

Inhaltsverzeichnis

Danke!	9
I. Einleitung	11
1. Literaturbericht	16
II. Schlaf: Theorie und Praxis der Elisabethaner	20
1. Wesen und Funktion von Schlaf	20
2. „Gebrauchsanweisung“ zum Schlafen	25
1. „Wie man sich bettet ...“; Die Bedeutung der Schlaflage	25
2. Überlegungen zur Schlaflänge	28
1. <i>Die Wohltaten des „moderate sleep“</i>	28
2. <i>Negative Konsequenzen durch ein Defizit an Schlaf</i>	30
3. <i>Verderbliche Einflüsse eines Übermaßes an Schlaf</i>	30
3. Zeit zu schlafen – Zeit zu schaffen	32
4. Schlafzimmer, Bett und Kleidung	35
3. Als krankhaft diagnostizierte Abnormitäten des Schlafs und deren medizinische Einordnung und Therapie	38
1. Das Problem der Schlaflosigkeit	38
2. Schlafstörungen	39
3. Schlafsucht und Koma	42
4. Zusammenfassung und Fazit	43
III. Schlaf als Grundkonstante der menschlichen Existenz	46
1. Die körperliche Dimension der Schlafbildlichkeit	47
1. Schlaf: Reaktion auf physische Beanspruchung	47
2. Das „Boten-Motiv“	53
3. Die Kombination von „food“ und „sleep“ als Verweis auf die elementare Körperlichkeit des Menschen	57
2. Die geistig-seelische Dimension – Schlaf als Ausschaltung des Bewußtseins	70
1. Schlaf als erlösende und heilende Kraft	72
2. Folgen der fehlenden Bewußtseinskontrolle im Schlaf	74
3. Schlaf als Realisationsort des Einflusses außerweltlicher Mächte	79
IV. Schlaf als Bewertungskriterium der moralischen Statur	83
V. Schlaf als Zustand gefährdeter Schutzlosigkeit	91
1. Schlaf als Zeit konkreter Bedrohung durch die Natur	92
2. Tödliche Bedrohung des Schlafenden durch den Mitmenschen	94
1. Die Gefahr der Manipulation durch die wache Umwelt	97

V.	3.	Mechanismen zum Schutz des Schlafenden	100
	1.	Das Versagen des externalisierten Bewußtseins	101
	2.	Tabu und Konvention als Schutz der Schlafenden	103
	3.	Der in der Wehrlosigkeit des Schlafenden implizite Schutzappell	108
	1.	<i>Die Gelegenheit zur Gewissensdebatte als strukturelle Funktion des Schutzappells</i>	113
	4.	Fazit	116
VI.		Der Fluch der Schlaflosigkeit	117
	1.	Schlaflosigkeit als ständiger Begleiter der Mächtigen	119
	1.	Der Gegensatz zur pastoralen Idylle als propagandistische Idealisierung von Herrschaft	129
	2.	Verbrecher und Rebellen: Schlaflosigkeit als Zeichen tragischer Statur?	132
	1.	Das Schlafwandeln der Lady Macbeth	141
	2.	Insomnia: Kennzeichen politischer Verbrecher und moralischer Rebellen	146
	3.	Schlaflosigkeit als Symptom von Liebe und Verliebtheit	148
VII.		Schlaf als „Imago mortis“	156
VIII.		Abschließende Zusammenfassung	169
IX.		Literaturverzeichnis	173