

NHỮNG BÍ MẬT NGỒ NGÀNG VỀ MỘNG DU

Một y tá không biết gì về hội họa đã vẽ nên những kiệt tác nghệ thuật; người khác leo lên cần cầu cao 40m để ngủ; thậm chí có người còn quan hệ tình dục trong khi... mộng du.

Những pha mộng du kinh hoàng

Một lần, vào khoảng 1h30 sáng, lính cứu hỏa ở đông nam Luân Đôn, Anh nhận được tin báo, một bé gái 15 tuổi có ý định tự tử khi leo lên chiếc cần cầu cao hơn 40m. Nhưng khi lính cứu hỏa tới trợ giúp thì phát hiện ra cô bé đang nằm ngủ trên khối bê tông của một đầu tay cầu. Khi tỉnh dậy, cô còn không nhớ tại sao mình lại có mặt trên chiếc cần cầu đó.

Người mộng du có thể đi trên mép hẹp của mái nhà (ảnh: Toiyeusuckhoe.com)

Tháng 5 năm 2009, một cô gái mộng du đi luôn qua cửa sổ phòng ngủ của mình ở tầng 2. Rơi từ độ cao 7 mét rưỡi xuống đất, rất may cô gái còn đủ tỉnh táo để gọi người giúp trước khi lịm hẳn. Chưa hết sốc sau màn mộng du ngoạn mục, các bác sĩ đã trở mắt nhìn phim chụp khi nó cho thấy cô gái chả bị gãy một cái xương nào. Ngày hôm sau, cô gái 18 tuổi tỉnh dậy một cách khỏe mạnh.

Kenneth Parks, 23 tuổi, sống tại Toronto, mắc chứng mất ngủ do dính dáng tới nhiều khoản nợ lớn. Một ngày nọ năm 1987, Parks mộng du, đứng dậy khỏi giường, lái xe một quãng đường 23 km và tới nhà mẹ vợ. Trong cơn vô thức, Parks đánh mẹ vợ đến chết và tấn công luôn bố vợ. Rất may ông bố vợ đã sống sót. Khi bị cảnh sát bắt, Parks còn chả nhớ mình đã làm những gì. Căn cứ vào lời khai, tiền sử bệnh mộng du và các yếu tố khác, Parks thoát tội giết người.

Vào năm 2004, các chuyên gia về thuốc an thần đã chữa trị thành công cho một trường hợp vô cùng hiếm gặp: một người phụ nữ luôn ngủ với những người đàn ông lạ khi đang mộng du.

Khi đêm xuống, người phụ nữ Úc tuổi trung niên bắt đầu mộng du, rời khỏi nhà và quan hệ tình dục với những người đàn ông lạ. Sự việc này diễn ra trong vài tháng và chính cô cũng không hề biết gì về những hoạt động về đêm của mình. Chỉ đến khi bạn trai cô bắt đầu tìm kiếm vào một đêm khi cô mất tích và mọi việc được phát giác từ đó. Các bác sĩ đã kết luận những hành động của cô hoàn toàn là một hiện tượng của mộng du và đã giúp cô chữa trị thành công căn bệnh quái lạ của mình.

Phát huy khả năng tiềm tàng trong giấc ngủ

Lee Hadwin là một y tá vào ban ngày, nhưng ban đêm anh lại là một "nghệ sĩ mộng du" - người đã tạo ra hàng loạt tác phẩm nghệ thuật lạ mắt và hấp dẫn nhưng lại không hề nhớ gì về chúng khi thức dậy vào sáng hôm sau.

Y tá vẽ những bức tranh kiệt tác trong khi mộng du (ảnh: Oddee)

Hadwin bị chứng mộng du từ khi lên 4 tuổi và bắt đầu sáng tác khi bước vào tuổi thiếu niên. Những tác phẩm của anh được vẽ trong lúc ngủ trên tất cả những đồ vật xung quanh như khăn trải bàn, báo chí, quần áo và tường nhà.

Hadwin cảm thấy khó hiểu về khả năng vẽ tranh tranh trong đêm, vì ngay khi tỉnh giấc thì anh hoàn toàn không có một chút sở thích hay khả năng nào đối với nghệ thuật. Rút kinh nghiệm từ việc vẽ lên các đồ vật trong gia đình, Hadwin luôn chuẩn bị các vật liệu vẽ tranh trước khi đi ngủ, giấy vẽ và bút chì được để rải rác quanh nhà, đặc biệt là dưới cầu thang - nơi sáng tác yêu thích của anh.

Robert Wood, một bếp trưởng 55 tuổi đến từ Glenrothes, Fife, nước Anh mắc phải chứng mộng du trong suốt 40 năm qua. Ông thức dậy khi đang ngủ từ 4-5 lần một tuần và vào bếp chuẩn bị các món ăn như trứng chiên, món xào, khoai tây chiên... Ông cho rằng một vết loét ở thành ruột có thể là nguyên nhân căn bệnh của ông bởi nó đã làm cho ông không thể ăn no và khi đêm xuống chính những cơn đói đã kéo ông đi vào bếp.

Một cô gái 24 tuổi mắc bệnh mộng du đã được tiếp nhận vào bệnh viện làm hộ lý. Có lần vào ban đêm, bác sĩ trực đã chứng kiến cảnh tượng cô gái khoan thai đi lên tầng áp mái. Khi tới buồng cầu thang trên cùng, cô mở cửa sổ, đi ra và dạo bước trên mép mái nhà ngay trước mắt một cô hộ lý khác đang kinh hoàng theo dõi; sau đó cô đi vào bằng cửa sổ khác và xuống thang.

Còn có người trong lúc mộng du có thể ngổi dịch sách từ tiếng Italia sang tiếng Pháp; nói tiếng nước ngoài như gió, trong khi anh ta chẳng biết tí nào về ngôn ngữ đó. Khi ngổi dịch, chỉ cặm cụi với quyển từ điển và tra từ dưới ánh sáng của ngọn nến đặt bên cạnh. Khi người ta tắt nến đi, anh ta lại chầm nó lên, và tất cả những việc đó đều xảy ra trong giấc ngủ

Cứ 10 người thì có một người mộng du

Chuyên gia về giấc ngủ, Irshaad Ebrahim, cho biết trong cơn mộng du người ta có thể lái xe hoặc cưỡi ngựa mà không hay biết gì hết. Có người thậm chí còn tìm cách lái trực thăng. Ông cho biết: "Thông kê cho thấy cứ 10 người có 1 người đã bị mộng du ít nhất một lần trong đời. Thường cơn mộng du không kéo dài và không nguy hiểm, nhưng đôi khi có thể dẫn tới thương tích".

Trong lúc vừa đi vừa ngủ, người bệnh thực hiện các động tác một cách tự động mà không nhận thức được mình làm gì (ảnh: Anhs0.net).

Nhà sinh học nổi tiếng người Nga I. Metanikôp, giải thích về hiện tượng này trong cuốn sách "Bên cạnh điều bí ẩn" rằng: "Trong lúc vừa đi vừa ngủ, người bệnh ở trong một trạng thái đặc biệt gọi là trạng thái hoàng hôn. Người đó thực hiện các động tác một cách tự động mà không nhận thức được mình làm gì".

Những công trình nghiên cứu của các nhà khoa học và những quan sát đối với người vừa đi vừa ngủ đã cho thấy ở đây đang hoạt động những cơ chế và bản năng chuyển động cổ xưa mà tổ tiên chúng ta là loài vượn người đã truyền lại. Chẳng hạn, những người mộng du bẻ quặp được các ngón tay và gập bàn chân vào phía trong.

Nhà sinh học còn cho biết thêm: Câu trả lời cho những việc không tưởng có thể làm trong lúc mộng du cũng không quá phức tạp. Các bạn hãy nhớ lại hình ảnh của một người bình thân đi trên tấm ván rộng và chắc chắn bắc qua dòng suối hay một lạch nước không sâu lắm. Đó là do anh ta không hề có chút ý nghĩ nào về sự nguy hiểm thậm chí nếu anh ta có trượt chân đi chẳng nữa. Song bạn hãy hình dung cũng tấm ván đó, nhưng được bắc trên một độ cao khá qua một hẻm vực nằm giữa hai cái xà trên một công trình xây dựng toà nhà nhiều tầng. Và ở đây dứt khoát một ý nghĩ sẽ cản trở bạn: "Mình ngã mất!" Và bước đi của bạn không còn chắc chắn, tự tin nữa. Thế nhưng những ý nghĩ như thế không hề có ở người mộng du đi trên cái mép hẹp của mái nhà. Bởi ý thức của anh ta còn đang ngủ.

Không có thuốc hay kỹ thuật y học nào có thể chữa được bệnh mộng du. Các nhà khoa học tin rằng stress là tác nhân chính khiến cho bệnh xuất hiện. Người ta có thể trở thành người mộng du nếu giấc ngủ của họ thường xuyên bị ngắt quãng 3-4 lần mỗi đêm, hoặc nếu họ nói trong khi ngủ.

