

Im 8. Jahrhundert erfolgte die Missionierung der rechts des Rheins nur zum Teil christianisierten Germanen. In Hessen wirkte der Angelsachse Bonifatius. Den Überlieferungen zufolge soll die von den Germanen Britanniens gesprochene Sprache so sehr der Sprechweise in Hessen geähnelt haben, dass es keiner Übersetzung bedurfte. Dies verschaffte allen angelsächsischen Missionaren einen sprachlichen Vorteil gegenüber den ebenfalls tätigen keltischsprachigen aus Irland, Schottland und Wales.

Nach den Reichsteilungen von Verdun, Mersen und Ribemont (880) entstand das Ostfränkische Reich, das die Stämme der Alemannen, Baiern, Franken, Friesen, Hessen, Sachsen und Thüringer umfasste. Dazu zählte auch das Herzogtum Lothringen an Maas und Mosel zwischen Quelle und Mündung; schon als Zwischenland war es teilweise französischsprachig, behielt aber trotzdem das altfränkische Siedlungsgebiet am Mittel- und Niederrhein. Folglich bildeten nur die Rhein- und Ostfranken das neue Stammesherzogtum Franken, welches ganz Hessen mit der späteren Krönungsstadt Frankfurt am Main einschloss, außerdem das Gebiet der heutigen Pfalz beiderseits des Rheins sowie das ostfränkische Siedlungsgebiet am mittleren und oberen Main einschließlich des oberen Werratales.

Ab 1122 gehörte das nördliche Hessen mit Marburg im oberen Lahngau zur Landgrafschaft Thüringen. Auf diese Verbindung geht das noch heute geltende Staatswappen des Landes Hessen zurück. Zur gleichen Zeit kam die Grafschaft Nassau zu erheblichen Gebietsgewinnen an Lahn und Dill, im Taunus und im Westerwald. Nördlich von Gießen verlief in dieser Epoche die Südgrenze der Landgrafschaft Thüringen, wodurch das geteilte Hessen in verschiedenen Territorien lag. Die Stammesherzogtümer zerfielen ab dem 13. Jahrhundert in kleinere Gebiete.

Nach der Trennung von Thüringen wurde 1248 in Marburg die Landgrafschaft Hessen ausgerufen, die 1292 den Status eines Reichsfürstentums durch den römisch-deutschen König Adolf von Nassau erhielt. Es entwickelte sich eine an den natürlichen geografischen Gegebenheiten orientierte administrative Gliederung in Ober- und Niederhessen. Unabhängig von territorialen Herrschaftsansprüchen fanden kirchliche Diözesangrenzen Verwendung; ab Gießen an der Lahn flussabwärts unterstanden im Spätmittelalter der mittlere und untere Teil des Lahngaus dem Erzbistum Trier, das zusammen mit den Bistümern Metz, Toul und Verdun eine eigene Kirchenprovinz bildete. Bis auf Fulda und Worms fiel Hessen ansonsten unter die kirchliche Zuständigkeit des Erzbistums Mainz.

Im 16. Jahrhundert war die Landgrafschaft Hessen zum letzten Mal unter Landgraf Philipp dem Großmütigen in einer Hand vereinigt. Das Land, das sich 1527 durch die Synode von Homberg/Erze der Reformation anschloss, gehörte in dieser Zeit zu den bedeutenden Territorien des Heiligen Römischen Reiches Deutscher Nation. Neue Gebiete am Rhein sowie niederdeutsche und thüringische Randgebiete kamen hinzu, aber die eigenständigen zwischen den Landesteilen liegenden Grafschaften blieben außen vor. Ferner behaupteten sich die katholischen Gebiete von Fulda, Kurmainz und Kurtrier. 1567 entstanden mehrere Landgrafschaften, von denen nach 1604 Hessen-Kassel und Hessen-Darmstadt übrig blieben. Dadurch fielen Niederhessen, das nördliche Oberhessen und Nieder-Katzenelnbogen (Sankt Goar) an Kassel, das südliche Oberhessen und Ober-Katzenelnbogen an Darmstadt. Diese Erbteilung bedeutete praktisch den Abstieg in die politische Bedeutungslosigkeit.

Während der Zeit des Rheinbundes erweiterten Nassau und die beiden hessischen Landgrafschaften ihre Territorien auf Kosten angrenzender geistlicher und weltlicher Gebiete. Das in mehrere Linien gespaltene Nassau wurde als Herzogtum wieder vereinigt. Vor seiner Auflösung erklärte sich Hessen-Kassel zum „Kurfürstentum Hessen“ (Kurhessen); Hessen-Darmstadt hieß fortan „Großherzogtum Hessen“.

Die Ergebnisse des Wiener Kongresses brachten 1815 neben der Beseitigung von Zwischenlösungen und der Wiederherstellung Kurhessens weitere wichtige Gebietsveränderungen. Die bedeutendste war der Anschluss Rheinhessens mit Mainz und Worms an das Großherzogtum Hessen. An Preußen fielen das lange Zeit nassauische Siegerland sowie der Kreis Wetzlar, der bis 1932 zum Regierungsbezirk Koblenz gehörte.

Preußen annektierte 1866 Kurhessen, Nassau, Frankfurt am Main sowie mehrere darmstädtische und bayerische Randgebiete. Diese preußischen Zugewinne wurden zur neuen Provinz Hessen-Nassau zusammengefasst und in die beiden Regierungsbezirke Kassel und Wiesbaden gegliedert. Die nördlich der Mainlinie liegende, von der preußischen Ausdehnung teilweise betroffene darmstädtische Provinz Oberhessen mit der Provinzialhauptstadt Gießen bestand bis 1937 als Gebietskörperschaft und bildete zusammen mit den beiden anderen Provinzen Rheinhessen und Starkenburg das auf Hessen-Darmstadt begrenzte Land Hessen, das von 1918 bis 1933 <Volksstaat Hessen> hieß.

Nach dem Ende des Zweiten Weltkrieges entstand 1945 das heutige Land Hessen durch den Zusammenschluss des rechtsrheinischen Landes Hessen (Darmstadt) und der beiden Regierungsbezirke (Kassel, Wiesbaden) der aufgelösten preuß. Provinz Hessen-Nassau einschließlich des bis 1929 eigenständigen Waldecker Landes. Davon ausgenommen waren das linksrheinische Rheinhessen sowie die nassauischen Kreise um Montabaur und Bad Ems, die an Rheinland-Pfalz fielen. Hessische Landeshauptstadt ist seitdem Wiesbaden, die ehemalige nassauische Residenz.