



กลุ่มภารกิจจดหมายเหตุและสารนิเทศท้องถิ่น

สำนักหอสมุด มหาวิทยาลัยแม่โจ้

00100

NORTH CLIPPING 2556/

ชื่อหนังสือพิมพ์	วันที่	ปีที่	ฉบับที่	หน้า
ไทยนิวส์	13 ส.ค. 2555	43	15290	5



มรดกกล้วยชา

วัฒนธรรมการนอนล้านนา

การนอน หมายถึงการเอนกายลงนอนในแนวราบซึ่งจะหลับหรือไม่ก็ตาม เรื่องของการนอน ชาวล้านนามีวัฒนธรรมในการนอนหลายประการ ทั้งพฤติกรรมในการนอน บริเวณที่ควรนอน บริเวณหรือสถานที่ที่ไม่ควรนอน ตลอดจนความเชื่อต่าง ๆ อีกมากมาย

พฤติกรรมในการนอน

ในการนอนนั้น โบราณสั่งสอนมาสืบกันมาแต่ปางบรรพ์ไว้ ดังคำกล่าวที่ว่า

- อย่างนอนเหล้นดาบ อย่างคาบนมเมีย
- อย่างนอนกินข้าว
- กินข้าวแล้วนอน ผีปันพรวันเจ็ดเทื่อ
- หื้อดักเมื่อกินข้าว หื้อดั่งเมื่อเข้านอน
- อย่างนอนเอาตีนไปทางหัว
- อย่างนอนเบนหัวไปทางเหนือแล้ววันตก
- ยิงนอนซ้าย ขายนอนขวา

เป็นต้น



ชื่อหนังสือพิมพ์	วันที่	ปีที่	ฉบับที่	หน้า
ไทยนิวส์	13 ส.ค. 2555	43	15290	5

“อย่านอนหลับตา อย่าคาบนมเมีย” คือเวลานอนไม่ควรนำของมีคมอย่างดาบมาเล่น เพราะอาจเกิดอันตรายได้เสมอ ความหมายแฝง คือ อย่าวางใจหรือเดินเลอต่อท่าทีของศัตรู ส่วน **อย่าคาบนมเมีย** นั้น ท่านหมายถึงอย่ามัวแต่ลุ่มหลงมัวเมาอยู่กับกามคุณจนไม่มีเวลาปฏิบัติภารกิจอื่น

“อย่านอนกินข้าว” เหตุผลคงเป็นเพราะอาการนอนนั้น คงไม่เหมาะที่จะรับประทานอาหาร เพราะสรีระไม่พร้อมที่จะรับอาหารเข้าสู่ร่างกาย คำกล่าวนี้มักมีการพูดเล็ก ๆ ว่า ถ้านอนกินข้าวจะกลายเป็นงู

“กินข้าวแล้วนอน ผีปันพรวันเจ็ดเทื่อ” อ่านว่า **กินข้าวแล้วนอน ผีปันพรวันเจ็ดเทื่อ** คำกล่าวนี้ หลายท่านเข้าใจว่า เป็นคำสำนวนที่มีความหมายเชิงประชดประชันว่า กินอิ่มแล้วเอาแต่นอนสบาย ไม่ยอมทำงาน ผีจะสาปแช่งวันละเจ็ดครั้ง แต่อันที่จริงแล้ว คำว่า “ผี” โบราณหมายถึง “เทวดา” “ผีให้พร” คือเทวดาให้พร เพราะฉะนั้นจึงแปลความหมายว่า กินข้าวแล้วควรพักผ่อนก่อนลงมือทำงาน สุขภาพจะแข็งแรงเหมือนได้รับพรจากเทวดาวันละเจ็ดครั้ง เพราะถ้าลงมือทำงานทันที สุขภาพจะทรุดโทรมเร็วก่อนวันอันควร

“หื้อดักเมื่อกินข้าว หื้อดักเมื่อเข้านอน” คำกล่าวนี้มีเหตุผล อย่างน้อยสองประการ กล่าวคือ ประการแรก ขณะทานข้าวเมื่อส่งเสียง **ผีตามอยู่** ได้ยินจะรู้ตำแหน่งและจะมาแย่งกิน ทำให้อาหารสิ้นเปลือง หรือหากมีเสียงดังตอนเข้านอน **ผีอาศัยตุกะ** คือ สัมผัสเวสี จะรู้ตำแหน่งที่นอน อาจมาทำร้ายได้ ประการที่สองไม่ว่าผีร้ายหรือคนร้าย เมื่อทราบตำแหน่งขณะกินข้าวหรือเข้านอน จะถือโอกาสทำร้าย เพราะคำว่า “ข้าว” หรือ “เข้า” เป็นคำพ้องเสียงกับคำว่า เข้า ซึ่งหมายถึงอาการเคลื่อนเข้าไปข้างใน ผีหรือคนสามารถกระทำร้ายได้โดยสะดวก คือ ผีเข้าถึงี่สะดวก คนยิ่งก็เข้า แทะหรือฟันก็เข้า ไม่ว่าจะมีความร้ายหรืออาคมขลังเป็นเข้าทั้งนั้น แม้กระทั่งคุณไสยที่มีคนมุ่งร้ายปล่อยมาก็สามารถเข้าสู่ร่างกายโดยไม่มีสิ่งใดขวางกั้นได้



ชื่อหนังสือพิมพ์	วันที่	ปีที่	ฉบับที่	หน้า
ไทยนิวส์	13 ส.ค. 2555	43	15290	5

“อย่านอนเอาตื่นไปทางหัว” คือ อย่านอนในลักษณะเอาเท้าขึ้นทิศหัวนอน เอาหัวลงปลายที่นอน เพราะสิ่งที่ไม่ควรนับถือตลอดจนเทวดาที่คุ้มครองอยู่ตรงหัวนอน ลักษณะการนอนเช่นนี้ แสดงว่าไม่เคารพสิ่งศักดิ์สิทธิ์ประจำตัว ไม่เคารพแม้กระทั่งตัวเอง ดังนั้น หากผู้ใดมีพฤติกรรมการนอนเช่นนี้ ย่อมไม่มีสิ่งศักดิ์สิทธิ์คุ้มครองรักษา

“อย่านอนเบนหัวไปทางเหนือแลวันตก” ชาวล้านนาเชื่อว่าทิศเหนือเป็นทิศแห่งความตายที่เรียกว่า “ทิศผิดตาย” เป็นทิศสีดำมีท้าวภูเวรหรือท้าวเวสสุวรรณเจ้าแห่งผีสถิตอยู่ สังเกตได้ว่า กองฟอน (ล้านนาเรียก “เตาเอา”) ทุกป่าช้าจะหันด้านหัวศพไปทางทิศเหนือ ส่วนทิศตะวันตก เป็นทิศแห่งการตกต่ำ ทิศแห่งการอาลาและสูญสิ้น จึงมีข้อห้ามว่า อย่านอนหันหัวไปทิศเหนือและทิศตะวันตก

“ยิมนอนซ้าย ชายนอนขวา” เป็นธรรมเนียมปฏิบัติที่มีมาแต่โบราณว่าผู้หญิงต้องนอนด้านซ้าย ผู้ชายต้องนอนด้านขวา

บริเวณที่ควรนอน

ในเคหสถานควรนอนใน “ห้องหอ เอือนคำ” คือ ห้องนอนหรือบริเวณ “เตียง” ซึ่งเป็นบริเวณที่โล่งระดับเดียวกับห้องนอน และหากเป็นนอกเคหสถาน ควรนอนในที่จัดไว้สำหรับเป็นที่นอน เป็นต้น

(อ่านต่อวันจันทร์หน้า)

สนั่น ธรรมธิ

สำนักส่งเสริมศิลปวัฒนธรรม

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่