



برق بین خمیازه‌های ادیسون اختراع شد!

مشاهیر خواب‌آلود

معمولا هر فرد در شبانه‌روز باید بین 6 تا 8 ساعت بخوابد. البته در یک سوم ابتدایی عمر - همان 30 سال اول - این زمان قابل قبول است.

هر چقدر که انسان‌ها پیرتر می‌شوند بین یک تا یک ساعت و نیم به زمان خواب افراد اضافه می‌شود، اما هیچ جایی نشنیده‌اید که کسی زیاد بخوابد و موفق هم باشد یا کسی که زیاد بخوابد و اختراع هم نکند.

تعدادی هستند که به خمیازه کشیدن و خواب‌های طولانی معروف هستند، چهره‌های مشهوری که زیاد می‌خوابیدند اما موفق بودند:

ناپلئون بناپارت

مقایسه کردن ناپلئون با بقیه شخصیت‌ها کمی سخت است، چون او در دوره‌ای زندگی می‌کرد که زندگی ماشینی نبود و خیلی از افراد با اسب رفت و آمد می‌کردند و مجبور می‌شدند بیشتر انرژی روزانه خود را صرف رفت و آمد و جنگ کنند.

اگر بخواهیم منصف باشیم ناپلئون در زندگی خود روزهای زیادی را پشت سر هم سفر می‌کرد، بدون این که وقت این را داشته باشد تا کمی استراحت یا لباس خود را عوض کند، همین باعث شده بود که او مرتب چشمانی خواب‌آلوده داشته باشد، اما وقتی می‌خوابید بیدار کردنش از سخت‌ترین کارها بود.

ناپلئون درست مثل بچه‌ها می‌خوابید. صدای هیچ چیزی او را بیدار نمی‌کرد. حتی بارها در میدان جنگ با صدای انفجار توپ هم از خواب بیدار نمی‌شد.

آلبرت اینشتین

اینشتین هم بین مخترعان از افرادی بود که به خوابش بها می‌داد. او دوست داشت ده ساعت از شبانه‌روز را به طور کامل بخوابد.

این زمان برای خوابیدن دانشمندان خیلی زیاد است. آنها به طور معمول در شبانه‌روز بین سه، چهار ساعت می‌خوابند و اینشتین بین آنها جزو استثناها بود.

با این که او خیلی سخت روی تئوری‌هایش کار می‌کرد، اما معتقد بود تئوری‌هایش در خواب می‌تواند به پیشرفت در اختراعاتش هم کمک کند.

او احساس می‌کرد چرت‌هایش باعث بهتر کار کردن مغزش می‌شود. فعالیت بهتر مغز هم به او کمک می‌کرد تا خلاق‌تر باشد. اینشتین در هفتادوشش سالگی از دنیا رفت.

وینستون چرچیل

چرچیل هم یکی از خواب‌آلوده‌ها بود. او از چرت بعدازظهرش به هیچ وجه نمی‌گذشت. او صبح‌ها ساعت 8 صبح از خواب بلند می‌شد و به خاطر سخت کار کردن و شلوغی کارش زیاد خمیازه می‌کشید.

او روزش را ساعت 8 صبح شروع می کرد، مثل همه صبحانه می خورد، نامه ها را جواب می داد، با منشی اش قرارهایش را چک می کرد و می توان گفت که همه اینها در حالی که او روی تخت دراز کشیده بود، انجام می شد.

روز کاری چرچیل با یک حمام ادامه پیدا می کرد که خودش معتقد بود او را سرحال می کند و خوابش را می پراند. بعد از این که ناهار می خورد، زمان نقاشی اش بود.

بعد از نقاشی کردن وقت چرت چرچیل بود. چرچیل بعد از ظهرها بین دو تا سه ساعت می خوابید و بعد از بلند شدن دوباره همه آن کارها را تکرار می کرد. چرچیل معتقد بود خواب های بعد از ظهرش کلید طلایی موفقیت او در اداره مملکت بوده است.

سالوادور دالی

دالی، معروف ترین نقاش سوررئالیست بود. او خیلی زیاد می خوابید و معتقد بود چیزهایی را می کشد که در خواب هایش می بیند. سالوادور از خواب هایش برای کمک گرفتن به هنرش استفاده می کرد.

او معمولا تا از خواب بیدار می شد، به سمت تابلوهای نقاشی اش می پرید و شروع می کرد به کشیدن تصاویر مبهمی که می گفت در خواب دیده است. البته دالی معتقد بود خواب های نیمروزی اش الهامات بهتری به او داده اند و موفقیتش را مدیون همین خواب ها می دانست.

دالی اواخر به مرحله ای رسیده بود که چرت های یک ثانیه ای می زد و الهامات یک ثانیه ای را به تصویر می کشید. سالوادور دالی بعد از هر الهامش به دنبال الهامات بیشتری بود و همین موضوع، او را یک آدم خواب آلود می کرد.

جان اف کندی

کندی صبح زود از خواب بیدار می شد، اما در شبانه روز زیاد می خوابید. او بعد از بیدار شدن شنا و ورزش می کرد. معمولا ناهارش را در تخت می خورد و بعد از آن همانجا می خوابید. او از دیگران می خواست که او را بیدار نکنند، مگر در شرایط خیلی اضطراری مملکتی.

در آن زمان نه تلفنی پاسخ داده می شد نه کسی می توانست او را ببیند. او کسی را مسئول این کرده بود که هنگام خواب مانع مزاحمت ها شود.

بعد از بیدار شدن، دوش آب گرم می گرفت و بعد از آن به کارهای مملکتی می رسید. روز او با شنا کردن شروع و آماده شدن برای شام تمام می شد و او دوباره به تخت خود برمی گشت تا بخوابد.

توماس ادیسون

ادیسون با این که زیاد می خوابید، اما از خواب زیاد متنفر بود. او دوست نداشت خیلی بخوابد، به خاطر این که می خواست به دیگران نشان بدهد که خیلی زیاد مشغول اختراعات و کارش است.

او دوست داشت زیاد کار کردنش را به رخ بکشد، اما حقیقتش را بخواهید شاید همین زیاد خوابیدن، او را در اختراعاتی مثل برق موفق کرد. یک بار وقتی دوستش - هنری فورد - قرار بود از آزمایشگاه او دیدن کند، منشی ادیسون مانع این کار شد به دلیل این که توماس ادیسون در خواب زمستانی بود.

هنری فورد همیشه فکر می کرد ادیسون بیشتر زمانش را صرف اختراع و تحقیق می کند و اصلا نمی خوابد. او در این باره به منشی ادیسون گفت: #171من فکر می کردم که توماس اصلا نمی خوابد!«

منشی ادیسون هم در جواب گفت: او در واقع اصلا نمی خوابد، بلکه همیشه در حال چرت زدن است. یک بار سر یکی از آزمایشاتی که با نیکلا تسلا مشغول کار بود، چرت زدن هایش به آتش سوزی ناشی از جریان الکتریسیته منجر شد.

مریم امیریور - جام جم