TRANSCRIPT · EPISODE 217

Why Is Yawning Contagious? | Curious English

English learning resource · FA

Line-by-line · English + Persian

73 lines

Study task: Listen again and notice the expressions you studied.

Julia, I have a small challenge for you.

جولیا، یک چالش کوچک برایت دارم.

I am listening.

گوش می‌کنم.

For the next few seconds, try not to yawn.

برای چند ثانیه بعد سعی کن خمیازه نکشی.

Martin, you have already made me think about yawning.

مارتین، همین حالا مرا به فکر خمیازه کشیدن انداختی.

And that is the interesting part.

و نکته جالب همین است.

Have you ever seen someone yawn and then wanted to yawn yourself?

آیا تا به حال کسی را در حال خمیازه کشیدن دیده‌ای و بعد خودت هم خواسته‌ای خمیازه بکشی؟

Today we are asking why a yawn can seem contagious.

امروز می‌پرسیم چرا یک خمیازه ممکن است مسری به نظر برسد.

Welcome to Curious English, from Your English Toolbox.

به Curious English از Your English Toolbox خوش آمدید.

First, let us make one word clear.

ابتدا بیایید معنی یک واژه را روشن کنیم.

A yawn is the action of opening your mouth wide and taking a deep breath, often when you are tired.

خمیازه عمل باز کردن زیاد دهان و نفس عمیق کشیدن است که اغلب هنگام خستگی رخ می‌دهد.

The verb is to yawn.

فعل آن خمیازه کشیدن است.

I yawn when I am sleepy.

وقتی خواب‌آلودم خمیازه می‌کشم.

Or I yawned during a long meeting.

یا در یک جلسه طولانی خمیازه کشیدم.

You may yawn for other reasons too, so a yawn does not always mean a person is bored.

ممکن است به دلایل دیگری هم خمیازه بکشی، پس خمیازه همیشه به این معنا نیست که فرد حوصله‌اش سر رفته است.

Now imagine that you are on a train.

حالا تصور کن که در قطار هستی.

A passenger across from you opens their mouth wide and yawns.

مسافری روبه‌روی تو دهانش را زیاد باز می‌کند و خمیازه می‌کشد.

A moment later, you feel the need to yawn too.

لحظه‌ای بعد، تو هم احساس می‌کنی باید خمیازه بکشی.

That is an example of contagious yawning.

این نمونه‌ای از خمیازه مسری است.

Here, contagious means that one person's action can trigger the same action in another person.

اینجا مسری یعنی عمل یک نفر می‌تواند همان عمل را در فرد دیگری برانگیزد.

It does not mean that yawning is an illness.

این به آن معنا نیست که خمیازه کشیدن بیماری است.

You might also feel the urge when you hear someone yawn.

ممکن است وقتی صدای خمیازه کسی را می‌شنوی نیز این میل را احساس کنی.

Even thinking or reading about yawning can make some people want to yawn.

حتی فکر کردن یا خواندن درباره خمیازه می‌تواند باعث شود بعضی افراد بخواهند خمیازه بکشند.

An urge is a strong feeling that you want or need to do something.

میل شدید احساسی قوی است که می‌خواهی یا نیاز داری کاری انجام دهی.

For example, I felt the urge to laugh, but I stayed quiet.

برای مثال، میل شدیدی به خندیدن داشتم، اما سکوت کردم.

Or I had the urge to check my phone.

یا میل شدیدی داشتم که تلفنم را چک کنم.

So, why does one yawn sometimes lead to another?

پس چرا گاهی یک خمیازه باعث خمیازه‌ای دیگر می‌شود؟

Researchers have studied how people respond when they see or hear a yawn.

پژوهشگران بررسی کرده‌اند که افراد هنگام دیدن یا شنیدن خمیازه چگونه واکنش نشان می‌دهند.

Some studies have explored how the brain responds when we see another person yawn.

برخی پژوهش‌ها بررسی کرده‌اند که مغز هنگام دیدن خمیازه فردی دیگر چگونه واکنش نشان می‌دهد.

One idea links the response to how we imitate, or copy, other people's actions.

یک نظریه این واکنش را به شیوه تقلید یا کپی کردن اعمال دیگران مرتبط می‌داند.

Imitate means to copy an action.

تقلید کردن یعنی کپی کردن یک عمل.

If I smile when you smile, I might be imitating your expression.

اگر وقتی تو لبخند می‌زنی من هم لبخند بزنم، ممکن است حالت چهره‌ات را تقلید کنم.

But the complete explanation for contagious yawning is still being studied.

اما توضیح کامل خمیازه مسری هنوز در دست بررسی است.

Some people have suggested a connection with empathy, but it is not a simple test of how caring a person is.

برخی ارتباطی با همدلی پیشنهاد کرده‌اند، اما این آزمون ساده‌ای برای سنجش میزان اهمیت دادن فرد به دیگران نیست.

Not yawning when someone else yawns does not tell us that you lack empathy.

خمیازه نکشیدن هنگام خمیازه دیگری نشان نمی‌دهد که تو همدلی نداری.

There is another popular explanation that needs care.

توضیح رایج دیگری هم وجود دارد که باید با احتیاط به آن نگاه کرد.

You may have heard that a yawn simply means your brain needs more oxygen.

شاید شنیده باشی که خمیازه فقط به این معناست که مغزت به اکسیژن بیشتری نیاز دارد.

That is not an established explanation for why yawns happen.

این توضیحی اثبات‌شده برای علت خمیازه کشیدن نیست.

Scientists have proposed different ideas, and there is still no single agreed answer.

دانشمندان ایده‌های گوناگونی مطرح کرده‌اند و هنوز پاسخ واحد مورد توافقی وجود ندارد.

So the mystery is not completely solved.

پس این معما هنوز به‌طور کامل حل نشده است.

And different people may respond differently to the same yawn.

و افراد مختلف ممکن است به یک خمیازه واکنش‌های متفاوتی نشان دهند.

In one experiment, researchers asked people to watch videos of other people yawning.

در یک آزمایش، پژوهشگران از افراد خواستند ویدئوهایی از خمیازه کشیدن دیگران ببینند.

They also asked some participants to try to resist the urge.

آن‌ها همچنین از بعضی شرکت‌کنندگان خواستند سعی کنند در برابر این میل مقاومت کنند.

Those instructions increased the urge to yawn in that study.

در آن پژوهش، این دستورها میل به خمیازه کشیدن را افزایش دادند.

An experiment can tell us what happened in that setting, but it does not answer every question about every person.

یک آزمایش می‌تواند به ما بگوید در آن شرایط چه رخ داده، اما به همه پرسش‌ها درباره همه افراد پاسخ نمی‌دهد.

And being susceptible means being likely to respond in a particular way.

و مستعد بودن یعنی احتمال دارد به شیوه‌ای مشخص واکنش نشان دهی.

Someone who is susceptible to contagious yawning may yawn after seeing another person yawn.

کسی که مستعد خمیازه مسری است ممکن است پس از دیدن خمیازه فردی دیگر خمیازه بکشد.

But an urge and an action are not quite the same thing.

اما میل و عمل دقیقا یک چیز نیستند.

You may feel the urge to yawn and still try to keep your mouth closed.

ممکن است میل به خمیازه کشیدن داشته باشی و با این حال سعی کنی دهانت را بسته نگه داری.

In the experiment, the instruction to resist did not change the participants' overall tendency to catch a yawn.

در آزمایش، دستور مقاومت کردن تمایل کلی شرکت‌کنندگان به سرایت خمیازه را تغییر نداد.

So researchers looked separately at what people felt and how they expressed it.

بنابراین پژوهشگران احساس افراد و نحوه ابراز آن را جداگانه بررسی کردند.

That distinction is useful outside science too.

این تمایز خارج از علم هم مفید است.

You can feel the urge to interrupt someone and decide to wait.

ممکن است میل داشته باشی حرف کسی را قطع کنی و تصمیم بگیری صبر کنی.

The feeling arrives first, and your response may come afterwards.

احساس ابتدا می‌آید و واکنش تو ممکن است بعدا رخ دهد.

Of course, yawning can be difficult to control, even when you are trying.

البته کنترل خمیازه ممکن است دشوار باشد، حتی وقتی تلاش می‌کنی.

That gives us a useful phrase for talking about science.

این یک عبارت مفید برای صحبت درباره علم به ما می‌دهد.

We can say, researchers are still studying it.

می‌توانیم بگوییم: پژوهشگران هنوز در حال بررسی آن هستند.

For example, researchers are still studying why yawns are contagious.

برای مثال، پژوهشگران هنوز بررسی می‌کنند که چرا خمیازه مسری است.

Now let us try a quick challenge.

حالا بیایید یک چالش کوتاه انجام دهیم.

You see your friend open her mouth wide and take a deep breath because she is sleepy.

دوستت را می‌بینی که چون خواب‌آلود است دهانش را زیاد باز می‌کند و نفس عمیق می‌کشد.

What is she doing?

او چه کار می‌کند؟

She is yawning.

او دارد خمیازه می‌کشد.

Next, you feel a strong need to do the same thing.

بعد احساس نیاز شدیدی می‌کنی که همان کار را انجام دهی.

What word describes that strong feeling?

چه واژه‌ای این احساس شدید را توصیف می‌کند؟

An urge.

یک میل شدید.

You feel the urge to yawn.

میل شدیدی به خمیازه کشیدن داری.

And if seeing her yawn triggers a yawn in you, we can call it contagious yawning.

و اگر دیدن خمیازه او باعث شود تو هم خمیازه بکشی، می‌توانیم آن را خمیازه مسری بنامیم.

One last question, Martin.

یک سؤال آخر، مارتین.

Did our little challenge make you want to yawn?

آیا چالش کوچک ما باعث شد بخواهی خمیازه بکشی؟

I wanted to yawn when you asked me not to.

وقتی از من خواستی خمیازه نکشم، دلم خواست خمیازه بکشم.

On our website, you can choose your listening speed and listen again at a pace that suits you.

در وب‌سایت ما می‌توانی سرعت پخش را انتخاب کنی و دوباره با سرعتی که برایت مناسب است گوش بدهی.

The link is in the episode description.

پیوند در توضیحات این قسمت است.

Thanks for listening to Curious English.

از اینکه به Curious English گوش دادی سپاسگزاریم.

See you next time.

تا دفعه بعد.