

วิทยาศาสตร์ รอบตัว

จักรภาพ เพ็ญแข*

ละเมอ ตีความเร้นลับ

บาง คนเชื่อมากกว่าการละเมอเป็นเรื่องพฤติกรรมลึกลับ และแปลกประหลาด ซึ่งแสดงปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่ดูเหมือนจะเหนือธรรมชาติ

ในความเป็นจริงนั้นในชีวิตประจำวันของคนเรามีสิ่งที่เราต้องเก็บกดที่เราอยากพูดแต่พูดไม่ได้ เพราะเหตุผลแวดล้อมหลายประการทำให้การแสดงออกตามใจตนเองถูกระงับไว้ตามความเหมาะสม สิ่งที่เราเก็บกดไว้จึงปรากฏออกมาในเวลากลางคืน ส่วนใหญ่จะเป็นการพูดออกมา เพราะในระหว่างหลับนั้น ความรู้สึกนึกคิดของจิตใต้สำนึกไม่อาจควบคุมได้



แต่ถ้าเราเก็บกดความรู้สึกจนติดเป็นนิสัยและกดจนแน่นจนไม่ปรากฏออกมาแม้ในระหว่างนอนหลับ ผลสุดท้ายความรู้สึกนั้นอาจกลายเป็นภาพแปรปรวนจนทำให้เราเป็นโรคจิตได้ ทางที่ดีที่สุดในการแก้ไขอาการนอนละเมอ หรือพูดละเมอในยามหลับ คือถ้ามีอะไรอยู่ในใจก็ควรพูด อย่าเก็บกด มากหรือน้อยอย่าก้าวร้าวเงียบ

โดยปิดปากตัวเอง นี่คือการตอบว่าทำไมคนถึงนอนละเมอ

นกแสก...กูดแห่งลางร้ายจริงหรือ

มัก

มีคนพูดว่า "นกแสกเหอหือรับ ผมรู้จักครับ เคยได้ยินเขาถือกันเมื่อก่อนนี้ว่าถ้ามันเกาะบ้านใครนั่นเป็นลางร้ายต่อบ้านนั้น ซึ่งไม่ดีเอามาก ๆ เลย"

นกเป็นสัตว์ที่คนทั้งรักและเอ็นดู จึงเลี้ยงเป็นสัตว์เลี้ยงมากมายและแพร่หลาย เช่น นกขุนทอง นกเขา ฯลฯ จะเว้นไว้ก็แต่นกแสกเท่านั้น

นกแสกเป็นนกหัวโต คอสั้น มีวงหน้าเป็นรูปหัวใจ มีจงอยปากแข็งแรง เล็บเท้า โคนงอและแหลมคม คนไทยมีความเชื่ออย่างหนักแน่นว่ามันเป็นนกอัปมงคล หากบินมาจับหลังคาบ้านใครเจ้าของบ้านก็จะถือว่าโชคร้ายอย่างยิ่ง ทั้งนี้เพราะบางตำนานเล่าว่า นกแสกคือพาหนะของพระยม ซึ่งเป็นตัวแทนความตาย การมีเสียงหวีดที่แหลมน่ากลัวโดยธรรมชาติก็ยิ่งแล้วใหญ่ ในความเป็นจริงแล้วนั้น นกแสกกลับมีบทบาทสำคัญในการควบคุมประชากรหนูที่คอยกัดกินข้าวในท้องนาของชาวบ้าน เป็นนักลวงหนูตัวฉกาจ ดังนั้นนกที่ใคร ๆ รังเกียจนี้ นอกจากจะน่ารักและน่าชังไม่แตกต่างกันมากนักแล้ว ยังเป็นนกที่มีความสำคัญต่อชาวไร่ชาวนาด้วย ด้วยเหตุนี้นกแสกที่หลายคนบักใจว่าเป็นสัญลักษณ์แห่งความน่ากลัวและความร้ายกาจน่าปีการนั้น แท้ที่จริงเป็นนกที่มีคุณค่าและมีประโยชน์ไม่น้อย



*นักจัดรายการอิสระ