

**Zeitschrift:** Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin  
**Band:** 110 (1984)  
**Heft:** 26

**Illustration:** Rückzug ins Private  
**Autor:** Stauber, Jules

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 14.05.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



Ein Viertel aller Eidgenossen, so wissen die Fachgelehrten, ist von Schlaflosigkeit oder zumindest von ernstlichen Schlafstörungen befallen. Demnach bleiben Nacht für Nacht über anderthalb Millionen Landsleute wach, und diese Unsumme nicht konsumierten Schlafes muss uns zu denken geben.

Zwar sind die Pharmakonzerne begeistert in diese Schlafücke gesprungen, doch halten die Mediziner die chemische Holzhammermethode für nicht ganz unbedenklich. Und die oft empfohlenen Hausmittelchen wie warme Milch, Melissentee, Spätburgunder, Bockbier, Zitronenlimonade oder schlichtes Blöterliwasser, kalte Güsse, heisse Bäder oder Wechselduschen, spannende Krimis oder stinklangweilige Romane, autogenes Training, Yoga, transzendente Meditation oder simple Entspannungsübungen – alle diese Hausmittelchen sind zwar natürlicher, zumeist aber auch völlig wirkungslos wie Schäfchenzählen oder Kopfrechen.

Es erhebt sich somit die Frage, wie die allnächtlich nicht benützten anderthalb Millionen Schlafseinheiten kompensiert werden, denn einfach darauf zu verzichten wäre ein unverantwortliches Rütteln an unserer Volksgesundheit. Als sprichwörtliche Kompensationsschläfer mögen einem zuerst die Beamten einfallen; sie sind indes ein untaugliches Beispiel, weil wissenschaftlich noch nicht hinlänglich geklärt ist, ob Beamte, die zur Nachtzeit an Schlaflosigkeit leiden, das Entgangene in der Arbeitszeit aufholen oder ob sie nachts nicht schlafen können, weil sie tagsüber dösen.

Einen Einblick in eine Teillösung des Problems verdanke ich vielmehr dem Fernsehen. Nicht was Sie jetzt denken; es handelt sich nicht um die notorisch einschläfernde Wirkung dieses Mediums, denn der Fernsehschlaf endet spätestens bei Sendeschluss, worauf dann die Betroffenen von einer um so hartnäckigeren Wachheit heimgesucht werden.

Die Nachrichtensendungen landeseigener und ausländischer Anstalten vermitteln uns jedoch regelmässig illustrierte Mitteilungen über Kongresse, Generalversammlungen und Konferenzen. Das stereotype sprechende Brustbild über dem Rednerpult

## Kompensationsschläfer

mag zwar so sinnlos sein wie der kurze Ausschnitt überhaupt, doch bei der ebenso obligaten Gesamtschau über die Reihen der Teilnehmer erkennt der geübte Beobachter jeweils eine nicht unbeträchtliche Anzahl von sogenannten Konferenzschläfern, die zu einem guten Teil mit den Kompensationsschläfern identisch sind.

Die kurzen Momentbilder erfassen zwar weniger die Anfänger, obwohl sie, was sie gerade vermeiden möchten, am auffälligsten sind: Köpfe, die mit geschlossenen Augen verinnerlicht zu lauschen vorgeben, torkeln plötzlich nach vorne oder auf die Seite, Unterkiefer klappen herab und verleihen solchermaßen ihren Besitzern ein dümmliches Aussehen, aufgestützte Ellenbogen schlittern unversehens auseinander oder fallen von der Unterlage, haltlose Figuren müssen mitunter vom Sitznachbar davor bewahrt werden, vom Stuhl zu

stürzen, und noch peinlicher ist die akustische Selbstbezüglichung der Schnarher.

Routinierte Konferenzschläfer jedoch – denen mein besonderes Augenmerk gilt, seitdem mich eine einschlägige deutsche Publikation darauf aufmerksam gemacht hat – verkrampfen sich nicht im sinnlosen Widerstand gegen den Schlaf. Vielmehr erwarten sie in einer systematisch trainierten und klügglich abgesicherten Haltung freudig das wohlige Eindämmern. Modisch getönte dunkle Brillen sind eine taugliche Tarnung, wogegen sich die amerikanische Erfindung einer speziellen Konferenzbrille (mit hinten auf die Gläser aufgemalten offenen Augen) bei uns vorderhand noch nicht durchgesetzt hat.

Besonders talentierte Profis aber beherrschen virtuos den Schlaf mit offenen Augen; wie eine Umfrage in der Bundesrepu-

blik ergeben hat, sind insbesondere viele Spitzenpolitiker in dieser Kategorie zu finden. Solche Spitzenkönner verfügen zumeist auch über den sogenannten Ammenschlaf-Reflex: wie eine erschöpfte junge Mutter, die Gewitter, Erdbeben und Sirenenheul verschläft, aber schlagartig aufwacht, wenn sich das Baby nebenan räuspert, erwachen auch geübte Konferenzschläfer, wenn ein Redner endlich zum Schluss kommt.

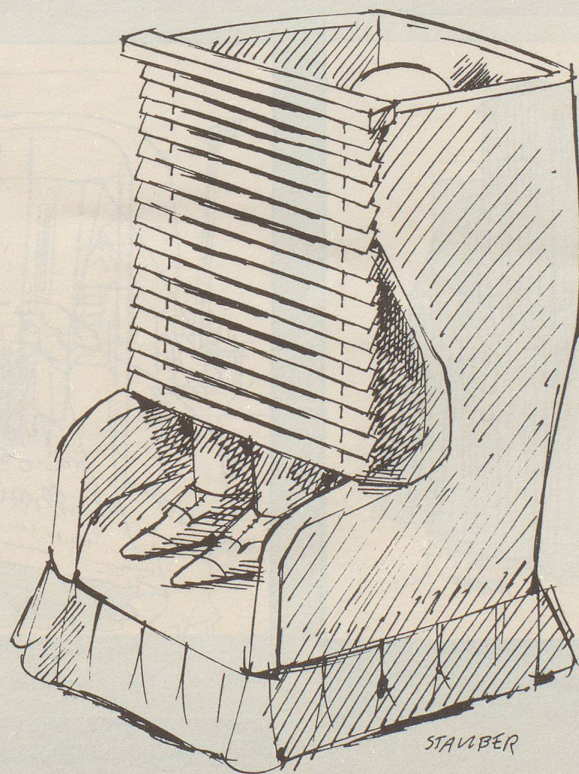
Telespalter

### Logik

Eine Untersuchung ergab: Würden alle Fahrzeuge durch neue ersetzt, dann gingen die Schadstoffe von Autos um zirka 10 Prozent zurück. Demnach hätten wir 100 Prozent saubere Luft, wenn man diesen Vorgang zehnmal wiederholen würde!

Richi

Ein Manager betet: «Lieber Gott, gib mir Geduld. Aber schnell!»



Rückzug ins Private

### Nichtsdestowas?

Zum Beginn des Papstbesuchs in der Schweiz meldete die «Süddeutsche» Münchens: «Nach einer Meinungsumfrage ist der Besuch Johannes Pauls II. zwei Dritteln der Bevölkerung gleichgültig, acht Prozent lehnen ihn ab, und der Rest ist dafür». Nichtsdestotrotz warf er im Vorfeld in der Schweizer Öffentlichkeit relativ hohe Wellen.» Eine Meldung, über die des Nebis Sprachbeobachter Scarpi und Fridolin, lebten sie noch, herfallen würden. Die Prozentverteilung hätten sie gewiss akzeptiert. Nichtsdestoweniger wäre ihnen «nichtsdestotrotz» aufgestossen, ein Wort, das sie ein Leben lang bekämpft haben.

fhz