作者从始至终想向读者证明，西欧的中世纪并非一个“沉睡的，可怕的”“黑暗”时期，而是充满变化，并为现代的到来奠定了基础。以文艺复兴为序幕的近现代当然不是凭空出现的，也不可能是从一团漆黑一下就光芒万丈，无限光明。

本书将中世纪所持续的时期大致划分为约公元500年至1500年近1000年的时间，且可在大体上又细分为三个时期。中世纪早期（约500年—1000年），这段时期的主基调是动荡不安，经济、文化、政治史上的全面衰退，偶有几次振兴的努力和上升的趋势（如法兰克人的墨洛温王朝，查理曼大帝的加洛林王朝），但总体上西欧地区处在一个历史的低谷期，；中世纪中期（约1000年—1300年），这是中世纪的盛期，西欧社会的各个方面都在开始复苏，虽然整体上社会繁荣、政治稳定还远比不上古典时代的盛期，但近代社会的某些特征（如大学教育，对君权的限制，科学的探索等）开始萌芽；中世纪晚期（约1300年—1500年），14世纪初是又一个由盛转衰的开端，大量在前一时期所未解决的问题开始爆发，而又不不幸遭逢消灭了欧洲三分之一人口的大瘟疫（1347年），但总的来说，中世纪晚期并未重蹈早期的覆辙，社会的恢复较为迅速，十四世纪中叶即开始复苏，在各种有利因素的作用下（主权国家的兴起，平均文化水平的提高，经济的发展，古典时代知识的延续等），我们来到了近代欧洲的门前。

纵观中世纪的发展脉络，大致呈现出一个“W”型的发展趋势，中间的峰顶比两头都要低，后一低谷则要高于前一低谷。将整个中世纪都笼统的概括为一段“黑暗”时期固然并不准确，但不可否定的是，这一段时期的的确确处于一个较为低沉的状态，中世纪的早期阶段也在某种程度上契合了文艺复兴时期学者们对“黑暗”时期的想象。而说到中世纪为近现代所奠基那些内容，无论是希腊哲学传统的回归、教育的普及、政治制度的构建，其雏形几乎无一不可追溯至古典时代的希腊、罗马，既可以说近代的发展是以中世纪为基础的，也可以认为这是在接续古典时代的文明传统，并加之以全新的创造，名之曰“复兴”亦无不可。怀胎也要十月，重生也不在一瞬嘛。不然，今天不少人们口中所说的“复兴”又要依何为凭呢？

至于中世纪的最大价值，在于其为古典时期西方文明所积累下的知识找到了一条能够发展延续的道路，做到了罗马人、阿拉伯人、希腊人所未能达成的事。