

**Zeitschrift:** Le conteur vaudois : journal de la Suisse romande  
**Band:** 16 (1878)  
**Heft:** 11

**Artikel:** Le sommeil  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-184700>

### **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:** 18.02.2026

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

Peu d'oiseaux ont une histoire aussi complète et aussi merveilleuse que le corbeau commun ; il n'est donc pas étonnant que cet oiseau ait attiré l'attention des naturalistes et des curieux. Rien n'a été oublié dans l'étude de ses mœurs. Dupont de Nemours a même composé un dictionnaire du langage des corbeaux ; pour cela il se retira à la campagne, et pendant deux ans, il étudia les cris et les habitudes de ces animaux.

Voici, selon lui, les principaux mots de cette langue irrégulière :

cra	cré	cro	crou	crouou
grass	gren	gross	grouss	grouours
craé	créa	croa	croua	grouass
croa	créé	croi	croui	grouess
craou	crio	croo	crouo	grouoss

Suivant le philosophe, ces 25 mots signifient : Ici, là, droite, gauche, en avant, halte, pâture, garde à vous, homme armé, froid, chaud, partir, et une douzaine d'autres avis que les corbeaux ont à se donner, selon leurs besoins.

Le lexique est presque complet ; nous ignorons si ces savants volatiles ont aussi une grammaire, Dupont de Nemours ayant négligé d'étudier leur langage à ce point de vue.

Veuillez agréer, Monsieur le Rédacteur, l'assurance de mon affectueuse considération.

*Un abonné.*

#### Lo larro et lo gendarme.

On larro, mau vetu, étai eintrâ dein on cabaret po bâirè quartetta, kâ lè pandoures tot coumeint lè bravès dzeins sont soudzets à la sâi ; et tandi que la carbatière allâvè trairè lo vin pè la câva, noutron lulu, que sè trovâ solet pè la tsambra à bâirè, ve on bio pâ dè solâ quasu tot nâovo dèssus lo fornet. Ma fâi l'occajon et la fauta dè robâ lâi firont doutâ sè charguès que laissivont sailli lè z'artets, et lè mette à la pliace dâi bio solâ, que l'einfatâ âo galop.

Quand la fenna revegne avoué la quartetta, lo gaillâ lâi demandâ :

— Quin bon novè dein voutron veladzo ?

— Holâ ! lo valet à noutron vesin est moo sta né, que l'est bin dè regretta, kâ l'étâi on dzeinti coo, tandi que son frère, que ne fâ què dâo guignon à son père, est solido coumeint 'na rotse.

— Eh ! que volliâi-vo, ma pourra fenna ! l'est adé et pertot dinsé, lè bons s'ein vont, lè crouïo restont.

— Ma fâi vâi !

Lo pandoure avalâ sâ petsoletta, pâyâ, et s'ein allâ ein deseint à la carbatière : Hêlâ vâi ! madama, lè bons s'ein vont, lè crouïo restont ! A revairè.

Et dècampâ avoué lè bons solâ, tandi que lè crouïo restâvon su lo fornet.

On pou après, lo carbatier qu'avâi met sè chôquès vollie veni mettrè sè solâ que l'avâi met étsâodâ, mâ vo peinsâ bin diéro fe motset quand ve lè z'escarpins âo pandoure. Sa fenna sè démaufiâ

tot lo drâi dè l'affèrè et le criâ on gendarme que passâvè justameint, que sè mette à tsertsi. Trovâ l'osé âo bet dâo veladzo, lo ramenâ à la pinta po retruquâ lè solâ et après, faille traci à la peinchon dâo gouvernèment. Ma fâi lo crouïo guieux sè pressâvè pas ; bambanâvè destrâ, que cein eimbè-tâvè gros lo gendarme, que lâi fe :

— Allein, tsaravouta ! dépatsivo don, crâidè-vo qu'on aussè lizi dè paidrè son teimps po onna route coumeint vo !

L'autro s'arrètè, sè crâisé lè brès, lo vouâtè âo blian dâi ge, et lâi repond :

— Vo n'âi pardié pas dè quiet tant bragâ, kâ n'est pas on honeu dè martsî dècoutè vo !

#### Le sommeil.

Les anciens n'ont pas eu tort de faire du sommeil une divinité bienfaisante qui permet à l'homme de compenser la consommation trop grande de ses tissus et de rétablir l'équilibre de ses forces vitales.

L'homme ne peut volontairement se priver du sommeil : si ses occupations ou la maladie l'empêchent de dormir pendant un certain temps, on le voit bientôt maigrir et s'étioler ; il lui survient des accidents du côté du cerveau et des organes des sens ; enfin il est forcé de dormir.

Les personnes obligées de travailler la nuit dorment sans doute le jour, mais ce repos n'a pas la même valeur ; elles sont pâles, jaunes, maigres, décharnées, et la maladie aura plus de prise sur elles que sur tout autre. La nature elle-même ne nous donne-t-elle pas l'exemple du repos de la nuit ? Depuis l'humble fleur jusqu'au plus terrible animal, tout dort à ce moment, il n'y a que l'homme civilisé qui ait voulu changer tout cela ; il prétend qu'il est préférable de dormir le jour et de s'amuser la nuit. Mais aussi quelle pitteuse mine ont ces beaux veilleurs de nuit, quelles rides profondes, quel teint blafard, quels yeux éteints et fatigués, quelle calvitie précoce, quel ennui répandu sur le visage. Quelle lassitude ?

Les femmes dorment en général plus que les hommes, et cela tient à leur tempérament nerveux. Les vieillards, dont l'activité est moins grande, ont aussi moins besoin de sommeil.

Dans les pays chauds, les habitants n'ont pas assez du repos de la nuit, il leur faut encore faire la sieste pendant le jour ; la raison en est que l'afflux du sang vers le cerveau amène toujours le besoin de dormir ; aussi les personnes obèses sont-elles presque toujours en état de somnolence. Plus on approche du Nord, moins le besoin de sommeil est impérieux, aussi y vit-on plus longtemps que dans le Midi.

Les gros mangeurs et les grands marcheurs dormiront toujours mieux et d'un meilleur sommeil que les paresseux et ceux qui ne prennent pas une nourriture suffisante. Les excès alcooliques poussent également au sommeil, mais il est inutile de faire remarquer que ce sommeil est pesant, lourd et malsain ; on dit ordinairement qu'un ivrogne a mal aux cheveux, et c'est justice.

A tous les âges, il faut éviter le sommeil factice, au moyen de narcotiques ; on en contracte bientôt la fâcheuse habitude et le cerveau ne peut plus s'en passer. Que de congestions et d'accidents ont été la conséquence de ce dangereux usage !

Les personnes à constitution délicate et à tempérament lymphatique seront obligées de dormir plus longtemps que les autres. L'adolescent a besoin de 8 à 10 heures de sommeil ; l'adulte ne dormira jamais moins de 6 heures et jamais plus de 8. Quant aux vieillards, 6 heures leur suffisent. Mais il n'y a pas de règle absolue ; chacun sait le temps qui lui est nécessaire pour réparer ses forces. Aussi, nous conformons-nous aux excellents conseils que donne dans l'Ordre le docteur E. Barré, en disant à ceux qui nous lisent :

Dormez bien, et surtout dormez la nuit; le bon, le vrai sommeil procure une sensation agréable, repose les facultés et redonne à l'esprit sa fraîcheur et sa vigueur habituelles.

Après une bonne nuit, on se lève tout dispos; la courbature, la fatigue ont disparu, et l'on se sent prêt à recommencer son travail habituel. Le caractère s'en ressent; les manières sont plus affables, et l'on n'est point exposé à se voir traiter de mauvais coucheur.

Un des collaborateurs du *National* trace d'une plume facile et vigoureuse ce curieux portrait de la reine Victoria :

La reine d'Angleterre, impératrice des Indes, grande papesse protestante, est née reine, ce qui lui permet de jouer, depuis quarante-deux ans, un rôle particulièrement pénible, et de faire face à toutes les nécessités de la représentation. — Elle n'est pas née d'une extrême distinction. Il y a trente ans, la fraîcheur de la jeunesse, le teint clair, le regard doux, tout s'unissait pour rendre charmante et séduisante la fille du duc de Kent, la plus jeune des porte-couronnes de l'ancien monde. Elle avait une grande aisance de mouvements, une sorte de légèreté ailée, commune d'ailleurs aux misses. Maintenant, tout a changé : non que le type ait dégénéré d'une façon régulière et normale. Rien des vieilles Anglaises, caricatures au teint coupé, à l'ossature remontante, aux dents en clavier de piano. La reine a soixante ans — et elle les paraît; mais la blonde et vaporeuse Anglaise s'est transformée en ronde Hollandaise de tableau flamand.

Le côté plébéien — très réel — est définitivement sorti. Les yeux bridés, le nez bas, les lèvres larges, le front sans ampleur régulière, les épaules fortes, le buste ramassé et la démarche dandipante ne sont plus ultra-souveraines. L'attitude est paresseuse et l'air distrait. Par instants, des réveils, des redressements assez semblables à ceux de Napoléon III, quand, après s'être promené dans les allées étroites du jardin réservé, cassé, voûté, les reins flottants, il relevait brusquement toutes ces ruines, se cambrant et agitant sa cravache pour apparaître d'une façon plus convenable aux curieux qui guettaient son passage. La reine Victoria est moins atteinte, mais elle a une moyenne de bourgeoisisme qui ne demande pas de moindres effets de cambrure quand la représentation l'exige. Jusqu'à présent, il n'y a pas eu de lacune, pas de défaillances dans cette pièce qui dure depuis un demi-siècle.

M<sup>me</sup> Charlotte de La Tour a publié, sur le langage des fleurs, un charmant volume, qui est arrivé à sa dixième édition et auquel nous nous permettons d'emprunter quelques lignes pour nos lecteurs.

Tous les sentiments, l'amour, la haine, l'amitié, la reconnaissance, l'amour filial, l'amour maternel, peuvent se rendre dans cette langue muette, mais poétique et expressive, dont les propriétés des fleurs, leurs couleurs, leur port et une foule d'autres aspects fournissent les étymologies. Aussi

est-elle très ancienne. Ainsi les Chinois ont conservé un alphabet dont toutes les lettres figurent une fleur ou sa racine. Personne n'ignore que, dans la Bible, l'épi de blé symbolise l'abondance, la richesse, et l'ivraie le vice, parce qu'elle empoisonne les moissons. De là à donner à une foule d'autres fleurs une signification particulière, il n'y a qu'un pas.

Il faut bien peu d'étude dans la science que nous enseignons, dit l'auteur; la nature en a fait tous les frais. Il suffira de savoir deux ou trois règles que nous allons donner et de parcourir le dictionnaire des significations.

La première règle consiste à savoir que la fleur présentée droite exprime une pensée, et qu'il suffit de la renverser pour lui faire dire la chose contraire; ainsi, par exemple, un bouton de rose avec ses épines et ses feuilles veut dire : *Je crains, mais j'espère*; si l'on rend ce même bouton en le renversant, cela veut dire : *Il ne faut ni craindre, ni espérer*. On peut aussi exprimer les diverses modifications d'un sentiment, mais avec une seule fleur. Prenons le bouton qui nous a déjà servi d'exemple; dégarni de ses épines, il dira : *Il y a tout à espérer*; dégarni de ses feuilles, il exprimera : *Il y a tout à craindre*.

On peut aussi varier l'expression de presque toutes les fleurs, en variant leur position. La fleur de souci, par exemple, placée sur la tête, signifie : *Peine d'esprit*; sur le cœur : *Peine d'amour*; sur le sein : *Ennui*. Il faut savoir encore que le pronom *moi* s'exprime en penchant la fleur à droite, et le pronom *toi* en la penchant à gauche.

Puis M<sup>me</sup> de La Tour donne la signification des différentes fleurs d'une manière toujours fort intéressante; il suffit, pour s'en convaincre, de citer ces quelques exemples :

L'anémone fut une nymphe aimée de Zéphire. Flore, jalouse, la bannit de sa cour et la métamorphosa en une fleur qui s'épanouit toujours avant le retour du printemps. Zéphire a abandonné cette beauté malheureuse aux caresses du dur Borée, qui, ne pouvant s'en faire aimer, l'agite, l'entraine et la fane aussitôt. — Une anémone avec ces mots : *Brevis est usus* (son règne est court) exprime à merveille le passage rapide de la beauté.

Le *bluet*, à cause de la fraîche beauté de sa fleur, qui ressemble à un ciel sans nuages, figure la délicatesse, un sentiment tendre et timide qui se nourrit d'espérance.

La *fraise* est l'image de la bonté parfaite, beauté, fraîcheur, parfum, goût exquis, elle réunit toutes les qualités.

La *guimauve* figure la bienfaisance. Amie du pauvre, elle croit en abondance autour de sa demeure, et ses fleurs, ses tiges, ainsi que ses feuilles, se prêtent à un grand nombre de préparations utiles.

La *jacinthe*, douée d'une odeur et d'un aspect agréables, représente la bienveillance.

Le *lilas*, qui s'épanouit dès les premiers jours du printemps, dont les fleurs, si fraîches et si parfumées, durent si peu, figure les premières émotions de l'amour.

Le *lizeron des champs* représente l'humilité. On sait qu'il rampe à terre et qu'il ne peut s'élever qu'à l'aide d'un appui.

Le *genévrier commun* signifie asile, secours, parce que souvent les habitants timides de nos champs et de nos bois (lièvres et lapins) viennent chercher un refuge sous ses longues branches qui couvrent le sol et dont l'odeur forte met les chiens en défaut.

La *menthe* indique la chaleur du sentiment. On sait que les pastilles de menthe produisent une sensation de chaleur très marquée.

Le *lys des vallées*, plus connu sous le nom de *muguet de mai*, ouvre ses petites fleurs blanches et odorantes dès les premiers jours du printemps; aussi il est l'emblème du retour du bonheur.

Les *fleurs d'oranger* sont l'emblème de la chasteté et parent la tête de la jeune fille le jour de son mariage. Autrefois et aujourd'hui encore, dans certains pays, celle dont la légèreté aurait été trop notoire n'eût point osé se présenter