

Research Articles

Received : 24 September 2023

Revised : 18 October 2024

Accepted : 10 December 2024

แนวทางใหม่ในการแสดงละครคลาสสิกผ่านการประยุกต์โดยใช้หลักการ  
หมายเลข 60 กรณีศึกษาเรื่อง มิสจูลี (2431) ของออกัสต์ สตรินด์เบิร์ก  
New Approaches for Classical Theatre Performance Through the  
Application of the Principles of NO.60: a Case Study of August  
Strindberg's Miss Julie (1888)<sup>1</sup>

สรินยา ออลสัน<sup>2</sup>

Sarinya Olsson

ภาควิชาศิลปการละคร คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Department of Dramatic Arts Faculty of Arts Chulalongkorn University

Email : [sarinya.olsson@gmail.com](mailto:sarinya.olsson@gmail.com)

บทคัดย่อ

การศึกษานี้มุ่งเน้นไปที่การสำรวจว่าการประยุกต์ใช้หลักการหมายเลข 60 ในการแสดงสามารถช่วยให้นักแสดงถ่ายทอดตัวละครมิสจูลีได้อย่างน่าเชื่อถือและเป็นธรรมชาติได้อย่างไร แนวคิดสำหรับการศึกษานี้เกิดจากความท้าทายที่ผู้วิจัยพบในระหว่างการฝึกแสดง โดยผู้วิจัยพบว่ามีความยากลำบากในการใช้ร่างกายเพื่อถ่ายทอดอารมณ์ของตัวละครอย่างมีประสิทธิภาพ ความขัดแย้งภายในนี้ส่งผลกระทบต่อการแสดง โดยผู้วิจัยมีแนวโน้มที่จะเน้นไปที่การเคลื่อนไหวร่างกายส่วนบนและละเลยการเคลื่อนไหวส่วนล่าง การศึกษานี้มุ่งหวังที่จะแก้ปัญหานี้ด้วยการใช้หลักการหมายเลข 60 ซึ่งเน้นการใช้ร่างกายทั้งหมดในการแสดง ผู้วิจัยได้ทำการสำรวจหลักการนี้ระหว่างการฝึกซ้อมกับคุณพิเชษฐ กลั่นชื่น และบันทึกการฝึกซ้อมทั้งหมดไว้เพื่อใช้ในการวิจัย ข้อมูลที่ได้จากการฝึกซ้อมนี้ถูกนำมาใช้ในระหว่างการซ้อมบทบาทของมิสจูลี โดยการผสมผสานกลยุทธ์การแสดงเข้ากับการวิเคราะห์ตัวละคร ผลลัพธ์แสดงให้เห็นว่าผู้วิจัยรู้สึกถึงความอิสระที่เพิ่มขึ้นในระหว่างการแสดง โดยร่างกายสามารถเคลื่อนไหวได้อย่างเป็นธรรมชาติมากขึ้นโดยไม่พึ่งพาส่วนใดส่วนหนึ่งมากเกินไป นอกจากนี้ผู้วิจัยยังพัฒนา

<sup>1</sup> บทความวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรอักษรศาสตรมหาบัณฑิต

<sup>2</sup> นักศึกษาระดับปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชาศิลปการละคร คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ความสามารถในการถ่ายทอดอารมณ์และความต้องการของตัวละครได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น การวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่าการใช้หลักการหมายเลข 60 สามารถพัฒนาทักษะการแสดงและปรับปรุงการสื่อสารกับผู้ชม ทำให้การแสดงสามารถถ่ายทอดอารมณ์ได้ดียิ่งขึ้น

**คำสำคัญ :** หลักการหมายเลข 60, ออกัสต์ สตรินด์เบิร์ก, มิสจูลี, การแสดง

## Abstract

This study seeks to delve into how applying the principles of No. 60 in acting can help actors in portraying the character of Miss Julie convincingly and authentically. The idea for this study stemmed from the challenges faced by the researcher in their acting exercises where they found it difficult to use their body to convey the characters emotions effectively. This internal struggle impacted their performance as they tended to focus on their body movements while overlooking engaging their lower body movements. The study aims to tackle this problem by implementing the concept of No. 60 that highlights engaging the body in performances. An investigation was conducted on this concept during practice sessions with Pichet Klunchun and all the training sessions were recorded for research purposes. The knowledge gained from these training sessions was then put into practice during rehearsals of Miss Julies role by blending performance strategies with character examination. The results showed that the researcher felt a heightened sense of liberation while performing as the body moved with increased naturalness and fluidity without depending on body parts. Moreover, the researcher enhanced the capability to effectively communicate the characters emotions and aspirations. This research indicates that adhering to Principle of No. 60 can notably boost acting abilities and enhance audience communication enabling a emotive performance.

**Keywords :** The Principle of No.60, August Strindberg, Miss Julie, Acting

## 1. บทนำ

บทละครคลาสสิกยังคงดึงดูดผู้ชมทั่วโลก โดยข้ามผ่านกาลเวลาและพรมแดนทางวัฒนธรรม งานละครดั้งเดิมและบทละครจากนักเขียนบทชื่อดัง เช่น วิลเลียม เชกสเปียร์ ได้สร้างผลกระทบอย่างลึกซึ้งต่อคนรุ่นหลัง ซึ่งมีธีมที่เกี่ยวกับความขัดแย้งภายใน ความรัก และความทุกข์ที่สอดคล้องกับ

ผู้ชมสมัยใหม่ได้อย่างลึกซึ้ง ตัวอย่างเช่น ความขัดแย้งของแอมเล็ท ความทุกข์ของโอเทลโล และความรักของโรมิโอและจูเลียต ยังคงมีความเกี่ยวข้องในยุคปัจจุบัน ทำให้ผู้ชมสามารถเชื่อมโยงกับเรื่องราวเหล่านี้ได้ (Bhaluani, 2019) เรื่องราวเหล่านี้ไม่เพียงแต่สร้างความบันเทิงเท่านั้น แต่ยังเปิดโอกาสให้นักแสดงได้พัฒนาทักษะของตน โดยการเข้าใจธรรมชาติของมนุษย์ผ่านตัวละครที่พวกเขาแสดง

งานวิจัยนี้เล็งเห็นว่าการถ่ายทอดตัวละครที่มีความซับซ้อนในบทละครคลาสสิกอย่างเต็มที่เป็นความท้าทายอย่างยิ่งสำหรับนักแสดง ในฐานะนักวิจัยและนักแสดงเอง ข้าพเจ้าได้ประสบกับความยากลำบากในการถ่ายทอดอารมณ์ของตัวละคร เมื่อมีการพึ่งพาส่วนบนของร่างกายมากเกินไป แทนที่จะใช้ร่างกายทั้งหมดเพื่อถ่ายทอดความหมาย ข้อจำกัดในการใช้ร่างกายนี้ทำให้นักแสดงไม่สามารถถ่ายทอดตัวละครได้อย่างสมบูรณ์ ส่งผลให้เกิดช่องว่างในการสื่อสารอารมณ์และเนื้อเรื่องโดยรวมไปยังผู้ชม

เมื่อเห็นถึงความท้าทายนี้ งานวิจัยนี้จึงมีเป้าหมายที่จะสำรวจวิธีการใหม่ ๆ ในการปลดปล่อยนักแสดงจากข้อจำกัดทางกายภาพเหล่านี้ โดยการนำหลักการหมายเลข 60 ซึ่งเป็นแนวคิดที่พิเชษฐ กลั่นชื่น นำเสนอในปี 2562 มาใช้ โดยหลักการหมายเลข 60 นี้ได้ทำการรื้อโครงสร้างการเคลื่อนไหวรำไทยแบบดั้งเดิม เพื่อส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ในงานแสดง พิเชษฐได้ระบุงองค์ประกอบพื้นฐานหกประการ ซึ่งได้แก่ วงกลมและเส้นโค้ง พลังงาน การเคลื่อนไหวสัมพันธ์ของแขนขา จุดแกนกลาง ร่างกายภายนอก และการเปลี่ยนแปลงความสัมพันธ์ (กลั่นชื่น, 2564) ซึ่งองค์ประกอบเหล่านี้ช่วยปลดล็อกกรอบความคิดแบบดั้งเดิม และเปิดเส้นทางให้ผู้แสดงได้มีเสรีภาพในการใช้ร่างกายมากขึ้น

เพื่อเจาะลึกการสำรวจนี้ งานวิจัยนี้ใช้ตัวละคร “มิสจูลี” (Miss Julie) ของออกัสต์ สตริงเบิร์ก เป็นกรณีศึกษา โดยมุ่งเน้นไปที่ตัวละคร “จูลี” ซึ่งเป็นตัวละครที่ซับซ้อนและท้าทายสำหรับนักแสดงอย่างยิ่ง อารมณ์ที่ซับซ้อนและความลึกซึ้งทางจิตใจของจูลีต้องการการแสดงที่หลากหลายและละเอียดอ่อน ซึ่งเกินกว่าการแสดงผ่านการแสดงออกทางสีหน้าหรือบทสนทนาเท่านั้น บทบาทของจูลีต้องการการใช้ร่างกายทั้งหมดของนักแสดงเพื่อถ่ายทอดอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปของเธอ ตั้งแต่ความเป็นผู้นำไปจนถึงความอ่อนแอ และจากความหลงใหลไปจนถึงความสิ้นหวัง ความซับซ้อนนี้ทำให้ตัวละครจูลีเหมาะสมอย่างยิ่งสำหรับการสำรวจว่าหลักการหมายเลข 60 สามารถนำมาใช้ในการทลายข้อจำกัดทางการแสดงได้อย่างไร

การนำหลักการเหล่านี้มาใช้ ผู้วิจัยเชื่อว่านักแสดงจะสามารถเข้าถึงบทบาทที่ซับซ้อนเช่นจูลีได้อย่างเสรีและมีพลังมากขึ้น โดยใช้ร่างกายทั้งหมดในการแสดงออก ขณะเดียวกันก็ยังคงรักษาแก่นแท้ของบทละครดั้งเดิม งานวิจัยนี้มีเป้าหมายที่จะแก้ไขปัญหาการแสดงออกทางร่างกายที่จำกัดในละครและมุ่งหวังที่จะสร้างแนวทางใหม่ในการรวมความรู้ด้านศิลปะการแสดงของไทยเข้ากับการแสดงละครตะวันตก ซึ่งจะช่วยส่งเสริมพัฒนาการของศิลปะการแสดงของไทยในอนาคต

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

วัตถุประสงค์ของการวิจัยครั้งนี้มีดังนี้:

2.1 เพื่อศึกษากระบวนการฝึกอบรมตามหลักการหมายเลข 60

2.2 พัฒนาทักษะการแสดงโดยใช้การเคลื่อนไหวร่างกายตามหลักการหมายเลข 60

2.3 เพื่อสังเคราะห์หลักการหมายเลข 60 เพื่อสร้างการแสดงโดยใช้กรณีศึกษาบทละครมิสจูลีของออกัสต์ สตรินด์เบิร์ก

## 3. ขอบเขตของการวิจัย

3.1 ศึกษาผลลัพธ์จากการฝึกฝนและประยุกต์ใช้หลักการหมายเลข 60

3.2 ประเมินผลการพัฒนาการแสดงและการเข้าถึงบทบาทของตัวละครจูลี จากบทละครเรื่องมิสจูลี

## 4. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้แนวทางปฏิบัติคล้ายการวิจัย โดยผู้วิจัยได้ศึกษาหลักการหมายเลข 60 และเข้ารับการอบรมหลักการหมายเลข 60 กับนายพิเชษฐ กลั่นชื่น ประสบการณ์ที่ได้รับระหว่างการฝึกอบรมจะถูกบันทึกเป็นข้อมูลทางวิชาการ กระบวนการวิจัยประกอบด้วยขั้นตอนต่อไปนี้:

4.1 การรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลจากตำรา บทความ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง รวมถึงการศึกษาความรู้ทางทฤษฎีและการปฏิบัติตามหลักการหมายเลข 60 สำนวจความรู้ด้านละครคลาสสิก และการวิเคราะห์บทละคร “มิสจูลี” (Miss Julie) ของออกัสต์ สตรินด์เบิร์ก

4.2 การประชุมเชิงปฏิบัติการร่วมกับ พิเชษฐ กลั่นชื่น

ในช่วงเริ่มต้นของการประชุมเชิงปฏิบัติการ ผู้วิจัยได้เรียนรู้และหารือเกี่ยวกับหลักการของหลักการหมายเลข 60 กับพิเชษฐ กลั่นชื่น และได้จัดการประชุมเชิงปฏิบัติการกับพิเชษฐ กลั่นชื่น ด้วยตนเอง การทดสอบเริ่มต้นด้วยการฝึกหัดเดี่ยวที่ครอบคลุมองค์ประกอบทั้งหมด จากนั้น สำนวจองค์ประกอบทั้ง 6 ในร่างกายร่วมกับเพื่อน จากนั้นจึงทดสอบด้วยการเคลื่อนไหวร่างกายด้วยการเลือกตัวละครอีก 2 แบบที่เหลือ ในส่วนนี้ เป็นการทดสอบเน้นการทำความเข้าใจองค์ประกอบ 6 ประการของหลักการหมายเลข 60 และวิธีการทดสอบการเคลื่อนไหวของร่างกาย

4.3 การประยุกต์หลักการหมายเลข 60 ในการพัฒนาบทและตัวละคร

ผู้วิจัยได้ตัดสินใจที่จะมุ่งเน้นไปที่บทพูดสองบทและบทสนทนาสองบทจากละคร ในส่วนนี้ผู้วิจัยทำงานร่วมกับกระบวนการเพื่อช่วยแนะนำการทดสอบ กระบวนการฝึกซ้อมประกอบด้วยสามขั้นตอนที่แตกต่างกันดังนี้:

#### 4.3.1 การสำรวจองค์ประกอบ

ในขั้นตอนแรกของการฝึก ผู้วิจัยได้สำรวจองค์ประกอบหลัก ได้แก่ วงกลมและเส้นโค้ง พลังงาน ความสัมพันธ์ของร่างกาย จุด พื้นที่ว่างของโครงสร้างท่า และการเคลื่อนย้ายความสัมพันธ์ การสำรวจเริ่มต้นจากการฝึกการเคลื่อนไหวพื้นฐาน เช่น การเดิน ยืน และนั่ง เพื่อตรวจสอบพลังงานในทุกส่วนของร่างกาย จากนั้นผู้วิจัยได้ฝึกการหายใจเข้าออกทางช่องคลอด ซึ่งเป็นเทคนิคที่คิดค้นโดย กร กาญจน์ รุ่งสว่าง นักแสดงจากคณะแสดงของพิเชษฐ กลั่นชื่น เพื่อปรับพลังงานภายในร่างกายให้สอดคล้องกับการเคลื่อนไหว ถัดมา ผู้วิจัยได้สำรวจความสัมพันธ์ของร่างกายผ่านการขยาย หดตัว เอื้อม และการเคลื่อนไหวต่างๆ รวมถึงการใช้กล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ที่อยู่นอกเหนือจากขาและแขนเพื่อให้เกิดการเชื่อมโยงภายในร่างกาย นอกจากนี้ยังมีการสำรวจพื้นที่ว่างของโครงสร้างท่าผ่านการทำงานกับวัตถุต่างๆ เช่น แก้ว เพื่อค้นหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวเองกับวัตถุ และตรวจสอบว่าท่าทางเหล่านั้นให้ความหมายหรือความรู้สึกอย่างไร สุดท้าย การเคลื่อนย้ายความสัมพันธ์ถูกนำมารวมกับองค์ประกอบทั้งหมดเพื่อทดสอบความสมดุล และการเคลื่อนไหวที่สลับกันในแบบทดสอบการเคลื่อนย้าย ซึ่งสร้างความสัมพันธ์ที่เปลี่ยนแปลงไปในการแสดง

#### 4.3.2 การสำรวจคำต่อคำ

ผู้วิจัยได้เริ่มสำรวจคำในบท โดยเริ่มจากการวิเคราะห์คำแต่ละคำไปจนถึงการสร้างเชื่อมโยงกับวลีและบททั้งหมด โดยกระบวนการนี้เน้นการวิเคราะห์คำเหล่านั้นผ่านองค์ประกอบต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับร่างกายและอารมณ์ การสำรวจเริ่มจากการทำงานกับคำแต่ละคำอย่างละเอียด เพื่อค้นหาความสัมพันธ์ระหว่างร่างกาย เสียงภายใน และความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากคำพูดเหล่านั้น หลังจากนั้น ผู้วิจัยได้นำบทพูดคนเดียวมาฝึกเปล่งเสียงอย่างช้าๆ เพื่อสื่อสารอารมณ์และความหมายที่แฝงอยู่ พร้อมทั้งปรับการกระทำของร่างกายให้สอดคล้องกับเสียงที่เปล่งออกมาเพื่อสร้างความเชื่อมโยงที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้น ในขั้นตอนสุดท้าย ผู้วิจัยได้ร่วมทำงานกับบทและองค์ประกอบต่างๆ จนกระทั่งการแสดงเกิดความเป็นธรรมชาติ โดยให้องค์ประกอบต่างๆ ทำงานภายในร่างกายอย่างกลมกลืน

#### 4.3.3 การคัดเลือกและปรับปรุงให้ดีขึ้น

เมื่อผู้วิจัยได้ฝึกท่าแบบทดสอบทั้งหมดและเชื่อมโยงกับบทแล้ว ก็เริ่มเข้าสู่กระบวนการตัดสินใจเลือกและปรับปรุงเทคนิคที่เหมาะสม ในกรณีของบทช่วงที่ตัวละครจูเลียตพูดถึงแม่ของเธอ ผู้วิจัยสังเกตเห็นว่าจูเลียตพยายามจัดการกับความรู้สึกที่ซับซ้อน แต่ท้ายที่สุดก็แสดงออกถึงความมีเมตตาในบทนี้ ผู้วิจัยจึงตัดสินใจใช้การเคลื่อนไหวในแนว “วงกลมและเส้นโค้ง” เพื่อสะท้อนถึงสภาวะความมีเมตตาและความพยายามในการควบคุมตนเอง นอกจากนี้ ในขณะที่จูเลียตเล่าเรื่องราวของเธอ ผู้วิจัยได้เพิ่มองค์ประกอบ “จุด” เข้าไปในการแสดง โดยเฉพาะเมื่อจูเลียตพยายามพูดตะกุกตะกักหรือแสดงอารมณ์ที่รุนแรง ซึ่งบ่งบอกถึงความซื่อสัตย์ที่ไม่สามารถปิดบังได้ องค์ประกอบ “การเคลื่อนย้ายความสัมพันธ์” ก็ถูกนำมาใช้เมื่อความสัมพันธ์ของจูเลียตกับตัวละครอื่นๆ เปลี่ยนแปลงไปจากความสนุกสนานในตอนแรกไปสู่อารมณ์ที่ลึกซึ้งและเปลี่ยนแปลงตลอดการแสดง

#### 4.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

นำข้อมูลที่รวบรวมและบันทึกการปฏิบัติจริงมาวิเคราะห์เพื่อประเมินผลการวิจัย

### 5. ประโยชน์ของงานวิจัย

5.1 เป็นแนวทางในการประยุกต์หลักการหมายเลข 60 เพื่อช่วยให้การแสดงสามารถใช้ร่างกายถ่ายทอดอารมณ์ของตัวละครได้อย่างสมบูรณ์และอิสระมากขึ้น

5.2 เป็นแนวทางในการปรับปรุงเทคนิคการแสดงให้สามารถสำรวจและแสดงออกถึงสภาวะจิตใจของตัวละครผ่านการใช้ร่างกาย

5.3 เป็นแนวทางในการค้นหาวิธีการใหม่ๆ ในการแสดงละครเวทีที่หลุดพ้นจากโครงสร้างการแสดงแบบดั้งเดิม

### 6. การวิเคราะห์ผลการวิจัย

#### 6.1 การสำรวจหอคงค์ประกอบ

##### 6.1.1 วงกลมและเส้นโค้ง (Circle and Curve)

การสำรวจเริ่มต้นด้วยการตรวจสอบรูปแบบการเคลื่อนไหวของร่างกายในลักษณะของวงกลมและเส้นโค้ง ซึ่งช่วยให้การเคลื่อนไหวดูนุ่มนวลและยืดหยุ่น ผู้วิจัยพบว่า การเคลื่อนไหวตามวงกลมและเส้นโค้งทำให้เกิดความรู้สึกอิสระในการแสดง แต่ขณะเดียวกันก็ต้องควบคุมความสมดุลของร่างกาย โดยเฉพาะในส่วนขาและลำตัว เมื่อผู้วิจัยฝึกท่าทางการเคลื่อนไหวแบบวงกลมที่ต่อเนื่อง ก็พบว่า การเคลื่อนไหวเช่นนี้ช่วยในการสร้างความเข้าใจในร่างกายและอารมณ์ของตัวละครได้มากขึ้น เนื่องจากการเคลื่อนไหวในลักษณะนี้เป็นธรรมชาติและยืดหยุ่น ช่วยให้สามารถถ่ายทอดอารมณ์ของตัวละครผ่านร่างกายได้อย่างมีพลัง

##### 6.1.2 พลังงาน (Energy)

การฝึกฝนเกี่ยวกับพลังงานเริ่มต้นด้วยการฝึกการหายใจ โดยเฉพาะการหายใจเข้าผ่านท่อน้อยซึ่งเป็นเทคนิคการหายใจที่ใช้ในการเต้น เทคนิคนี้ช่วยให้ผู้วิจัยสามารถควบคุมพลังงานในร่างกายและรักษาความสมดุลของการเคลื่อนไหวได้ดีขึ้น ผู้วิจัยพบว่า การปรับลมหายใจให้สอดคล้องกับการเคลื่อนไหวของร่างกาย ไม่เพียงช่วยให้ร่างกายมีความสอดคล้องกัน แต่ยังช่วยให้จินตนาการในการแสดงได้รับการพัฒนาเช่นกัน การฝึกการหายใจนี้ช่วยสร้างการรับรู้ถึงพลังงานที่เกิดขึ้นในร่างกาย และทำให้ผู้วิจัยรู้สึกถึงความเชื่อมโยงระหว่างร่างกายกับจิตใจในระหว่างการแสดง

##### 6.1.3 ความสัมพันธ์ของร่างกาย (Synchronic Limbs)

ผู้วิจัยได้สำรวจความสัมพันธ์ของการเคลื่อนไหวระหว่างแขนและขา โดยใช้การยืดหด การเคลื่อนไหวแบบฉับพลัน และการเคลื่อนไหวที่มีความลึกลับ การฝึกในลักษณะนี้ช่วยให้ผู้วิจัยสามารถ

รับรู้การประสานงานของกล้ามเนื้อระหว่างการเคลื่อนไหว พบว่าการควบคุมการทรงตัวของร่างกายมีความสำคัญอย่างยิ่งเมื่อทำการเคลื่อนไหวที่ต้องใช้ทั้งความยืดหยุ่นและความแข็งแรง ผู้วิจัยพบว่าการเคลื่อนไหวในลักษณะนี้ทำให้เกิดความรู้สึกถึงการเชื่อมโยงระหว่างส่วนต่างๆ ของร่างกาย เช่น การประสานงานระหว่างคอและแขนในขณะที่ยืดออก หรือการประสานงานระหว่างลมหายใจกับการเคลื่อนไหวของขา

#### 6.1.4 จุด (Axis Points)

การสำรวจจุดสำคัญในร่างกาย เช่น การจัดวางตำแหน่งของแขน ขา และลำตัว พบว่าการเปลี่ยนตำแหน่งเพียงเล็กน้อยสามารถสร้างความแตกต่างในการแสดงออกได้อย่างมาก ตัวอย่างเช่น การเคลื่อนไหวของศีรษะหรือการใช้มือในลักษณะต่างๆ สามารถสื่อความหมายที่แตกต่างกันได้ เช่น การเปลี่ยนจากการยิ้มเล็กน้อยเป็นการยิ้มอย่างเต็มที่ ทำให้การแสดงมีความแม่นยำและมีความหมายมากขึ้น

#### 6.1.5 พื้นที่ภายนอก (External Space)

การสำรวจพื้นที่รอบตัวและการทำงานร่วมกับวัตถุ เช่น เก้าอี้ ผู้วิจัยค้นพบว่าการจัดวางตำแหน่งของตัวเองในพื้นที่ว่างทำให้เกิดความหมายใหม่ๆ ผ่านการโต้ตอบกับวัตถุ พบว่าเก้าอี้ที่เป็นเพียงวัตถุ สามารถแปลงเป็นรูปแบบต่างๆ เช่น เตี้ยหรือที่หลบภัยได้ ขึ้นอยู่กับการใช้พื้นที่และการปรับเปลี่ยนตามสถานการณ์ การทำความเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างร่างกายและพื้นที่รอบข้างช่วยให้ผู้วิจัยสามารถสร้างตัวละครที่มีชีวิตชีวามากขึ้นผ่านการโต้ตอบกับสิ่งแวดล้อมรอบข้าง

#### 6.1.6 การเคลื่อนย้ายความสัมพันธ์ (Shifting Relation)

การสำรวจความสัมพันธ์ที่เปลี่ยนแปลงระหว่างผู้แสดงและวัตถุ หรือผู้แสดงและตัวละครอื่นๆ ผ่านการเคลื่อนไหว ผู้วิจัยพบว่าการเปลี่ยนแปลงเล็กน้อยในท่าทางสามารถสร้างผลกระทบอย่างมากต่ออารมณ์ของตัวละครได้ ตัวอย่างเช่น การเคลื่อนย้ายจากจุดหนึ่งไปยังจุดหนึ่งในฉากทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์และความสัมพันธ์ระหว่างตัวละครในบทบาทของเขา

### 6.2 การสำรวจคำต่อคำ

การสำรวจคำศัพท์ในบทเริ่มต้นจากการแยกคำออกมาเพื่อวิเคราะห์อย่างละเอียด ในขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยได้ใช้คำพูดแต่ละคำเป็นจุดเริ่มต้นในการค้นหาความเชื่อมโยงระหว่างเสียง ร่างกาย และอารมณ์ การทำความเข้าใจความหมายเชิงลึกของคำพูดไม่เพียงแต่ช่วยในการตีความเท่านั้น แต่ยังสร้างการเชื่อมโยงที่ลึกซึ้งกับตัวละครและเรื่องราวที่สื่อผ่านคำพูด

#### 6.2.1 การเชื่อมโยงร่างกายกับเสียง

ผู้วิจัยได้ทดลองกับการเชื่อมโยงเสียงภายในกับการเคลื่อนไหวของร่างกายผ่านคำพูดในบท เช่น การพูดคำว่า “อิสระ” ที่ต้องการสื่อถึงความปรารถนาในการหลุดพ้นของตัวละคร ผู้วิจัยพบว่าการผสมคำพูดนี้เข้ากับการเคลื่อนไหวที่สอดคล้องกัน เช่น การยืดตัวหรือการเปิดแขนออก ก่อให้เกิดความรู้สึกถึงความอิสระที่แท้จริงทั้งทางร่างกายและจิตใจ

นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังพบว่าการใช้เทคนิคการหายใจช่วยเพิ่มความลึกในการแสดง โดยการหายใจเข้าออกในแต่ละคำช่วยให้ผู้แสดงสามารถปรับอารมณ์และน้ำเสียงได้อย่างสมบูรณ์ การเน้นที่การหายใจลึกในขณะที่พูดคำที่สื่อถึงความโศกเศร้า ทำให้สามารถถ่ายทอดอารมณ์ได้ชัดเจนขึ้น อีกทั้งยังช่วยสร้างความเชื่อมโยงระหว่างอารมณ์ของตัวละครกับผู้ชม

### 6.2.2 การปรับคำพูดเข้ากับองค์ประกอบอื่นๆ

ในระหว่างกระบวนการสำรวจคำ ผู้วิจัยได้ทดลองกับองค์ประกอบต่างๆ ของหลักการหมายเลข 60 เช่น การใช้ “การเคลื่อนย้ายความสัมพันธ์” (Shifting Relation) เพื่อให้คำพูดแต่ละคำหรือวลีมีความหมายลึกซึ้งขึ้น ตัวอย่างเช่น ในขณะที่ตัวละครพูดถึงความรัก ผู้วิจัยได้ใช้การเคลื่อนไหวของร่างกายเพื่อสะท้อนความเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้น การใช้พื้นที่รอบข้างและการปรับตำแหน่งร่างกายในฉากช่วยให้การแสดงมีชีวิตชีวามากขึ้น ทำให้ผู้ชมสามารถรับรู้ถึงอารมณ์ที่ซับซ้อนของตัวละครได้ชัดเจนขึ้น

### 6.2.3 การผสมผสานคำพูดและการเคลื่อนไหว

ในขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยได้เริ่มการบูรณาการคำพูดเข้ากับการเคลื่อนไหวทางร่างกายอย่างเป็นธรรมชาติ โดยใช้การเปล่งเสียงที่สอดคล้องกับการกระทำและอารมณ์ เช่น การยืดขาออกขณะพูดถึงความรู้สึกของการปลดปล่อย การฝึกซ้อมนี้ช่วยให้ผู้วิจัยสามารถแสดงบทพูดคนเดียวอย่างเต็มที่ โดยไม่พึ่งพาคำพูดออกมา แต่ยังคงใช้ร่างกายในการสื่อสารความหมายและอารมณ์ที่ซ่อนอยู่ในคำพูดนั้นๆ ด้วย

### 6.3 การคัดเลือกและปรับปรุงให้ดีขึ้น

หลังจากที่ผู้วิจัยได้ทำการสำรวจคำต่อคำอย่างละเอียดแล้ว ขั้นตอนต่อมาคือการเลือกองค์ประกอบและการกระทำที่เหมาะสมที่สุดเพื่อนำไปใช้ในบทพูดคนเดียว โดยการพิจารณาและตัดสินใจเลือกเทคนิคที่สอดคล้องกับอารมณ์และความหมายของบทละคร

ตัวอย่างที่สำคัญในการตัดสินใจเลือกการกระทำคือการเลือกใช้เทคนิค “วงกลมและเส้นโค้ง” (Circle and Curve) ในฉากที่จูเลียพูดถึงแม่ของเธอ ในบท จูเลียพยายามจัดการกับความรู้สึกซับซ้อนเกี่ยวกับครอบครัวของเธอ ผู้วิจัยจึงตัดสินใจใช้การเคลื่อนไหวแบบวงกลมเพื่อสะท้อนถึงสภาวะอารมณ์ที่ไม่แน่นอนและความพยายามในการสร้างสมดุลระหว่างความรักและความคาดหวัง การใช้การเคลื่อนไหวแบบเส้นโค้งช่วยให้เกิดความรู้สึกที่ลื่นไหลและต่อเนื่องในการแสดง สะท้อนถึงความพยายามของตัวละครที่จะควบคุมสถานการณ์แต่ไม่สามารถทำได้สำเร็จ

เมื่อผู้วิจัยใช้เทคนิคการเคลื่อนไหวแบบวงกลมและเส้นโค้งร่วมกับการแสดง พบว่าการเคลื่อนไหวที่ไหลลื่นทำให้ตัวละครดูเป็นธรรมชาติมากขึ้น นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังได้นำเทคนิค “การเคลื่อนย้ายความสัมพันธ์” (Shifting Relation) เข้ามาประกอบกับการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์จูเลียในระหว่างที่เล่าเรื่องราว การสลับตำแหน่งและการเปลี่ยนท่าทางในช่วงท้ายของบททำให้เห็นถึงความเปลี่ยนแปลงในความรู้สึกของตัวละครที่มีต่อเหตุการณ์และบุคคลที่เกี่ยวข้อง

ในการตัดสินใจเลือกใช้เทคนิคต่างๆ ผู้วิจัยได้พิจารณาถึงความต้องการของตัวละคร เช่น ความพยายามที่จะหลุดพ้นจากความคาดหวังของสังคม ซึ่งทำให้ผู้วิจัยเลือกใช้การเคลื่อนไหวที่มีลักษณะเหมือนการ “แตกแขนง” (Branching Out) เพื่อสะท้อนถึงความปรารถนาที่จะหนีออกจากกรอบที่ตัวละครรู้สึกว่าจะถูกจำกัด การตัดสินใจเหล่านี้ช่วยให้การแสดงมีความลึกซึ้งและสามารถสื่อสารกับผู้ชมได้อย่างทรงพลังมากขึ้น

## 7. การสรุปผลและการอภิปรายผล

จากจุดเริ่มต้นของงานวิจัยที่มุ่งเน้นการแก้ไขปัญหาการแสดงและการค้นหาอิสระในการใช้ร่างกายและอารมณ์ ผู้วิจัยได้นำหลักการหมายเลข 60 ของพิเชษฐ กลั่นชื่น มาทดลองใช้เพื่อพัฒนาทักษะการแสดง การวิจัยครั้งนี้มีจุดประสงค์หลักเพื่อค้นหาว่าการประยุกต์ใช้หลักการดังกล่าวจะสามารถช่วยให้นักแสดงเข้าถึงบทบาทและแสดงออกถึงความเป็นตัวละครได้อย่างอิสระมากขึ้นหรือไม่ ในช่วงเริ่มต้นของการทดลอง ผู้วิจัยพบว่าการศึกษาที่เน้นการเคลื่อนไหวแบบวงกลมและเส้นโค้ง รวมถึงการควบคุมพลังงานภายในร่างกาย ทำให้เห็นถึงข้อจำกัดในการเคลื่อนไหว โดยเฉพาะการพึ่งพาการเคลื่อนไหวของร่างกายส่วนบนมากกว่าส่วนล่าง ซึ่งเป็นปัญหาที่มักพบในการแสดง อย่างไรก็ตาม เมื่อมีการฝึกฝนองค์ประกอบของหลักการหมายเลข 60 อย่างต่อเนื่อง เช่น การควบคุมลมหายใจและการทำงานร่วมกับกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ผู้วิจัยเริ่มรู้สึกถึงอิสระในการเคลื่อนไหวและสามารถเชื่อมโยงกับอารมณ์ของตัวละครได้มากขึ้น

เมื่อประยุกต์ใช้หลักการหมายเลข 60 กับบทละครเรื่อง “มิสจูลี” ผลการวิจัยพบว่า การเคลื่อนไหวที่อิสระและสอดคล้องกับพลังงานภายในร่างกาย ทำให้การแสดงมีความสมจริงและมีชีวิตชีวามากขึ้น ตัวละครจูลีที่มีความซับซ้อนทางอารมณ์สามารถถ่ายทอดออกมาได้ลึกซึ้งยิ่งขึ้นด้วยการเคลื่อนไหวที่สอดคล้องกับความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลงไป การเชื่อมโยงการเคลื่อนไหวกับอารมณ์ของตัวละครทำให้การแสดงออกถึงสภาวะทางจิตใจมีความชัดเจนมากขึ้น นอกจากนี้ เทคนิคการหายใจและการจัดการความสัมพันธ์ของร่างกายยังช่วยให้การแสดงดูสมจริงและเป็นธรรมชาติมากขึ้น การปรับใช้เทคนิคเหล่านี้ทำให้ผู้แสดงสามารถสื่อสารความหมายและอารมณ์ของตัวละครได้อย่างมีประสิทธิภาพ การเคลื่อนย้ายความสัมพันธ์ภายในฉากก็มีบทบาทสำคัญในการสร้างการเชื่อมโยงระหว่างตัวละครกับผู้ชม

ผลจากการฝึกฝนตามหลักการหมายเลข 60 ทำให้ผู้วิจัยสามารถแสดงบทบาทของตัวละครได้อย่างลึกซึ้ง โดยเฉพาะการเคลื่อนไหวของร่างกายทั้งหมดที่ช่วยให้สามารถสื่อสารอารมณ์ของตัวละครได้ดียิ่งขึ้น การฝึกฝนนี้ยังช่วยเพิ่มความสามารถในการถ่ายทอดความปรารถนาและความซับซ้อนของตัวละครให้ชัดเจนมากขึ้น โดยไม่จำกัดอยู่เพียงการใช้ร่างกายส่วนบนเท่านั้น ข้อค้นพบจากการวิจัยนี้ไม่เพียงทำให้การแสดงมีความอิสระทางร่างกายมากขึ้น แต่ยังช่วยให้นักแสดงสามารถเชื่อมโยงอารมณ์กับ

การเคลื่อนไหวได้อย่างลึกซึ้งยิ่งขึ้น นอกจากนี้ยังสามารถนำองค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากการวิจัยนี้ไปพัฒนาทักษะการแสดงในบทบาทอื่นๆ ในอนาคต

## 8. ข้อเสนอแนะงานวิจัย

จากการวิจัยเรื่องการใช้หลักการหมายเลข 60 เพื่อพัฒนาทักษะการแสดง ผู้วิจัยพบว่าการฝึกตามหลักการนี้ต้องใช้เวลาและความทุ่มเท โดยนักแสดงจำเป็นต้องฝึกฝนอย่างต่อเนื่องเพื่อให้ร่างกายสามารถเคลื่อนไหวได้อย่างอิสระและสอดคล้องกับอารมณ์ของตัวละคร การฝึกอบรมนี้ยังช่วยพัฒนาทักษะการแสดงในหลายด้าน เช่น เสียง อารมณ์ และแรงจูงใจของตัวละคร โดยการใช้ร่างกายในการแสดงท่าทาง การเดิน ยืน และนั่งอย่างมีประสิทธิภาพ การใช้หลักการหมายเลข 60 เป็นเครื่องมือสำคัญที่เชื่อมโยงร่างกาย เสียง และอารมณ์ ทำให้การแสดงมีชีวิตชีวาและสามารถสื่อสารอารมณ์ได้อย่างลึกซึ้ง การทดลองนี้ชี้ให้เห็นว่าการฝึกซ้อมและการควบคุมลมหายใจเป็นหัวใจสำคัญของการแสดงที่มีคุณภาพ ซึ่งส่งเสริมให้นักแสดงสามารถเชื่อมโยงร่างกายกับอารมณ์ได้ดียิ่งขึ้น แม้จะเป็นเพียงการเริ่มต้นของการทดลอง แต่ผลลัพธ์จากการใช้หลักการหมายเลข 60 แสดงให้เห็นว่ามันสามารถพัฒนาเทคนิคการแสดงได้อย่างเป็นรูปธรรมและสามารถต่อยอดไปสู่การสร้างองค์ความรู้ใหม่ ๆ ในวงการแสดง

## 9. เอกสารอ้างอิง

- Bhaluani, A. (2019). *Why the theatre is still relevant today*. Retrieved from <https://www.thisislocalondon.co.uk/youngreporter/17539299.theatre-still-relevant-today-amelie-bhaluani-green-school/>
- Esslin, M. (1968). Naturalism in Context. *The Drama Review: TDR*, 67-76.
- Sprinchorn, E. (1968). Strindberg and the greater naturalism. *The Drama Review*, 13(2), 119-129.
- Strindberg, A. (2006). *Miss Julie* (M. Meyer, Trans.; D. Thomas & J. Taylor, Eds.). Bloomsbury Methuen Drama.