**Zeitschrift:** Mitteilungen über Textilindustrie : schweizerische Fachschrift für die gesamte Textilindustrie

**Herausgeber:** Verein Ehemaliger Textilfachschüler Zürich und Angehöriger der Textilindustrie

**Band:** 8 (1901)

**Heft:** 4

**Rubrik:** Vereinangelegenheiten

**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:** 09.12.2025

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

## Kleine Mittheilungen.

**Das Schlafbedürfniss des Menschen.** Immer wieder bekommt man Erzählungen von Männern zu hören, die ausserordentliche Leistungen an geistiger Arbeit mit äusserst geringem Schlafbedürfniss verbunden haben sollen. So wird von einigen Geistesgrössen berichtet, dass sie Monate und Jahre lang mit ganz geringen Ruhepausen an der Arbeit gewesen seien und doch nur sechs oder gar vier Stunden geschlafen haben sollen. Es sei nur an Alexander v. Humboldt erinnert, der nach der Ueberlieferung in seinen jüngern Jahren immer nur die Lampe herunterzuschrauben und etwa zwei Stunden in seinem Lehnstuhl zu schlafen pflegte, um dann seine Arbeit wieder aufzunehmen. Solche Erzählungen werden gewöhnlich als Thatsachen hingenommen, an denen ein Zweifel nicht erlaubt sei und werden sogar in wissenschaftlichen Abhandlungen wieder und wieder erwähnt. Auch ein neueres Handbuch über Nervenkrankheiten enthält die Angabe, dass einige wenige Leute wohl mit 4 oder 5 Stunden Schlaf auszukommen vermögen, während die meisten 8—10 Stunden brauchen. Es gilt also im allgemeinen als ausgemacht, dass solche Geistesheroen wie Napoleon und, um noch einen aus der Gegenwart zu nennen, Edison, nicht nur mehr Arbeit leisten als andere Menschen, sondern auch der Ermüdung weniger unterliegen, so dass sie mit der halben Schlafzeit auskommen. Vor nichts muss dringender gewarnt werden, als solche Beispiele nachzuahmen, deren Wahrheit übrigens gar nicht so unbedingt angenommen werden muss, jedenfalls sind jene Erzählungen nach den Naturgesetzen ein Unding. Es gibt keine Maschine und es ist auch keine möglich, die ein Maximum von Arbeit bei einem Minimum von Ruhe zu leisten vermag, vielmehr muss der Kräfteverbrauch der geleisteten Arbeit immer gleichwerthig sein. Die Leistung einer Uhr, die acht Tage lang ohne neu aufgezogen zu werden, im Gange bleibt, erscheint uns ausserordentlich und entspricht doch eben nur genau der Arbeit, die sie entsprechend der Anspannung der Feder zu liefern vermag. Es ist eine schwierige Frage, ob der Mensch wirklich, wenn auch nur in Ausnahmefällen, dazu befähigt ist, dieses Naturgesetz umzukehren. Wahrscheinlich ist die richtige Lösung der Frage die Behauptung, dass überhaupt kein Mensch auf die Dauer seinen Geist stark anzuspannen vermag, ohne ihm auch eine entsprechende Ruhe in Form von Schlaf zu gönnen. Es gibt vielleicht nicht viele Dinge, in denen der Mensch leichter einer Selbsttäuschung ausgesetzt ist, als in Bezug auf die Dauer seines Schlafes. Es ist gar nicht ungewöhnlich, dass Leute sagen, sie hätten überhaupt nicht geschlafen, wenn sie in Wahrheit nur einige kurze Unterbrechungen innerhalb ihrer gewohnten Schlafdauer erlitten haben. Vielleicht schläft ein Edison gewöhnlich nur vier Stunden — wenn er es selbst sagt, so wird er auch davon überzeugt sein — aber dann ist er jedenfalls eine sehr seltene Ausnahme und schwerlich kann er solche Enthaltsamkeit dem Schlafe gegenüber lange vertragen. Allerdings kommt ja andauernde Schlaflosigkeit bei Menschen vor, wie jedes Irrenhaus den Arzt lehren kann, aber die Opfer eines solchen krankhaften Zustandes werden aufgerieben oder verbringen ihr Leben überhaupt unter Ausschluss normaler geistiger Bethätigung. In der normalen Beschaffenheit aber ist es äusserst zweifelhaft, ob jemand tüchtige geistige oder körperliche Thätigkeit auf längere Zeit hinaus zu leisten im Stande ist, wenn er nicht wenigstens 6—8 Stunden schläft. Für einen Menschen im besten Alter und in stärkster Thätigkeit sind acht Stunden Schlaf keineswegs zu viel, und es würde wahrscheinlich von sehr ernsten Folgen begleitet sein, wenn jemand planmässig seine Schlafzeit herabsetzen wollte.

## Vereinsangelegenheiten.

Die Mitglieder werden um beförderlichste Einsendung der noch ausstehenden Stimmkarten in Sachen der Sterbekasse ersucht.

Die Abhaltung der XI. Generalversammlung ist auf den 10. März 1901 festgesetzt worden.

Der Jahresbericht pro 1900 erfolgt in nächster Zeit.

**Der Vorstand.**

## Sprechsaal.

Anonymes wird nicht berücksichtigt. Sachgemässe Antworten sind uns stets willkommen und werden auf Verlangen honorirt.

### Frage 53.

Wie kann man bei farbigem halbseidenem Satin Kettenstreifen vermeiden, bezw. welches ist die Ursache derselben?

**Schweiz. Kaufmännischer Verein,**
Central-Bureau für
**Stellenvermittlung, Zürich.**

*Sihlstrasse 20. — Telephon 3235.*

**Für die Herren Prinzipale sind die Dienste des Bureau kostenfrei.**

**Neuangemeldete Vakanzen**
**für mit der Seidenfabrikation vertraute Bewerber.**

Wer eine Stelle sucht, muss die zur Anmeldung nöthigen Druck-Sachen vom Schweiz. Kaufm. Verein verlangen. Bei der Einreichung der ausgefüllten Bewerbepapiere haben die Nichtmitglieder Fr. 5.— sofort als Einschreibegebühr zu entrichten. Die Mitglieder des Vereins ehemaliger Seidenwebschüler haben keine Einschreibegebühr zu zahlen.

F 1258 Deutsche Schweiz. Seidenwaarenfabrik. — Angehender Commis für Lager und Spedition.
F 4262 Deutsche Schweiz. Seidenstoffe. — Routinirter Reisender, mit der Kundschaft vertraut.
F 1263 Deutsche Schweiz. — Seidenstoffweberei. — Tüchtiger Spuhlermeister.
F 1286 Deutsche Schweiz. — Seidenfabrik. — Junger Spediteur und Verkäufer.
F 1296 Deutsche Schweiz. — Seidenwaaren. — Junger Mann für das Lager.

**Angebot** und **Nachfrage** betreffend **Stellen** in der **Seidenindustrie** finden in diesem Blatt die zweckdienlichste Ausschreibung. Preis der einspaltigen Zeile 30 Cts.

Redaktionskomitè:
**E. Oberholzer** u. **Rob. Weber,** Horgen; **Fr. Kaeser,** Zürich IV.