

QU'EST-CE QUE LE BAILLEMENT ?

Sous l'influence de causes diverses, et qui semblent au premier abord n'avoir pas de rapports entre elles, on éprouve dans certains muscles de la face, de l'arrière-bouche et du cou, une sensation difficile à définir, qui détermine dans ces muscles une contraction spasmodique et, par conséquent, indépendante de la volonté. La mâchoire inférieure s'écarte de la supérieure, la bouche s'ouvre largement, tandis que les paupières se ferment à demi : le voile du palais se relève, la langue et le larynx s'abaissent, l'isthme du gosier se resserre, et l'air, refoulé dans la trompe d'Eustache, détermine un certain degré de surdité. Le spasme, modéré à son début, augmente rapidement de force jusqu'au moment où, à une contraction violente des muscles intéressés, succède un relâchement brusque, une détente qui s'accompagne d'un sentiment de bien-être. En même temps que la contraction musculaire, commence une inspiration lente, profonde, avec expansion complète des parois de la poitrine, et que suit une expiration rapide, coïncidant avec la détente musculaire. L'ensemble de ces phénomènes constitue le *bâillement*, qui est, comme on le voit, un acte involontaire, spasmodique, et se rattachant à la fonction respiratoire.

Cet acte a pour résultat d'introduire dans les poumons une quantité d'air plus grande que celle qu'y apporte l'inspiration ordinaire, et, par conséquent, d'activer l'hématose et la circulation. Il se produit sous l'influence des causes qui ralentissent ou gênent la respiration, et surtout, suivant quelques auteurs, de celles qui en changent le type, en faisant prédominer l'expansion de la base ou du sommet de la poitrine. On bâille quand l'heure du sommeil est venue, ou quand, au réveil, la somnolence n'est pas encore dissipée, ou encore quand l'immobilité, la fatigue, l'ennui, nous causent une torpeur voisine du sommeil. La faim, l'excès de réplétion de l'estomac et les autres maux de cet organe déterminent aussi le bâillement ; on le voit survenir au début de la fièvre, pendant le frisson, en un mot dans une foule de conditions différentes ou même opposées, mais ayant toutes pour effet une modification de la respiration ou de la circulation. De plus, comme tous les phénomènes nerveux, il se produit par imitation. La vue d'une personne qui bâille, ou d'un tableau qui reproduit cet accident de la physionomie, suffit pour que l'imitation vous entraîne. Le professeur de physiologie qui décrit le bâillement peut s'attendre à le faire naître dans son auditoire, et si la lecture de ces lignes produisait le même effet, nous aurions la ressource, plus ou moins légitime, de l'attribuer à la même cause.

On peut simuler le bâillement ; mais pour qu'il ait réellement lieu, il faut éprouver la sensation qui le provoque et le spasme qui le constitue. En revanche, comme l'une et l'autre sont indépendants de la volonté, s'il est possible de les dissimuler jusqu'à un certain point en serrant les lèvres, on ne peut les étouffer tout à fait lorsqu'ils se développent impérieusement.

Il ne faut pas confondre avec le bâillement un spasme analogue dans ses causes et qui le précède ou le suit assez souvent. Les bras et les jambes s'étendent avec force par un mouvement automatique, la tête se renverse, la colonne vertébrale s'infléchit en arrière, puis la détente survient. On nomme *paraluculation* (étirement) ce mouvement d'extension convulsive des membres et du tronc ; il diffère du bâillement en ce que l'inspiration ne peut se faire pendant l'effort qui le caractérise, tandis qu'elle a toujours lieu pendant le bâillement.

LES CHOSSES QU'ON AIMERAIT NE PAS AVOIR DITES

M. Jonathan Roy.—Mademoiselle, vous êtes ravissante ce soir.

Mademoiselle Pénélope.—Vraiment ! Que les hommes aiment donc à nous leurrer ! Monsieur Gervais me disait justement la même chose il y a une minute.

M. Roy, (décidé à couler son rival.)—J'espère que vous ne croyez pas un mot de ce que Gervais peut dire.

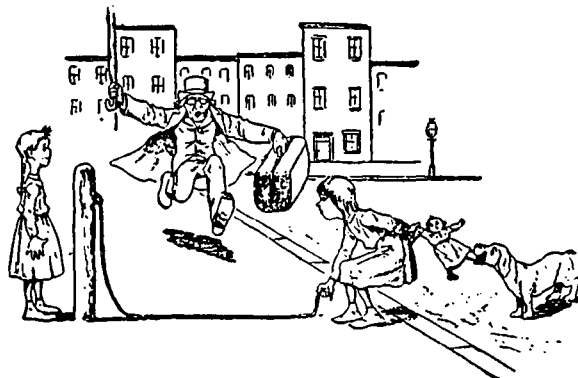
Enfant, à votre première heure,
On vous sourit, et vous pleurez.
Puissez-vous, quand vous partirez,
Sourire alors que l'on vous pleure !

HÂTEZ-VOUS LENTEMENT



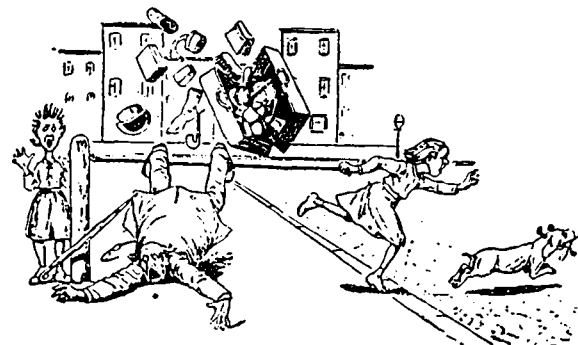
I

Le train part à 5 heures ; mais la chose ne paraît inspirer aucune inquiétude à la jeunesse qui danse sur la corde.



II

4.55. Le Monsieur qui prête beaucoup d'intérêt au départ de ce train.—J'ai une chance.



III

Dernier coup.

CONSEILS AUX JEUNES FEMMES

Un journal scientifique donne les dix conseils suivants :

- 1o. Le sel fait cailler le lait, et on ne devrait s'en servir, que lorsque le plat est préparé.
- 2o. L'eau claire et bouillante fait disparaître les taches de fruits ou de thé.
- 3o. Les tomates bien mures feront disparaître les taches d'encre et autres sur le linge blanc, et aussi sur les mains.
- 4o. Pour faire blanchir le linge, on y mêle, lorsqu'il est bouillant, une cuillerée de térébenthine.
- 5o. L'empois est bien meilleur si on y ajoute quelque peu de gomme arabique.
- 6o. La cire d'abeilles et le sel rendront brillant le fer rouillé.
- 7o. De l'onguent gris et de l'huile *Kerosene*, en égale partie, détruiront les punaises.
- 8o. Si les chaussures sont devenues dures sous l'action de l'eau, l'huile *Kerosene* les rendra douces et molles.
- 9o. Imbibez un linge dans l'huile de *Kerosene*, et frottez en votre théière, qui deviendra brillante.
- 10o. L'eau de pluie et le soda, enlèveront les taches de la graisse de roues, etc., sur toute étoffe qui peut se laver.