

Какъ въ явленіяхъ окружающей насъ природы наблюдаются болѣе или менѣе часто повторяющіеся періоды, такъ и въ жизни человѣка и животныхъ съ хорошо развитою нервной системой мы замѣчаемъ наклонность къ перемежкѣ работы съ покоемъ; бодрствующее дѣятельное состояніе мозга и мышечной системы замѣняется черезъ извѣстный промежутокъ времени состояніемъ покоя, и человѣкъ невольно засыпаетъ. При физиологическихъ условіяхъ такіа перемежки между бодрствованіемъ и сномъ должны повторяться изо-дня въ день, и человѣкъ, работая днемъ, ночью засыпаетъ. Характеристической особенностью сна является прекращеніе сознательной произвольной дѣятельности *головного* мозга, обуславливающее полное расслабленіе мышцъ нашего скелета. Мозгъ, стало быть, подобно сердцу, періодически расслабляющемуся во время діастолы послѣ каждаго сокращенія, представляетъ также періодическія перемежки между работой и покоемъ, вслѣдствіе чего многіе физиологи выражаются о снѣ какъ объ діастолѣ церебральной дѣятельности.

Чѣмъ, спрашивается, вызывается подобное періодически повторяющееся недѣятельное состояніе головного мозга? Нѣкоторые животныя, лягушки, сурки, медвѣди и др. могутъ переходить въ продолжительный сонъ, въ такъ-называемую зимнюю спячку, подъ вліяніемъ холода зимы. Этотъ холодъ замедляетъ и ослабляетъ колебанія и разложенія частичекъ, изъ которыхъ выстроены клѣтки тѣла и въ особенности нервныхъ молекулъ, вслѣдствіе чего всѣ жизненныя отправленія рѣзко ослабляются, а иногда почти останавливаются — исчезаетъ сознание, всѣ психическія функціи, мышечныя движенія и кое-какъ поддерживаются растительные процессы въ организмѣ. Первые теплые весенніе лучи, согрѣвая этихъ животныхъ, пробуждаютъ въ нихъ нормальныя отправленія. Между зимней спячкой и нормальнымъ сномъ существуетъ съ качественной стороны не мало аналогій.

Нормальный, ежедневно повторяющійся сонъ отличается отъ зимней спячки главнымъ образомъ тѣмъ, что въ первомъ случаѣ причины пониженной дѣятельности организма кроются въ немъ самомъ, въ истощеніи человѣка и главнымъ образомъ его мозговыхъ полушарій, которыя не въ состояніи, благодаря пониженной до нельзя молекулярной дѣятельности нервныхъ центровъ, вырабатывать сознание и волю.

Аффектъ, достигаемый въ зимней спячкѣ вліяніемъ холода на организмъ, при нормальныхъ условіяхъ повторяется ежедневно, благодаря опредѣленнымъ внутреннимъ измѣненіямъ, возникающимъ въ организмѣ послѣ дневного бодрствованія. Нельзя, однако,