相生，连跗接萼，摇曳无穷，情味愈出”，陈祚明在《采菽堂古诗选》则称其为“言情之绝唱”。

最后一首就是大家熟悉的《孔雀东南飞》（节选）：

孔雀东南飞，五里一徘徊。“十三能织素，十四学裁衣，十五弹箜篌，十六诵诗书。十七为君妇，心中常苦悲。君既为府吏，守节情不移，贱妾留空房，相见常日稀。鸡鸣入机织，夜夜不得息。三日断五匹，大人故嫌迟。非为织作迟，君家妇难为！妾不堪驱使，徒留无所施，便可白公姥，及时相遣归。”……鸡鸣外欲曙，新妇起严妆。著我绣夹裙，事事四五通。足下蹑丝履，头上玳瑁光。腰若流纨素，耳著明月珰。指如削葱根，口如含朱丹。纤纤作细步，精妙世无双……府吏马在前，新妇车在后。隐隐何甸甸，俱会大道口。下马入车中，低头共耳语：“誓不相隔卿，且暂还家去；吾今且赴府，



不久当还归。誓天不相负！”新妇谓府吏：“感君区区怀！君既若见录，不久望君来。君当作磐石，妾当作蒲苇，蒲苇韧如丝，磐石无转移。我有亲父兄，性行暴如雷，恐不任我意，逆以煎我怀。”举手长劳劳，二情同依依……府吏再拜还，长叹空房中，作计乃尔立。转头向户里，渐见愁煎迫。其日牛马嘶，新妇入青庐。奄奄黄昏后，寂寂人定初。“我命绝今日，魂去尸长留！”揽裙脱丝履，举身赴清池。府吏闻此事，心知长别离。徘徊庭树下，自挂东南枝。两家求合葬，合葬华山傍。东西植松柏，左右种梧桐。枝枝相覆盖，叶叶相交通。中有双飞鸟，自名为鸳鸯。仰头相向鸣，夜夜达五更。行人驻足听，寡妇起彷徨。多谢后世人，戒之慎勿忘！

《孔雀东南飞》是中国古代第一叙事长诗，它的成诗年代尚有建安说、南朝说等，但其最先收录于继《诗经》《楚辞》之后中国古代的第三部诗歌总集——南朝徐陵的《玉台新咏》中，在没有其他确切证据的情况下，认定为南朝民歌，并无问题。

读过这五首南北朝时期的民歌，扑面而来的是一股浓郁而又充满神奇的南北朝气息，那么，就让我们在无尽的回味中，慢慢步入那个跌宕起伏而又神秘诱人的时代吧……



二 南北朝概述



南北朝一词的由来，大约是隋唐以后的事情了。

这一名词产生本身其实隐含着对一个对王朝正朔问题的妥协：如果从狭隘的帝系传承来解释正统的中华文化延续的话，那么，从秦汉到曹魏，再到西晋、东晋，然后到宋齐梁陈组成的南朝，再到陈被北方的隋朝灭亡，正统的中华文化即被消灭了；然而，统一中国以后的隋唐统治者也以正统中华文化的承继者自居，但又无法无视南方帝系的一贯性，于是，北方与南方并称为王朝。

一般来说，南北朝作为一个名词，其起止时间应该是统一的，然而，传统的说法又将该名字所包含的北朝和南朝分别划分了各自的起止时间：北朝起自公元439年北魏太武帝拓跋焘统一北方，到公元589年隋朝灭亡陈为止；南朝则从公元420年刘裕取代东晋王朝建立刘宋政权开始，到公元589年隋朝灭亡陈为止。对比南朝与北朝的起止时间，北朝的开始时间要比南朝整整晚20年，这是因为，刘裕取代晋以后，南方次第产生的四个王朝被称为南朝，是没有疑问的，然而，在南朝产生之初，北方依然处于分崩离析的状态：西北尚有西凉、北凉、西秦、大夏、北魏、北燕六个国家，北方仍然处于五胡乱华的后期，难以冠以北朝一词。

这又让我们想起了与西晋后期、东晋、南朝前期并行的两个名词——五胡乱华和五胡十六国。

五胡乱华中的“五胡”是指最先扰乱了中原的五个少数民族，它们分别是匈奴、鲜卑、羯、氐、羌，但根据前秦苻坚对姚萇所云：“五胡次序，无汝羌名。”兴许，在两晋时期，人们所说的五胡包括乌桓，而没有羌族。这一时期起自公元304年匈奴刘渊建立刘汉帝国，一直到公元439年北魏拓跋焘统一北方。五胡乱华与五胡十六国这两个概念，又有细微的不同之处，五胡是指这五个扰乱中原的



种族，而十六国是在该时期内建立的所有僭伪国家的总称，并且，这十六国（总数实际为二十一国）并非全是这五胡建立的，在此期间，汉人建立的五个国家，也纳入了十六国的概念之内，它们分别是：前凉（张茂）、西凉（李暠）、冉魏（冉闵）、北燕（冯跋）、后蜀（谯纵），因此，五胡十六国这一概念应该是五胡乱华和十六国的简称，“五胡十六国”中的“五胡”并非“十六国”的修饰词，二者是合并词组，才能完整地描述这个时代。

因此，从西晋到隋朝之间，北中国的政权形式依次为：西晋、五胡乱华、僭伪十六国、北魏、东西魏并存、北齐北周并存、北周、隋朝，而南中国的政权形式则比较清楚：东晋、宋、齐、梁、陈。从北中国各政权的称谓演变，我们可以看出政权的递进形式：先出现地方叛乱，接着建立地方政权，其后，中央政权瓦解，出现了群雄割据，最终由一个异族即北魏统一北方，与南方对峙。由于隋唐王室来源于北周，出自北方，为了体现其自身存在的合理性，就必须将北周的权力来源——统一后的北魏政权——纳入王朝序列，而不能将其看作僭伪政权，这恐怕是出现南北朝一词的根源。不过，客观存在的历史，不会随着人们的意志为转移，在我们提到“南北朝”一词的时候，总会因为北朝和南朝的起始时间不一致而感到浑身不自在，这也正说明了人们在概括复杂的社会生活中所遇到的尴尬。对刘宋建立到北魏太武帝统一北方这20年的准确称谓应该还是：南方为刘宋帝国，北方是十六国后期。严格地说，在东晋被刘裕取代以后，经过了20年的时间，才真正进入南北朝时期，不过，为了叙述方便，我们就不再较真了，姑且以刘宋王朝的建立作为南北朝的南北双方的起点，开始我们的故事。按照这种说法，南北朝起自公元420年到公元589年结束，历时170年。

如前所述，在公元420年刘裕代晋之时，北方尚属五胡十六国的后期，其时北中国有六个较大的集团：北魏、大夏、西秦、北凉、西凉、北燕。公元421年，西凉被北凉灭亡；公元431年，西秦被大夏灭亡；同年，北魏又灭亡了大夏；公元436年，北燕为北魏所灭；公元439年，北魏消灭北凉，统一了北中国，自此，北朝正式开始。

北魏（又称拓跋魏）自公元386年道武帝拓跋珪开创基业，到公元528年尔朱荣攻陷洛阳，在随后的数年中天下大乱，并于公元534年、公元535年，高欢和宇文泰分别在邺县和长安拥立元善见和元宝炬为皇帝，北魏帝国正式分裂为东魏和西魏两个傀儡政权，公元550年，东魏被高欢之子高洋取代，公元556年



西魏被宇文泰之子宇文觉取代，拓跋魏正式灭亡，共历时 171 年，17 位皇帝，他们分别是：道武帝拓跋珪（公元 386 年—公元 409 年）、明元帝拓跋嗣（公元 409 年—公元 423 年）、太武帝拓跋焘（公元 423 年—公元 452 年）、文成帝拓跋濬（公元 452 年—公元 465 年）、献文帝拓跋弘（公元 465 年—公元 471 年）、孝文帝拓跋宏（元宏）（公元 471 年—公元 499 年）、宣武帝元恪（公元 499 年—公元 515 年）、孝明帝元诰（公元 515 年—公元 528 年）、孝庄帝元子攸（公元 528 年—公元 530 年）、长广王元晔（公元 530—公元 531 年）、节闵帝（前废帝）元恭（公元 531 年）、安定王（后废帝）元朗（公元 531—公元 532 年）、孝武帝（出帝）元脩（公元 532 年—公元 534 年）、东魏孝静帝元善见（公元 534 年—公元 550 年）、西魏文帝元宝炬（公元 535 年—公元 551 年）、西魏废帝元钦（公元 551 年—公元 554 年）、西魏恭帝拓跋廓（公元 554 年—556 年）。

北齐自公元 550 年取代东魏以后，存续 28 年，历经 6 位皇帝，后为北周所灭。北齐的 6 位皇帝分别是：文宣帝高洋（公元 550 年—公元 559 年）、废帝高殷（公元 559 年—公元 560 年）、孝昭帝高演（公元 560 年—公元 561 年）、武成帝高湛（公元 561 年—公元 565 年）、后主高纬（公元 565 年—公元 576 年）、幼主高恒（公元 577 年）。

北周自公元 556 年取代西魏以后，存续 25 年，历经 5 位皇帝，在灭掉北齐以后，最终又被杨坚取代。这 5 位皇帝分别是：孝闵帝宇文觉（公元 557 年）、明帝宇文毓（音：玉，公元 557 年—公元 560 年）、武帝宇文邕（公元 560 年—公元 578 年）、宣帝宇文赟（音：晕，公元 578 年—公元 579 年）、静帝宇文阐（原名字文衍）（公元 579 年—公元 581 年）。

隋朝自公元 581 年由杨坚取代北周以后，存续了 39 年，历经 2 帝：隋文帝杨坚（公元 581 年—公元 604 年）、隋炀帝杨广（公元 604 年—公元 618 年）。另外，在隋末唐初的大乱中，尚有为李渊所立的傀儡皇帝代王杨侑（公元 617 年—公元 618 年）、王世充册立的傀儡皇帝皇泰帝杨侗（公元 618 年—公元 619 年）。

南方王朝自刘裕于公元 420 年取代东晋、建立刘宋王朝以后，存续了 60 年，是南朝存续时间最长的王朝，也是南朝疆域最大、实力最强的一个政权，共历经 4 代 9 位皇帝，他们分别是宋武帝刘裕（公元 420 年—公元 422 年）、少帝刘义符（公元 422 年—公元 424 年）、文帝刘义隆（公元 424 年—公元 453 年）、太子刘劭（公元 453 年）、孝武帝刘骏（公元 453 年—公元 464 年）、前废帝刘子业（公



元 464 年—公元 465 年)、明帝刘彧(公元 465 年—公元 472 年)、后废帝刘昱(公元 472 年—公元 477 年)、顺帝刘準(公元 477 年—公元 479 年)。

齐高帝萧道成取代刘宋,建立齐国以后,南齐政权仅仅存续了 23 年,它是南朝存续时间最短的王朝,但由于内斗激烈,竟然历经了 3 代 7 位皇帝,平均每 3 年更换一位。这 7 位皇帝分别是:高帝萧道成(公元 479 年—公元 482 年)、武帝萧赜(公元 482 年—公元 493 年)、鬱林王萧昭业(公元 493 年—公元 494 年)、海陵王萧昭文(公元 494 年)、明帝萧鸾(公元 494 年—公元 498 年)、东昏侯萧宝卷(公元 498 年—公元 501 年)、和帝萧宝融(公元 501 年—公元 502 年)。

公元 502 年,南齐政权被萧道成的同族弟弟萧衍取代,改称梁朝。梁王朝从公元 502 年建立,存续了 56 年,到公元 557 年被陈霸先取代,历经 3 代 6 位皇帝。他们分别是:梁武帝萧衍(公元 502 年—公元 549 年)、简文帝萧纲(公元 549 年—公元 551 年)、豫章王萧栋(公元 551 年)、元帝萧绎(公元 552 年—公元 554 年)、贞阳侯萧渊明(公元 555 年)、敬帝萧方智(公元 555 年—公元 557 年)。其中,梁武帝萧衍在位 48 年,享年 86 岁,是南北朝时期在位时间最长、享年最大的一位皇帝。另外,在陈霸先取代梁朝以后,在江陵地区尚有在西魏卵翼下的傀儡政权,存续了 33 年,历经 3 位皇帝:宣帝萧誉(公元 555—公元 562 年)、明帝萧岿(公元 562 年—公元 585 年)、后主萧琮(公元 585 年—公元 587 年)。

陈霸先于公元 557 年取代梁朝建立陈朝。陈朝建立之初,疆域非常狭窄,号令不出千里,后经陈武帝、陈文帝的努力,才勉强将疆域扩张到湘州一带,仍然是南朝疆域最小、力量最弱的国家。陈朝前后存续 33 年,历经 3 代 5 主:陈武帝陈霸先(公元 557 年—公元 559 年)、陈文帝陈蒨(公元 559 年—公元 566 年)、废帝陈伯宗(公元 566 年—公元 568 年)、宣帝陈顼(音:虚,公元 569 年—公元 582 年)、后主陈叔宝(公元 582 年—公元 589 年)。



三 南北朝大事（一）



刘裕代晋不足两年即行死去。

刘裕在世的时候，虽然晋军在关中遭到惨败，但刘裕的威名足以让敌国胆寒，因此，当时的西秦、北凉、仇池、西凉、北燕均臣服于晋，即使是晋军（后来的宋军）仍然占领着原属北魏的黄河以南地区，但北魏也与刘裕结好，唯一的敌国大夏虽然夺占了关中，但夏军始终不敢东出函谷关，兵临洛阳。刘裕死后，北魏明元帝再无忌惮，立即对刘宋黄河南岸发起了进攻，司州、青州、兖州和豫州大部均落入北魏之手。与此同时，刘宋内部权力斗争也渐趋白热化，辅政大臣徐羨之、傅亮等人诛杀少帝刘义符及其二弟刘义真，迎立荆州刺史刘义隆为帝，史称宋文帝。刘义隆继位以后，随即诛杀了徐羨之等人，巩固了皇权，并开创出了“元嘉之治”。与此同时，北方的北魏明元帝去世，太子拓跋焘继位，史称太武帝，他雄才大略，在稳定国内的同时，于公元426年灭掉了大夏；于公元429年大破柔然，解除了柔然长期以来对北魏边境的威胁；于公元436年灭掉了北燕；于公元439年灭掉了北凉，统一了北中国。随后，刘宋帝国与北魏帝国这两个南北强盛的国家，于公元450年爆发了一场生死对决，此战双方各有得失，最终于瓜步山议和，魏军北撤。

拓跋焘北归以后，即于公元452年被中常侍宗爱弑杀，拓跋余被拥为帝，随后宗爱又杀死拓跋余，源贺等人诛杀宗爱，立皇孙拓跋浚为帝，史称文成帝。

北魏发生了这场宫廷政变，南方也同样发生了类似的悲剧。公元453年，宋文帝的太子刘劭弑父篡位，其弟江州刺史刘骏率军回京，又诛杀了刘劭自立，史称孝武帝。孝武帝残忍好杀，他在位的十余年间，先后杀死了自己的叔父刘义宣、弟弟刘休茂等众多宗室重臣，开启了刘宋宗室相残的闹剧。公元464年，孝武帝去世，年仅16岁的儿子刘子业继位，史称前废帝。刘子业继位以后，狂暴淫乱，



继续疯狂残杀宗室、名臣，公元465年，其叔父刘彧发动政变，杀死刘子业，继位为帝，史称宋明帝。

与南方的混乱相反，北魏文成帝在位期间，采取了与民休息的政策，逐步缓和了国内矛盾，与南方的刘宋时战时和。公元465年文成帝去世，年仅12岁的皇太子拓跋弘继位，史称献文帝，由冯太后临朝称制，公元471年，年仅19岁的献文帝被迫将皇位禅让给5岁的儿子拓跋宏，即孝文帝，拓跋弘则自称太上皇，专修长生之术。献文帝禅让以后，大权旁落，冯太后于公元476年将其毒死。

在此期间，刘宋明帝刘彧继续诛杀孝武帝刘骏一系的诸王，最终将哥哥孝武帝刘骏的儿子们斩杀殆尽。公元472年，刘彧死去，儿子刘昱继位，史称后废帝。明帝仅存的一个弟弟江州刺史刘休范偷袭建康，被右卫将军萧道成设计诛杀，后掌握大权的萧道成废杀了刘昱，立其弟弟刘准为帝，这就是刘宋的最后一位皇帝宋顺帝，不久，萧道成在剪灭政敌以后，于公元479年取代刘宋建立了南齐政权。

南齐建立以后，鉴于刘宋奢侈亡国的教训，萧道成大力提倡节俭，减免赋税，安抚流民，稳定了齐国的统治。齐高帝萧道成在位4年后去世，太子萧赜继位，史称齐武帝。齐武帝时期，对外与北魏通好，对内进行“土断”，南齐经济有所发展，国力有所增强，这段时期被称为“永明之治”。但在武帝后期，皇室逐渐腐化，吏治开始腐败，公元493年，萧赜去世，皇太孙萧昭业继位，史称郁林王。萧赜的堂兄弟、尚书令萧鸾借口萧昭业无道，将其诛杀，另立其弟萧昭文为帝，萧鸾也因拥立之功独揽大权，在杀尽有威胁的诸王以后，萧鸾废掉萧昭文自立为帝，史称齐明帝。

在此期间，北魏孝文帝已经亲政，他决心大规模实行汉化，并于公元493年迁都洛阳。

齐明帝继位以后，嗜杀无度，又迷信鬼神，他在位4年即病死。临死前，他告诫太子东昏侯萧宝卷“做事不可为人后”，要先下手为强，因此，在公元498年萧宝卷继位以后，昏虐残暴，荒淫无耻，任意诛杀。尚书令萧懿被毒死以后，萧懿的弟弟、雍州刺史萧衍起兵，将萧宝卷杀死，另立萧宝融为帝，不久，萧衍即取代萧齐政权，建立了梁朝。

萧衍即位以后，他认为，东晋依靠世家大族而维系了100年，但王室没有权力，而宋齐政权起自寒门，用诸王作为方镇大员，权力全部收归王室，以寒门压制世家大族，却骨肉相残，这两种做法都不足取。因此，他采取了调和寒门与大族之



间利益的折中办法，同时，他还废除了以典签监视诸王的办法，让诸王成为名副其实的藩镇。梁武帝在位前期，他励精图治，手下云集了一大批有才能的文臣武将，南方也出现了魏晋以来从未有过的兴盛局面，30年间在与北魏的对抗当中，梁军一直处于优势。

公元499年，北魏孝文帝拓跋宏在南征齐国返回途中死去，继位的是皇太子元恪，史称宣武帝，公元502年，萧衍即代齐建梁，嗣后，北魏在与梁朝的交战中逐渐转攻为守，停止了继续南下。宣武帝元恪于公元515年去世，5岁的太子元诩继位，史称孝明帝。元诩生母胡太后在宣武帝生前说服他废除了“子贵母死”的传统制度，并顺利地临朝称制。胡太后时期，北魏宫廷又发生了激烈的斗争，政局动荡不安，政治腐败，外患频仍，帝国已出现了瓦解之势。公元523年，北方沃野镇破六韩拔陵聚众造反，一时间北方六镇纷纷起事，后被契胡尔朱荣镇压。公元528年，尔朱荣借口胡太后杀死自己的亲生儿子孝明帝，遂进军洛阳，发动河阴之变，杀死胡太后，拥立元子攸为帝，在政变中元氏皇族被斩杀殆尽。

此时，梁武帝没有利用这一有利时机实施北伐，而是幻想着利用元氏宗室扶植傀儡政权，于是，他派遣沈庆之率领7000梁军北上，护送南投的北魏宗室元颢北还。沈庆之在140天内率领梁军攻下了32座城池，前后经历大小47次战斗，均战无不胜，所向无敌，将元颢送还洛阳，尔朱荣扶植的元子攸狼狈北逃。进入洛阳的元颢企图摆脱梁朝的控制，梁武帝没有及时向沈庆之派出增援部队，致使孤悬于外的梁军在尔朱荣的反扑下，全军覆没。

以此为起点，梁军再无力实施北伐，梁朝边境相对平静，年老的梁武帝开始将全部的精力都放到了佛教上。而此时的北方一片大乱，公元530年，尔朱荣被孝庄帝元子攸设计诛杀以后，其堂弟尔朱世隆、堂侄尔朱兆率军攻进洛阳，诛杀了孝庄帝，相继拥立长广王元晔、节闵帝元恭为帝；而在镇压六镇起义中壮大的高欢也在信都拥立安定王元朗为帝，公元531年，高欢率军攻入洛阳，诛杀尔朱氏，又废黜了节闵帝和安定王，另立平阳王元修为帝，史称孝武帝（出帝）。当时，高欢盘踞晋阳，遥制朝廷，孝武帝元修不甘心做傀儡，就联络贺拔岳、宇文泰进攻晋阳，又谎称欲讨伐贺拔岳和宇文泰。高欢将计就计，先发制人，率军南下，于公元534年攻入洛阳，元修无奈只得西逃长安，高欢另立元善见（孝静帝）为帝，并迁都邺城，史称东魏。

元修逃到长安以后，随即被宇文泰毒死，公元535年初，宇文泰册立南阳王



元宝炬为帝，史称文帝，自此，统一的北魏灭亡，形成了东西魏对峙的局面。东西魏以后，双方都试图吃掉对方，公元536年年底，东魏高欢兵分三路，大举讨伐西魏，正式打响了东西魏战争。第二年，气势汹汹的东魏军却遭到了沙苑惨败，西魏趁机夺取了东魏河南之地，在随后的数年里，双方又进行了数次大规模战争，互有胜负，公元547年，高欢因玉璧之战无功而病死。高欢死后，长子高澄继续执掌东魏大权，当时，一直专制东魏河南地区的是大将侯景，高欢死后5天，侯景即背叛东魏，投降西魏，后又向梁朝表示愿意归顺。梁武帝萧衍力排众议，加封侯景为河南王，接纳了侯景。公元548年，东魏将领慕容绍宗率领5000铁骑击败侯景，侯景南逃，袭占了梁朝的寿春。此时，东魏高澄多次与梁武帝萧衍通信，请求与梁朝和好，萧衍也表示同意，这激起了侯景的不满。公元549年，侯景发动叛乱，不久攻陷建康台城，梁武帝萧衍饿死在净居殿，终年86岁。侯景册立太子萧纲为帝。梁武帝萧衍死后，侯景自立为帝，梁朝陷于大乱。梁武帝的儿子们置国难家仇于不顾，相互攻杀，以期能够登上帝位。经过一番你争我夺，公元552年，江陵的萧绎会同王僧辩、陈霸先击败了侯景，萧绎继位，史称梁元帝。但是，此时的梁朝已经四分五裂。

与此同时，东西魏之间又为争夺河南之地进行了长社之战，此战以东魏取胜而告终。长社之战结束以后，东西魏发现梁朝国内大乱，暂时停止相互进攻，而争相南下，夺取梁朝之地。驻守益州的萧纪自立为帝后，在公元553年被西魏击败，西魏夺取了益州；原驻防襄阳的萧督投靠西魏，引西魏军进攻江陵的梁元帝萧绎，公元554年，梁元帝萧绎城破被杀，萧督在西魏的羽翼下建立后梁傀儡政权，萧督被称为后梁宣帝。萧绎死后，长江下游的王僧辩和陈霸先推举元帝之子萧方智为帝，不久，内乱又起，王僧辩在北齐的压力下，迎立萧渊明为帝。陈霸先趁机将王僧辩杀死，拥立萧方智复辟，进而控制了梁朝的大权。公元557年，陈霸先取代梁朝，建立陈朝。