Zeitschrift: Das Rote Kreuz : offizielles Organ des Schweizerischen Centralvereins vom Roten Kreuz, des Schweiz. Militärsanitätsvereins und des Samariterbundes

Herausgeber: Schweizerischer Centralverein vom Roten Kreuz

Band: 32 (1924)

Heft: 6

Artikel: Lerne im Schlaf

Autor: B.M.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-974153

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 07.08.2025

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

weil wir gern das Bewußte dabei ausschalten wollen, in Wirklichkeit werden sie verschwiegen oder verdrängt. Nur eines läßt sich nicht so leicht verdrängen, das ist das Gefühl, das jeden unserer Gedanken begleitet. Nicht umsonst sprechen wir von dem Ton, der die Musik macht. Die Gefühle begleiten alle unsere seelischen Vorgänge, sie bringen in unsere Wahrnehmungen, in unsere Gedanken, in unsere Willensantriebe die eigentlich affektiven Momente. Gefühlsbetonte Gedanken hinterlassen oft die stärkste Wirkung, aber auch der kleine Gefühlsrest, der einen auch nur kurz gedachten und dann untergetauchten Gedanken begleitet, kann fortwirken. „Gefühl ist alles."

Wer kann sagen, welche Rolle bei wichtigen Entscheidungen unter den ausschlaggebenden Momenten die bewußten und die unbewußten spielen? Das Unbewußte spielt eine Rolle bei dem Versuch, das Zustandekommen mancher nervöser und psychischer Krankheitsbilder, z. B. der Hysterie mit ihren mannigfachen und komplizierten Erscheinungen, zu erklären. Inwieweit dieser Erklärungsversuch berechtigt ist, braucht hier nicht erörtert zu werden. Der Ausbruch eines hysterischen Wein-, Krampf-, oder Verwirrtheitszustandes scheint uns beim Fehlen eines äußern Anlasses aus dem Unbewußten entstanden zu sein, und doch können wir uns des Eindruckes nicht erwehren, daß ein bewußter, absichtlicher Vorgang mitwirkt. Zur Erreichung bestimmter Absichten oder zur Befreiung aus unangenehmen Situationen gibt es eine nicht immer einwandfrei als bewußt festzustellende Flucht in die Krankheit. Wenn wir so auch ein besonderes Unterbewußtsein ablehnen, erkennen wir doch unbewußte Vorgänge an, die uns zwar nur dunkel, aber doch bewußt bleiben. Aus ihnen entfalten sich unsere Gedanken und Vorstellungen vom ersten Ahnen und Dämmern zur Klarheit.

„Der Mensch kann nicht lange im bewußten Zustande oder im Bewußtsein verharren; er muß sich wieder ins Unterbewußtsein flüchten, denn darin lebt seine Wurzel", äußerte sich Goethe zu Riemer.

Lerne im Schlaf.

Unser Dasein wird nach einer veralteten Lebensphilosophie so eingeteilt: acht Stunden Arbeit, acht Stunden Nichtstun, acht Stunden Schlaf. Wie alles Alte, so mußte auch diese Lebensphilosophie begraben werden. Es traten Reformatoren auf den Plan, die behaupteten, acht Stunden Nichtstun sei zu viel für die Menschen. So oder ähnlich wurde der Zehnstunden- respektive Zwölfstundenarbeitstag allmählich eingeführt. Und als man in neuerer Zeit zum Achtstundentag zurückgekehrt war, da hat es nicht lange gedauert, und die Menschen mußten wieder länger arbeiten. Dann meldeten sich andere Reformatoren zum Wort. Sie fanden es merkwürdig, weshalb man die Menschen im Schlaf nicht auch zu nutzbringender Tätigkeit heranziehe. Aus dieser Bewegung hat der französische Gelehrte Coué seine Lehre gezogen. Er hat den Schlaf seiner Kinder dazu benutzt, ihnen Rechenexempel beizubringen. Und da sie am anderen Morgen die Rechenaufgaben gut lösten, deshalb hat Coué eine Theorie aufgestellt und sie die „Selbstbemeisterung durch bewußte Autosuggestion" genannt. Danach soll es allgemein möglich sein, Kindern im Schlaf Dinge vorzusagen, die sie dann beim Aufwachen völlig beherrschen. Jetzt hören wir von einem Amerikaner, der ein ähnliches Verfahren sogar bei Erwachsenen erfolgreich probiert hat. Und zwar macht er es durch Vermittlung des drahtlosen Telephons. Somit scheint der produktiven Nutzbarmachung des menschlichen Schlafes nichts mehr im Wege zu stehen. Vielleicht werden demnächst die Tüchtigsten unter uns gerade diejenigen Menschen sein, die am meisten schlafen, und

die Phrase: den Gerechten gibt's der Herr im Schlaf, verliert ihre symbolische Bedeutung.

Der Amerikaner, dem wir das drahtlose Lernverfahren beim Schlafen verdanken, ist niemand geringerer als ein bedeutender Radiofachmann der amerikanischen Marine, Mister J. N. Phinney. Er hat die Vorteile seiner Erfindung am eigenen Leibe verspürt, als er noch Telegraphist bei der Eisenbahn war und es ihm schwer fiel, das Morsealphabet im Kopfe zu behalten. Da legte er sich neben dem Hauptreails der Telegraphenleitung schlafen, wo die ganze Nacht das Ticken der Morsezeichen nicht aufhörte. Schon nach der zweiten Nacht beherrschte er diese Zeichensprache vorzüglich. Er erprobte seine Erfahrungen an anderen jungen Telegraphisten. Sie waren alle am nächsten Morgen sattelfest im Morsealphabet, und sie beherrschten es umso gründlicher, je fester sie geschlafen hatten. Seitdem gibt es in der amerikanischen Marineflugstation (Abteilung für Radiotelegraphie) in Pensacola im Staate Florida einen Schlafraum, wo jede Nacht ein Dutzend Radioeleven die Geheimnisse der drahtlosen Telegraphie im Schlafe lernen. Sie liegen in ihren Betten und haben einen gepolsterten Kopfhörer umgeschnallt (gepolstert, damit sie sich nicht weh tun).

Als wir noch zur Schule gingen, da haben wir uns nachts die Schulbücher unter die Kopfkissen gelegt. Das war auch nichts anderes als „Selbstbemeisterung durch bewußte Autosuggestion". Im Falle dieses Raddioverfahrens ist es sogar eine Suggestion durch Vermittlung anderer; ein Mittel, das sich an unser Unterbewußtsein wendet, welches bekanntlich nie schläft. Es ist möglich, auf diese Weise den Traum in bestimmte Bahnen zu lenken. Wenn das Unterbewußtsein nachts einen Stoff in sich aufgenommen hat, geht dieser Stoff, sobald man aufwacht, in das Oberbewußtsein ein. So beherrscht man ihn.

B. M.

Aviation sanitaire.

Conformément aux vœux qui ont été exprimés dans ce journal, nous avons soumis la question de l'aviation sanitaire, et spécialement celle de savoir quelle aide des avions pourraient fournir à des sinistrés en haute montagne, à la direction de l'aérodrome militaire de Duebendorf.

Il intéressera certainement nos lecteurs de connaître *in extenso* la réponse que nous avons reçue du capitaine Rihner, off. d'E. M. G. à la place d'aviation:

En l'état actuel de développement de l'aviation on peut prévoir que celle-ci peut rendre les services suivants dans le domaine sanitaire:

1° repérage des nids de blessés au profit des troupes sanitaires terrestres avec lesquelles l'avion repéreur sera en liaison, radiotélégraphique ou autre;

2° transport rapide de blessés d'un hôpital ou d'une infirmerie de campagne à un autre hôpital mieux organisé pour les soins spéciaux que peuvent exiger l'état de ces blessés.

En ce qui concerne le repérage il n'y a rien à dire au point de vue militaire, la méthode étant simple et connue. Au point de vue civil, et ceci plus particulièrement en ce qui concerne l'alpinisme, l'avion peut rendre de réels services dans la recherche de touristes égarés ou blessés, mais il faut bien le spécifier, cette recherche ne sera possible qu'à la condition de circonstances atmosphériques tout à fait favorables, ce qui ne sera pas souvent le cas, surtout si l'on considère que les accidents en haute montagne ont presque toujours de mauvaises conditions météorologiques comme cause primaire. L'avion auquel une tâche pareille pourrait être confiée ne nécessite pas de caractéristiques ou installations spéciales. Cela peut être