Schlaflose Schafe

In der heutigen Frage ist ein Hilfeschrei versteckt. Manolo will von uns wissen, was Schäfchen zählen, wenn sie nachts nicht einschlafen können. Als psychologische Fachinstanz leiten wir ab: Manolo hat Probleme mit dem Einschlafen. Um das zu ändern, zählt er Schäfchen. Das beruhigt ihn jedoch nicht, sondern belastet seine Gedanken nur noch mehr. Als Beleg dazu dient seine eingesandte Frage.

Der heutige Fragesteller leidet also nachweislich an akutem Schlafmangel. Weil unser Wissen noch grösser ist als Manolos müdigkeitsbedingte Augenringe, können Sie nun Zeuge werden, wie wir das intellektuelle Kunststück vollbringen, Manolos Frage zu beantworten und ihn gleichzeitig zurück in einen gesunden Schlafrhythmus zu befördern.

Wir beginnen mit dem Zaun, über den die zu zählenden Schafe springen. Vereinfacht gesagt, wurden Zäune erfunden, um die Viehhaltung zu optimieren. Sie stammen aus den frühen Jahren einer ökonomischen Entwicklung, die wir heute als Turbokapitalismus kennen. Dass das aufkeimende Begehren nach Gewinnmaximierung mit dem Wunsch nach einer neuen Einschlafmethode einherging, ist kein Zufall. Denn arbeitsbedingter Stress ist auch heute noch Hauptgrund für Schlafstörungen.

Das Bedürfnis nach Schlaf ist demnach auch als antikapitalistische Handlung zu verstehen. Wer schläft, boykottiert während Stunden jegliche wertschöpferische Tätigkeit. Das Land der Träume ist die letzte Bastion der radikalen Arbeitsverweigerung. Deshalb haben es Menschen auch so eilig, die eisernen Fesseln des Wachseins abzulegen, und lassen dabei nicht einmal eine eher unwissenschaftliche Methode wie das Schäfchenzählen unversucht.

Auch Schafe sind freiheitsliebend. Schliesslich braucht es Hirtenhunde und eben Zäune, um ihren freien Willen zu bändigen. Deshalb gehen wir fest davon aus, dass auch Schafe Schäfchen zählen, um schneller einschlafen zu können. Denn was könnte sie gemächlicher in den Schlaf wiegen als die Vorstellung, den Zaun zu überwinden, der ihrer Freiheit im Weg steht?

Es ist ein Gedanke, der auch der menschlichen Schlafzufuhr förderlich ist. Denn solange die Schäfchen den Traum von der grossen Freiheit noch nicht aufgegeben haben, besteht noch Hoffnung für diese Welt. Und nun schlafen Sie gut, Manolo.

Askforce Nr. 1131
17. Juni 2024