

พื้นฐานบัลเลต์กับนาฏยศิลป์ร่วมสมัย การเต้นแจ๊สและระบำสเปน BALLET FOUNDATIONS AND CONTEMPORARY DANCE, JAZZ DANCE AND SPANISH DANCE

ขวัญแก้ว กิจเจริญ* KWANKAEW KITCHAROEN*

บทคัดย่อ

บัลเลต์เป็นศาสตร์ที่เก่าแก่ศาสตร์หนึ่งซึ่งถ่ายทอดกันมาหลายศตวรรษ เป็นการเคลื่อนไหวร่างกายที่มีแบบแผนและเป็นมาตรฐานเดียวกันทั่วโลก โดยนักเต้นต้องจัดระเบียบร่างกายและกล้ามเนื้อให้ถูกต้อง บทความวิชาการนี้ ผู้เขียนต้องการศึกษาการมีพื้นฐานบัลเลต์ที่ส่งผลต่อการเต้นนาฏยศิลป์ร่วมสมัย การเต้นแจ๊ส และระบำสเปน โดยผู้เขียนได้นำหลักพื้นฐาน 7 ประการของการเต้นบัลเลต์คลาสสิกของ โจแอน ลอว์สัน มาประกอบการวิเคราะห์ คือ 1. การยืน 2. การเปิดออก 3. การวางตำแหน่งของร่างกาย 4. การทรงตัว 5. กฎพื้นฐาน 6. การเปลี่ยนถ่ายน้ำหนัก 7. การประสานกันของร่างกาย ซึ่งพบว่าหลักพื้นฐานทั้ง 7 ข้อนี้มีอิทธิพลและส่งผลต่อการเต้นนาฏยศิลป์ร่วมสมัย การเต้นแจ๊ส และระบำสเปน นอกเหนือจากหลักพื้นฐาน 7 ประการแล้ว ผู้เขียนยังค้นพบองค์ประกอบอื่น ๆ ที่การมีพื้นฐานบัลเลต์ยังสามารถช่วยพัฒนา นักเต้นได้ โดยแบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือ 1. ด้านสรีระวิทยา 2. ด้านอารมณ์ 3. ด้านสมอง 4. ด้านสังคม ซึ่งปัจจัยทั้ง 4 ประการนี้ จะส่งเสริมให้นักเต้นสามารถนำศาสตร์บัลเลต์ไปประยุกต์ใช้กับนาฏยศิลป์ร่วมสมัย การเต้นแจ๊ส และระบำสเปนให้กว้างขวางมากยิ่งขึ้น สร้างความเป็นมืออาชีพและรากฐานในการประกอบอาชีพในอนาคตต่อไป

คำสำคัญ : บัลเลต์/ นาฏยศิลป์ร่วมสมัย/ การเต้นแจ๊ส/ ระบำสเปน

*อาจารย์ประจำ คณะศิลปกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, kwankaew227@gmail.com.

*Lecturer, Faculty of Fine & Applied Arts, Chulalongkorn University, kwankaew227@gmail.com.

Abstract

Ballet is an ancient form of dance that has been taught for centuries. This form of dance includes structured and organized movements which have the same standard around the world. Dancers must use their bodies and muscles properly and correctly to execute these movements. In this article, the author aims to study if ballet foundations can contribute to contemporary dance, jazz dance, and Spanish dance by referring to the seven basic principles of classical ballet proposed by Joan Lawson. These seven basic principles comprise 1. stance 2. turn out 3. placing 4. laws of balance 5. basic rules 6. transfer of weight 7. co-ordination. The author has found that these seven principles contribute substantially to contemporary dance, jazz dance, and Spanish dance. Apart from these seven principles, the author has also found that there are other four components which can help develop dancers' skills. They are physiology, emotion, cognition, and society, all of which enable dancers to better adopt their ballet foundations to contemporary dance, jazz dance, and Spanish dance and develop their dance skills for their professional career in the future.

Keywords: Ballet/ Contemporary dance/ Jazz Dance/ Spanish dance

บทนำ

นาฏยศิลป์ หมายถึง "การเคลื่อนไหวร่างกายที่เลียนแบบมาจากธรรมชาติอย่างมีระบบแบบแผน มีความประณีตในการเคลื่อนไหวท่าทางเหล่านั้นให้สอดคล้องและกลมกลืนไปกับจังหวะเสียงร้องหรือเพลงดนตรี เพื่อตอบสนองต่อวัตถุประสงค์ใดวัตถุประสงค์หนึ่งและให้ความสำคัญไปที่ลีลาการเคลื่อนไหวเป็นอันดับแรก"¹

นาฏยศิลป์ตะวันตก คือ "นาฏยศิลป์ที่มีรูปแบบที่มาจากวัฒนธรรมที่ไม่ใช่ของไทยและตะวันออกหรืออาจกล่าวได้ว่า นาฏยศิลป์ที่มีรูปแบบที่พัฒนามาจากวัฒนธรรมของทางซีกโลกตะวันตกแถบยุโรป ได้แก่ ประเทศอังกฤษ ฝรั่งเศส เป็นต้น"²

ในบทความวิชาการนี้ ผู้เขียนนำศาสตร์นาฏยศิลป์ร่วมสมัย (Contemporary Dance) การเต้นแจ๊ส (Jazz Dance) และระบำสเปน (Spanish Dance) ซึ่งมีการนำเอาหลักสูตรการเรียนการสอนของต่างประเทศเข้ามาใช้ในประเทศไทยอย่างชัดเจน โดยผู้เขียนมีวัตถุประสงค์ที่จะนำเสนอว่านักเต้นที่มีพื้นฐานบัลเลต์ติดตัวมา จะส่งผลหรือสามารถช่วยส่งเสริมให้การเต้นนาฏยศิลป์ตะวันตกในรูปแบบดังกล่าว ดูสวยงามลงตัวและถูกต้องมากยิ่งขึ้น ผู้เขียนจึงได้จำแนกไว้เป็นประเด็นต่าง ๆ เพื่อเป็นกรณีตัวอย่างในการศึกษาและนำไปประยุกต์ใช้ต่อไป

บัลเลต์มาจากคำในภาษาอิตาลีว่า บัลลี (Balli) แปลว่า "การเต้นรำ" หรือ "นาฏยศิลป์" ซึ่งมีการพัฒนามาจากการจัดการแสดงในราชสำนักที่นิยมกันในอาณาจักรหรือแคว้นแคว้นของเจ้าผู้ครองเหล่านั้น และต่อมาการจัดการแสดงก็ได้แพร่หลายเข้าไปเจริญงอกงามในประเทศฝรั่งเศส³

บัลเลต์ (Ballet) คือ การเต้นรำในเชิงการละคร ชนิดหนึ่งที่พัฒนาขึ้นในยุโรปตะวันตกระหว่างปีคริสต์ศักราช 1300-1600 การเต้นบัลเลต์ไม่จำเป็นที่จะต้องเต้นบนปลายเท้าเสมอไป เพียงแต่การเต้นบนปลายเท้าโดยสวมรองเท้าหัวตัดปลายแข็งที่เรียกว่า "Point Shoe" เป็นลักษณะเด่นของการเต้นบัลเลต์ ท่าเคลื่อนไหว ทิศทาง การจัดองค์ประกอบของร่างกาย ในการเต้นบัลเลต์จะมีข้อกำหนดเฉพาะซึ่งการเคลื่อนไหวร่างกายของผู้ที่เต้นต้องทำให้ได้ถูกต้องตามระเบียบแบบแผนของท่าทักษะนั้น ๆ จึงถือได้ว่า ชื่อท่าบัลเลต์ส่วนมากเป็นภาษาฝรั่งเศส⁴

พื้นฐานการเต้นบัลเลต์ นับว่าเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการเต้นนาฏยศิลป์ร่วมสมัย การเต้นแจ๊ส และระบำสเปน เพราะ "การเต้นบัลเลต์ช่วยในการสร้างสรรค์ความงามจากการเคลื่อนไหวร่างกายให้เกิดเส้นและรูปทรง"⁵ ดังนั้น พื้นฐานบัลเลต์จึงได้เข้าไปแทรกซึมในการเต้นรูปแบบดังกล่าว เพื่อเป็นโครงสร้างเบื้องต้นในการจัดระเบียบร่างกายและ "เป็นกุญแจสำคัญที่จะเป็นพื้นฐานที่แข็งแรงเพื่อนำไปสู่การเต้นในรูปแบบอื่น ๆ ได้ดี"⁶

1. ขวัญแก้ว กิจเจริญ, "การสร้างสรรค์ผลงานนาฏยศิลป์จากภาพต้นเดี่ยวของนราพงษ์ จรัสศรี" (วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโทชั้นบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2558), 11.

2. นราพงษ์ จรัสศรี, "นาฏยศิลป์ตะวันตก," สัมภาษณ์โดย ขวัญแก้ว กิจเจริญ, 24 กันยายน 2563.

3. นราพงษ์ จรัสศรี, *ประวัตินาฏยศิลป์ตะวันตก* (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2548), 5.

4. สุรพล วิรุฬห์รักษ์, *นาฏยศิลป์วิชาการที่ 9* (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2543), 4.

5. สิทธิร ศรีชลาคม, "ความเกี่ยวเนื่องของบัลเลต์และคณิตศาสตร์," *วารสารศิลปกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย* ปีที่ 5, ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม-ธันวาคม 2561): 114.

6. Patrice Leroy, "พื้นฐานบัลเลต์กับนาฏยศิลป์ร่วมสมัย," สัมภาษณ์โดย ขวัญแก้ว กิจเจริญ, 26 มีนาคม 2563.

เทคนิคพื้นฐานของการเต้นบัลเลต์ที่ผู้เขียนได้นำมาประกอบการวิเคราะห์ คือ หลักพื้นฐาน 7 ประการของการเต้นบัลเลต์คลาสสิก ซึ่งกำหนดขึ้นอย่างชัดเจนในปี ค.ศ. 1723 โดย จอห์น วิฟเวอร์ (John Weaver) และในปี ค.ศ. 1984 โจแอน ลอว์สัน (Joan Lawson) ได้เขียนสรุปลงในหนังสือที่มีชื่อว่า บัลเลต์ คลาส ปรีนซิเปิลส์ แอนด์ แพรคทีซ (Ballet Class Principles and Practice) อันได้แก่

1. การยืนที่ถูกต้อง (Stance) โดยมีองค์ประกอบดังนี้ คือ
 - 1.1 การกอดสะโพกลง และยึดหลังขึ้น
 - 1.2 หัวไหล่และสะโพกต้องหันไปในทิศทางเดียวกัน หัวไหล่ไม่ยก ไม่ห่อเข้าหรือออก
 - 1.3 วางน้ำหนักอย่างสมดุลอยู่บนจุดรับน้ำหนักของเท้า 3 จุด
 - 1.4 ศีรษะตั้งตรง
 - 1.5 ลำตัวตรงอยู่กึ่งกลางเหนือกระดูกเชิงกราน

2. การเปิดออก (Turn out)
 - 2.1 หมุนขาทั้งสองข้างออกจากข้อสะโพก ซึ่งจะทำให้เท้าทั้งสองข้างเปิดออกด้วย
 - 2.2 วางหัวเข่าอยู่ในระนาบตรงกับขาและเท้า ไม่ว่าจะเข่าจะตั้งหรืองออยู่
 - 2.3 ข้อเท้าค้ำยันและยึดออกให้อยู่ระนาบตรงกับหัวเข่า ไม่บิดเข้าหรือแบะออก

3. การวางตำแหน่งของร่างกาย (Placing)
 - 3.1 ร่างกายแต่ละส่วนมีการเคลื่อนไหวสอดคล้องประสานสัมพันธ์กัน และมีการเชื่อมโยงกับสมดุลแกนกลางของนักเต้น
 - 3.2 สายตาและศีรษะเป็นตัวนำการเคลื่อนไหว โดยแขน ไหล่ ลำตัว ขา และเท้าจะเคลื่อนตาม

4. การทรงตัว (Laws of Balance)
 - 4.1 การยืนแบบเอพอลมอง (Epaulement)
 - 4.1.1 แบบด้านธรรมชาติ บิดหัวไหล่ข้างที่ตรงกับขาที่อยู่ข้างหน้าไปด้านหน้าเล็กน้อย
 - 4.1.2 แบบด้านตรงกันข้าม บิดหัวไหล่ข้างที่ตรงข้ามกับขาที่อยู่ข้างหน้าไปด้านหน้าเล็กน้อย
 - 4.2 การยืนแบบตรงข้าม (Opposition) ร่างกายจะสามารถทรงตัวอยู่ได้โดยยกแขนตรงกันข้ามกับขาที่อยู่ข้างหน้า
 - 4.3 การจัดวางน้ำหนักในการทรงตัวจะกระจายเท่า ๆ กันในทุกส่วนของร่างกาย โดยพยายามใช้แรงในการทรงตัวน้อยที่สุดเท่าที่จะทำได้

5. กฎพื้นฐาน (Basic Rules)
 - 5.1 ศีรษะ
 - 5.1.1 ศีรษะเคลื่อนไหวอย่างอิสระ และเป็นตัวนำการเคลื่อนไหวของร่างกาย
 - 5.1.2 ตามองไปด้านหน้า

5.2 เท้าและขา

5.2.1 ขาอาจมีการยืดตรงหรืองอก็ได้

5.2.2 ส้นเท้าอยู่บนพื้นทั้งก่อนและหลังการเคลื่อนไหวต่าง ๆ

5.2.3 การเคลื่อนไหวจะผ่านจุดศูนย์กลางของขาทั้งสองข้างไปตามแนวยาวจนถึง

เท้าทั้งสองข้าง

5.3 หลักการใช้แขน

5.3.1 การเคลื่อนที่ของแขนจะต่อเนื่องสลับไหล่ ก่อให้เกิดความรู้สึกของการมีชีวิตและมีความงามทางศิลปะ

5.3.2 แขนทั้งสองข้างไม่อยู่หลังไหล่

5.3.3 ในการทำท่าพื้นฐานต่าง ๆ ของแขน แขนจะต้องมีความโค้งกลม

5.3.4 แขนจะไม่ข้ามจุดศูนย์กลางของร่างกายไปอีกด้านหนึ่ง เว้นเสียแต่ว่าจะมีกำหนดให้ทำเช่นนั้น ๆ โดยเฉพาะ

5.3.5 นักเต้นควรจะรู้สึกถึงการเคลื่อนไหวของแขน และรู้สึกถึงความสอดประสานกันระหว่างการเคลื่อนไหวของแขนและการเคลื่อนไหวทั้งร่างกาย

5.4 หลักการจัดวางร่างกาย

5.4.1 หัวไหล่และสะโพกหันไปในทิศทางเดียวกัน และอยู่ในระนาบเดียวกัน ยกเว้นเมื่อมีการใช้กล้ามเนื้อและร่างกายอย่างถูกต้องไปในทิศทางอื่น

5.4.2 ทิศทางการหันของสะโพกจะกำหนดทิศทางของร่างกาย

5.4.3 การหายใจต้องเป็นไปอย่างปกติ ไม่มีอะไรมาขัดขวาง

6. การเปลี่ยนถ่ายน้ำหนัก (Transfer of Weight)

6.1 น้ำหนักทั้งหมดต้องย้ายไปยังขาที่ยืนอีกข้างหนึ่ง โดยจะเคลื่อนผ่านจุดศูนย์กลางก่อน

6.2 นักเต้นต้องสามารถทรงตัวได้อย่างมั่นคงต้านแรงโน้มถ่วงตลอดการเคลื่อนไหวนั้น ๆ

6.3 ท่ากระโดด 5 ท่าพื้นฐานในบัลเลต์ ได้แก่

6.3.1 ท่าโซเท่ (Sauté) เป็นการกระโดดขึ้นไปจากสองขาและลงมาสองขา หรือบางครั้งก็เป็นการกระโดดที่ขึ้นไปจากขาเดียวและลงมาขาเดิมที่กระโดด

6.3.2 ท่าทอง เลอเว (Temps Levé) เป็นการกระโดดขึ้นไปจากขาหนึ่งและลงมาขาเดิม

6.3.3 ท่าซีซอน (Sissonnes) เป็นท่าที่เปลี่ยนน้ำหนักจากสองขาไปขาเดียว

6.3.4 ท่าอะซอมเบล (Assemblés) เป็นท่าที่เปลี่ยนน้ำหนักจากขาเดียวไปสองขา

6.3.5 ท่าเจอเต้ (Jetés) เป็นท่าที่เปลี่ยนน้ำหนักจากขาข้างหนึ่งไปยังขาอีกข้างหนึ่ง ซึ่งจะเห็นได้ว่าท่ากระโดด 3 ท่าใน 5 ท่าพื้นฐานนี้ที่มีการเปลี่ยนถ่ายน้ำหนักในขณะที่ตัวลอยอยู่ในอากาศ คือ ท่าซีซอน (Sissonnes) ท่าอะซอมเบล (Assemblés) และท่าเจอเต้ (Jetés)

6.4 แขนและขาจะเคลื่อนที่จากท่าหนึ่งไปยังอีกท่าหนึ่งโดยผ่านท่าที่ 1 (1st Position) เสมอ ถ้าสามารถทำได้

7. การประสานกันของร่างกาย (Co-ordination)

7.1 หลักการนี้จะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อเข้าใจและสามารถทำหลักการทั้งหมด 6 ข้อที่กล่าวมาได้อย่างถูกต้อง และการประสานกันของร่างกายจะเกิดขึ้นได้อย่างง่ายดาย



ภาพที่ 1 ภาพแสดงถึงการใช้หลักพื้นฐาน 7 ประการของการเต้นบัลเลต์คลาสสิก
ที่มา : ขวัญแก้ว กิจเจริญ

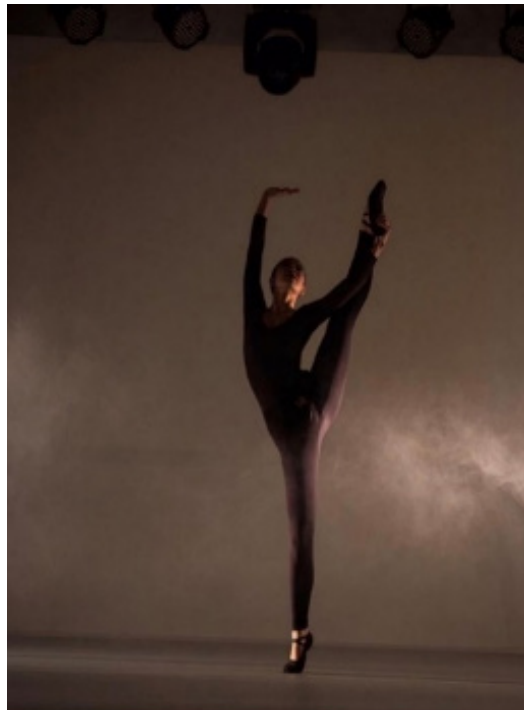
นาฏศิลป์ร่วมสมัย (Contemporary Dance)

นาฏศิลป์ร่วมสมัยหรือคอนเทมโพรารีแดนซ์ คือ การเต้นที่เน้นการแสดงออกทางอารมณ์และความรู้สึกที่แตกต่างกันออกไปและเป็นการเคลื่อนไหวของร่างกายตามแรงโน้มถ่วง เน้นการถ่ายทอดการเต้นโดยการนำเสนอในรูปแบบแนวคิด วิธีการ มุมมอง นักเต้นที่มีพื้นฐานการเต้นบัลเลต์จะช่วยให้การยืน การวางท่าและการเคลื่อนไหวประสานกันของร่างกายในการเต้นนาฏศิลป์ร่วมสมัย นอกจากนี้ นักเต้นมืออาชีพในต่างประเทศ ผู้ที่มีพื้นฐานบัลเลต์กับผู้ที่มีแต่พื้นฐานการเต้นนาฏศิลป์ร่วมสมัยหรือนักเต้นอิสระจะมีข้อด้อยทางด้านสรีระมากกว่า โดยเฉพาะเรื่องของขาและกล้ามเนื้อที่ต้องใช้กระโดดบ่อย ๆ จะไม่มีความแข็งแรงเท่า ความชัดเจนของท่วงท่าและลีลาการเคลื่อนไหวก็จะแตกต่างกันไปด้วย

นาฏศิลป์ร่วมสมัยมีหลายรูปแบบ ผู้เขียนขอยกตัวอย่างนาฏศิลป์ร่วมสมัยที่พัฒนามาจากคอนเทมโพรารี บัลเลต์ (Contemporary Ballet) ซึ่งเป็นการเต้นที่ผสมผสานระหว่างบัลเลต์คลาสสิก (Classical Ballet) กับ โมเดิร์นแดนซ์ (Modern Dance) พื้นฐานบัลเลต์จึงมีความสำคัญในเรื่องของเทคนิค นักเต้นสามารถนำเทคนิคดังกล่าวมาดัดแปลงให้เป็นเทคนิคการเต้นนาฏศิลป์ร่วมสมัยได้ กล่าวคือ เรื่องลีลาของเส้นสาย (Line of Ballet's Body) การฝึกฝนบัลเลต์จะปูพื้นฐานความเข้าใจเรื่องเส้นตรงของร่างกาย ทำให้

นักเต้นสามารถนำเส้นตรงนั้นมาดัดแปลงให้เกิดเป็นเส้นหยักหรือลีลาของเส้นสายใหม่ขณะที่เต้นและยังก่อให้เกิดความสวยงามทางศิลปะได้อีกด้วย ยกตัวอย่างเช่น ท่าพาสเซ่ (Passé) การที่นักเต้นสามารถเพิ่มเทคนิคการหดตัว (Contraction) หรือการปิดเข้า (Turn In) ของต้นขาจากสะโพกก็จะสามารถดัดแปลงให้เกิดเป็นท่าใหม่ นอกจากนี้ การเต้นแบบด้นสด (Improvisation) นักเต้นสามารถพัฒนาการเต้นของตัวเองให้กว้างไกลกว่าเดิม เปรียบเสมือนร่างกายของนักเต้นนั้นมีพื้นฐานที่พร้อมอยู่แล้ว ก็จะสามารถคิดพัฒนาและสร้างสรรค์ท่าเต้นนาฏยศิลป์ร่วมสมัยของตัวเองต่อไปได้

นอกจากนี้ นักเต้นที่เคยเรียนบัลเลต์มาจะรู้จักคำศัพท์ของท่าเต้นและเข้าใจว่าปฏิบัติอย่างไร เช่น ท่าย่อ "พลีเอ" (Plié) ท่าชี้เท้า "แบทมอง ทงดู" (Battement Tendu) ท่าเตะขา "กรอง แบทมอง" (Grand Battement) ท่าหมุน "พีรูเวต" (Pirouette) และท่ากระโดด เช่น ท่ากรอง เจเต้ (Grand Jété) หรือแม้กระทั่งเรื่องของทิศทาง เช่น ข้างหน้า "เดอวอง" (Devant) และข้างหลัง "แดรีเอ" (Derrière) ซึ่งแน่นอนว่าคำศัพท์ที่ใช้เต้นส่วนใหญ่แล้วมักมาจากคำศัพท์ของท่าบัลเลต์



ภาพที่ 2 การเต้นนาฏยศิลป์ร่วมสมัยที่ใช้หลักพื้นฐานเรื่องการเปิดออก การทรงตัว การวางตำแหน่งของร่างกาย การเปลี่ยนถ่ายน้ำหนัก และกฎพื้นฐาน
ที่มา : ขวัญแก้ว กิจเจริญ

การเต้นแจ๊ส (Jazz Dance)

การเต้นแจ๊ส มีรากฐานมาจากการเต้นรำพื้นเมืองของชาวแอฟริกันอเมริกา รูปแบบการเต้นแจ๊สได้นำพื้นฐานของการเต้นบัลเลต์ การเต้นแท็ป (Tap Dance) และโมเดิร์นแดนซ์ (Modern Dance) มาใช้⁸ ปัจจุบันการเต้นแจ๊สส่วนมากจะเน้นที่ความคมชัดของท่า ลีลาของเส้นสาย ความเว้าโค้งของแขน ขา และลำตัวที่ได้รูป การหมุนตัวที่คล่องแคล่วว่องไว จังหวะและเทคนิคของการใช้ขาและเท้า การใช้สะโพก การใช้

8. ดิฐพงศ์ ประเสริฐไพฑูรย์, "การสื่อสารกับการประกอบสร้างอัตลักษณ์กลุ่มวัฒนธรรมย่อยของนักเต้น Cover Dance" (วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโทบริหารศิลป์, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2558), 31.

หัวไหล่ รวมไปถึงการใช้ศีรษะและสายตา การเต้นแจ๊สมิมีจุดเด่นในเรื่องของการแยกส่วนของร่างกายเมื่อเคลื่อนไหวซึ่งต้องเคลื่อนไหวอวัยวะทุกส่วนต่าง ๆ ของร่างกายนั้นให้กลมกลืน พลั้วไหวไปในทิศทางเดียวกัน การเต้นแจ๊สมิมีหลายรูปแบบ เช่น การเต้นแจ๊สแบบนิวยอร์ก การเต้นแจ๊สแบบสมัยคลาสสิก 1920 (Classical Jazz) การเต้นแจ๊สแบบเธียเตอร์แดนซ์ (Theater Dance) ซึ่งใช้ในโรงละครบรอดเวย์ (Broadway) การเต้นแจ๊สยุคปัจจุบันและสตรีทแจ๊ส (Street Jazz)

พื้นฐานทางเทคนิคการเต้นแจ๊สส่วนใหญ่ได้มาจากการมีพื้นฐานบัลเลต์ ยกตัวอย่างเช่น การเปิดอกของขา จะสามารถช่วยให้นักเต้นมีการทรงตัวและสามารถควบคุมกล้ามเนื้อได้ดี เทคนิคการใช้แขนซึ่งทำโดยการใช้กล้ามเนื้อส่วนหลังเป็นตัวรองรับน้ำหนักของแขน เช่น ท่าแขนต่าง ๆ ตั้งแต่แขนลำดับที่ 1 ถึงแขนลำดับที่ 5 (Arm 1st Position - 5th Position) และท่าแขนอาราเบสก์ (Arabesque) เป็นต้น

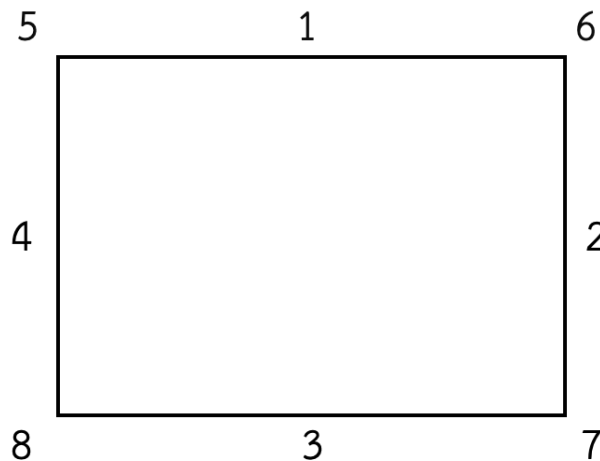


ภาพที่ 3 การเต้นแจ๊สที่ใช้หลักพื้นฐานเรื่องของการเปิดอก การทรงตัว หลักการใช้แขน หลักการจัดวางร่างกาย การประสานกันของร่างกาย และแสดงความคมชัดลีลาของเส้นสาย
ที่มา : ขวัญแก้ว กิจเจริญ

หลักพื้นฐานของการเปลี่ยนถ่ายน้ำหนักจากขาอีกข้างหนึ่งไปยังขาอีกข้างหนึ่ง เช่น ท่าชาซเซ่ (Chassé) ซึ่งเป็นท่าพื้นฐานและใช้ชื่อเดียวกับท่าบัลเลต์ หลักเทคนิคการทรงตัว และกฎพื้นฐานในการใช้ศีรษะและสายตาในการทำท่าหมุน ซึ่งผู้ที่ฝึกฝนบัลเลต์มาก่อนจะมีข้อได้เปรียบในเรื่องของการทำท่าหมุนอย่างเห็นได้ชัด ท่ากระโดดก็เช่นกัน จะทำให้นักเต้นสามารถควบคุมร่างกายได้มั่นคง ประกอบกับความยืดหยุ่นของร่างกาย คนที่มีพื้นฐานบัลเลต์มาจะสามารถทำท่ายกขา เตะขา กระโดดเตะขา หรือการแอ่นหลังในการเต้นแจ๊สได้มากกว่า

นอกจากนี้ เรื่องของลีลาของเส้นสาย ผู้ที่มีพื้นฐานบัลเลต์จะสามารถเข้าใจเรื่องการวางท่าได้สวยงามกว่า เนื่องจากการทำลีลาของเส้นสายที่ได้รูปนั้นจะทำให้เกิดความคมชัดของท่าได้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น ซึ่งไม่ได้มีแค่องค์ประกอบของการใช้แขน หรือขาเท่านั้น แต่ยังเกี่ยวข้องกับวิธีการฝึกเรื่องของการหายใจ การวางตำแหน่งของร่างกาย วิธีการยึดกลางลำตัว การใช้กล้ามเนื้อหลังให้ถูกต้อง ซึ่งล้วนมาจากการพื้นฐานหลัก 7 ประการของบัลเลต์

ทิศทางการเคลื่อนไหวและเคลื่อนที่ของร่างกาย "การเดินต้องคำนึงถึง เรื่องการใช้พื้นที่ที่ใช้ต่อการเดินตลอดจนความกว้างหรือความยาวของพื้นที่ที่ที่นักเต้นจะต้องทำการเคลื่อนไหวบนเวที"⁹ ซึ่งมุมที่กำหนดด้านและมุมต่าง ๆ ที่ใช้ตัวเลขเป็นการกำหนดในการฝึกฝนบัลเลต์มานั้น สามารถนำมาใช้ในการเดินแจ๊สเพื่อกำหนดทิศทางการเคลื่อนไหวอวัยวะส่วนต่าง ๆ ของร่างกายให้เกิดมิติและกำหนดทิศทางการเคลื่อนที่



ภาพที่ 4 มุมในการเต้นบัลเลต์ของหลักสูตรรอยัล อะเคเดมี ออฟ แดนซ์ (Royal Academy of Dance)
ที่มา : ขวัญแก้ว กิจเจริญ

อนึ่ง บัลเลต์อาจไม่ใช่ศาสตร์ที่ช่วยเสริมการเต้นแจ๊สอย่างเดียว แต่การเต้นแจ๊สก็ช่วยเสริมการเต้นบัลเลต์ได้อีกเช่นกัน กล่าวได้ว่า นักบัลเลต์ส่วนใหญ่จะค่อนข้างมีข้อจำกัดในเรื่องการจัดวางร่างกายให้ถูกต้องเสมอ มีความเกร็งเพราะนักบัลเลต์ต้องพยายามฝืนร่างกายให้ตนเองทรงตัวได้อยู่ตลอดเวลา แต่นักบัลเลต์ที่ได้เรียนการเต้นแจ๊ส จะสามารถช่วยให้การเคลื่อนไหวร่างกายของนักเต้นพลิ้วไหวมากยิ่งขึ้น ยกตัวอย่างเช่น ท่าหมุน เนื่องจากการหมุนในการเต้นแจ๊สนั้นจะมีจังหวะความคมชัดและเร็ว สิ่งที่มีการเต้นแจ๊สนั้นเข้าไปช่วยเสริมนักเต้นบัลเลต์ คือ การใช้ศีรษะ การปล่อยคอ และความคมชัดของแขนและขา

ระบำสเปน (Spanish Dance)

ระบำสเปนเป็นการเต้นรำที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัวและมีรูปแบบอันหลากหลาย เริ่มต้นขึ้นที่ประเทศสเปนและพื้นที่ที่มีชนเชื้อสายสเปนอาศัยอยู่ ซึ่งในหลักสูตร Spanish Dance Society ได้แบ่งระบำสเปนออกเป็น 4 ประเภทหลัก ดังนี้ คือ

9. ศิริมงคล นาถยุกุล, นาฏยศิลป์ตะวันตกปริทัศน์ (มหาสารคาม : คลังน่านาวิทยา, 2557), 69.

1. ระบายฟลาเมงโก (Flamenco Dance)
2. ระบายพื้นเมือง (Regional Dance)
3. ระบายสเปนแบบคลาสสิก (Escuela Bolera)
4. ระบายสเปนแบบร่วมสมัย (Contemporary หรือ Neo-Classic)

การเต้นระบำสเปนนั้น มีความโดดเด่นในเรื่องของเทคนิคการเต้นและมีเสน่ห์เอกลักษณ์เฉพาะตัวเป็นอย่างมาก ไม่ว่าจะเป็นในเรื่องของเสียงเพลง ซึ่งเครื่องดนตรีที่ใช้เป็นหลัก คือ กีตาร์ หรือ เสียงที่เกิดจากเทคนิคการใช้เท้า (Zapateado) การใช้มือ เช่น การปรบมือ (Palmas) หรือการตีดุ้น (Pitos) เอกลักษณ์อีกอย่างหนึ่ง คือ ลีลาท่าทางการเคลื่อนไหว การแสดงอารมณ์ เศร้า ดุดัน เศร้าขม สง่างาม สดใส ตลก มีชีวิตชีวา และการแสดงออกทางสีหน้า เช่น ขมวดคิ้ว พยักหน้า ล้วนเป็นเทคนิคการเต้นที่โดดเด่นและมีความเป็นอัตลักษณ์ของระบำสเปน

นอกจากนี้ การเคลื่อนไหวของแขน (Braceo) การหมุน (Vueltas) จังหวะ (Rhythm) ประกอบการเต้นต่าง ๆ ทั้งจังหวะช้า จังหวะปานกลาง ถึงจังหวะเร็ว ซึ่งบางครั้งเพลง ๆ หนึ่งอาจมีทั้งสามจังหวะอยู่ในเพลงเดียวกัน เทคนิคการใช้อุปกรณ์ประกอบในการเต้นก็เช่นกัน อาทิ กรับสเปน (Castanets) พัด (Fan) หมวก (Hat) หรือ ผ้าคลุมไหล่ (Shawl) ก็เป็นอีกเทคนิคหนึ่งที่ยากและซับซ้อน ซึ่งนักเต้นต้องคิด จดจำ และทำทุกอย่างที่กล่าวมาข้างต้นทั้งหมดในเวลาเดียวกันให้ออกมาได้อย่างสวยงาม พลั้วไหว กลมกลืน และถูกต้องได้อย่างต่อเนื่อง

ในเรื่องของการฟังเพลงหรือการนับจังหวะเต้นระบำสเปน ก็เป็นอีกเรื่องหนึ่งที่สำคัญและมีความยากมาก นับว่าเป็นเทคนิคหนึ่งที่ซับซ้อนประการแรกในการเต้นระบำสเปน โดยเฉพาะการเต้นระบำสเปนแบบฟลาเมงโก ซึ่งเป็นการเต้นแบบด้นสด จังหวะที่ใช้เต้นจะมีวิธีการนับที่มีความยากมากกว่าการนับจังหวะเพลงปกติหลายเท่า กล่าวคือ จังหวะบางเพลงมี 12 จังหวะ บางเพลงมี 8 จังหวะ ซึ่งผู้เต้นต้องเต้นให้จบในจังหวะที่บังคับกำหนดให้ได้ เช่น จังหวะอาเลกริอาส (Alegrías) มีจังหวะการนับทั้งหมด 12 จังหวะ นักเต้นต้องเต้นให้จบลงภายในจังหวะที่ 10 หรือ จังหวะแทงโก (Tango) มีจังหวะการนับทั้งหมด 8 จังหวะ นักเต้นต้องเต้นให้จบลงภายในจังหวะที่ 7 ซึ่งต้องอาศัยการมีสมาธิเป็นอย่างมาก ยิ่งถ้านักเต้นมีพื้นฐานการนับจังหวะ การฟังเพลง และการฝึกสมาธิมาจากการเรียนบัลเลต์นั้น ก็เปรียบเสมือนเป็นการเตรียมความพร้อมอย่างหนึ่งที่ทำให้นักเต้นสามารถเข้าใจทำนองเพลง

นอกจากระบำสเปนแบบฟลาเมงโกแล้ว ผู้เขียนจะขอกล่าวถึงระบำสเปนในอีกรูปแบบหนึ่ง คือ ระบำสเปนแบบคลาสสิก (Escuela Bolera) เป็นการเต้นรำที่เกิดจากการผสมผสานระหว่างระบำสเปนพื้นเมืองกับการเต้นบัลเลต์ ในช่วงศตวรรษที่ 18 ระบำบัลเลต์ได้เฟื่องฟูขึ้นในประเทศฝรั่งเศสและอิตาลี และได้ถูกนำเข้ามาสู่ประเทศสเปน ได้หลอมรวมกับระบำสเปนพื้นเมือง และได้รับการพัฒนาจนกลายเป็นลักษณะเฉพาะที่เรียกว่า “เอสคูเอลา โบเลรา” (Escuela Bolera) ผู้คนบางกลุ่มเรียกระบำแบบนี้ว่าเป็นการเต้นรำแห่งศตวรรษที่ 18 การเต้นจะใส่รองเท้าบัลเลต์และแสดงลักษณะเฉพาะด้วยการใช้กรับสเปน ซึ่งจะเพิ่ม

ความยากในการประสานกันระหว่างท่าแขน ขา และการเล่นกรับสเปนในจังหวะต่าง ๆ ในการเต้นระบำชนิดนี้ จะมีการเคลื่อนไหวของร่างกายในลักษณะที่ค่อนข้างซับซ้อนและมีชีวิตชีวา ซึ่งนักเต้นที่ไม่ได้มีพื้นฐานบัลเลต์มาก่อนจะไม่สามารถเข้าใจเทคนิคการเต้นระบำสเปนในรูปแบบนี้ได้

ในเรื่องของเทคนิคท่าเต้น นาฏยศิลป์ฝั่งยุโรปมีการผสมผสานและมีประวัติที่สืบทอดกันมา จึงทำให้การเต้นบัลเลต์เข้ามามีอิทธิพลกับการเต้นระบำสเปนในหลาย ๆ ระบำ เช่น ระบำสเปนพื้นเมืองที่นักเต้นส่วนใหญ่ที่มีพื้นฐานบัลเลต์นั้นสามารถนำเอาเทคนิคเหล่านั้นออกมาใช้ได้อย่างง่ายดาย แต่ระบำสเปนแบบฟลามังโก เนื่องจากระบำชนิดนี้ไม่ต้องมีการเปิดอกของขา การยกขาหรือเตะขาสูงเพราะฉะนั้นเทคนิคการเปิดอกจึงไม่ได้มีส่วนช่วยกับระบำสเปนชนิดนี้

นอกจากนี้ พื้นฐานบัลเลต์นั้นสามารถส่งเสริมเรื่องของการวางท่าของนักเต้นระบำสเปนในทุก รูปแบบ ซึ่งการเต้นระบำสเปนนั้นมีลักษณะการวางท่าและการยืนในรูปแบบต่าง ๆ ที่มีลักษณะคล้ายกับการเต้นบัลเลต์ เช่น ลำดับท่าของแขนและเท้า ซึ่งจุดเด่นที่ทำให้ให้นักเต้นสามารถเต้นระบำสเปนได้ดีจึงจำเป็นต้องเข้าใจพื้นฐานท่าดังกล่าวเพื่อให้แสดงออกมาได้อย่างถูกต้อง



ภาพที่ 5 การเต้นระบำสเปนที่ใช้หลักพื้นฐาน 7 ประการของการเต้นบัลเลต์คลาสสิก
ที่มา : ขวัญแก้ว กิจเจริญ

หลักพื้นฐาน 7 ประการของการเต้นบัลเลต์คลาสสิกกับนาฏศิลป์ร่วมสมัย การเต้นแจ๊ส ระเบิดาสนเปน

จากข้อมูลทีกล่าวมาข้างต้น ผู้เขียนสามารถอภิปรายได้ว่า บัลเลต์เป็นพื้นฐานของนาฏศิลป์ร่วมสมัย การเต้นแจ๊ส และระเบิดาสนเปน หลักพื้นฐานที่ผู้เขียนนำมาวิเคราะห์สามารถช่วยทำให้การเต้นในรูปแบบดังกล่าว เกิดการประสานกันของร่างกายได้ดี มีลีลาท่าทางการเคลื่อนไหวอย่างมีระเบียบถูกต้องตามสรีระวิทยา ซึ่งทำให้นักเต้นดูสง่างามในทุกมุมมอง เช่น การวางท่า (Posture) เทคนิคของการใช้เท้า (Footwork) การเคลื่อนไหวของแขนและอวัยวะต่าง ๆ ที่ทำงานไปด้วยกันได้อย่างกลมกลืนและพร้อมเพรียง (Co-ordinate) ซึ่งสามารถแยกเป็นประเด็นได้ 3 ประเด็น ได้ดังนี้

1. พื้นฐานบัลเลต์กับนาฏศิลป์ร่วมสมัย หลักพื้นฐาน 7 ประการของเทคนิคการเต้นบัลเลต์คลาสสิก มีผลต่อการเต้นนาฏศิลป์ร่วมสมัยในทุกข้อ หากแต่ละข้อนั้นอาจให้น้ำหนักที่ไม่เท่ากันในแต่ละท่าและบางรูปแบบของการเต้นนาฏศิลป์ร่วมสมัย ผู้เขียนกล่าวได้ดังนี้ คือ

1.1 หลักพื้นฐานข้อการยืน กฏพื้นฐาน และการวางตำแหน่งของร่างกายที่ได้มาจากหลักพื้นฐานการเต้นบัลเลต์คลาสสิกนั้น ส่งผลทำให้นักเต้นมีข้อได้เปรียบในการเต้นนาฏศิลป์ร่วมสมัย เนื่องจากนักเต้นสามารถจัดระเบียบร่างกาย เช่น การวางหัวไหล่และสะโพกหันไปในทิศทางเดียวกันในท่าเตะขา หรือท่ายกขา การใช้สายตาและศีรษะเป็นตัวนำในการทำท่าหมุนหรือแม้กระทั่งการวางน้ำหนักอย่างสมดุลที่ฝ่าเท้า ซึ่งนักเต้นจะสามารถหาความรู้สึกถึงแกนกลางของร่างกายและสามารถปรับศูนย์ถ่วงน้ำหนักให้กระจายเท่ากันในขณะที่ทำท่ากระโดดหรือท่าหนึ่งที่ต้องใช้การทรงตัว ด้วยเหตุนี้นักเต้นจึงสามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้ตามที่ตัวเองต้องการได้คล่องตัว ไม่ติดขัด ซึ่งเป็นผลสืบเนื่องให้เกิดหลักพื้นฐานในเรื่องการประสานกันของร่างกาย

1.2 หลักพื้นฐานการเปิดอก มักมีการใช้ในบางท่าและบางประเภทเท่านั้นเพราะนาฏศิลป์ร่วมสมัยไม่เน้นการเปิดอก เช่น ท่ายกขา ท่าเตะขา และท่าหมุน ซึ่งใน 3 ท่าหมวดนี้ อาจมีบางท่าที่สามารถเต้นในลักษณะของการปิดขาเข้าได้ ส่วนนาฏศิลป์ร่วมสมัยประเภทคอนเทมโพรารี บัลเลต์ซึ่งมีรากฐานมาจากการเต้นบัลเลต์คลาสสิกจำเป็นต้องใช้เรื่องของการเปิดอกของขาที่มากกว่านาฏศิลป์ร่วมสมัยในแบบอื่น ๆ

1.3 การวางตำแหน่งของร่างกายและกฏพื้นฐานในเรื่องของการใช้สายตาและศีรษะเป็นตัวนำในการเคลื่อนไหว หลักการจัดวางร่างกายในเรื่องทิศทางหันของสะโพกและหัวไหล่ไปในทิศทางเดียวกัน ทั้ง 3 กฏพื้นฐานดังกล่าวมีความสำคัญในท่าหมุนเข้า-ออกในลักษณะต่าง ๆ เช่น ท่าพิรุเวต อองเดอ ดอง อิน แอททิทูด (Pirouette En Dedans In Attitude) และท่าเชอเน (Chainé) เป็นต้น

1.4 หลักพื้นฐานการเปลี่ยนถ่วงน้ำหนักจะใช้ในการเต้นนาฏศิลป์ร่วมสมัยในทุกรูปแบบ เนื่องจากการเต้นนาฏศิลป์ร่วมสมัยนั้นเป็นการเต้นที่ปล่อยน้ำหนักตามแรงโน้มถ่วง นักเต้นจึงต้องรู้จักวิธีการถ่วงน้ำหนักร่างกายทั้งหมดจากขาอีกข้างไปยังอีกข้างได้ โดยเคลื่อนผ่านจุดศูนย์กลางก่อน เช่น ท่าที่มีการทิ้งน้ำหนักหรือที่เรียกว่า "ทอมเบ" (Tombé) ท่ากระโดดและท่าหมุน พื้นฐานการเปลี่ยนถ่วงน้ำหนัก และหลักการจัดวางร่างกายในเรื่องการหายใจจะช่วยให้การเคลื่อนไหวของท่าดังกล่าว ดูต่อเนื่อง นุ่มนวลและยังส่งผลให้เกิดการทรงตัวได้ดีอีกด้วย

1.5 หลักพื้นฐานการทรงตัวในเรื่องของการจัดวางน้ำหนักให้กระจายเท่า ๆ กันในทุกส่วนของร่างกายที่ใช้ในการเต้นนาฏศิลป์พร้อมสมัยมีทั้งการทรงตัวโดยที่น้ำหนักอยู่ตรงกลางและการทรงตัวแบบไม่สมมาตร (Off Balance) ทำให้นักเต้นจะสามารถเข้าใจและหาความรู้สึกเวลาทำท่าต่าง ๆ นั้นได้ดี

2. พื้นฐานบัลเลต์กับการเต้นแจ๊ส หลักพื้นฐาน 7 ประการล้วนแล้วเชื่อมโยงกัน แต่มีความแตกต่างกันเล็กน้อยตรงที่ท่าลักษณะใดจะเน้นในหัวข้อหลักพื้นฐานใด ผู้เขียนกล่าวได้ดังนี้ คือ

2.1 การเต้นแจ๊ส จะเน้นเรื่องลีลาของเส้นสายและความคมชัดของท่า หลักพื้นฐานที่สำคัญคือ การยืน การวางตำแหน่งร่างกาย การทรงตัว กฎพื้นฐาน และหลักการจัดวางของร่างกาย ซึ่งจะทำให้ นักเต้นสามารถจัดวางร่างกายในตำแหน่งได้ถูกต้องและยังสามารถแสดงให้เห็นถึงสรีระร่างกายของนักเต้นได้อย่างชัดเจน อีกทั้งยังเอื้อให้คนดูได้เห็นลีลาของเส้นสายได้หลากหลายมิติ

2.2 หลักพื้นฐานการเปิดออก อาจจะมีบางท่าเท่านั้นที่ต้องการใช้เทคนิคนี้ เพราะท่าหมุน ท่ายกขา ท่าเตะขา และกระโดดของการเต้นแจ๊ส จะมีทั้งลักษณะที่สามารถปิดต้นขาเข้าและเปิดออกได้

2.3 หลักพื้นฐานการทรงตัวและการเปลี่ยนถ่ายน้ำหนักจะใช้มากในการทำท่าหมุนพื้นฐาน ท่าเพนซิล เทิร์น (Pencil Turn) และท่าแบเรล เทิร์น (Barrel Turn) เนื่องจากหลักพื้นฐานดังกล่าวจะทำให้ นักเต้นเกิดความมั่นคงและสามารถแสดงท่านั้นได้ถูกต้องตามหลักเทคนิค นอกจากนี้ ท่าในการเปลี่ยนถ่ายน้ำหนักหรือท่าเชื่อม (Linking Step) เช่น ท่าพา เดอ บูเร (Pas De Bourrée) ยังเปรียบเสมือนการเชื่อมในท่าแต่ละท่าให้ต่อเนื่องและทำให้การเคลื่อนไหวของร่างกายทำงานประสานกันได้ลงตัวสวยงามมากยิ่งขึ้น

2.4 กฎพื้นฐานในหัวข้อแขน จะทำให้นักเต้นได้ทราบเบื้องต้นในการทำท่าพื้นฐานต่าง ๆ ของแขน วิธีการใช้กล้ามเนื้อส่วนใดที่ทำให้แขนได้รูป สดส่วนโค้งงอ หลักการจัดวางร่างกายในเรื่องของการหายใจ เพื่อก่อให้เกิดความรู้สึกของการมีชีวิตและเพิ่มความสวยงามให้กับแขน ซึ่งท่าแขนต่าง ๆ เช่น แขน ท่าที่ 1 ถึงท่าที่ 5 ของบัลเลต์ (1st Position - 5th Position) หรือแขนท่าอาราเบสก์ (Arabesque) ที่นำมาใช้ในการเต้นแจ๊ส ก็มีวิธีใช้กล้ามเนื้อแขนในหลักการเกี่ยวกับการเต้นบัลเลต์

3. พื้นฐานบัลเลต์กับระบำสเปน หลักพื้นฐาน 7 ประการของเทคนิคการเต้นบัลเลต์คลาสสิกมีผลต่อการเต้นระบำสเปน แต่หลักพื้นฐานบางข้อก็สามารถใช้ได้กับการเต้นระบำสเปนบางรูปแบบเท่านั้น ซึ่งอธิบายได้ดังนี้

3.1 หลักพื้นฐานการเปิดออก มีความสำคัญมากในการเต้นระบำสเปนแบบคลาสสิก เนื่องจากการเต้นที่มีการผสมผสานกับศาสตร์บัลเลต์โดยตรง ท่าเต้นส่วนมากจึงมาจากท่าบัลเลต์ เช่น ท่าพริวเวต ออง เด ออร์ (Pirouette En Dehors) ท่าโพเซ เทิร์น (Posé Turn) ท่ากลีซาด (Glissade) ท่าบริเซ (Brisé) และท่าองเทอชา ทัว (Entrechats Trois) ซึ่งล้วนแล้วแต่ต้องใช้เทคนิคการเปิดออก

3.2 ท่ายืน การยืนของระบำสเปนนั้นน้ำหนักทั้งสองขาต้องเท่ากัน มีการเปิดออกของขาออกจากสะโพกเพื่อการทรงตัวที่ดี การเปิดไหล่ออกทั้งสองข้าง หัวไหล่และสะโพกหันไปในทิศทางเดียวกัน กดสะโพก ยึดหลังขึ้น ศีรษะตั้งตรงและตามองไปข้างหน้า ซึ่งลักษณะการยืนของการเต้นระบำสเปนและบัลเลต์มีส่วนที่คล้ายคลึงกันมากจึงต้องมีหลักพื้นฐานทั้ง 7 ข้อในการเต้นบัลเลต์คลาสสิก

3.3 ท่าพื้นฐานของแขน (Braceo) ลักษณะแขนจะมีรูปทรงที่คล้ายกับบัลเลต์ แต่จะแตกต่างกันตรงวิธีการนับลำดับแขนต่าง ๆ เช่น แขนท่าที่ 7 ของระบำสเปนคือแขนท่าที่ 2 ของเทคนิคบัลเลต์ นอกจากนี้ วิธีการยกแขนจะใช้กล้ามเนื้อคนละส่วน ระบำสเปนจะยกข้อศอกให้ได้รูปโค้งเป็นหลัก แต่การเต้นบัลเลต์จะเน้นการใช้กล้ามเนื้อหลังและกล้ามเนื้อต้นแขนด้านใน ซึ่งนักเต้นต้องใช้กฎพื้นฐานเรื่องหลักการใช้แขนเข้ามาช่วยเพื่อให้แขนเกิดความโค้งกลม การเคลื่อนที่ของแขนต่อเนื่องและก่อให้เกิดความงามทางศิลปะ

3.4 ท่าเท้า (Zapateado) มีการใช้เท้าลักษณะคล้ายกับการเต้นระบำพื้นเมืองของบัลเลต์ เช่น ท่าย้ำเท้า (Stamp) และท่ายกส้นเท้า (Heel) เป็นต้น แต่เสียงเท้าของระบำสเปนจะดังกว่าและเทคนิควิธีการทำมีความต่างกันเพียงเล็กน้อย ซึ่งสิ่งสำคัญที่สุดคือ หลักพื้นฐานเรื่องการย่น การเปลี่ยนถ่ายน้ำหนัก และกฎพื้นฐานในเรื่องท่าและขา เช่น ท่าย้ำเท้า นักเต้นต้องยัดหลัง ขามีลักษณะงอเล็กน้อย ส้นเท้าอยู่บนพื้นทั้งก่อนและหลังการเคลื่อนไหว และเปลี่ยนน้ำหนักจากขาอีกข้างหนึ่งไปยังขาอีกข้างหนึ่ง

3.5 ท่าหมุน (Vueltas) เป็นท่าสำคัญที่ต้องใช้หลักพื้นฐานทั้ง 7 ประการของบัลเลต์คลาสสิก เพราะการหมุนในระบำสเปนมีทั้งแบบคลาสสิกคัล เทิร์น (Classical Turn) และแบบฟลามังโก เทิร์น (Flamenco Turn) จะมีลักษณะการถ่ายน้ำหนักจากขาข้างหนึ่งไปยังขาอีกข้างหนึ่ง ซึ่งหัวไหล่และสะโพกทั้งสองข้างต้องหันไปทิศทางเดียวกัน ลำตัวตรงอยู่กึ่งกลางเหนือกระดูกเชิงกรานเพื่อการทรงตัวที่ดีในขณะที่หมุน ประกอบนักเต้นต้องมีการวางตำแหน่งของร่างกาย การย่นที่ถูกต้อง และยังคงใช้กฎพื้นฐานในส่วนของ การใช้ศีรษะและหลักการใช้แขนร่วมด้วย เพราะฉะนั้นจึงต้องอาศัยหลักพื้นฐานทั้งหมด เพื่อให้เกิดการประสานกันของร่างกาย

จากการศึกษาหลักพื้นฐาน 7 ประการของการเต้นบัลเลต์คลาสสิกประกอบกับประสบการณ์ตรงของผู้เขียน กล่าวได้ว่า การเต้นบัลเลต์เป็นพื้นฐานของการเต้นนาฏศิลป์ร่วมสมัย การเต้นแจ๊ส และระบำสเปน นอกจากผลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ ผู้เขียนยังพบว่า การเต้นบัลเลต์ยังช่วยพัฒนานักเต้นด้านอื่น ๆ ได้อีกด้วย ซึ่งสรุปได้ดังนี้

1. ทางด้านสรีระวิทยา ทำให้นักเต้นสามารถจัดระเบียบร่างกายได้เป็นอย่างดี เข้าใจในเรื่องของการใช้ร่างกายสร้างลีลาของเส้นสายเพื่อก่อให้เกิดความสวยงาม สามารถเพิ่มความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อ เข้าใจทิศทางการเคลื่อนที่ของร่างกายในมุมต่าง ๆ และการเต้นบัลเลต์นั้นทำให้นักเต้นมีบุคลิกภาพที่ดี

2. ทางด้านอารมณ์ ช่วยพัฒนาความสามารถในการฟังเพลงได้หลากหลาย เข้าใจจังหวะของเสียงเพลง มีพื้นฐานในการนับจังหวะได้ถูกต้อง

3. ทางด้านสมอง มีพื้นฐานความจำที่ไว สามารถจดจำท่า มีสมาธิ สามารถควบคุมการทำงานระหว่างสมองและสั่งการให้ร่างกายได้ตอบสนองด้วยกัน ช่วยในเรื่องของการคิดสร้างสรรค์ทำเพื่อดัดแปลงให้เกิดท่าใหม่และสามารถนำเอาพื้นฐานที่ติดตัวมานี้ไปประยุกต์ใช้กับศาสตร์ต่าง ๆ ได้

4. ทางด้านสังคม ช่วยส่งเสริมการมีจริยธรรมในการทำงาน เพราะการเต้นบัลเลต์ฝึกให้นักเต้นมีระเบียบวินัยในตัวเองแต่เด็ก รู้จักการยอมรับ รับผิดชอบต่อผู้อื่น ซึ่งเป็นรากฐานสำคัญในการประกอบอาชีพในอนาคตต่อไป

ความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญทางด้านนาฏยศิลป์ตะวันตก

ศาสตราจารย์ ดร. นราพงษ์ จรัสศรี กล่าวว่า “บัลเลต์สามารถช่วยการเต้นนาฏยศิลป์ตะวันตกรูปแบบอื่น ๆ ได้เยอะมาก เพราะการเต้นบัลเลต์นั้นเปรียบเสมือนการครอบจักรวาลในเรื่องของแม่ท่า มีทั้งเรื่องของเทคนิค การทรงตัว และลีลาของเส้นสาย”¹⁰

รองศาสตราจารย์ ดร. ศิริมงคล นาฏยกุล ยังให้ความคิดเห็นว่า

ศิลปะการเต้นบัลเลต์สามารถนำไปสู่การพัฒนาสมรรถนะทางกายภาพของ นักเต้นให้เกิดประสิทธิภาพที่ดีไม่ว่าจะเป็นการพัฒนาความแข็งแรงและความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อ ซึ่งคุณสมบัติทางกายภาพที่ดีทั้งสองประการนั้นเป็นปัจจัยสำคัญต่อการปฏิบัติทักษะการเต้นประเภทอื่น ๆ ด้วยเช่นกัน ประกอบกับยังช่วยพัฒนาการเคลื่อนไหวของร่างกายในส่วนต่าง ๆ ให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีในขณะเต้นรำ อีกทั้งท่าเต้นและเทคนิคของการเต้นแจ๊สและนาฏยศิลป์ร่วมสมัยหลายอย่างต้องใช้หลักการเคลื่อนไหวร่างกายของบัลเลต์มาช่วยทำให้การเต้นในท่านั้น ๆ เกิดความสมบูรณ์ เช่น การรักษาความสมดุลของร่างกายในขณะหมุนตัว หรือ การเตะขาสูงในทิศทางต่าง ๆ ด้วยลักษณะเบาลอยและคล่องแคล่ว เป็นต้น¹¹

นอกจากนี้ อาจารย์ ดร. ดาริณี ชำนาญหมอ ยังให้ข้อคิดเห็นเพิ่มเติมว่า

การมีพื้นฐานบัลเลต์นั้นสามารถช่วยในเรื่องของการจัดระเบียบร่างกายและการควบคุมกล้ามเนื้อของร่างกายได้ดี แต่ในขณะเดียวกันศาสตร์บางศาสตร์ก็ตรงกันข้ามกับบัลเลต์ เช่น การเต้นฮิปฮอป (Hip Hop) จะมีลักษณะการเต้นที่เป็นจุดเด่น คือ การโยกตัวและมีการงอลำตัวมาด้านหน้า ซึ่งขัดกับการเต้นบัลเลต์ที่จะมีการทรงตัวหรือยึดตัวท่อนบนให้ตั้งตรง ซึ่งทำให้การมีพื้นฐานบัลเลต์นั้นสามารถใช้ได้กับนาฏยศิลป์ตะวันตกบางรูปแบบเท่านั้น¹²

บทสรุป

หลักพื้นฐาน 7 ประการของการเต้นบัลเลต์คลาสสิกที่ผู้เขียนได้นำมาใช้วิเคราะห์นั้น สรุปได้ว่า หลักพื้นฐาน 7 ประการนี้ ซึ่งประกอบด้วย 1. การยืนที่ถูกต้อง 2. การเปิดออก 3. การวางตำแหน่งของร่างกาย 4. การทรงตัว 5. กฎพื้นฐาน 6. การเปลี่ยนถ่ายน้ำหนัก 7. การประสานกันของร่างกาย มีอิทธิพลและส่งผลต่อการเต้นนาฏยศิลป์ร่วมสมัย การเต้นแจ๊ส และระบำสเปน นอกเหนือจากหลักพื้นฐาน 7 ประการของการเต้นบัลเลต์คลาสสิกแล้ว ผู้เขียนยังพบว่า การเต้นบัลเลต์ยังช่วยพัฒนานักเต้นด้านอื่น ๆ ได้อีกด้วย โดยแบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือ 1. ทางด้านสรีระวิทยา 2. ทางด้านอารมณ์ 3. ทางด้านสมอง 4. ทางด้านสังคม

10. นราพงษ์ จรัสศรี, “พื้นฐานบัลเลต์กับนาฏยศิลป์ตะวันตกในรูปแบบอื่น ๆ,” สัมภาษณ์โดย ชวัญแก้ว กิจเจริญ, 24 กันยายน 2563.

11. ศิริมงคล นาฏยกุล, “พื้นฐานบัลเลต์กับนาฏยศิลป์ตะวันตกในรูปแบบอื่น ๆ,” สัมภาษณ์โดย ชวัญแก้ว กิจเจริญ, 19 กันยายน 2563.

12. ดาริณี ชำนาญหมอ, “พื้นฐานบัลเลต์กับนาฏยศิลป์ตะวันตกในรูปแบบอื่น ๆ,” สัมภาษณ์โดย ชวัญแก้ว กิจเจริญ, 21 กันยายน 2563.

ผู้เขียนหวังเป็นอย่างยิ่งว่าบทความวิชาการเรื่องพื้นฐานบัลเลต์กับนาฏศิลป์ร่วมสมัย การเต้นแจ๊ส และระบำสเปน จะเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่ต้องการศึกษาพื้นฐานของการเต้นบัลเลต์ให้มากขึ้น ประกอบกับสามารถนำไปพัฒนาและไปประยุกต์ใช้กับศาสตร์นาฏศิลป์ตะวันตกแขนงอื่น ๆ ที่ผู้อ่านสนใจได้

ทำยนี้ ผู้เขียนขอกราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร. นราพงษ์ จรัสศรี อาจารย์ที่ได้ถ่ายทอดความรู้ เรื่องการเต้นบัลเลต์และนาฏศิลป์ร่วมสมัยอย่างมีเทคนิค รวมทั้งที่สำคัญที่สุด คือ การพัฒนาการ ด้านวิชาการที่จะนำมาใช้ประโยชน์ในการประกอบอาชีพในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีสแพทริเซีย ฟาร์แมน (Miss Patricia Farman) อาจารย์ผู้เป็นที่รักยิ่งที่ได้ถ่ายทอดความรู้เรื่องการเต้นบัลเลต์ การเต้นระบำ สเปนและสอนการมีจรรยาบรรณของความเป็นครูที่ดีให้กับผู้เขียนได้ซาบซึ้ง และอาจารย์อารีย์ สหเวชชภัณฑ์ ที่ได้ถ่ายทอดความรู้เรื่องการเต้นบัลเลต์ การเต้นแจ๊สและเทคนิคการสอนต่าง ๆ ให้ผู้เขียนเป็นอย่างดี

บรรณานุกรม

- ขวัญแก้ว กิจเจริญ. "การสร้างสรรค์ผลงานนาฏยศิลป์จากภาพเด่นเดี่ยวของนราพงษ์ จรัสศรี." วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาตรีบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2558.
- ดาริณี ชำนาญหอม. "พื้นฐานบัลเลต์กับนาฏยศิลป์ตะวันตกในรูปแบบอื่น ๆ." สัมภาษณ์โดย ขวัญแก้ว กิจเจริญ. 21 กันยายน 2563.
- ดิฐพงศ์ ประเสริฐไพฑูรย์. "การสื่อสารกับการประกอบสร้างอัตลักษณ์ลักษณะกลุ่มวัฒนธรรมย่อยของนักเต้น Cover Dance." วิทยานิพนธ์ระดับปริญญาโทบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2558.
- นราพงษ์ จรัสศรี. *ประวัตินาฏยศิลป์ตะวันตก*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2548.
- นราพงษ์ จรัสศรี. "นาฏยศิลป์ตะวันตก." สัมภาษณ์โดย ขวัญแก้ว กิจเจริญ. 24 กันยายน 2563.
- นราพงษ์ จรัสศรี. "พื้นฐานบัลเลต์กับนาฏยศิลป์ตะวันตกในรูปแบบอื่น ๆ." สัมภาษณ์โดย ขวัญแก้ว กิจเจริญ. 24 กันยายน 2563.
- ศิริมงคล นาฏยกุล. *นาฏยศิลป์ตะวันตกปริทัศน์*. มหาสารคาม : คลังน่านาวิทยา, 2557.
- ศิริมงคล นาฏยกุล. "พื้นฐานบัลเลต์กับนาฏยศิลป์ตะวันตกในรูปแบบอื่น ๆ." สัมภาษณ์โดย ขวัญแก้ว กิจเจริญ. 19 กันยายน 2563.
- สิริธร ศรีชลาคม. "ความเกี่ยวเนื่องของบัลเลต์และคณิตศาสตร์." *วารสารศิลปกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*, ปีที่ 5 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม-ธันวาคม 2561): 113-123.
- สุรพล วิรุฬห์รักษ์. *นาฏยศิลป์รัชกาลที่ 9*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2543. 25 มีนาคม 2563.
- Joan Lawson. *Ballet Class Principle and Practice*. London: A & C Black, 1984.
- Patrice Leroy. "พื้นฐานบัลเลต์กับนาฏยศิลป์ร่วมสมัย." สัมภาษณ์โดย ขวัญแก้ว กิจเจริญ. 26 มีนาคม 2563.