El hombre que reposa siente un bienestar tan general cuanto indefinible: siente caérsele los brazos por su propio peso, aflojársele las fibras, refrescársele el cerebro; serenos están sus sentidos, obtusas sus sensaciones; nada desea, no piensa, extiéndesele sobre los ojos un velo de gasa.

Dentro de unos instantes estará durmiendo.





AS. DEL SUEÑO.

85.

Bien que haya hombres de tal suerte constituidos que cási puede decirse que no duermen, sin embargo es una verdad general el que la necesidad de dormir es tan imperiosa como el hambre y la sed. En el ejército las centinelas avanzadas se duermen con frecuencia, á pesar de echarse en los ojos tabaco, y Pichegru, acosado por la policía de Bonaparte, dió 30,000 francos por una noche de sueño durante la cual fué vendido y entregado.

DEFINICION.

86.

El sueño es aquel estado de entorpecimiento en que separado el hombre de los objetos exteriores por el forzado sosiego de sus sentidos, no vive ya sino con una vida mecánica.

El sueño, lo mismo que la noche, va seguido de dos crepúsculos, de los cuales el primero conduce á la inercia absoluta y el segundo reintegra en la vida activa.

Veamos de examinar estos diversos fenómenos.

En el punto que comienza el sueño, van cayendo poco á poco en la inaccion los órganos sensorios: primero el gusto, la vista y el olfato después; vela todavía el oido, y el tacto siempre, pues consérvase á la mira para avisarnos por medio del dolor los riesgos que puede correr el cuerpo.

Siempre precede al sueño una sensacion mas ó menos voluptuosa: déjase el cuerpo caer en él por la certeza de una pronta restauracion, y entrégase el alma á él con toda confianza en la esperanza de que por su influjo le han de ser

reforzados sus medios de actividad.

Justamente por no haber sabido apreciar bien esta sensacion, tan positiva sin embargo, algunos sabios de primer orden han comparado el sueño á la muerte, que resisten todos los vivientes con todas sus fuerzas y que está señalada con síntomas tan particulares y que horroriza hasta á los animales.

El sueño, como todos los placeres, llega á volverse una pasion; pues ya se han visto sugetos que han gastado en dormir las tres cuartas partes de su vida, y así como todas las pasiones, no produce entonces mas que efectos funestos, á saber: pereza, indolencia, debilitacion, estupidez y la muerte.

La escuela de Salerno no otorgaba sino siete horas de sueño, sin distincion de edad ni de sexo. Es demasiado severa esta doctrina, pues se hace necesario conceder algo á los niños por necesidad, y por complacencia á las mujeres; pero puede considerarse como cierto que siempre que se em-

pleen mas de diez horas en la cama, hay exceso.

En los primeros momentos del sueño crepuscular, dura todavía la voluntad: posible seria recordar, pues no han perdido aun todo su poder los ojos. Non omnibus dormio, decia Mecenas, y en este estado mas de un marido ha recibido pesados desengaños. Engéndranse todavía algunas ideas, pero son incoherentes; tiene uno lucidez pero vaga; parécele ver voltejear unos objetos mal formados. Poco dura este estado; desaparece todo en breve, cesa todo movimiento, y cae uno en un sueño absoluto.

¿Qué hace en este intervalo cl alma? vive en sí misma ella; mantiénese ella como el piloto en la calma, como un espejo durante la noche, como un laúd que nadie pulsa; estáse en espera de nuevas excitaciones.

Sin embargo, varios sicólogos y entre otros el señor conde de Redern, pretenden que nunca cesa de obrar el alma; y presenta este último como prueba el que todo hombre á quien se quita de su primer sueño siente, lo mismo que aquel á quien se distrae en una operacion en que estuviese seriamente ocupado.

No carece de fundamento esta observacion y merece ser

comprobada con cuidado.

Por lo demás, dura poco este estado de anonadamiento absoluto (cási nunca pasa de cinco ó seis horas); repáranse poco á poco las pérdidas; un sentimiento oscuro de existencia comienza á nacer de nuevo, y pasa el durmiente al dominio de los sueños.

