

## **INHALT**

- 7 Einführung**
- 17 Bilder und Empfindungen der Nacht**
- 31 Nachtbewusstsein**
- 49 Der Schlaf als Quelle der Erquickung und Heilung**
- 63 Wesenhafte Begegnungen**
- 77 Blick in den Sternenraum**
- 95 Geweihte, heilige Nächte**
- 115 Meditationen zur Einstimmung  
und zum Ausklang der Nacht**
- 135 Sprüche und Gebete**
  
- 155 Anhang**  
*Quellenverzeichnis 157 Nachweise 160*