

INHALTSVERZEICHNIS

EINLEITUNG	1
Zum Forschungsstand	8
Ziel und Vorgehen dieser Untersuchung	10
TEIL I: LEXIKALISCHE VORBEMERKUNGEN	15
1. Relevante Wörter	17
1.1 <i>Mei</i> 寐.....	17
1.2 <i>Ming</i> 瞑.....	19
1.3 <i>Qin</i> 寢.....	22
1.4 <i>Wo</i> 臥.....	26
1.5 <i>Shui</i> 睡.....	28
1.6 <i>Wu</i> 寤 und <i>jiao</i> 覺.....	30
2. Resümee	33
TEIL II: SCHLAF ALS NATURPHÄNOMEN	39
1. Erklärungen der Körpervorgänge im Schlaf	41
1.1 Der intakte Schlaf	43
1.2 Der gestörte Schlaf.....	47
1.3 Träume.....	51
2. Die Übereinstimmung von Schlaf und Nacht	56
3. Die Schlaf-Lehre des Wen Zhi	62
4. Resümee	65
TEIL III: SCHLAF ALS GESELLSCHAFTLICHES PHÄNOMEN	69
1. Die Konstituierung als gesellschaftlich relevanter Bereich	70
1.1 Schlaf als Genuß und Rückzug.....	71
1.2 Die Verquickung des Schlafes mit anderen Genüssen.....	77
1.2.1 <i>Schlaf und Essen</i>	78
1.2.2 <i>Schlaf und Wein</i>	81
1.2.3 <i>Schlaf und Musik</i>	84
1.2.4 <i>Schlaf und Sexualität</i>	88

2. Schlafenszeiten	94
2.1 Der Zeitpunkt.....	95
2.1.1 <i>Die Nacht gehört dem Schlaf</i>	95
2.1.2 <i>Der Schlaf zur Unzeit</i>	101
2.2 Die Zeitdauer.....	110
2.2.1 <i>Früh auf, spät zu Bett</i>	111
2.2.2 <i>Bei Nacht den Schlaf vergessen</i>	124
3. Umstände des Schlafens	139
3.1 Diverse Vorschriften.....	140
3.2 Schlaf und kindliche Pietät.....	144
4. Resümee	149
TEIL IV: SCHLAF ALS PSYCHOLOGISCHES PHÄNOMEN	153
1. Schlaf als Gefährdung	154
1.1 Mord an Schlafenden.....	157
1.2 Schlaf und Kontrollverlust als Themen im Legismus.....	161
1.2.1 <i>Mißtrauen gegenüber dem Schlaf</i>	161
1.2.2 <i>Schlaf als Metapher für die Entbehrlichkeit der Kontrolle</i>	170
2. Schlaflosigkeit	173
3. Resümee	183
TEIL V: SCHLAF ALS GEGENENTWURF	187
1. Das Lob des traumlosen Schlafes	189
2. Schlaf und Tod	196
SCHLUSSWORT	211
ANHANG	215
Zeittafel.....	215
Abkürzungen.....	217
Verzeichnis der Primärquellen.....	219
Verzeichnis der Zitate.....	223
Distribution relevanter Wörter.....	231
Literaturverzeichnis.....	235
Index.....	255