

Zeitschrift: Nebelspalter : das Humor- und Satire-Magazin
Band: 101 (1975)
Heft: 10

Illustration: Der Schlaf bannt Probleme!
Autor: Wyss, Hanspeter

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: 21.01.2026

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

Lange war die Fachwelt misstrauisch,
heute ist es wissenschaftlich erhärtet:

Der Schlaf bannt Probleme!

Dass man im Schlaf nicht nur schlank werden, Holz sägen oder Fremdsprachen lernen kann, beweist eine Untersuchung, die im Auftrag des Nebelspalters an der Universität Zürich unter der Leitung von Herrn Prof. Dr. nark. Sandmann durchgeführt wurde.

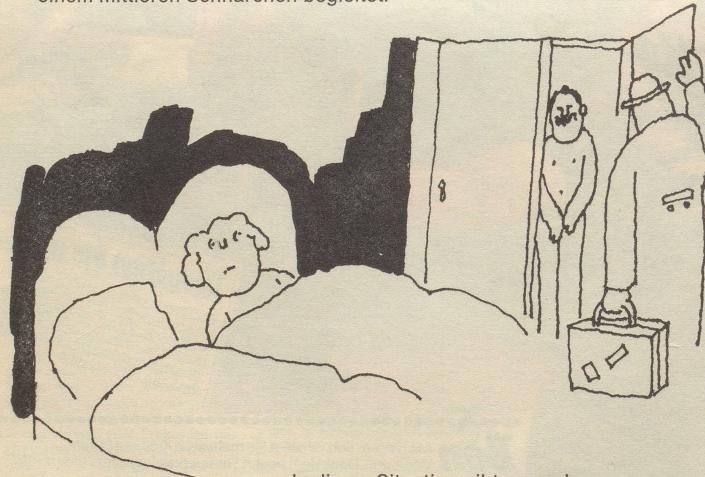
Hanspeter Wyss berichtet darüber:



Dem Gerechten
gibt's der Herr
im Schlafe.



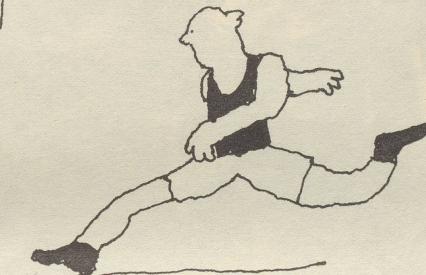
Im Gegensatz zu Herrn K.
bereut es Herr Mosimann
noch heute, in der Nacht
vom 1. 3. auf den 2. 3. nicht
geschlafen zu haben.



In dieser Situation gibt es nach
Prof. Dr. nark. Sandmann nur ein Mittel:
Kastentüre schliessen, sich ins Bett
legen, auf drei zählen und einschlafen.



PSSST!
DER CHEF
LÖST GERADE
EIN SEHR
SCHWIERIGES
PROBLEM



Robert Streuli, Langstreckenläufer und Mitglied der schweizerischen Leichtathletik-Nationalmannschaft: «Seitdem wir pro Tag sechzehn Stunden schlafen, steigerten wir unsere Leistungen zwar beträchtlich; gegen die Oststaaten, mit ihren staatlichen Schlafstätten, wo die Athleten praktisch nur noch schlafen, sind wir aber chancenlos.»



Herr Müller Albert, Kunstmaler: «Meinen Stil,
der mir den internationalen Durchbruch brachte,
fand ich ohne Zweifel im Schlaf. Diese Erfahrung
ermöglicht es mir heute, am Tag bis zu zwanzig
neue Bilder zu schöpfen — ich brauche bloss meine
Augen zu schliessen.»

Ein Tip:
Sind Sie vom Stress des Alltags gehetzt
und übernervös, und Sie möchten wirklich
ganz ruhig werden, versuchen Sie einmal
folgendes: Punkt 20 Uhr ins Bett, Augen
schließen und tief einatmen, gegen
24 Uhr kräftig ausatmen.