นาฏยประดิษฐ์ ชุด โนรีดัดตน
The Choreography of The Dance “Noree-Dadton”

(Received: Sep 18, 2018 Revised: Oct 21, 2019 Accepted: Nov 23, 2019)

จินตนา อนุวัฒน์[1]
Jintana Anuwat

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างสรรค์การแสดงจากท่าฤาษีดัดตน เป็นการแสดงนาฏศิลป์ไทยประเภทพื้นเมืองภาคใต้ในรูปแบบโนราประยุกต์ ชุด “โนรีดัดตน” โดยศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับกระบวนท่ารำ หลักและวิธีการสร้างสรรค์ท่ารำโนราจากเอกสาร การสังเกต และการสัมภาษณ์จากศิลปินพื้นบ้านรวมทั้งประสบการณ์ของผู้วิจัย ตลอดจนศึกษาข้อมูลที่เป็นแรงบันดาลใจ คือ ท่าฤาษีดัดตนจากตำราโคลงภาพฤาษีดัดตนที่คัดลอกจากจารึกในสมุดไทยดำและรูปปั้นฤาษีดัดตนของวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม

นาฏยประดิษฐ์ ชุด โนรีดัดตน ดำเนินการตามหลักนาฏยประดิษฐ์ 7 ขั้นตอนของศาสตราจารย์กิตติคุณ ดร.สุรพล วิรุฬห์รักษ์ คือ 1) การคิดให้มีนาฏศิลป์ 2) การกำหนดความคิดหลัก 3) การประมวลข้อมูล 4) การกำหนดขอบเขต 5) การกำหนดรูปแบบ 6) การกำหนดองค์ประกอบการแสดง และ 7) การออกแบบนาฏยศิลป์ การแสดงประกอบด้วย ผู้แสดง ใช้ผู้หญิงล้วน จำนวน 7 คน การแต่งกายเลียนแบบกินรีประยุกต์จากเครื่องโนราโบราณแบบบัว เครื่องดนตรี ได้แก่ ทับ กลองตุ๊ก ปี่ โหม่ง ฉิ่ง และใช้เสียงสังเคราะห์ประกอบ รูปแบบการแสดง แบ่งออก 3 ช่วง ได้แก่ ช่วงที่ 1 “ฤาษีดัดกายา” ช่วงที่ 2 “ซัดท่าจับระบำ”และช่วงที่ 3 “รำลึกถึงคุณครู” โดยแบ่งอารมณ์การแสดงตามแบบเทอร์นารี การเคลื่อนไหว

---

[1]ครูชำนาญการ วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์

ตามแบบไบนารี คือ ช่วงแรกเคลื่อนไหวช้า ช่วงหลังเคลื่อนไหวเร็วและแรง และการเคลื่อนไหวท่ารำของกลุ่มที่สัมพันธ์กับเวลาตามทฤษฎีของแจ็ควีน เอ็ม สมิธ โดยมีโครงสร้างท่ารำหลัก ส่วนของลำตัว ขาและเท้าปฏิบัติตามลักษณะท่าทางของฤาษีดัดตน จำนวน 42 ท่า ส่วนของแขนและมือปฏิบัติตามลักษณะการชัดท่ารำของโนรา กระบวนท่ารำเริ่มด้วยการนั่งรำ ยืนรำและเดินรำ ในอัตราจังหวะที่เริ่มจากช้าและเร็วขึ้นตามลำดับ ระดับท่ารำเริ่มจากท่าต่ำไปหาท่าสูงตามหลักเกณฑ์ในการปฏิบัติตามรูปแบบการรำโนราแบบโบราณ การแสดงชุดนี้นอกจากเป็นศิลปวัฒนธรรมสำคัญที่สร้างความรื่นเริงบันเทิงใจให้เกิดแก่ผู้ชมแล้ว ยังถือเป็นกายบริหารด้วยหลักการตามตำราฤาษีดัดตน นับเป็นวัฒนธรรมแห่งสุขภาพอันทรงคุณค่าของภูมิปัญญาไทยที่ควรแก่การนำมาพัฒนาต่อยอดเป็นองค์ความรู้ทั้งศาสตร์ทางด้าน การแพทย์และด้านนาฏศิลป์ ให้คงอยู่ควบคู่ไปกับบริบทสังคมไทยต่อไป

คำสำคัญ: นาฏยประดิษฐ์ โนรีดัดตน ท่ารำชัดท่า

Abstract

The purpose of this research was to create the performance from *Ruesidadton* (Thai hermit exercise) to be Thai southern folk dance under the Nora modern style named "*Noree-Dadton*". This research studied the dance processes, dance principles and creative approaches of Nora's movement from documents, observation, the interview from folk artists and experiences of the researcher. The document that inspired the researcher was *Ruesidadton* from the image hermit exercise textbook which is a copy from an inscription in *Samut-Thai-Dam* (Thai palm black leaf manuscripts) and hermit exercise statue in *Wat Phra Chetuphon Vimolmangklararm Rajwaramahaviharn.*

The choreography of the dance is called "Noree-Dadton". It follows the seven principles of choreography by Surapone Wirulruk. Some elements of the dance including the performers are seven women; the costume imitates the *Kinnari* dress; the music instruments consist of *Thạb, Klong Tuk, Pi, Mong*, and *Ching*; use the sound composition. The style of this performance follows the binary motion in which the movement was slow at the beginning and later become fast and forceful. The movement was related to time-space by Jacqueline M. Smith's theory and separated the performance emotion by the Temary's theory which has 3 range: First range: "*Ruesi-Dadkaya*" Second range: "*Sattha-Jạbrabam*" and Third range: "*Ramlụk thụng khunkhru*". The dance process was taken from 42 Ruesidadton styles. movement and at the end showed the structure of the main movement. The body, legs, and feet show the gesture of Ruesidadton while arms and hand showed the movement of *Nora.* The dance movements started from sitting, standing then walking movement which starts slowly and becomes faster. The movements also start from low to a higher position which is the *Nora* primitive pattern compliance rules.

This performance will be an important art and culture that helps to entertain the audience. It is still considered a physical exercise with the principles according to the *Ruesidadton.* It is considered a valuable health culture of Thai wisdom that should be developed further. It is a body of knowledge that integrates both the arts of Thai dance, medicine or other fields to continue to be in parallel with the Thai society context.

Keywords: Choreography of Dance, Noree-Dadton, Sattha Dance Pattern

บทนำ

โนรา เป็นการแสดงพื้นเมืองแบบดั้งเดิมที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัวที่เด่นชัด ทั้งวิธีการแต่งกาย เครื่องดนตรี บทกลอน ทำนองเพลง รวมทั้งการร้องและลีลาท่ารำ ที่มีรูปแบบการแสดงและพัฒนาการมาเป็นลำดับเพื่อความคงอยู่ในปัจจุบัน ซึ่งผู้รำจะต้องเตรียมความพร้อมของร่างกายเป็นอย่างดี โดยเฉพาะการทรงตัวนั้น จะต้องอัดอก แอ่นหลัง ยื่นลำตัวไปข้างหน้า ย่อลำตัวและเข่า ส่วนก้นต้องงอน ช่วงสะเอวจะต้องหัก ช่วงวงหน้าจะต้องเชิดขึ้นเล็กน้อย พลังในการเคลื่อนไหว และการรำซัดท่าของโนรามีทั้งอ่อนหวานและความกระฉับกระเฉง แข็งแรง การปฏิบัติกระบวนท่ารำโนราตามหลักเกณฑ์ที่ยึดถือกันมาแต่โบราณ คือ การรำ ต้องเริ่มจากท่านั่งไปหาท่ายืน ท่ารำต้องเริ่มจากต่ำไปหาท่าสูง ต้องไม่ขัดมือขัดเท้า ท่ารำทุกท่าต้องมีความสัมพันธ์กัน ส่วนการสร้างสรรค์ท่ารำโนรามีหลักการที่สำคัญ อันได้แก่ การกำหนดท่าทางให้เหมาะสมกับสรีระร่างกายของแต่ละบุคคลในการรำ ความถูกต้องตามแบบฉบับ ความต่อเนื่องกลมกลืนของท่ารำ ความคล่องแคล่ว และความชำนาญของผู้รำ ความสอดคล้องและเหมาะสมกับท่วงทำนองและ จังหวะดนตรี รวมไปถึงหลักทฤษฎีทางกายวิภาคศาสตร์ ซึ่งต้องหาความสมดุล ของการใช้ร่างกายแต่ละท่าให้เหมาะสมกับสรีระและศักยภาพซึ่งมีความสามารถ โดดเด่นแตกต่างกันในแต่บุคคล อาทิ ผู้ที่มีลำแขนสวยงามจะอวดลีลาการพลิกแขน หรือการรำโนราตัวอ่อน เพื่ออวดความสามารถเฉพาะตนในการยืดหยุ่นร่างกาย ให้เกิดท่าทางที่แปลกพิสดารอันสอดคล้องกับศาสตร์วิชา *ฤๅษีดัดตน* ที่ว่าด้วย การบริหารร่างกายเพื่อแก้อาการและรักษาโรคต่าง ๆ ที่ได้รับอิทธิพลจากอินเดีย มายาวนาน พระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช ทรงพระกรุณา โปรดเกล้าฯ ให้ตั้งตำราหลวงและปั้นรูปฤๅษีดัดตนไว้เป็นทานตามศาลารายริมกำแพง วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม ใน พ.ศ. 2344 โดยได้รับการบูรณะและ จัดสร้างขึ้นใหม่ในสมัยพระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว จำนวน 80 ท่า พร้อมโคลงสี่สุภาพที่จารึกอธิบายลักษณะและสรรพคุณของท่าทางฤๅษีดัดตน

แต่ละท่า บันทึกลงในหนังสือสมุดไทยดำเมื่อ พ.ศ. 2381 (กรมศิลปากร, 2550, น. 5) สืบทอดมาจนถึง พ.ศ. 2559 รูปปั้นฤาษีดัดตนปรักหักพังและสูญหายมีเหลืออยู่เพียง 24 ท่า ในสมัยพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช บรมนาถบพิตร จึงได้มีการจัดโครงการสร้างรูปฤาษีดัดตนขึ้นใหม่ให้ครบถ้วนจำนวน 80 ท่า (จากสมุดไทยดำ) ท่าฤาษีดัดตนสามารถรักษาโรคและอาการผิดปกติได้ 74 อาการ เป็นวิธีการรักษาโรคลมและการแก้อาการ ได้แก่ การแก้เคล็ด แก้ขัด แก้เส้น แก้จุกเสียดแน่น แก้กล่อน แก้ตะคริว แก้เหน็บ แก้เกียจ แก้เสมหะในลำคอ แก้โรคในอก ดำรงกายอายุยืน แก้ลิ้นกระด้าง เป็นต้น ด้วยคุณลักษณะดังกล่าว ทำให้ฤาษีดัดตนซึ่งถูกบันทึกไว้เป็นส่วนหนึ่งของจารึกวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม (วัดโพธิ์) นั้นได้รับการประกาศขึ้นทะเบียนในระดับภูมิภาคเอเชียแปซิฟิก ปี พ.ศ. 2551 และเป็นมรดกความทรงจำแห่งโลก Memory of the world ในปี พ.ศ. 2554 โดยองค์การศึกษาวิทยาศาสตร์และวัฒนธรรมแห่งสหประชาชาติ หรือ ยูเนสโก (MGR Online, 2561, Online) ทำให้ฤาษีดัดตนเป็นที่รู้จักของชาวไทยและชาวต่างชาติทั่วโลก ปัจจุบันหลายสถาบันได้นำองค์ความรู้นี้มาพัฒนาเป็นท่าออกกำลังกาย ซึ่งเป็นท่าพื้นฐานทั่วไปที่มีประโยชน์ในการจัดสมดุลของโครงสร้างร่างกาย ทั้งนี้ ฤาษีดัดตนอีกหลายท่าที่ยังไม่มีการนำออกไปประยุกต์ใช้หรือเผยแพร่ให้เป็นที่รู้จัก เพราะเป็นท่าที่เกินสมดุลของร่างกายและมีความยากในการปฏิบัติด้วยตนเอง ผู้วิจัยจึงเกิดแรงบันดาลใจในการนำท่าฤาษีดัดตนมาสร้างสรรค์เป็นการแสดงนาฏศิลป์ไทยพื้นบ้านประเภทโนรา เพื่อเป็นการพัฒนาศิลปวัฒนธรรมที่เป็นเอกลักษณ์ท้องถิ่น อีกทั้งเป็นการประกาศเกียรติคุณแห่งพระอัจฉริยภาพของพระมหาบูรพกษัตริย์ไทย ผู้สร้างมรดกอันเป็นเอกลักษณ์ของชาติไว้ให้คงสืบไป โดยใช้ชื่อนาฏยประดิษฐ์ชุดนี้ว่า “โนรีดัดตน”

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อสร้างสรรค์ชุดการแสดงจากท่าฤาษีดัดตนเป็นการแสดงนาฏศิลป์ไทยประเภทพื้นบ้านภาคใต้ในรูปแบบโนราประยุกต์ ชุด โนรีดัดตน

กรอบแนวคิด

ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการสร้างสรรค์งานนาฏศิลป์ ชุด โนรีดัดตน
(จินตนา อนุวัฒน์, 2561)

กรอบแนวคิดงานนาฏศิลป์ ชุด โนรีดัดตน เป็นสร้างสรรค์ตามหลักการรำโนราประสมท่า ผสมผสานท่าฤาษีดัดตน ซึ่งกำหนดองค์ประกอบการแสดง อันได้แก่ การคัดเลือกผู้แสดง เครื่องแต่งกาย ดนตรีและเพลง กระบวนท่ารำ รูปแบบแถว รูปแบบการเคลื่อนไหวตามหลักการและทฤษฎีนาฏยประดิษฐ์ โดยผ่านกระบวนการตรวจสอบความถูกต้องของผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านนาฏศิลป์

ระเบียบวิธีวิจัย

นาฏยประดิษฐ์ ชุด โนรีดัดตน เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) ศึกษาถึงความเป็นมา พัฒนาการของโนรา รูปแบบ องค์ประกอบการแสดง กระบวนท่ารำโนรา รวมทั้งศาสตร์แห่งฤาษีดัดตน โดยศึกษาจากเอกสาร บทความ งานวิจัยและการลงพื้นที่เก็บข้อมูล โดยการสังเกตทั้งแบบมีส่วนร่วมและไม่มีส่วนร่วม การสัมภาษณ์กลุ่มศิลปินพื้นบ้านโนรา การทดลองปฏิบัติ และจากประสบการณ์ของผู้วิจัย ใช้วิธีการสอบข้อมูลแบบสามเส้า นำความรู้ที่ได้มาทำความเข้าใจเกี่ยวกับ

หลักการและปัจจัยต่าง ๆ อันมีส่วนที่ทำให้เกิดการสร้างสรรค์งานนาฏศิลป์พื้นบ้านประเภทระบำในรูปแบบโนราประยุกต์ มีตรวจสอบความถูกต้องด้วยวิธีการสนทนากลุ่มย่อยของผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านนาฏศิลป์ไทยก่อนนำการแสดงชุดนี้เผยแพร่ในโอกาสต่อไป

ผลการวิจัย

ขั้นตอนนาฏยประดิษฐ์ นาฏยประดิษฐ์ ชุด โนรีดัดตน ดำเนินการออกแบบการแสดงตามหลักนาฏยประดิษฐ์ 7 ขั้นตอน ของศาสตราจารย์กิตติคุณ ดร.สุรพล วิรุฬห์รักษ์ ดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 การคิดให้มีนาฏศิลป์ เป็นงานสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมไทย คือศาสตร์ของวิชาการดัดตนและศิลปะการแสดงพื้นบ้านภาคใต้ประเภทโนรา

ขั้นตอนที่ 2 การกำหนดความคิดหลัก *ระดับเป้าหมาย* เพื่อถ่ายทอดศิลปะการแสดงพื้นบ้านประเภทโนราให้กับเยาวชนที่ไม่มีพื้นฐานการฝึกหัดโนราระดับวัตถุประสงค์ เพื่อสร้างสรรค์การแสดงชุดใหม่ โดยการผสมผสานท่าฤษีดัดตนกับการเคลื่อนไหวตามหลักการรำโนรามาเป็นการแสดงพื้นบ้านภาคใต้รูปแบบโนราประยุกต์

ขั้นตอนที่ 3 การประมวลข้อมูล *ข้อมูลที่เป็นข้อเท็จจริง* ศึกษาความรู้ของศาสตร์โนราเรื่อง องค์ประกอบการแสดง รูปแบบการแสดง กระบวนท่ารำ วิธีการรำและหลักการสร้างสรรค์ท่ารำโนราและศึกษาข้อมูลที่เป็นแรงบันดาลใจ คือ ศาสตร์ฤษีดัดตน 80 ท่ามาเป็นหลักในการสร้างสรรค์งาน

ขั้นตอนที่ 4 การกำหนดขอบเขต เป็นการแสดงประเภทระบำ ตามหลักการรำประสมท่าของโนรา จำนวนผู้แสดงไม่เกิน 7 คน เวลาที่ใช้แสดงไม่เกิน 6 นาที

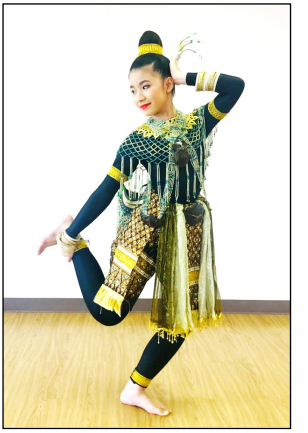
ขั้นตอนที่ 5 การกำหนดรูปแบบ กำหนดให้ประยุกต์จากนาฏยจารีตเดิมใช้โครงสร้างการแสดง และเทคนิคของรำโนราเป็นหลักและออกแบบท่าทางใหม่โดยนำท่าฤษีดัดตนมาเป็นต้นแบบ

ขั้นตอนที่ 6 การกำหนดองค์ประกอบการแสดง ได้แก่

ผู้แสดง ใช้ผู้หญิงล้วน จำนวน 7 คน โดยคัดเลือกจากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนวิทยาลัยนาฏศิลป จำนวน 14 คนที่เข้ารับการฝึกหัดรำโนราซึ่งเป็นผู้ที่มีพื้นฐานการเรียนนาฏศิลป์ไทยในระดับดี รูปร่างสมส่วน ร่างกายและสุขภาพแข็งแรง มีความสนใจ อดทน มีความพร้อมและอุทิศเวลาในการฝึกฝน

เครื่องแต่งกาย แต่งกายโดยเลียนแบบกินรี ซึ่งยึดรูปแบบเครื่องแต่งกายโนราโบราณ เรียกว่าแบบบัว (มีเฉพาะกรองคอไม่ใช้ชุดลูกปัด 5 ชิ้น) มาประยุกต์ให้เหมาะกับการแสดง กำหนดให้มีทั้งแบบที่ผู้แสดงสวมเทริดและแบบมวยผมจุก (แถบดิ้นทองพันรอบมวย) ประกอบด้วยเสื้อแขนยาวและกางเกงขายาวที่มีลักษณะยืดหยุ่นง่ายเพื่อให้สะดวกแก่การเคลื่อนไหวท่ารำ โดยกำหนดใช้สีดำเป็นพื้นเพื่อเสริมให้กรองคอที่ร้อยด้วยลูกปัดสีทองมีความโดดเด่น ส่วนเครื่องประดับทำจากกะลามะพร้าวตัดเป็นรูปแบบต่าง ๆ แล้วขัดเงา ประกอบด้วย ทับทรวง ปีกนกแอ่น ประจำยาม และปั้นเหน่ง ลักษณะการแต่งกายนุ่งผ้าแบบจีบพกยกหางคาดทับด้วยหน้าผ้า ผ้าห้อย หางหงส์ ข้อเท้า ต้นแขน กำไลและเล็บ

ภาพที่ 2 ลักษณะการแต่งกาย (แบบสวมเทริด)
(จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)



ภาพที่ 3 ลักษณะการแต่งกาย (แบบมวยผมจุก)
(จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)

ดนตรีประกอบการแสดง ใช้รูปแบบตามวงดนตรีพื้นเมืองโนรา ประกอบด้วย ปี่ ทับ กลองตุ๊ก โหม่งและฉิ่ง กำหนดจังหวะตามแบบแผนการแสดงโนราบันเทิง ที่เน้นความงดงามด้านการร่ายรำ โดยมีทำนองเพลงเปลี่ยนไปตามจังหวะหน้าทับ ได้แก่ *เพลงหัวปี่*และ*เพลงสอดสร้อย* (เพลงโนราโบราณใช้ในจังหวะรัวสามลาและหน้าทับสอดสร้อย) *เพลงพม่าแทงกบ* (ได้เค้าโครงมาจากเพลงไทยเดิมใช้ในจังหวะหน้าทับเพลงโค) *เพลงลาวจ้อย* (เพลงไทยเดิมใช้ในจังหวะหน้าทับนาดช้าและนาดเร็ว) *เพลงเต้ยสาวจันทร์กั้งโกบ* (เพลงลูกทุ่งของเก่าใช้ในจังหวะนาดสับ) *เพลงหักคอไอ้เท่ง* (เพลงโนราของเก่าใช้ในจังหวะหน้าทับจับระบำ) *เพลงฝรั่งรำเท้า* (สร้างสรรค์ขึ้นใหม่ โดยนำเค้าโครงจากเพลงฝรั่งรำเท้ามาตัดทอน ดัดแปลงและตกแต่งให้เกิดสำเนียงใหม่ ใช้ในจังหวะหน้าทับเพลงครู) ตอนท้ายเป็นทำนองเพลงปี่โนราของเก่าที่สืบทอดกันมา โดยไม่ทราบชื่อเพลงนำมายืดอัตราให้ช้าลงเพื่อปิดการแสดง นอกจากนี้ยังมีการใช้เสียงประกอบโดยนำเสียงสังเคราะห์หรือซินธิไซเซอร์ (Synthesizer) มาเพิ่มและลดเสียงในช่วงต่าง ๆ ของทำนองเพลงให้มีความไพเราะขึ้น (ใช้แทนเสียงซอพื้นเมือง) ได้แก่ เชลโล่ ดับเบิ้ลเบส วิโอล่า ฮาร์ป แอคคอร์เดียน ไวโอลิน และมาลากัส ส่วนของจังหวะใช้เสียงโพนใต้และฉาบมาช่วยให้มีความเร้าใจมากยิ่งขึ้น

ขั้นตอนที่ 7 การออกแบบนาฏยศิลป์ ออกแบบการแสดงตามหลักการดังต่อไปนี้

1) โครงร่างรวม ประกอบด้วย การรำในจังหวะหน้าทับเพลงสอดสร้อย เพลงโค นาดช้า นาดเร็ว นาดสับ จับระบำ เพลงครู แล้วจบด้วยหน้าทับเพลงสอดสร้อย

2) การแบ่งช่วงแสดงอารมณ์ ออกเป็น 3 ช่วง ได้แก่ ช่วงแรก ช่วงกลาง และช่วงท้าย โดยช่วงแรกเคลื่อนไหวช้า ช่วงหลังเคลื่อนไหวเร็วและแรง ดังนี้

ช่วงที่ 1 “ฤๅษีดัดกายา”การรำประสมท่าในท่านั่ง ประกอบด้วยกระบวนท่ารำในเพลงหัวปี่และหน้าทับเพลงสอดสร้อย เปิดตัวผู้แสดงพร้อมกันในจังหวะหน้าทับรัวสามลา ออกมาแสดงภาพนิ่งเป็นซุ้มท่าฤๅษีดัดตน แล้วรำในจังหวะเพลงสอดสร้อย 2 ชุด ต่อด้วยกระบวนท่ารำในจังหวะหน้าทับเพลงโค (จังหวะช้า) การรำในท่านั่งที่เริ่มจากท่าต่ำไปท่าสูง

ช่วงที่ 2 “ชัดท่าจับระบำ”การรำประสมท่าในท่ายืน ท่าเดิน และจับระบำ สื่อถึงความสวยงามของท่ารำที่อ่อนช้อย กระฉับกระเฉง และความแข็งแรงของผู้หญิง ประกอบด้วยกระบวนท่ารำในจังหวะหน้าทับเพลงนาดช้า-นาดเร็ว-นาดสับและจับระบำ

ช่วงที่ 3 “รำลึกถึงคุณครู” การรำประสมท่าในท่ายืน เป็นการทำท่านิ่งเพื่อรำถวายครูด้วยความเคารพศรัทธา ในจังหวะหน้าทับเพลงครู ต่อด้วยการรำในจังหวะหน้าทับเพลงสอดสร้อย เป็นกระบวนท่ารำสุดท้ายที่อวดลีลาการดัดตนและความแข็งแรงของผู้หญิง จบด้วยการตั้งซุ้ม

3) การกำหนดท่าทาง ใช้ท่าที่สร้างสรรค์จากฤาษีดัดตนเป็นท่าหลักท่าเคลื่อนไหวโดยใช้การชัดท่าของโนรา โดยมีวิธีการออกแบบท่าทาง โดยเริ่มตั้งแต่การฝึกท่ารำโนราพื้นฐานโดยเริ่มตั้งแต่การฝึกหัดหัดท่าเบื้องต้น รำท่าพื้นฐานสิบสองท่า รำบทสิบสอง รำท่าครูและรำประสมท่า จากนั้นจึงทดลองเลียนแบบท่าฤาษีดัดตนและออกแบบท่ารำทั้ง 80 ท่าแล้วจึงคัดเลือกจำนวน 42 ท่ามาจัดหมวดหมู่เริ่มจากท่าต่ำไปท่าสูง

4) การกำหนดตำแหน่ง ใช้องค์ประกอบทัศนศิลป์ ได้แก่ จุด เส้นและรูปทรง ทั้งแบบรูปทรงเรขาคณิต และรูปทรงธรรมชาติ มาจัดตำแหน่งของผู้แสดงและรูปแบบแถวตามหลักทฤษฎีทัศนศิลป์ คือ ความมีเอกภาพ ความสมดุล ความกลมกลืน และการสร้างความแตกต่าง

5) การใช้ที่ว่างและทิศทางตามทฤษฎีการเคลื่อนไหว การใช้พื้นที่มีทั้งความกว้าง ความยาวและความสูง ซึ่งมีความสำคัญในการกำหนดทิศทางของการแปรแถว

6) การลงรายละเอียด เป็นขั้นตอนของการฝึกซ้อมการแสดงแล้วปรับปรุงในเรื่องของลายเส้น ระดับ ความพร้อมเพรียง รวมทั้งความสัมพันธ์ของกระบวนท่ารำของการแสดงเป็นหมู่

กระบวนท่ารำของนาฏยประดิษฐ์ ชุด โนรีดัดตน

1. ลักษณะกระบวนท่ารำ นาฏยประดิษฐ์ ชุด โนรีดัดตน มีโครงสร้างการแสดง ดังนี้

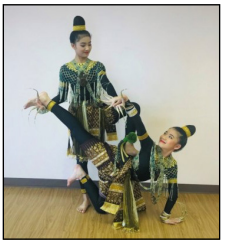
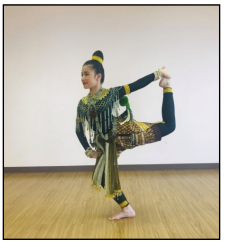
1) ท่านิ่งหรือท่ารำหลัก มีส่วนประกอบสำคัญ ดังนี้

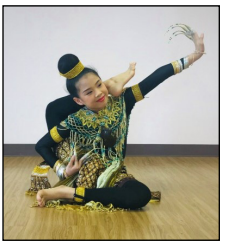
(1) โครงสร้างท่ารำ เป็นการใช้สรีระในส่วนต่าง ๆ ของร่างกายผสมผสานระหว่างท่าฤๅษีดัดตน ท่ารำโนรา และท่ารำทางนาฏศิลป์ไทย มีท่ารำหลัก จำนวน 42 ท่า ประกอบด้วย ท่ารำที่เลียนแบบท่าฤๅษีดัดตน จำนวน 16 ท่า ท่ารำที่ประยุกต์โดยใช้สรีระในส่วนของลำตัวและขาตามท่าทางของฤๅษีดัดตน ใช้ส่วนของมือและแขนตามท่ารำโนราและท่ารำนาฏศิลป์ไทย จำนวน 18 ท่า และท่ารำที่นำฤๅษีดัดตนมาใช้ซ้ำกันทั้งการเลียนแบบท่าจริงและการประยุกต์ จำนวน 8 ท่า

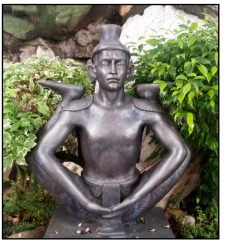
(2) ลายเส้น การใช้สรีระร่างกายในการออกท่าทางตามลายเส้นทั้ง 2 ชนิด คือ ลักษณะท่ารำเป็นเส้นตรง มุมฉาก และเส้นโค้ง

(3) ระดับของท่ารำ ลำตัว ขาและเท้าที่ใช้ในท่ารำ มีตั้งแต่ท่านั่งฉีกขา ท่านั่งพับเพียบ ท่านั่งขัดสมาธิ นั่งไขว้ขา นั่งทับส้นเท้า นั่งคุกเข่า นั่งชันเข่า ท่ายืนย่อเข่า (ตีนเตี้ย) ท่ายืนลงเหลี่ยมลงฉาก ท่ายกขาไปข้างหน้าระดับเอว ท่ายืนกระดกเท้าระดับสะโพก ระดับเอวและระดับศีรษะ ส่วนระดับของแขนและมือที่ใช้ในท่ารำ มีตั้งแต่ระดับเข่า ระดับเอว ระดับอก ระดับไหล่ ระดับท้ายทอย ระดับหน้า ระดับหน้าผาก ระดับศีรษะและระดับสูงกว่าศีรษะ

ลักษณะท่ารำโนรีดัดตนและวิธีปฏิบัติตามตำราฤๅษีดัดตน

ท่าฤๅษีดัดตน	ท่าที่ประยุกต์ใช้ในการรำโนรีดัดตน	วิธีปฏิบัติและคุณลักษณะท่าฤๅษีดัดตน
 ภาพที่ 4 ฤาษีดัดตนท่าแก้เอว ขาขัด (จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)	 **ภาพที่ 5 โนรีดัดตนท่าเหยียดขา** (จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)	ท่าที่ 2 แก้เอวขัด ขาขัด •ชฎิลดัดตนนี้น่า นึกเอะ ใจชอบ ชี้ชื่อสังปติเหงะ หง่อมง้อม ถวัดเท้าท่ามวยเตะ ตึงเมื่อย หาฮา แก้กะเอวขดค้อม เข่าคูโขยกเหยง **พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว** (กรมศิลปากร, 2550, น. 22)
 ภาพที่ 6 ฤาษีดัดตนท่าแก้ลมตะคริว (จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)	 **ภาพที่ 7 โนรีดัดตนท่าเหยียบหลัง** (จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)	ฤๅษีดัดตนท่าที่ 19 แก้ลมตะคริว •สวามิตคุกเข่าแล้ว เหลียวพักตร์ ผินแฮ วสิทธิเหยียบยันสลัก- เพชรเคล้น กรขวาจับบาทชัก เฉวียงฉุด แขนแฮ โรคตะคริวกล่อนเส้น หย่อนได้หลายเดือน **พระญาณปริยัติ** (กรมศิลปากร, 2550, น. 39)
 ภาพที่ 8 ฤาษีดัดตนท่าแก้ลมจันทฆาฏ (จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)	 **ภาพที่ 9 โนรีดัดตนท่าเกี่ยวขี้หนอน** (จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)	ฤๅษีดัดตนท่าท่าที่ 22 แก้ลมจันทฆาฏ ลมเข่า ลมขา ลมหน้าอก •พระนารอทวายุเร้า ทรวงรัน ทำนา ขัดเข่าขาและจันท- ฆาฏร้าย ฉวยเท้าท่ายืนหัน เหินเยี่ยง เหาะแฮ มือหนึ่งคั้นเข่าซ้าย เสื่อมสิ้นสิ่งลม **สมเด็จพระสังฆราช** (กรมศิลปากร, 2550, น.42)

ท่าฤษีดัดตน	ท่าที่ประยุกต์ใช้ในการรำโนรีดัดตน	วิธีปฏิบัติและคุณลักษณะท่าฤษีดัดตน
 ภาพที่ 10 ฤาษีดัดตน ท่าดำรงกายอายุยืน (จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)	 **ภาพที่ 11 โนรีดัดตน ท่าฉากใหญ่-พันตัว** (จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)	ฤาษีดัดตนท่าที่ 24 ดำรงกายอายุยืน •ทิศไกยโพ้นผนวชข้าง เขาเขิน ทิวพนัสชายณิน ท่าน้ำ ประนิบัติดัดองค์เจริญ ชนม์ชีพ พระนา กุมกดธารกรค้ำ พ่างพื้นยืนยัน **กรมหมื่นไกรสรวิชิต** (กรมศิลปากร, 2550, น. 44)
 ภาพที่ 12 ฤาษีดัดตนท่าแก้ลมกร่อน (จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)	 **ภาพที่ 13 โนรีดัดตนท่าขาพาดคอ (ข้างเดียว)** (จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)	ฤาษีดัดตนท่าที่ 62 แก้ลมกร่อน •สิทธิกรรมนั่งหน่วงเท้า ไขว่คอ หลังขดคู้ตัวงอ งูบง้ำ ตึงตลอดสอดมือพอ โชลงเข่า ไว้แฮ แก้กล่อนแห้งกล่อนน้ำ แก้กล่อนกระษัย **พระยาราชมนตรีบริรักษ์** (กรมศิลปากร, 2550, น. 82)
 ภาพที่ 14 ฤาษีดัดตนท่าแก้สลักไหล่ (จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)	 **ภาพที่ 15 โนรีดัดตน ท่าเดี่ยวเท้า-ชัดแขน** (จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)	ฤาษีดัดตนท่าที่ 64 แก้สลักไหล่ เพ็ชญโองการย่อเท้า เบื้องขวา ยืนแฮ เท้าหนึ่งยกยันขา กดเส้น หัตถ์หนึ่งเหนี่ยวอังสา นิ้วรีด เส้นแฮ กรหนึ่งกุมศอกเคล้น ไหล่เท้าลมถอย **พระสมบัติธิบาล** (กรมศิลปากร, 2550, น. 84)

ท่าฤษีดัดตน	ท่าที่ประยุกต์ใช้ในการรำโนรีดัดตน	วิธีปฏิบัติและคุณลักษณะท่าฤษีดัดตน
 **ภาพที่ 16 ฤาษีดัดตน ท่าแก้ตะโพกต้นขาขัด** (จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)	 **ภาพที่ 17 โนรีดัดตน ท่าขาพาดคอ (สองข้าง)** (จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)	ฤาษีดัดตนท่าที่ 73 แก้ตะโพก ต้นขาขัดหาย •พระสมุทร์ทำถ้าดัด ประหลาดหลีก เพื่อนแฮ ขาแยกยกเฉียดฉีก คราก แท้ ใครเห็นจักหัดอีก ระอาออก โอษฐ์เอย แต่ท่านเดียวดัดแก้ ตะโพกต้นขาแคลง **กรมหมื่นนุชิตชิโนรส** (กรมศิลปากร, 2550, น. 93)

2) ท่าเชื่อม เป็นการเคลื่อนไหวของท่านิ่งเพื่ออวดลีลา ในลักษณะการสอดมือ การวาดมือ การแทงมือ การม้วนมือ เพื่อเปลี่ยนท่าหรือเป็นตำแหน่งอย่างรวดเร็ว ซึ่งใช้ทั้งส่วนแขนและข้อมือเน้นไปตามจังหวะโดยยึดหลักการรำซัดท่าของโนราที่เปลี่ยนไปตามจังหวะหน้าทับ

3) ท่าเคลื่อนไหว เป็นท่ารำในลักษณะการเคลื่อนที่ใช้เปลี่ยนตำแหน่งของผู้แสดงในการแปรแถว โดยใช้มือในระดับต่าง ๆ ใช้ขาและเท้าในลักษณะการซอยเท้าและการเก็บตีนเตี้ยเป็นหลัก

2. การลำดับท่ารำ เรียงร้อยท่ารำโดยยึดหลักเกณฑ์การรำโนราแบบโบราณ กล่าวคือ

1) รูปแบบการรำจะเริ่มด้วยการนั่งรำ ยืนรำ เดินรำ ในอัตราที่เริ่มจากช้าและเร็วขึ้นตามลำดับ

2) ท่ารำเริ่มจากการปฏิบัติตั้งแต่ท่านั่งไปหาท่ายืน โดยลำดับจากท่านั่งฉีกขาที่เป็นท่าต่ำสุดแล้วเปลี่ยนท่าในระดับที่ค่อย ๆ สูงขึ้น จนเป็นการยืนรำที่เป็นท่ายกขาระดับศีรษะซึ่งเป็นท่าสูงที่สุดของกระบวนท่ารำ

3) ท่ารำเริ่มจากต่ำไปหาท่าสูง อาทิ ท่าแรกเริ่มรำระดับเอว ท่าต่อไปเพิ่มเป็นระดับอก ไหล่ จนถึงระดับสูงสุดคือระดับศีรษะ เป็นต้น ซึ่งในการปฏิบัติ

ท่าโนราระดับมือจะสูงสุดแค่เหลี่ยมเทริด แต่กระบวนท่ารำโนรีดัดตนนั้น ระดับของมือที่ต่ำสุด คือ ระดับเข่าและระดับสูงสุดคือปลายมืออยู่ระดับกลางศีรษะ

3. รูปแบบการเคลื่อนไหวท่ารำของกลุ่มที่สัมพันธ์กับเวลา

1) การแสดงอย่างพร้อมเพรียงกัน ประกอบด้วย

(1) ความพร้อมเพรียงในเวลาเดียวกัน คือ ผู้แสดงทุกคนรำท่าเดียวกันในเวลาเดียวกัน

(2) แสดงประกอบกันในเวลาเดียวกัน คือ ผู้แสดงทุกคนเคลื่อนไหวท่ารำทั้งหมดพร้อม ๆ กัน แต่ใช้ท่ารำแตกต่างกัน

(3) แสดงความขัดแย้งในเวลาเดียวกัน มีทั้งรูปแบบที่ผู้แสดง 1 กลุ่มเคลื่อนไหว ส่วนอีก 1 กลุ่ม ตั้งท่าต่างกันเป็นภาพนิ่ง และรูปแบบที่ผู้แสดงทุกคนเคลื่อนไหวท่ารำทั้งหมดพร้อมกันโดยที่ผู้แสดง 2 กลุ่มใช้ท่ารำที่แตกต่างกัน

ภาพที่ 18 ผู้แสดงเคลื่อนไหวพร้อมกันในท่ารำที่เหมือนกัน
(จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)

ภาพที่ 19 ผู้แสดงทั้งหมดเคลื่อนไหวพร้อมกัน ผู้แสดง 2 กลุ่มใช้ท่ารำที่ต่างกัน
(จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)

ภาพที่ 20 ผู้แสดงกลุ่ม 1 (3 คน) เคลื่อนไหวในท่ารำที่เหมือนกัน ผู้แสดงกลุ่ม 2 (4 คน) หยุดนิ่งในท่ารำที่แตกต่างกัน
(จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)

2) การแสดงอย่างเป็นลำดับ ประกอบด้วย

(1) แสดงความพร้อมเพรียงอย่างเป็นลำดับ เป็นลักษณะการแบ่งผู้แสดงออกเป็น 2 กลุ่ม โดยกลุ่มที่ 1 นำปฏิบัติท่ารำ และกลุ่มที่ 2 ปฏิบัติตามในท่ารำเดียวกันที่ละท่าเป็นลำดับ

(2) แสดงการประกอบกันอย่างเป็นลำดับ เป็นลักษณะการปฏิบัติท่ารำที่มีความคล้ายกันแล้วเคลื่อนไหวประกอบกันในช่วงเวลาที่คาบเกี่ยวกันตามลำดับ

ภาพที่ 21 ผู้แสดงเคลื่อนไหว
ตามลำดับในท่ารำที่เหมือนกัน
โดยกลุ่มที่ 1 นำปฏิบัติ
กลุ่มที่ 2 ปฏิบัติตาม
(จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)

ภาพที่ 22 ผู้แสดงเคลื่อนไหว
ตามลำดับในท่ารำที่มีความคล้ายกัน
กลุ่ม 1 รำในจังหวะที่ 1
กลุ่ม 2 รำในจังหวะที่ 2
กลุ่ม 3 รำในจังหวะที่ 3
(จินตนา อนุวัฒน์, ผู้ถ่ายภาพ, 2561)

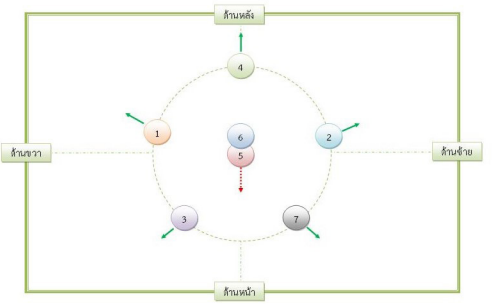
4. รูปแบบแถวและทิศทางเคลื่อนไหว กำหนดตำแหน่งของผู้แสดง การแปรแถว และการใช้ที่ว่างตามทฤษฎีการเคลื่อนไหว ดังนี้

รูปแบบแถว ใช้พื้นที่การแสดงในลักษณะต่าง ๆ ตามรูปแบบธรรมชาติ และแบบเรขาคณิตได้แก่ เส้นตรง (หน้ากระดาน) เส้นทแยง สามเหลี่ยม สี่เหลี่ยมข้าวหลามตัด สีเหลี่ยมคางหมู วงกลม โดยมีทั้งรูปแบบแถวเดียว และหลายรูปแบบในแถวเดียวกัน จัดความสมดุลชนิด 2 ข้างเหมือนกันและชนิด 2 ข้างแตกต่างกัน

ทิศทางการหันหน้าของผู้แสดง ประกอบด้วยการหันทั้ง 8 ทิศ ได้แก่ การหันด้านหน้าหรือหันหน้าเข้าหาคนดู หันด้านขวา หันด้านซ้าย หันด้านหลัง หรือหันหลังให้คนดู หันด้านหน้าเฉียงทางขวา หันด้านหน้าเฉียงทางซ้าย หันด้านหลังเฉียงทางขวา และหันด้านหลังเฉียงทางซ้าย

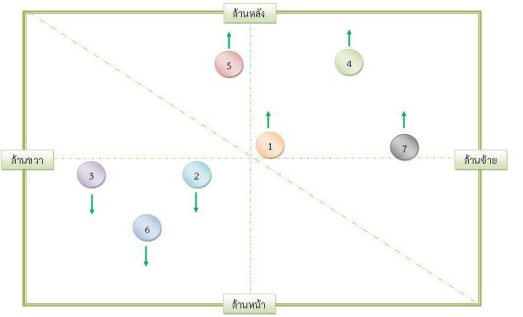
ทิศทางการเคลื่อนไหว เป็นลักษณะการเคลื่อนที่จากจุดหนึ่งไปจุดหนึ่งในการแปรแถว โดยใช้ทั้ง 8 ทิศทาง คือ การเคลื่อนที่เข้าหาคนดู การเคลื่อนที่ถอยออกจากคนดูหรือการถอยหลัง การเคลื่อนที่ทแยงมุมกับคนดู การเคลื่อนที่ขนานกับคนดู การวนเป็นวงหรือการเดินตามกัน การสวนกัน การกดต่ำ และการยกสูงอย่างรวดเร็ว

รูปแบบแถวและทิศทางเคลื่อนไหว



ภาพที่ 23 รูปแบบแถวและทิศทางการเคลื่อนไหว (1)
(จินตนา อนุวัฒน์, 2561, ผู้ออกแบบ)

1. รูปแบบแถววงกลมมีจุดกึ่งกลาง (1 รูปแบบในแถวเดียวกัน)
2. ตำแหน่งผู้แสดงทั้งหมดจัดระยะเท่าๆ กัน ตรงกลางเวที ความสมดุลในการจัดตำแหน่ง ชนิด 2 ข้างเหมือนกัน
3. ทิศทาง ผู้แสดงหันหน้าออกนอกวง
4. การเคลื่อนไหว ผู้แสดงวงนอกกดต่ำเพื่อให้ผู้แสดงตรงกลางมีความโดดเด่นโดยเคลื่อนที่หาคนดู



ภาพที่ 24 รูปแบบแถวและทิศทางการเคลื่อนไหว (2)
(จินตนา อนุวัฒน์, 2561, ผู้ออกแบบ)

1. รูปแบบแถว สามเหลี่ยมและสี่เหลี่ยมข้าวหลามตัด (2 รูปแบบในแถวเดียวกัน)
2. ตำแหน่ง ผู้แสดงกลุ่ม 1 อยู่ส่วนหน้าทางขวาของเวที
3. ผู้แสดง กลุ่ม 2 อยู่ส่วนหลังทางซ้ายของเวที
4. มีความสมดุลในการจัดตำแหน่ง ชนิด 2 ข้างต่างกัน
5. ทิศทาง ผู้แสดงกลุ่ม 1 หันหน้าหาคนดู ผู้แสดงกลุ่ม 2 หันหลังให้คนดู
6. การเคลื่อนไหวเคลื่อนไหวพร้อมกัน

อภิปรายผลการวิจัย

โนรีดัดตน เป็นการแสดงนาฏศิลป์ไทยประเภทพื้นบ้านภาคใต้ในรูปแบบโนราประยุกต์ ที่เลียนแบบและออกแบบท่ารำตามโครงสร้างของท่าฤาษีดัดตนจากตำราโคลงภาพฤาษีดัดตนที่คัดลอกจากจารึกในสมุดไทยดำ และรูปปั้นฤาษีดัดตนของวัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม โดยดำเนินการตามหลักนาฏยประดิษฐ์ 7 ขั้นตอนของศาสตราจารย์กิตติคุณ ดร.สุรพล วิรุฬห์รักษ์ (2547, น. 225) ประกอบด้วย 1) การคิดให้มีนาฏศิลป์ 2) การกำหนดความคิดหลัก 3) การประมวลข้อมูล 4) การกำหนดขอบเขต 5) การกำหนดรูปแบบ 6) การกำหนดองค์ประกอบอื่น ๆ และ 7) การออกแบบนาฏยศิลป์

รูปแบบการแสดง มีลักษณะการเคลื่อนไหวตามแบบเบนารี (Binary) คือ ช่วงแรกเคลื่อนไหวช้า ช่วงหลังเคลื่อนไหวเร็วและแรง และแบ่งอารมณ์การแสดงตามแบบเทอร์นารี (Ternary) ทฤษฎีของแจ็ควีน เอ็ม สมิธ (Jacqueline M. Smith) (สุพรรณี บุญเพ็ง ผู้แปลและเรียบเรียง, 2541 อ้างถึงใน สวภา เวชสุรักษ์, 2547, น. 19) ซึ่งมี 3 ช่วง คือ ช่วงที่ 1 เป็นการรำในจังหวะช้า สง่างาม ช่วงที่ 2 เป็นการรำในจังหวะที่มีอัตราเร็วขึ้น และช่วงที่ 3 เป็นการรำในท่านิ่ง สง่างาม ตามจังหวะของการรำท่าครู จบด้วยการตั้งซุ้ม ตามหลักการของการรำโนรา

โครงสร้างท่ารำหลัก ใช้ทั้งการเลียนแบบท่าฤาษีดัดตน และการประยุกต์ใช้ท่าในส่วนของลำตัว ขาและเท้าตามลักษณะท่าทางของฤาษีดัดตน ส่วนของแขนและมือตามลักษณะท่ารำโนรา ลำดับท่ารำ เริ่มด้วยการนั่งรำ ยืนรำและเดินรำ ตามอัตราที่เริ่มจากช้าและเร็วขึ้นตามลำดับ ลักษณะท่ารำเริ่มจากท่าต่ำไปหาท่าสูง ตามหลักเกณฑ์ในการปฏิบัติตามรูปแบบการรำโนราแบบโบราณ ซึ่งสอดคล้องกับสุพัฒน์ นาคเสน (2561, สัมภาษณ์) ที่กล่าวไว้ คือ 1) การรำต้องเริ่มจากท่านั่งไปหาท่ายืน การรำต้องเริ่มด้วยท่านั่งจากนั้นจึงค่อยเปลี่ยนเป็นท่าอื่นในระดับที่ค่อย ๆ สูงขึ้น จนเป็นการยืนรำในที่สุด 2) ท่ารำต้องเริ่มจากท่าต่ำไปหาท่าสูง อาทิ ท่าแรกเริ่มรำระดับเอว ท่าต่อไปควรเพิ่มเป็นระดับอก ไหล่ จนถึงระดับสูงสุดคือระดับเหลี่ยมเทริด 3) ท่ารำต้องไม่ขัดมือขัดเท้า การเลือกสรรท่ารำที่มาเรียงร้อย

เป็นกระบวนการรำ จะต้องเป็นท่าที่มีความถนัด สามารถรำได้ถูกต้อง สวยงาม เหมาะสมกับแขนขาและสรีระผู้รำ และ 4) ท่ารำทุกท่าต้องมีความสัมพันธ์กัน การเลือกสรรท่ารำที่นำมาเรียงร้อยเป็นกระบวนการรำเดียวกัน ท่ารำที่นำมาเรียงร้อยต้องมีความสัมพันธ์กัน

ส่วนรูปแบบการเคลื่อนไหวท่ารำ ใช้หลักการเคลื่อนไหวท่าเต้นแบบกลุ่มที่สัมพันธ์กับเวลา ตามทฤษฎีของของแจ็ควีน เอ็ม สมิธ (Jacqueline M. Smith) (สุพรรณี บุญเพ็ง ผู้แปลและเรียบเรียง, 2541 อ้างถึงใน สวภา เวชสุรักษ์, 2547, น. 15-19) คือ การแสดงอย่างพร้อมเพรียงกัน (Unison) และการแสดงอย่างเป็นลำดับ (Cannon) เป็นการสร้างความแตกต่างมาประมวลเข้าในงานให้เกิดเป็นหนึ่งเดียว เพื่อให้เกิดความหลากหลายอันเป็นมูลเหตุให้การแสดงเป็นหมู่ประเภทระบำ มีความน่าสนใจ ตื่นเต้น เร้าใจและชวนติดตามมากขึ้น

คุณลักษณะของท่ารำโนรีดัดตนตามตำราฤๅษีดัดตน (กรมศิลปากร, 2550, น. 7-10) ทั้ง 42 ท่า สามารถรักษาโรคต่าง ๆ ได้แก่ รักษาอาการของโรคลมที่เกิดในอวัยวะต่าง ๆ อาทิ แก้ลมทั่วสารพางค์ แก้ลมตะคริว แก้ลมจันทฆาฏ แก้ลมปัตคาด แก้ลมบาดทะยัก แก้ลมกล่อน แก้ลมหน้าอก แก้ลมในเอว แก้ลมในขา แก้ลมในเข่า แก้ลมมือ ลมเท้า แก้ลมส้นเท้า และรักษาอาการ ได้แก่ แก้เคล็ด แก้ขัด แก้เส้นต่าง แก้ปวดและวิงเวียน แก้จุกเสียดแน่น แก้กล่อน แก้ตะคริวและเหน็บ แก้อาการของโรคที่เกิดกับอวัยวะ หน้าอก ไหล่ ท้อง ตะโพก มือและเท้า รวมทั้งแก้โรคในอกและดำรงกายอายุยืนได้อย่างเห็นผลจริง

อาจกล่าวได้ว่า การรำโนรีดัดตนเป็นการบริหารร่างกายให้มีความยืดหยุ่น ซึ่งนำพาไปสู่ความสมดุลขององคาพยพในตนเอง อันได้แก่ ความสมดุลของระบบกล้ามเนื้อ กระดูกและเส้นเอ็นในร่างกาย ความสมดุลของอวัยวะส่วนต่าง ๆ ภายในร่างกาย ทั้งระบบประสาท ระบบโลหิตและเลือดลมที่ไหลเวียนในร่างกายได้สะดวก ความสมดุลของอารมณ์ ยกระดับจิตใจให้แจ่มใส ความสมดุลของสติและการมีสมาธิที่ดี ซึ่งนอกจากการแสดง ชุดโนรีดัดตน จะเป็นศิลปวัฒนธรรมสำคัญที่ช่วยสร้างความรื่นเริงบันเทิงใจให้เกิดแก่ผู้ชมได้เป็นอย่างมากแล้ว ยังเป็นวิถีแห่งสุขภาพ

ที่สร้างความผ่อนคลายแก่ร่างกายของผู้ฝึกซึ่งถือเป็นกายบริหาร ด้วยหลักการตามตำราฤาษีดัดตน นับเป็นวัฒนธรรมแห่งสุขภาพอันทรงคุณค่าอย่างแท้จริง นี่คือศักยภาพที่ซ่อนเร้นของภูมิปัญญาไทยที่ควรแก่การนำมาพัฒนาองค์ความรู้ทางนาฏศิลป์ไทยให้คงอยู่ควบคู่ไปกับบริบท (Context) สังคมไทยต่อไป

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. งานนาฏยประดิษฐ์นั้นมีองค์ประกอบหลายประการที่ทำให้การแสดงมีความสมบูรณ์ สิ่งที่นักนาฏยประดิษฐ์ต้องคำนึงคือ ข้อจำกัดและขีดความสามารถของผู้แสดง ซึ่งมีความสำคัญอย่างยิ่งในออกแบบกระบวนท่ารำ เวลาในการฝึกปฏิบัติที่จะทำให้การแสดงมีความพร้อมเพรียงมากที่สุด นอกจากนี้งบประมาณนับเป็นส่วนสำคัญในการออกแบบเครื่องแต่งกายและองค์ประกอบการแสดงต่าง ๆ ให้มีความเหมาะสม

2. นาฏยประดิษฐ์ ชุด โนรีดัดตน เป็นงานสร้างสรรค์ที่สามารถใช้ประโยชน์ในเรื่องการบริหารร่างกายตามหลักการในตำราฤาษีดัดตน ควรศึกษาและขยายผลในเรื่องหลักกายวิภาคหรือหลักการตามแพทยศาสตร์เพื่อให้เกิดคุณประโยชน์ในเชิงสุขภาพต่อไป

3. ตำราฤาษีดัดตน อันเป็นศาสตร์วิชาที่สืบทอดมาตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยา โดยบูรพมหากษัตริย์ไทยในราชวงศ์จักรีได้จัดสร้างเป็นอนุสรณ์ที่เป็นทรัพย์สินทางปัญญาของชาติไว้ในแผ่นดิน ซึ่งควรอนุรักษ์และเผยแพร่ให้เป็นที่ประจักษ์เพื่อเป็นประโยชน์ต่อสาธารณชนด้วยนาฏยประดิษฐ์รูปแบบอื่นในโอกาสต่อไป

เอกสารอ้างอิง

กรมศิลปากร. (2550). **สมุดภาพโคลงฤาษีดัดตน : คณะกรรมการฝ่ายประมวลเอกสารและจดหมายเหตุ ในคณะกรรมการอำนวยการจัดงานเฉลิมพระเกียรติ จัดพิมพ์เนื่องในมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 80 พรรษา 5 ธันวาคม 2550.** กรุงเทพฯ : อัมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.

จินตนา อนุวัฒน์. (2561). **กรอบแนวคิดในการสร้างสรรค์งานนาฏศิลป์ชุด โนรีดัดตน.** สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **โนรีดัดตนท่าเกี่ยวขี้หนอน.** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **โนรีดัดตนท่าขาพาดคอ (ข้างเดียว).** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **โนรีดัดตนท่าขาพาดคอ (สองข้าง).** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **โนรีดัดตนท่าฉากใหญ่-พันตัว**. กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **โนรีดัดตนท่าเดี่ยวเท้า-ชัดแขน.** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **โนรีดัดตนท่าเหยียดขา.** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **ผู้แสดงกลุ่ม 1 (3 คน) เคลื่อนไหวในท่ารำที่เหมือนกัน ผู้แสดงกลุ่ม 2 (4 คน) หยุดนิ่งในท่ารำที่แตกต่างกัน.** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

จินตนา อนุวัฒน์. (2561). **ผู้แสดงเคลื่อนไหวตามลำดับ ในท่ารำที่มีความคล้ายกัน 3 กลุ่ม กลุ่ม 1 รำในจังหวะที่ 1 กลุ่ม 2 รำในจังหวะที่ 2 กลุ่ม 3 รำในจังหวะที่ 3.** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **ผู้แสดงเคลื่อนไหวตามลำดับในท่ารำที่เหมือนกัน โดยกลุ่มที่ 1 นำปฏิบัติ กลุ่มที่ 2 ปฏิบัติตาม.** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **ผู้แสดงเคลื่อนไหวพร้อมกัน ในท่ารำแตกต่างกันบางช่วง.** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **ผู้แสดงเคลื่อนไหวพร้อมกัน ในท่ารำที่เหมือนกัน.** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **ผู้แสดงทั้งหมดเคลื่อนไหวพร้อมกัน ผู้แสดงทั้ง 2 กลุ่มใช้ท่ารำที่แตกต่างกัน.** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **รูปแบบแถวและทิศทางการเคลื่อนไหว (1).** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **รูปแบบแถวและทิศทางการเคลื่อนไหว (2).** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **ฤาษีดัดตนท่าแก้ลมตะคริว.** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **ฤาษีดัดตนท่าแก้เอว ขาขัด.** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **ฤาษีดัดตนท่าเหยียบหลัง.** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

จินตนา อนุวัฒน์. (2561). **ฤาษีดัดตนท่าแก้ตะโพก ต้นขาขัด.** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **ฤาษีดัดตนท่าแก้ลมกร่อน.** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **ฤาษีดัดตนท่าแก้ลมจันทฆาฏ.** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **ฤาษีดัดตนท่าแก้สลักไหล่.** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **ฤาษีดัดตนท่าดำรงกายอายุยืน.** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **ลักษณะการแต่งกาย (แบบมวยผมจุก).** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

_____. (2561). **ลักษณะการแต่งกาย (แบบสวมเทริด).** กรุงเทพฯ : สาขาวิชานาฏศิลป์ไทยละคร วิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์.

สวภา เวชสุรักษ์. (2547). **หลักนาฏยประดิษฐ์ของท่านผู้หญิงแผ้ว สนิทวงศ์เสนี.** วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชานาฏยศิลป์ไทย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุพัฒน์ นาคเสน. นายโรงโนรา และครูชำนาญการ วิทยาลัยนาฏศิลปนครศรีธรรมราช. (สัมภาษณ์, 15 กุมภาพันธ์ 2561).

สุรพล วิรุฬห์รักษ์. (2547). **หลักการแสดงนาฏยศิลป์ปริทรรศน์.** กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

MGR Online. (2561). **งานมรดกความทรงจำแห่งโลกวัดโพธิ์.** ค้นเมื่อวันที่ 4 เมษายน 2561จาก https://mgronline.com/qol/detail/9610000033581