

บทบรรณาธิการ

ลมหายใจของนักแสดง : เรียนรู้เพื่อยอมรับ AN ACTOR'S LIFE LIVE AND LEARN

ธัญญรัตน์ ประดิษฐ์แทน¹
Thanyarat Praditthaen

บทคัดย่อ

นักแสดง เป็นอาชีพที่ต้องอาศัยการฝึกฝนและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง การที่นักแสดงจะพัฒนาความสามารถ เป็นศิลปินผู้สร้างสรรคผลงานศิลปะได้นั้น ผู้เป็นนักแสดงจะต้องมีจิตใจที่มุ่งมั่นในการพัฒนาตนเองและเล็งเห็นถึง คุณประโยชน์ของการแสดงที่มีต่อส่วนรวมและสังคม การเคารพในอาชีพของการเป็นนักแสดง มิใช่เพียงการฝึก แสดงออกแต่ภายนอก หรือการปรุงแต่งรูปร่างหน้าตาให้ดูดีเท่านั้น การฝึกทักษะภายในจิตใจ ได้แก่ ความเข้าใจชีวิต เข้าใจสังคม การศึกษาถึงความเชื่อมโยงของละครที่มีสังคม จะช่วยให้นักแสดงเห็นมุมมองที่กว้างขวางมากขึ้น และ ส่งผลต่อการฝึกทักษะการเรียนรู้และปฏิบัติเกี่ยวกับการแสดงให้ออกมาเป็นรูปธรรม ดังนั้น ลมหายใจของนักแสดง จึงหมายถึง การที่นักแสดงจำเป็นต้องเรียนรู้และสังเกต คน สังคม และการใช้ชีวิต อย่างสม่ำเสมอ เพื่อเก็บสะสม เป็นข้อมูล ความรู้ ตลอดจนทำความเข้าใจในการกระทำของคนที่มีหลากหลายรูปแบบ นำมาใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อการแสดง เพราะ **ละคร คือสิ่งที่สะท้อนเรื่องราวซึ่งเกี่ยวข้องกับ “คน”** โดยตรง ดังนั้นผู้ที่ทำหน้าที่สะท้อนเรื่องราวของคนในละครได้เป็นอย่างดีและลึกซึ้ง จึงหมายถึง ผู้ที่เข้าใจชีวิต เข้าใจความเป็นคนอย่างลึกซึ้งและชัดเจน

คำสำคัญ: นักแสดง; การแสดง

Abstract

Actor is a profession that requires ongoing training and development. For an actor to become an artist, one should devote considerable energy to self-development and appreciate the value of acting towards the community at large. In Respect for Acting, one must not merely focus on the improvement of outer expression or appearance but should also give precedence to the development of one's mind e.g. wisdom of life, social skill, and the correlation between the theatrical performance and the society. These will help broaden an actor's perspective, and, in consequence, enable oneself to be able to portray concretely. Thus, An Actor's Life herein means the act of learning that is the foundation of acting career. As an actor, one must constantly learn to understand life, people, and society to be able to comprehend the multi-facet of human acts and be able to express them vividly in the performance. As stage performance is the reflection of "Human Life", the duty of actor; therefore, is to profoundly portray the character's life in the story. In order to be able to do so, an actor must understand life and human thoroughly and explicitly.

Keyword: actor; acting

¹อาจารย์ประจำ สาขาวิชาศิลปะการแสดง คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การหายใจเป็นหนึ่งในข้อบ่งชี้ของการมีชีวิตอยู่ของคน เป็นข้อพิสูจน์ที่แสดงให้เห็นว่าคน ๆ นั้นยังมีชีวิตอยู่ด้วยการที่เราสามารถหายใจเข้าและออกได้ตามระบบและกลไกของร่างกายเพื่อการดำรงชีวิตในแต่ละวัน ลมหายใจเป็นสิ่งที่อาจจะไม่สามารถมองเห็นได้ด้วยตาแต่สามารถรู้สึกได้ในขณะที่เราหายใจเข้าหายใจออก และเป็นสิ่งที่เราทำจนเคยชิน ในทุกวันที่ชีวิตดำเนินไปแต่ละคนมีบทบาทหน้าที่และสิ่งที่จะต้องทำมากมาย จนบางขณะเวลาอาจจะลืมนึกไปว่าสิ่งหนึ่งที่เราทำควบคู่ไปตลอดและไม่สามารถที่จะหยุดทำมันได้ก็คือ **การหายใจ**

สิ่งที่ผู้เขียนนำเสนอในบทความนี้อาจมิใช่สิ่งใหม่ที่นักการละครเพิ่งค้นพบ บทความนี้อาจเป็นสิ่งที่มีนักการละครหลาย ๆ คนได้เรียนรู้ปฏิบัติมาอย่างต่อเนื่องแล้วในแง่ของการฝึกปฏิบัติทางด้านการแสดงด้วยทฤษฎีทางการแสดงโดยตรง แต่ในบทความนี้ผู้เขียนเล็งเห็นประเด็นในการศึกษาค้นคว้าทางด้านการแสดงผ่านมุมมองความสัมพันธ์ระหว่างคนและสังคม ซึ่งผู้เขียนมีความเชื่อว่าเป็นจะเป็นอีกจุดเริ่มต้นที่ดีในการทำความเข้าใจเกี่ยวกับการแสดง เพื่อเป็นทางเลือกในการฝึกปฏิบัติการแสดงและเพื่อสะท้อนให้เห็นถึงบทบาทสำคัญของศิลปะการละคร ซึ่งผู้ที่ปรารถนาจะเป็นนักแสดงพึงยอมรับและทำความเข้าใจว่า เมื่อพิจารณาตนเองจะเป็นนักแสดงแล้ว สิ่งที่มาคือหน้าที่รับผิดชอบทั้งต่อตนเองและต่อสังคม เพราะคุณค่าของงานศิลปะนั้นควรจะยังผลในทางที่ดีให้กับทั้ง “ผู้สร้าง” และ “ผู้เสพ”

ศิลปะการละคร งานสร้างสรรค์ที่สะท้อนความเป็นคนและสังคมในช่วงเวลาต่าง ๆ โดยการนำเสนอต่อผู้ชม เพื่อสื่อสารข้อความหรือประเด็นสำคัญบางอย่างที่ผู้จัดทำต้องการสื่อไปยังผู้ชม หากสังเกตผลผลิตของละครเวทีในปัจจุบัน ไม่ว่าจะเป็นผู้ผลิตที่เป็นองค์กรเอกชน กลุ่มศิลปินอิสระ และกลุ่มนิสิตนักศึกษาการละคร ต่างพยายามที่จะให้ความสำคัญในการสร้างสรรค์งานที่มีคุณภาพต่อสังคมมากขึ้น (ดงกมล ฌ ป้อมเพชร. 2440: 225)

“หลังจากพ.ศ. 2542 เป็นต้นมา คงกล่าวได้ว่า การละครเวทีไทยเข้าสู่ยุค “แสวงหาตัวตน” บรรดาคนทำละคร ทั้งอาจารย์ในสถาบันการศึกษา กลุ่มละครอิสระ และศิลปินเดี่ยวต่างก็สั่งสมประสบการณ์ ความชำนาญ และความสนใจทางด้านละครของตนมาในระดับหนึ่ง จึงเริ่มทดลองสร้างละครที่เน้นการกลับไปสู่รากเหง้า ในแนวทางเฉพาะของตนที่ไม่ยึดติดกับกรอบทฤษฎีทางการละคร เพื่อถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิดชีวิตและปัญหาของคนไทยในสังคมร่วมสมัย...”

ลักษณะการสร้างสรรคละครในปัจจุบันไม่เพียงแต่มุ่งให้ความสำคัญรูปแบบของการนำเสนอในเรื่องขององค์ประกอบภายนอก หากแต่มุ่งให้ความสำคัญกับ “สาร” ที่ผู้จัดทำละครต้องการจะ “สื่อ” กับผู้ชม ซึ่งสารนี้มักจะมี ความเกี่ยวข้อง กับคน (ผู้ชม) และสังคมที่คนอาศัยอยู่

หากพิจารณาถึงบทบาทและหน้าที่ของศิลปะการละครนั้น พอจะสรุปเป็นภาพรวมเพื่อให้เห็นคุณค่าของละครที่มีต่อสังคมตามลำดับดังต่อไปนี้

1. ละครที่สร้างแรงบันดาลใจและจรรโลงใจให้กับผู้ชม
2. ละครที่ให้สาระและความรู้แก่ผู้ชม

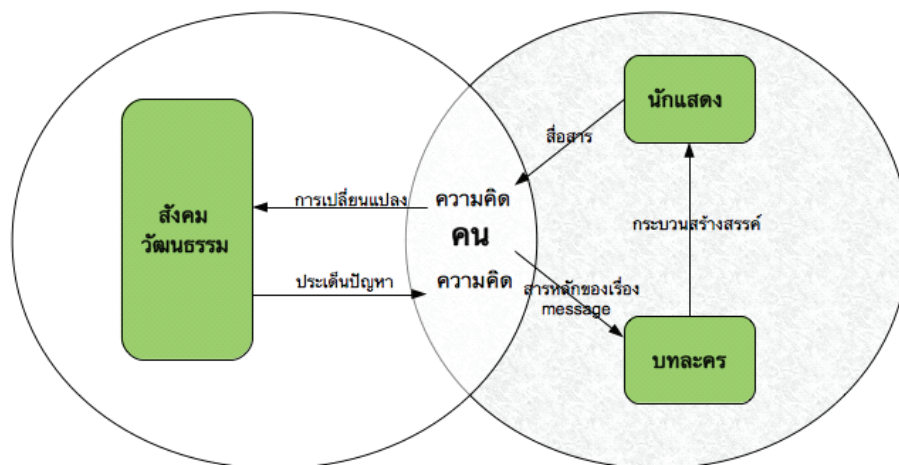
3. ละครที่ทำให้ผู้ชมเกิดการตระหนักรู้ ตั้งคำถาม เกิดความคิดหรือมุมมองต่อเรื่องที่กำลังชม จนสามารถเกิดการผลักดันให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสังคม

เจตนา นาควัชระ (2548 : 35) ได้ให้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับบทบาทและหน้าที่ของศิลปะไว้ดังนี้

“ถ้าลดระดับข้อเรียกร้องที่จะให้ศิลปะทำหน้าที่แทนศาสนา (ที่ล้มเหลวมานักต่อนัก แล้วในการขจัดสัญชาติญาณดิบของมนุษย์) เราก็อาจกล่าวได้ว่าศิลปะสามารถชี้ทางให้แก่สังคมได้ ผลกระทบของศิลปะที่มีต่อชีวิตมนุษย์มิได้ขึ้นอยู่กับการเสนอภาพแห่งความเป็นจริงที่เทียบได้กับโลกแห่งความเป็นจริง แต่ขึ้นอยู่กับความสมจริงอันเป็นพลังที่จะสร้างพลังความเชื่อและศรัทธา ศรัทธานี้แหละคือสิ่งที่สร้างความเปลี่ยนแปลงได้ ...”

ข้อความดังกล่าวแสดงให้เห็นถึงบทบาทหน้าที่ของศิลปะที่มีต่อสังคม ซึ่งหากพิจารณากับคุณค่าของศิลปะการละคร 3 ระดับที่ผู้เขียนได้เสนอไว้ข้างต้นแล้ว การจะสร้างสรรค์งานละครให้เป็งานศิลปะได้นั้น ย่อมมุ่งหวังให้ละครที่ผลิตออกมาสามารถทำหน้าที่ให้ได้ถึงระดับที่ 3 คือละครที่ทำให้ผู้ชมเกิดการตระหนักรู้ ตั้งคำถาม เกิดความคิดหรือมุมมองต่อเรื่องที่กำลังชม จนสามารถเกิดการผลักดันให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสังคม จึงจะถือว่าผู้สร้างงานได้สร้างสรรค์ “ศิลปะการละคร” ให้กับสังคม

นักการละครที่เล็งเห็นคุณค่าของการสร้างงานศิลปะ จึงมุ่งไปสู่การสร้างสรรค์ละครที่ให้ความสำคัญกับการสื่อสารข้อความหรือประเด็นบางอย่างไปยังผู้ชม เพื่อให้เกิดการสื่อความหมายต่าง ๆ กับผู้ชม จนไปสู่ภาวะของการเกิดกระบวนการคิด การตั้งคำถาม ตลอดจนจนสามารถนำไปสู่การสร้างความเปลี่ยนแปลงได้ ทั้งนี้ก็เพื่อให้ละครได้ทำหน้าที่มากกว่าการให้ความบันเทิงแก่ผู้ชม เมื่อเป็นเช่นนี้ ภารกิจของการเป็นนักแสดงผู้ซึ่งเปรียบเสมือนตัวกลางในการสื่อสารจากบทละครไปยัง ผู้ชม ย่อมต้องมีหน้าที่รับผิดชอบที่เพิ่มมากขึ้น หลากหลายมากขึ้น เพื่อการเป็นตัวกลางในการสื่อสารที่ดีและมีประสิทธิภาพมากที่สุด



ภาพ ความสัมพันธ์ของละครและสังคม

จากภาพจะเห็นว่าตัวกลางสำคัญที่เชื่อมโยงละครและสังคมเข้าด้วยกันคือ “คน” ความสัมพันธ์ของละครและสังคมเป็นความสัมพันธ์ที่มีลักษณะสองถึงกันทั้งสองทาง กล่าวคือ ละครสามารถทำหน้าที่สื่อสารข้อความหรือประเด็นที่เกิดขึ้นในสังคม โดยที่คนซึ่งมีความต้องการนำเสนอข้อความหรือประเด็นนั้น ๆ ใช้ละครเป็นเครื่องมือสะท้อนเรื่องราวต่อคนในสังคมด้วยกัน แต่ละครจะสามารถทำหน้าที่ของมันได้อย่างเต็มประสิทธิภาพนั้น ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบในการสร้างสรรค์ละครทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็น ผู้กำกับ ผู้เขียนบท ผู้ออกแบบงานด้านองค์ประกอบศิลป์ นักแสดง ผู้กำกับเวทีและทีมงานทุกฝ่าย หากพิจารณาถึงตัวกลางในการส่งผ่านผลงานของทุกฝ่ายไปยังผู้ชมจะพบว่า “นักแสดง” คือผู้ที่ความรับผิดชอบหน้าที่นั้น ด้วยการทำให้ตัวละครนั้นมีชีวิต มีลมหายใจ โดดเด่นอยู่ในโลกของละคร เพื่อช่วยสื่อสารหลักของเรื่องไปยังผู้ชมได้ตามความประสงค์ของคณะผู้จัดทำ เช่นนี้แล้วนักแสดงจึงมีบทบาทหน้าที่ของตนเองที่ต้องรับผิดชอบอย่างที่สุด

ลมหายใจของการ “เรียนรู้” เพื่อ “ยอมรับ” ตัวฉัน

เมื่อนักแสดงได้รับบทบาทในการแสดง เปรียบเสมือนการได้รับภารกิจที่ยิ่งใหญ่ที่นักแสดงต้องหาหนทางในการปฏิบัติภารกิจนั้นให้ลุล่วง อันที่จริงแล้วผู้เขียนมองว่าการเป็นนักแสดงคือการทำงานที่อาศัยความอดทนและเรียนรู้อย่างไม่มีความจบสิ้น เพราะงานของนักแสดงนั้นเกี่ยวข้องกับตรงต่อสิ่งมีชีวิตที่เรียกว่า “มนุษย์” ซึ่งเป็นสิ่งมีชีวิตที่มีความซับซ้อนและทำความเข้าใจได้ยากมาก การที่นักแสดงจะวิเคราะห์ถึงตัวตนและการกระทำของมนุษย์นั้นต้องอาศัยทั้งองค์ความรู้และประสบการณ์ชีวิต ความยากง่ายของการเป็นนักแสดงจึงเป็นสิ่งที่น่าสนใจที่จะหาคำตอบ ตัวละครหนึ่งอาจเป็นภารกิจที่ง่ายสำหรับนักแสดงคนหนึ่ง แต่สำหรับนักแสดงอีกคน ตัวละครนั้นอาจเป็นภารกิจที่เขาต้องใช้เวลาและความอดทนอย่างหนักเพื่อที่จะปฏิบัติภารกิจในการเป็นตัวละครนั้น

ก่อนที่นักแสดงจะเริ่มฝึกฝนทักษะทางการแสดง สิ่งสำคัญและนับว่ามีความจำเป็นอย่างมากคือ นักแสดงต้องทำความเข้าใจให้แน่ชัดเสียก่อนว่า “การแสดง” คืออะไร เพราะเมื่อกล่าวถึงคำว่าแสดง ยังมีผู้ที่เข้าใจผิดเกี่ยวกับความหมายของการแสดง ด้วยคำว่า “แสดง” นั้นให้ความรู้สึกถึงการทำให้มากกว่าปกติ แกล้งทำ เสแสร้ง เป็นต้น ทักษะคิดต่อคำว่าแสดงจึงค่อนข้างหลากหลาย แต่ความหมายของคำว่าแสดงในศิลปะการละครที่ผู้เขียนจะนำมากล่าวถึงต่อไปนี้ (นพมาศ ศิริกาเยะ, ผู้แปล. 2525 : 190) *“Acting is Doing การแสดงคือการไม่พยายามแสดงอะไร แต่เน้นที่การกระทำ”* เป็นการอธิบายถึงความหมายของการแสดงที่ให้เห็นภาพได้ชัดเจนขึ้น และเมื่อพิจารณาถึงกระบวนการฝึกฝนทางการแสดงของนักแสดงจะพบว่าในหลักการฝึกฝนนั้น ท้ายที่สุดก็เพื่อให้นักแสดงสามารถเป็นตัวละครที่เขาได้รับบท และถ่ายทอดตัวละครนั้นออกมาอย่างเป็นธรรมชาติ ซึ่งหมายถึงนักแสดงมีความเข้าใจในการกระทำของตัวละครได้มากที่สุด การเรียนรู้ของนักแสดงก็คือการเรียนรู้เกี่ยวกับการกระทำของคนนั่นเอง

จุดเริ่มต้นที่ดีของการเรียนรู้ดังกล่าวจึงน่าจะการเริ่มต้นจาก “ตนเอง” หมายถึงนักแสดงต้องรู้จักตนเองให้ดีและลึกซึ้งมากพอก่อนที่จะก้าวเข้ามารับหน้าที่เป็นนักแสดง (ตรีดาว อภัยวงศ์. 2550 : 93) กล่าวถึงความสำคัญของการเรียนรู้จักตนเองของนักแสดงด้วยการเปรียบเทียบกับศิลปินสาขาอื่นไว้ว่า **“นักแสดง**

แตกต่างจากศิลปินในแขนงอื่น ๆ เพราะนักแสดงต้องใช้ร่างกายและเสียงของตนเองเป็นเครื่องมือในการเสนอผลงานศิลปะต่อผู้ชม ในขณะที่จิตรกรมีสีและพู่กัน ฯลฯ เป็นเครื่องมือในการสร้างสรรค์ นักดนตรีมีเครื่องดนตรีเป็นเครื่องมือในการบรรเลง นักแสดงนั้นไม่มีสิ่งอื่นใดนอกจากตนเอง” การรู้จักตนเองในทางการแสดงนั้น คือการเรียนรู้และยอมรับความเป็นตัวเราเอง การรู้จักสังเกตความคิดและการกระทำของตนเอง และกล้าหาญพอที่จะประเมินการกระทำของตนเองอย่างตรงไปตรงมาโดยปราศจากอคติ และการเข้าข้างตนเอง การกล้าที่จะยอมรับในข้อดีของตนเองและไม่หลงไปกับข้อดีของตนเองจนลืมนัดสิ่งเหล่านี้เป็นจุดเริ่มต้นที่ดีที่นักแสดงควรตระหนักเพื่อทำความเข้าใจใน “เครื่องมือ” สำคัญของนักแสดงเอง ก่อนที่จะนำเครื่องมือนั้นออกมาใช้ การยอมรับตนเองจะทำให้นักแสดงมีความเข้าใจ “ผู้อื่น” ได้มากขึ้น มีจิตใจที่เปิดกว้างมากขึ้นและสามารถมองเห็นถึงการกระทำต่าง ๆ ของตนเองและผู้อื่นได้อย่างมีเหตุผล มีมุมมองที่รอบด้านและไม่ตัดสินผู้อื่นเร็วจนเกินไป การตัดสินผู้อื่นเร็วจนเกินไปจะส่งผลเสียต่อการแสดงของนักแสดง กล่าวคือหากนักแสดงเคยชินกับการตัดสินผู้อื่นเร็ว นักแสดงอาจจะมีทัศนคติและมุมมองที่แคบและไม่รอบด้านต่อตัวละครในบทละคร ซึ่งจะส่งผลไปสู่การแสดงของเขาเอง ตัวละครที่เกิดจากนักแสดงประเภทนี้ก็จะเป็นตัวละครที่ขาดความเป็นธรรมชาติของมนุษย์ คือมีด้านเดียวไม่ดีก็เลว ขาดความหลากหลายในเชิงของความคิดและการกระทำ ซึ่งผิดจากความเป็นจริงของมนุษย์ ที่มีความซับซ้อนมาก คงไม่มีมนุษย์คนใดสามารถที่จะยืนยันได้ว่าตนเองเป็นคนดีทุกกระเปาะนิ้ว หรือเป็นคนเลวจนสุดพรรณนา ดังนั้นการเรียนรู้จักตนเองของนักแสดงจึงเป็นจุดเริ่มต้นที่ดีของการฝึกฝนการแสดง

ว่าด้วยการเรียนรู้ตนเอง เป็นการเรียนรู้ที่มีความซับซ้อนและเป็นสิ่งที่จับต้องได้ยาก ด้วยเหตุที่ว่า สิ่งที่ต้องเรียนรู้ คือตัวตนของผู้เรียนเอง เมื่อผู้เรียนกับสิ่งที่ต้องเรียนคือสิ่งเดียวกัน จะทำอย่างไรให้การเรียนรู้นั้นสัมฤทธิ์ผลโดยปราศจากอคติของตัวผู้เรียนเอง ผู้เขียนมองว่าในขั้นตอนนี้การเรียนรู้ต้องมาควบคู่กับการยอมรับ กล่าวคือ เมื่อ “รู้” ว่าตัวเราเองเป็นเช่นไรก็ต้อง “รับ” ให้ได้ ว่านี่คือตัวตนของเรา

ฉันคือใคร ฉันกำลังทำสิ่งนี้อยู่เพื่อเหตุผลใด คำถามที่นิยมใช้อย่างกว้างขวาง ทั้งในแง่ของการศึกษาทางสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ ในส่วนของการแสดง คำถามนี้ก็ถูกนำมาใช้เป็นส่วนหนึ่งของการฝึกฝนทางการแสดงเพื่อให้นักแสดงเริ่มต้นพิจารณาตนเอง ซึ่งในการพิจารณานี้ เป็นขั้นตอนหนึ่งของการเรียนรู้เพื่อให้เกิดยอมรับตนเองของนักแสดง การยอมรับตนเองในที่นี้ ผู้เขียนหมายถึงความกล้าหาญที่นักแสดงจะเผชิญกับความจริงเกี่ยวกับตนเอง นั่นคือการกล้ายอมรับในข้อดีและข้อด้อยของตนเอง เป็นการฝึกฝนจิตใจที่จะช่วยให้นักแสดงเข้าใจความจริงใจ การไม่เสแสร้งแกล้งทำ และที่สำคัญนักแสดงจะเรียนรู้และเข้าใจในความหลากหลายของพฤติกรรมมนุษย์ ซึ่งนับเป็นคุณสมบัติที่สำคัญของการเป็นนักแสดงที่ดี หากมีคำกล่าวที่ว่า “เป็นนักแสดงต้องกล้าแสดงออก” ผู้เขียนก็เสนอที่จะชี้ให้เห็นว่า ก่อนที่นักแสดงจะกล้าแสดงออก (Express) นักแสดงควรต้องกล้าที่จะยอมรับ (accept) และรู้เท่าทันตนเอง จึงจะทำให้นักแสดงมีความเข้าใจในการแสดงออกที่มีความจริงใจต่อความต้องการของตนเอง

ความกลัว เป็นอุปสรรคอย่างหนึ่งที่ทำให้นักแสดงไปไม่ถึงการยอมรับตนเอง เมื่อมนุษย์เกิดความหวาดกลัว ความรู้สึกที่ไม่ดีและความวิตกกังวลขึ้น โดยธรรมชาติของความเป็นมนุษย์ก็จะหาวิธีการป้องกัน

เยี่ยวยาทนเองเพื่อให้สามารถก้าวผ่านความกลัวนั้นไป **ซิกมันด์ ฟรอยด์**² (Sigmund Freud) ชี้ให้เห็นถึงสภาวะที่มนุษย์พยายามขจัดประสบการณ์ที่ไม่ได้ ความหวาดกลัว จนก่อให้เกิดเป็น “กลไกในการป้องกันตนเอง” (Ego Defense Mechanism) (อ้างใน สิริอริ วิชาวุธและคณะผู้เขียน. 2547:325) กล่าวคือเมื่อเกิดการแสดงพฤติกรรมที่บกพร่องหรือเกิดข้อผิดพลาด มนุษย์จะสร้างกลไกในการป้องกันตนเองด้วยการหาเหตุผลเข้าข้างตนเอง การปฏิเสธโดยการไม่ยอมรับความจริงที่ขมขื่น การเก็บกดความรู้สึกที่ยอมรับไม่ได้ การขัดท้อความผิดความไม่ดีให้กับผู้อื่น การแสดงพฤติกรรมที่ตรงข้ามกับความรู้สึกนึกคิดจริงๆ การสลับเปลี่ยนความรู้สึกที่สะท้อนขวัญต่อบุคคลไปยังสิ่งที่ปลอดภัยกว่า เป็นต้น ซึ่งหากมนุษย์ใช้กลไกในการป้องกันตนเองมากเกินไป จะส่งผลเสียต่อตนเองในแง่ของการมองไม่เห็นสาเหตุและความเป็นจริงอันเป็นที่มาของการเกิดพฤติกรรมบางอย่างขึ้น ลักษณะเช่นนี้หากปล่อยไปในระยะยาวจะมีผลทำให้บุคคลนั้นไม่สามารถเข้าใจและยอมรับตนเองความเป็นจริงของตนเองได้

อิริคสัน เอช อิริคสัน³ (Erikson H. Erikson) (อ้างใน วันเพ็ญ พิศาลพงศ์. 2536 : 43-58) ได้นำเสนอทฤษฎีพัฒนาการทางบุคลิกภาพของมนุษย์ เพื่ออธิบายถึงการกระทำของมนุษย์ในเชิงความสัมพันธ์กับสิ่งต่างๆ รอบตัว ทฤษฎีของเขาให้ความสำคัญกับตนในปัจจุบัน โดยเน้นหน้าที่ของตนในเวลาปัจจุบันกับการตัดสินใจ และเขายังให้ความสนใจในความสัมพันธ์ของบุคคลที่มีต่อครอบครัว และความสัมพันธ์ที่กว้างออกไปในระดับสังคม ปัญหาสังคมที่มีต่อชีวิตประจำวันของมนุษย์ อันเป็นตัวกำหนดและส่งผลให้เกิดการกระทำและพฤติกรรมของมนุษย์ เขาได้พัฒนาทฤษฎีของเขาด้วยการใช้ความรู้หลากหลายสาขาได้แก่ แนวคิดทางจิตวิทยาของฟรอยด์ พัฒนาการของเด็ก มนุษยวิทยาด้านวัฒนธรรม และประวัติศาสตร์ ซึ่งแนวคิดของอิริคสันนั้นมีส่วนที่ได้รับอิทธิพลจากแนวคิดของฟรอยด์ หากแต่เขานำเสนอในประเด็นที่ต่างออกไปเนื่องจากเขามีความสนใจการนำความรู้ทางจิตวิทยาไปใช้แก้ปัญหาในชีวิตประจำวันนั่นเอง

พิจารณาจากทฤษฎีของอิริคสันว่าด้วยการอธิบายพฤติกรรมมนุษย์ ผู้เขียนนำแนวคิดดังกล่าวมาประยุกต์เพื่อใช้เป็นแบบฝึกหัดสำหรับวิเคราะห์ตนเองสำหรับนักแสดง

ในการพิจารณาตนเองนั้นเป็นเรื่องที่นักแสดงต้องฝึกฝนเพื่อเรียนรู้และยอมรับตนเอง การทำแบบฝึกดังกล่าวอาจเริ่มจากเหตุการณ์ที่ไม่ซับซ้อนมาก เป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เมื่อนักแสดงได้ทดลองตอบคำถามอย่างเป็นกลางโดยปราศจากอคติ และนำคำตอบเหล่านั้นมาประมวลผลจะทำให้นักแสดงได้เห็นวิถีคิดของตนเอง ซึ่งตรงกับคำว่า “ตรรกะ” หรือ “Logic” อันเป็นกุญแจสำคัญดอกหนึ่งของการทำความเข้าใจตัวละคร เพื่อการแสดงที่สมบทบาทและมีความเป็นธรรมชาติของมนุษย์

หากพิจารณาขอบเขตที่นักแสดงควรให้ความสนใจศึกษาค้นคว้าเพื่อนำองค์ความรู้หรือแนวคิดต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้ในการฝึกฝนการแสดง สิ่งที่นักแสดงพึงเรียนรู้อย่างสม่ำเสมอคือการศึกษาและทำความเข้าใจ

²ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) (1856-1939) บิดาแห่งทฤษฎีจิตวิเคราะห์ นักจิตวิทยาชาวออสเตรีย ผู้ที่สร้างทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic Theory)

³อิริคสัน เอช อิริคสัน (Erikson H. Erikson) (1902-1994) ผู้คิดค้นทฤษฎีพัฒนาการบุคลิกภาพของอิริคสัน (Erikson's Theory of development)

พิจารณาตนเองจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น

1. ใครอยู่ในเหตุการณ์ -->
2. เกิดอะไรขึ้น -->
3. ฉันรู้สึกอย่างไร -->
4. ฉันทำอะไร -->
5. เกิดผลอย่างไรต่อฉัน -->
6. เกิดผลอย่างไรต่อผู้อยู่ในเหตุการณ์ -->

ประมวลผล

ฉันทำ (4) เนื่องจากฉัน (3) เพราะ (2) ส่งผลให้ (5),(6)

ภาพ การกระทำของตัวละครกับทฤษฎีของอิริคสัน

เกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์ ซึ่งในทางจิตวิทยามีแนวคิดและทฤษฎีที่นำเสนออย่างมากมาย ดังนั้นแนวคิดที่อธิบายการกระทำของมนุษย์จึงเป็นแนวคิดที่น่าจะนำมาประยุกต์ใช้ทั้งในแง่ของการวิเคราะห์ตนเองและการสร้างสรรค์ตัวละครในบทละคร ในทฤษฎีของผู้เขียน ความเข้าใจและการยอมรับตนเองเป็นพื้นฐานที่ดีสำหรับการสร้างสรรค์ตัวละครของนักแสดงอย่างมาก โดยที่นักแสดงสามารถนำหลักการฝึกฝนมาใช้เพื่อพิจารณาตนเองเพื่อมองเห็นบุคลิกภาพดั้งเดิมของตนเอง และการมองเห็นตัวตนที่แท้จริง ตลอดจนการเข้าใจความหมายถึงความไม่มีตัวตน ความว่างเปล่า การตระหนักได้ถึงความว่างเปล่านี้อาจช่วยเตรียมความพร้อมในแง่ของจิตใจ เพื่อให้นักแสดงเข้าใจความเป็นตัวตนของตัวละครที่ได้รับบทบาท ด้วยการมองอย่างเป็นกลางโดยปราศจากความอคติ ผู้เขียนคิดว่าจุดนี้เองที่เป็นตัวเชื่อมสำคัญ ที่จะช่วยให้นักแสดงสามารถเริ่มทำการเรียนรู้ “เครื่องมือ” สำคัญของนักแสดงซึ่งก็คือ ตนเอง จนมีความพร้อมที่จะฝึกฝนเครื่องมือเพื่อใช้ในการสื่อสารและสร้างสรรค์งานศิลปะต่อไป

เมื่อการเป็นนักแสดง เป็นงานที่เรียกร้องความจริงใจในการสื่อสาร การเป็นตัวละครที่มีชีวิต การทำงานของนักแสดงที่ได้รับหน้าที่เป็นตัวละครหนึ่งเรื่อง เปรียบเสมือนการได้เรียนรู้จักคนหนึ่งคนทั้งชีวิตของบุคคลนั้นในช่วงเวลาอันสั้น ดังนั้นนอกจากการเรียนรู้ที่จะยอมรับตนเองแล้ว ก้าวต่อมาของการฝึกฝนการแสดงคือการเรียนรู้และเข้าใจผู้อื่น

ลมหายใจของการ “เรียนรู้” เพื่อ “ยอมรับ” ผู้อื่น

สิ่งที่นักแสดงควรตระหนัก “ตนเอง” และ “ผู้อื่น” การเรียนรู้ของนักแสดงนั้น นอกจากจะให้ความสำคัญในการเรียนรู้ตนเองแล้ว การเรียนรู้เพื่อเข้าใจ “ผู้อื่น” ก็เป็นเรื่องที่ต้องให้ความสำคัญไม่แพ้กัน เจตนา

นาควัซเซอร์ (2544 : 44) ได้อธิบายถึงบทบาทการทำงานของนักแสดงในฐานะที่เป็นตัวกลางสื่อสารไว้ว่า **“นักแสดงที่ดีมิใช่ผู้ที่แสดงเรื่องของตัวเองหรือแสดงความเป็นใจของตัวเอง แต่เป็นผู้ที่รับ “บท” เขามาแสดงเป็นผู้ที่ “ตีบท” แดก เป็นผู้ “เล่น” บทที่คนอื่นเขาแต่งมาให้ และก็จะต้องเล่นได้หลากหลายบท”**

ข้อความดังกล่าวสะท้อนให้เห็นประเด็นสำคัญในการเป็นนักแสดงที่พึงตระหนักถึงผู้อื่น ซึ่งในที่นี้การเป็นตัวละคร ด้วยการ “ตีบท” คือนักแสดงต้องรู้จักวิเคราะห์บทและตัวละครที่ตนได้รับให้เกิดความเข้าใจอย่างกระจ่างชัด เพื่อนำผลการวิเคราะห์นั้นมาประมวลและทำการสื่อสารในฐานะที่เป็นตัวละครเพื่อช่วยสะท้อนสาระหลักของเรื่องที่ละครต้องการเสนอต่อผู้ชม และผู้อื่นนี้ยังหมายรวมไปถึงตัวละครอื่น ๆ ที่ร่วมอยู่ในเรื่องราวของละครเรื่องเดียวกันด้วย ดังนั้น เมื่อนักแสดงได้เรียนรู้และยอมรับตนเองได้แล้ว ขั้นตอนต่อมาคือ **การเรียนรู้ผู้อื่น**

ผู้เขียนขอเสนอแนวทางในการฝึกฝนการแสดงจากการเรียนรู้จากชีวิตประจำวัน ว่าด้วยการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับ ความสัมพันธ์ของ “คนและสังคม” ด้วยผู้เขียนมีความเชื่อที่ว่า มนุษย์เป็นสัตว์สังคม สังคมที่อาศัยอยู่ย่อมส่งผลให้คนมีวิถีคิด มีความเชื่อ มีทัศนคติ มีตรรกะ ที่แตกต่างกันออกไปและความเชื่ออีกประการสำคัญที่นักแสดงควรตระหนักคือ “คนเราไม่เหมือนกัน” ซึ่งจะเป็นความคิดตั้งต้นที่ทำให้ผู้ที่ต้องการฝึกฝนการแสดงเข้าใจและมองเห็นขอบเขตที่ตนเองต้องศึกษาค้นคว้า

ในชีวิตประจำวันนักแสดงสามารถเรียนรู้จากการสังเกตและพินิจพิจารณาการกระทำของทั้งตนเองและผู้อื่นได้อยู่เสมอ แต่นักแสดงหรือผู้อ่านจะแน่ใจได้อย่างไรว่าสายตาที่เรามองการกระทำของผู้อื่น จะตัดสินคนผู้นั้นได้อย่างตรงไปตรงมาโดยไม่มีอคติใด ๆ เลย เมื่อเป็นเช่นนั้น จึงจำเป็นต้องศึกษาหากระบวนการคิดวิเคราะห์ที่มีหลักการและเหตุผลมารองรับ เพื่อให้การเรียนรู้ “ผู้อื่น” เป็นการเรียนรู้ที่รอบด้านหลากหลายและก่อให้เกิดความเข้าใจในความแตกต่างของ “คน” ได้มากขึ้น

อัลเบิร์ต ไอน์สไตน์ (Albert Einstien) (ตีรณ มชิตมา, บรรณาธิการ. 2537 : 194) ได้แสดงทัศนะเรื่องสังคมนิยมโดยกล่าวถึงความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์และสังคมว่า

“มนุษย์เป็นสัตว์สังคมผู้มีชีวิตโดดเดี่ยว ในฐานะผู้อยู่โดดเดี่ยว เขาพยายามที่จะปกป้องชีวิตของเขาและของคนอื่นที่อยู่ใกล้ชิด พยายามที่จะตอบสนองความปรารถนาของตนเอง และพัฒนาพรสวรรค์ที่ติดตัวมาตั้งแต่กำเนิด ในฐานะที่เป็นสัตว์สังคม เขาแสวงหาการยอมรับและความรักจากเพื่อนมนุษย์ในยามโศกเศร้า และแสวงหาการพัฒนาสภาพความเป็นอยู่ ความพยายามหลากหลายที่มักจะขัดแย้งกัน ทำให้เกิดลักษณะเฉพาะของมนุษย์ แต่บุคลิกภาพที่ปรากฏออกมาให้เห็นนั้น ส่วนใหญ่ได้รับการหล่อหลอมจากสิ่งแวดล้อมที่ทำให้มนุษย์ค้นพบตัวเองระหว่างพัฒนาการของเขาจากโครงสร้างของสังคมที่เขาเติบโตขึ้น มาจากจารีตประเพณีของสังคมนั้น ๆ และจากการประเมินค่าความประพฤติรูปแบบต่าง ๆ ...”

จากคำกล่าวนี้ สามารถแสดงให้เห็นถึงความเชื่อมโยงกันระหว่างการกระทำของมนุษย์กับสังคมที่เขาอาศัยอยู่ หากพิจารณาในบริบทของการแสดงก็จะซึ่งจะช่วยให้นักแสดงสามารถวิเคราะห์การกระทำของตัวเอง

ละครที่มีผลมาจากบริบททางสังคมได้ชัดเจนยิ่งขึ้น หากนำคำกล่าวของไอน์สไตน์มาพิจารณาเพื่อใช้เป็นหลัก การวิเคราะห์การกระทำของตัวละคร สามารถแยกออกมาเป็นประเด็นได้ดังนี้

การวิเคราะห์การกระทำ (Action) ของตัวละครในบทละคร

1. การกระทำเพื่อตอบสนองของความปรารถนาของตนเอง โดยไม่คำนึงถึงเงื่อนไขทางสังคม
2. การกระทำเพื่อตอบสนองความต้องการของตนเอง โดยคำนึงถึงเงื่อนไขทางสังคม
3. การกระทำเพื่อตอบสนองความต้องการของสังคม โดยไม่คำนึงถึงการตอบสนองความต้องการของตนเอง

จะเห็นว่าโดยหลักการวิเคราะห์ข้างต้น มีตัวแปรหนึ่งที่เป็นตัวกำหนดให้คน (ตัวละคร) แสดงออก เพื่อให้ได้มาซึ่งความต้องการแตกต่างกัน นั่นคือ “สังคม” ที่ตัวละครอาศัยอยู่ เมื่อพิจารณาโดยใช้หลักในการ วิเคราะห์ทั้งสามข้อนี้ จะทำให้มองเห็นความซับซ้อนในการกระทำของตัวละครได้ ลึกซึ้งมากขึ้น กล่าวคือเมื่อนำผลการวิเคราะห์การกระทำของตัวละครในสามข้อข้างต้นมาพิจารณาร่วมกัน จะสะท้อนให้เห็นลักษณะนิสัย วิถีคิด ของตัวละครซึ่งอาจมีความซับซ้อนมากขึ้นแตกต่างกันออกไป และการวิเคราะห์โดยอาศัยหลักการ ดังกล่าว จะช่วยให้นักแสดงเห็นความสัมพันธ์ของตัวละครกับสังคมที่อาศัยอยู่ และจะทำให้นักแสดงเข้าใจ ความหมายของคำว่า “Given Circumstance” หรือเงื่อนไขและตัวกำหนดสถานการณ์ของตัวละคร ได้ชัดเจน ขึ้นนั่นเอง

การศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์บนพื้นฐานของความรู้ทางจิตวิทยาจะช่วยให้นักแสดงมีความเข้าใจ ในพฤติกรรมของมนุษย์ที่มีความหลากหลาย มีเหตุผลที่นำไปที่สามารถอธิบายได้ด้วยหลักการทางวิทยาศาสตร์ ทั้งนี้เพื่อเป็นประโยชน์ในแง่ของการนำไปใช้ วิเคราะห์พฤติกรรมของตัวละครในบทละคร ดังที่คอนสแตนติน สตานิสลาฟสกี (Konstantin Stanislavsky) (1863-1938) นักแสดงและผู้กำกับชาวรัสเซีย ผู้ซึ่งคิดค้น กระบวนการฝึกฝนการแสดงจากการสังเกตพฤติกรรมตนเองขณะอยู่ในกระบวนการสร้างสรรค์ละครเวทีของเขา ประกอบกับการศึกษาค้นคว้าความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์ที่อธิบายด้วยหลักการทางวิทยาศาสตร์จน ได้ผลสรุปออกมาเป็นวิธีการฝึกฝนการแสดงของเขาเอง “The Method”⁴ เขาเชื่อว่า กระทำของตัวละครว่ามี สาเหตุหลัก 3 ประการ อันได้แก่ 1. พันธุกรรม 2. สภาพแวดล้อมที่อาศัยอยู่ 3. สถานการณ์ตรงหน้า สตานิสลาฟสกีเชื่อว่า ปัจจัยทั้งหมดนี้เป็นสาเหตุที่ทำให้มนุษย์แต่ละคนมีการกระทำต่อเหตุการณ์หนึ่ง ๆ แตกต่าง กัน โดยเริ่มจากการตั้งคำถามกับตนเองว่า “ฉันต้องการอะไร” (อ้างใน Irina and Igor Levin. 2002 : 8-9)

จากประสบการณ์ในการสอนที่ผู้เขียนได้ทดลองใช้แบบฝึกหัดการสัมภาษณ์ตัวละคร (Interview Exercise)⁵ เพื่อการทดสอบความเข้าใจตัวละครกับนักแสดงละครเวที สิ่งที่ค้นพบจากการทดลองคือ นักแสดง

⁴The Method คือ กระบวนการฝึกปฏิบัติทางการแสดงซึ่งใช้หลักการทางจิตวิทยาอ้างอิงในการอธิบายถึงการกระทำของตัวละคร ทดลองและคิดค้นโดยคอนสแตนติน สตานิสลาฟสกี นักแสดงและผู้กำกับชาวรัสเซีย

⁵Interview Exercise ใช้เป็นแบบฝึกหัดในการทดสอบความเข้าใจตัวละครของนักแสดง โดยการกำหนดเงื่อนไขให้นักแสดง เป็นตัวละครและถูกสัมภาษณ์ ด้วยคำถามที่หลากหลายจากผู้สัมภาษณ์ นักแสดงมีหน้าที่ตอบทุกคำถามด้วยวิธีการของ ตัวละคร ทั้งในแง่ของความคิด และบุคลิกลักษณะของตัวละคร

สองคนที่สามารถวิเคราะห์ตัวละครในเชิงการทำความเข้าใจข้อมูลได้อย่างละเอียดค่อนข้างใกล้เคียงกัน แต่มีความแตกต่างที่ทำให้นักแสดงสองคนสามารถเป็นตัวละครได้ดี ความแตกต่างที่ว่าคือ **ความเข้าใจในความแตกต่างของคน** ซึ่งส่งผลให้เขาเข้าใจการกระทำของตัวละคร และยอมที่จะเป็นผู้ถ่ายทอดตัวละครนั้น นักแสดงที่สามารถเป็นตัวละครได้สมบทบาทนั้น ไม่เพียงเพราะเขารู้ว่าตัวละครทำอะไร เพื่ออะไร แต่เป็นเพราะเขารู้ว่า ตัวละคร ทำอะไร เพื่ออะไร ด้วยวิธีการแบบใด การที่นักแสดงสามารถวิเคราะห์หา “วิธีการ” เฉพาะของตัวละครได้ คือจุดเริ่มต้นที่จะช่วยให้นักแสดงมีความพร้อมในการเป็นตัวกลางการสื่อสาร เพื่อให้ละครได้ทำหน้าที่กับผู้ชมและสังคม

นักแสดงจะเป็นศิลปินผู้สร้างสรรค์งานศิลปะได้ ก็ต่อเมื่อเขามีจิตใจที่มุ่งมั่นในการพัฒนาตนเองและมองเห็นถึงคุณประโยชน์ของการแสดงที่มีต่อส่วนรวม การเคารพในอาชีพของการเป็นนักแสดง มิใช่การฝึกแสดงออกแต่เพียงภายนอก หรือการปรุงแต่งรูปร่างหน้าตาให้ดูดีเท่านั้น หากแต่เป็นการฝึกทักษะความเข้าใจชีวิต เข้าใจสังคม ซึ่งหมายถึงการฝึกทักษะการเรียนรู้และปฏิบัติออกมาให้เป็นรูปธรรม เป็นทักษะที่ต้องฝึกอย่างจริงจัง เหมือนดังเช่นนักวิทยาศาสตร์ที่ต้องเฝ้าสังเกตการณ์ ศึกษา ค้นคว้าและทดลองเพื่อหาคำตอบให้กับปัญหาที่เกิดขึ้น นักแสดงก็จำเป็นต้องเรียนรู้และสังเกต คน สังคม และการใช้ชีวิต ประหนึ่งว่ากำลังทำการวิจัยและทดลองเพื่อเก็บสะสมความเข้าใจในการกระทำของคนในลักษณะต่าง ๆ อันจะนำมาใช้เป็นประโยชน์อย่างมากในการแสดง เพราะ **ละคร คือสิ่งที่สะท้อนเรื่องราวซึ่งเกี่ยวข้องกับ “คน” โดยตรง** ดังนั้นผู้ที่จะทำหน้าที่สะท้อนเรื่องราวของคนในละครได้เป็นอย่างดีและลึกซึ้ง จึงหมายถึง ผู้ที่เข้าใจชีวิต เข้าใจความเป็นคนอย่างลึกซึ้ง และชัดเจน

“ลมหายใจเกิดขึ้นอยู่ทุกขณะของชีวิตที่ดำเนินไป

การเรียนรู้และยอมรับเกิดขึ้นอยู่ทุกขณะของชีวิตผู้ที่เรียกตนเองว่า นักแสดง”

บรรณานุกรม

- จิราภรณ์ ตั้งกิตติภรณ์. (2556). **จิตวิทยาทั่วไป**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- เจตนา นาควัชระ. (2548). **ตามใจฉัน - ตามใจท่าน : ว่าด้วยการวิจารณ์และการวิจัย**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์คมบาง
- เจตนา นาควัชระ. (2544). **ครุ่นคิด พินิจนึก**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ประพันธ์สาส์น.
- ดงกมล ณ ป้อมเพชร และ ตริดาว อภัยวงศ์. (2550). **ปริทัศน์ศิลปการละคร**. บรรณาธิการโดย นพมาศ แวงหงส์. กรุงเทพฯ : โครงการเผยแพร่ผลงานวิชาการ คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ตีรณ มัชฌิมา, บรรณาธิการ. **อัลเบิร์ต ไอน์สไตน์ อัจฉริยะเอกของโลก กับภารกิจกระแสวิเคราะห์ วิธีการเปลี่ยนแปลงของโลก**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แพรวธรรม.
- วันเพ็ญ พิศาลพงศ์. (2536). **การถ่ายทอดทางสังคมกับพัฒนาการของมนุษย์**. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

สิริอร วิชาวุธและคณะผู้เขียน. (2547). **จิตวิทยาทั่วไป**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

Irina and Igor Levin. (2002). **The Stanislavsky Secret : not a system, not a method but a way of thinking**. United State of America : Meriwether Publishing Ltd.