ตัวพระผู้หญิงในการแสดงละครรำ
THE FEMALE DANCERS PERFORMING MALE CHARACTERS IN THAI CLASSICAL DANCE

สุภาวดี โพธิเวชกุล* SUPAVADEE POTIWETCHAKUL*
สวภา เวชสุรักษ์** SAVAPARR VECHSURUCK**

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาที่มาของตัวพระผู้หญิงในการแสดงละครรำแบบหลวงตั้งแต่สมัยรัชกาลที่ 4 แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ที่ผู้หญิงสามารถรับแสดงละครรำได้ทั่วไปจนถึงยุคกรมศิลปากรในด้านลักษณะกาย การฝึกหัดและการจัดระเบียบร่างกายในการรำละครของตัวพระผู้หญิง ผลการศึกษาพบว่า ผู้หญิงได้เริ่มแสดงละครรำของหลวงมาตั้งแต่ยุคกรุงศรีอยุธยาตอนปลายแต่เริ่มแสดงให้กับคณะละครทั่วไปในรัชกาลที่ 4 ซึ่งทำให้ละครรำที่ใช้ผู้หญิงแสดงได้รับความนิยมมากจนถึงยุคกรมศิลปากร สำหรับการฝึกเป็นตัวพระผู้หญิงนั้นเริ่มจากการคัดเลือกผู้หญิงที่มีลักษณะร่างกายเหมาะสมผ่านกระบวนการฝึกหัดเริ่มด้วยการดัดร่างกาย รำเพลงและรำใช้บททั้งแบบระบำและแบบละคร สิ่งสำคัญคือการจัดระเบียบร่างกายให้ได้อย่างตัวพระ ได้แก่ การทรงตัวตรง การตั้งไหล่ การจัดท่าทางส่วนขาถึงเท้าให้เกิดเหลี่ยม การตั้งลำตัวส่วนบนให้ตรงหรือเอียงไปด้านข้างให้เห็นเป็นส่วนโค้งโดยไม่ให้หัวไหล่เกินแนวเข่าของตัวเองที่มีความสัมพันธ์กันในแนวตั้งอย่างน้อย 2 ใน 3 จุดคือหัวไหล่ เข่าและปลายเท้า ส่วนแขนทำให้เกิดวง เหลี่ยมหรือเส้นตรงในตำแหน่ง ทิศทางและระดับต่าง ๆ แต่กำหนดให้ระดับบนสุดของปลายมือไม่เกินศีรษะและระดับล่างสุดไม่ต่ำกว่าสะโพก ที่สำคัญคือการกันศอกให้ห่างจากลำตัวประมาณ 1 ฝ่ามือ การฝึกหัดตัวพระผู้หญิงนั้นเป็นการสืบทอดวิธีการรำไทยและนับเป็นเอกลักษณ์ไทยที่มีความสำคัญอย่างหนึ่งซึ่งเป็นที่ยอมรับจากนานาชาติมาอย่างต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน

คำสำคัญ : ตัวพระผู้หญิง/ การแสดงละครรำ/ การรำแบบหลวง

---

*นิสิตหลักสูตรศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต คณะศิลปกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, supavadee.po@ssru.ac.th.
*Ph.D. Candidate, Faculty of Fine and Applied Arts, Chulalongkorn University, supavadee.po@ssru.ac.th.
**ศาสตราจารย์ ดร. อาจารย์ประจำคณะศิลปกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, savaparr.v@chula.ac.th.
**Professor Dr., Faculty of Fine and Applied Arts, Chulalongkorn University, savaparr.v@chula.ac.th.

Received 04/02/2565, Revised 24/03/2565, Accepted 28/03/2565

ABSTRACT

This article aims to study the background of the male character performing by female dancers in the royal court dance from the reign of King Rama IV in the Rattanakosin era which ordinary female dancers were allowed to perform Thai Dance publicly to the Krom Silapakorn period. The study emphasizes on three aspects: the physical characteristics, dance training and body movement control. The results of the study showed that females were allowed to perform only in the royal court dance troupe since the end of Ayutthaya period after that they were allowed to perform in the general dance troupe in the King Rama IV. Thai Classical Dance by female dancers was very popular up until Krom Silapakorn period. The training of female dancers to taking male role is started from selecting the female who have a properly physical characteristic, then practicing; body bending, dancing with music and the dance language in dance and dance-drama. The important thing is the body movement control has to be presented in the male character form such as body balancing is in the upright position, shoulder is in the straight position, leg and foot postures are in a turnout position with square form, and upper torso is in the straight or tiled position to making curve by not letting their shoulders go beyond their own knees. However, the shoulder tip, knee joint and the edge of toe of the dancer must be presented in harmonious position. It must be vertically correlated in 2/ 3 spots: shoulder, knee and toe. Besides, the arm has to form in curve, angle or straight line in different positions, directions and levels. The highest level of arm and hands positions are not over the head and the lowest level is not below the hip. Essentially, the elbow position must be placed in angle pose away from the torso at least 1 palm hand. The training of female dancer for taking the male character in the Thai classical dance is a process of inheriting the unique Thai classical dance method that is continuously recognized worldwide until now.

Keywords: Female dancers performing male characters/ Thai classical dance/ Theroyal court dance

บทนำ

ผู้แสดงละครรำของไทยแต่เริ่มแรกนั้นกล่าวกันว่าใช้ผู้ชายแสดงล้วนทั้งตัวละครชายและตัวละครหญิงหรือที่เรียกว่า “ตัวพระและตัวนาง” ในการแสดงเป็นเรื่องราวอย่างละคร เมื่อเริ่มต้นนั้นใช้ผู้แสดงเป็นชายจำนวน 3 คน แสดงเป็น ตัวพระ ตัวนางและตัวเบ็ดเตล็ด ต่อมามีผู้นำแบบอย่างนี้มาปรุงเพิ่มขึ้นใหม่เป็นการแสดงละครที่เล่นกันตามพื้นบ้านในสมัยกรุงศรีอยุธยา มีการเพิ่มจำนวนผู้แสดงแต่ยังคงใช้ผู้ชายล้วนแสดงเรื่องตามนิยายพื้นเมืองบ้างชาดกบ้างดังเดิม ซึ่งคงปรับปรุงวิธีเล่นวิธีแสดงให้น่าสนใจยิ่งขึ้นตามลำดับ จนมีผู้เล่นบางพวกเป็นผู้แสดงที่พระมหากษัตริย์หรือทางราชการรับรองเป็นตัวละครของหลวง เพราะปรากฏว่ามีการกล่าวถึงศักดินาของพวกละครไว้ใน “พระไอยการตำแหน่งนาพลเรือน” ในสมัยสมเด็จพระบรมไตรโลกนาถ (ครองราชย์ พ.ศ.1991–พ.ศ.2031) เป็นรายการศักดินาของพนักงานที่มีหน้าที่เกี่ยวกับการแสดง เช่น นายโรง นา 200 ยืนเครื่องรอง นา 100 นางเอก นา 100 และยืนเครื่องเลว นา 80 เป็นต้น[1] จึงน่าเชื่อได้ว่ามีการละครเกิดขึ้นแล้วแม้ว่ายังไม่ปรากฏคำว่าละครเป็นหลักฐานที่ชัดเจนก็ตาม

สำหรับคำว่า “ละคร” ได้ปรากฏขึ้นเป็นคำเรียกการแสดงอีกประเภทหนึ่งในสมัยกรุงศรีอยุธยาตอนปลายรัชสมัยสมเด็จพระนารายณ์มหาราช (ครองราชย์ พ.ศ.2199-พ.ศ.2231) ในประชุมคำพากย์รามเกียรติ์ ภาค 1 จำนวน 2 แห่ง ได้แก่ “*กลางวันโขนละคอนโสภา*” และ “*เครื่องเล่นโขนละคอนหุ่นประชัน*”[2] อีกประการหนึ่งในรัชสมัยเดียวกันเดอลาลูแบร์ราชทูตฝรั่งเศสสมัยพระเจ้าหลุยส์ที่ 14 ผู้เดินทางมาเจริญพระราชไมตรีกับกรุงศรีอยุธยาได้บันทึกลักษณะและวิธีการแสดงละครที่ทำให้เห็นภาพของการแสดงละครในสมัยสมเด็จพระนารายณ์ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

ส่วนผู้แสดงเหล่านั้นน่าจะยังคงใช้ผู้ชายแสดงเป็นตัวละครทั้งตัวพระและตัวนางตามที่เคยมีมาแต่เดิม เนื่องจากละครที่ใช้ผู้หญิงแสดงนั้นมีหลักฐานว่าเกิดขึ้นในสมัยพระเจ้าอยู่หัวบรมโกศ (ครองราชย์พ.ศ.2275–2301) และอีกประการหนึ่งบทบาททางสังคมของผู้หญิงในสมัยกรุงศรีอยุธยาได้ถูกจำกัดให้อยู่งานแต่ภายในขอบเขตบ้านเท่านั้น ส่วนที่จะออกไปอวดโฉมแสดงละครต่อสาธารณชนย่อมเป็นไปได้ยาก อีกทั้งพระบรมราชาธิบายว่าด้วยนาฏกะของพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว (รัชกาลที่ 6 สมัยกรุงรัตนโกสินทร์) ทรงพระราชทานความเห็นเกี่ยวกับเพศผู้แสดงละครและระบำไว้ชัดเจนว่า “*ละครที่เป็นผู้ชายหรือผู้หญิงนั้นข้าพเจ้าเชื่อว่าผู้เล่นละครน่าจะเป็นผู้ชายทั้งนั้น ส่วนผู้หญิงจะเป็นแต่นางระบำ คือรำเล่นเฉพาะในบ้านไม่ไปออกโรงที่อื่นและคงรำเฉพาะบำเรอผู้อื่นที่เป็นนายบ้านและแขกที่เชิญมากินเลี้ยงบ้างเท่านั้น*”[3]

สำหรับการแสดงละครที่ใช้ผู้หญิงแสดงในสมัยพระเจ้าอยู่หัวบรมโกศนั้นเป็นการแสดงละครหลวงที่ใช้ผู้หญิงแสดงล้วนทั้งในบทของตัวพระและตัวนาง (ส่วนละครพื้นบ้านยังคงใช้ผู้ชายแสดง) ดังมีหลักฐานปรากฏในวรรณคดีเรื่องปุณโณวาทคำฉันท์ของพระมหานาควัดท่าทรายที่กล่าวถึงมหรสพในงานพระพุทธบาท สระบุรี มีความตอนหนึ่งว่า “*ล้วนสรรสกรรจ์นาง อรอ่อนลอออาย*”[4] ซึ่งนับเป็นหลักฐานแรกที่บอกว่าการแสดงละครในสมัยพระเจ้าอยู่หัวบรมโกศมีการใช้ผู้หญิงแสดงเป็นตัวละคร แต่อย่างไรก็ดีละครผู้หญิงของหลวงที่เกิดขึ้นในรัชกาลนี้เล่นแต่ละครในและได้เล่นอยู่ไม่นานเท่าใดก็เสียกรุงศรีอยุธยาแก่พม่าในพ.ศ.2310[5] ซึ่งต่อมาละครผู้หญิงได้ฟื้นตัวอีกครั้งในสมัยพระเจ้ากรุงธนบุรีต่อเนื่องมายังสมัยกรุงรัตนโกสินทร์ตอนต้น (รัชกาลที่ 1 และ 2) การมีละครที่ใช้ผู้หญิงแสดงทุกบทบาทในช่วงเวลานี้ถูกกำหนดให้มีได้แต่ในพระราชวังหลวงเพียงแห่งเดียวตามแบบอย่างครั้งกรุงเก่า ต่อมาในสมัยพระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว (รัชกาลที่ 3) ได้ทรงโปรดให้เลิกละครหลวงทำให้ผู้นิยมแบบอย่างละครหลวงครั้ง

1. ธนิต อยู่โพธิ์, *ศิลปะละครรำหรือคู่มือนาฏศิลป์ไทย* (กรุงเทพฯ : ศิวพร, 2516), 14.
2. สุรพล วิรุฬห์รักษ์, *วิวัฒนาการนาฏยศิลป์ไทยในกรุงรัตนโกสินทร์ พ.ศ. 2325-2477* (กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2543), 27.
3. ธนิต อยู่โพธิ์, *ศิลปะละครรำหรือคู่มือนาฏศิลป์ไทย* (กรุงเทพฯ : ศิวพร, 2516), 15.
4. ธนิต อยู่โพธิ์, *ศิลปะละครรำหรือคู่มือนาฏศิลป์ไทย* (กรุงเทพฯ : ศิวพร, 2516), 18.
5. สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ เจ้าฟ้ากรมพระยาดำรงราชานุภาพ, *ละครฟ้อนรำ* (กรุงเทพฯ : มติชน, 2546), 328.

รัชกาลที่ 2 ซึ่งมีอยู่เป็นจำนวนมากไม่กล้าเอาอย่างไปเล่น ครั้นละครหลวงเลิกเสียแล้วผู้มีบรรดาศักดิ์สูงจึงพากันหัดละครตามแบบหลวงครั้งรัชกาลที่ 2 ขึ้นหลายแห่ง แต่ตัวละครในสมัยนี้ยังคงใช้ผู้ชายแสดงเป็นพื้นดังเดิม[6] ส่วนละครหลวงที่ใช้ผู้หญิงแสดงไม่ปรากฏว่ามีในรัชกาลนี้

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเรื่องราวเกี่ยวกับตัวพระผู้หญิงในช่วงที่ผู้หญิงสามารถรับแสดงละครรำได้ทั่วไปในรัชกาลที่ 4 สมัยกรุงรัตนโกสินทร์ถึงยุคกรมศิลปากรในด้านลักษณะทางกายภาพของตัวพระผู้หญิง การฝึกหัดและการจัดระเบียบร่างกายผู้หญิงในการรำตัวพระแบบหลวงด้วยการศึกษาเอกสาร การสัมภาษณ์ การสังเกตการณ์และประสบการณ์ของผู้วิจัยที่ได้ศึกษาและทำงานเกี่ยวกับการรำไทยมากว่า 50 ปี

ผลการศึกษา

ในปีแรกของการครองราชย์ในรัชกาลที่ 4 พระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวในพ.ศ.2394 ยังไม่มีละครหลวงเนื่องจากละครหลวงเลิกเสียเมื่อรัชกาลที่ 3 แต่พระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวไม่ทรงรังเกียจการเล่นละครเหมือนในสมัยพระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว จึงเริ่มเกิดมีละครผู้หญิงของหลวงขึ้นใหม่อีกครั้งในรัชกาล เริ่มจากสมเด็จพระนางเจ้าโสมนัสวัฒนาวดี พระมเหสีพระองค์หนึ่งทรงหัดละครผู้หญิงรุ่นเด็กในพระบรมมหาราชวังขึ้น 1 ชุด แต่ยังมิทันออกโรงแสดง สมเด็จพระนางเจ้าโสมนัสฯ ได้สิ้นพระชนม์เสียก่อน เมื่อปีชวด พ.ศ.2395 ครั้นถึงปีฉลู พ.ศ.2396 ซึ่งเป็นปีที่ 3 ในรัชกาลนี้มีช้างเผือกแรกมาสู่พระบารมี คือ พระวิมลรัตนกิริณี จึงโปรดฯ ให้รวมตัวละครที่สมเด็จพระนางเจ้าโสมนัสวัฒนาวดีฝึกหัดเป็นละครหลวงและให้ออกโรงแสดงเป็นครั้งแรกในงานสมโภชช้างเผือกตัวที่ 2 คือพระเศวตวิสุทธรัตนกิริณี เมื่อปีขาล พ.ศ.2397 ซึ่งเป็นปีที่ 4 ในรัชกาลนี้จึงนับว่ามีละครผู้หญิงของหลวงขึ้นใหม่ในรัชกาลที่ 4[7]

เมื่อละครหลวงเกิดมีขึ้นในครั้งนั้น ทำให้เจ้านายและขุนนางที่ได้ฝึกหัดละครตามแบบหลวงเล่นมาแต่ในรัชกาลที่ 3 เกรงว่าจะเป็นการเล่นแข่งกับของหลวง จึงพากันหยุดเล่นละคร ความทราบถึงพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว จึงโปรดให้มีประกาศว่าด้วยละครผู้หญิงเมื่อวันอังคาร เดือน 9 แรม 7 ค่ำ ปีเถาะ พ.ศ.2398 ซึ่งเป็นปีที่ 5 ในรัชกาลนี้ นับเป็นประกาศที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงการละครหลวงที่สำคัญดังจะยกความบางส่วนที่เกี่ยวข้องในประกาศดังนี้ *“...มาในแผ่นดินพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวนี้ พระราชวงศานุวงศ์แลข้าราชการผู้ใหญ่ผู้น้อยผู้ใดเล่นลครผู้ชายผู้หญิงก็มิได้ทรงรังเกียจเลย ทรงเห็นว่ามีลครด้วยกันหลายรายดี บ้านเมืองจะได้ครึกครื้น จะได้เปนเกียรติยศแก่แผ่นดิน...”*[8]

ผลจากการประกาศว่าด้วยละครผู้หญิงฉบับนี้ ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ในวงการละครของไทย คือ

1. การเปลี่ยนแปลงการเล่นละครซึ่งเคยใช้ผู้ชายแสดงกลายเป็นละครที่ใช้ผู้หญิงแสดงเกือบทั่วทั้งเมืองทั้งยังเกิดการเล่นประสมโรงกับคณะละครผู้ชายด้วย

2. การแสดงละครสามารถเล่นหาประโยชน์ได้มากจนมีการตั้งภาษีละครขึ้นในรัชกาลที่ 4 เมื่อปีมะแม พ.ศ.2402

3. บทละครเกิดขึ้นใหม่เป็นจำนวนมากตั้งแต่สมัยรัชกาลที่ 4 เป็นต้นมา

ดังนั้นละครที่ใช้ผู้หญิงแสดงตั้งแต่รัชกาลที่ 4 เป็นต้นมาจึงมีมากมายหลายโรง นอกจากละครหลวงใน

6. สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ เจ้าฟ้ากรมพระยาดำรงราชานุภาพ, *ละครฟ้อนรำ* (กรุงเทพฯ : มติชน, 2546), 348.
7. สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ เจ้าฟ้ากรมพระยาดำรงราชานุภาพ, *ละครฟ้อนรำ* (กรุงเทพฯ : มติชน, 2546), 355-356.
8. สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ เจ้าฟ้ากรมพระยาดำรงราชานุภาพ, *ละครฟ้อนรำ* (กรุงเทพฯ : มติชน, 2546), 356-357.

ราชสำนักแล้วยังมีละครทั้งของเจ้านายและของขุนนางผู้ใหญ่ผู้น้อยตลอดจนละครของคฤหบดีและละครของพวกตัวละครที่คิดหัดลูกหลานเล่นประสมโรง ส่วนใหญ่เป็นละครที่หัดขึ้นเล่นเพื่อหาผลประโยชน์เป็นพื้น ส่วนคณะละครที่หัดขึ้นสำหรับประดับเกียรติยศอย่างแต่ก่อนมีน้อยแห่ง ส่วนเหตุผลที่ทำให้ละครผู้ชายเปลี่ยนเป็นละครผู้หญิงไปโดยมากนั้น[9] น่าจะมาจากสาเหตุสำคัญดังนี้

1. การหาเด็กผู้หญิงมาหัดละครสามารถทำได้มาก เนื่องจากเด็กผู้หญิงมีลักษณะนิสัยรักความสวยงามประกอบกับร่างกายของเด็กผู้หญิงมีความอ่อนตัวได้มากจึงสามารถนำมาฝึกหัดดัดร่างกายได้ง่ายกว่าเด็กผู้ชาย

2. การหัดเด็กผู้หญิงให้เป็นละครนับเป็นการประหยัดค่าใช้จ่ายให้กับเจ้าของคณะด้วย เพราะเด็กผู้หญิงสามารถเย็บปักเครื่องแต่งตัวได้เอง

3. เจ้าของงานส่วนใหญ่พอใจที่จะหาละครผู้หญิงไปแสดงเพราะประชนชนชอบดูละครผู้หญิงมากกว่าละครผู้ชาย

ในการแสดงละครรำของไทยทุกเรื่องมีการแบ่งลักษณะตัวละครหลัก ออกเป็นออกเป็น 4 ประเภท ได้แก่ ตัวพระหรือตัวละครเพศชาย ตัวนางหรือตัวละครเพศหญิง ตัวยักษ์และตัวลิง ตัวละครเหล่านี้พบว่าผู้หญิงได้เคยรับบทแสดงมาแล้วทุกประเภท[10] ดังตัวอย่างนามผู้แสดงหญิงในการแสดงละครรำ ดังนี้

ตารางที่ 1 ตัวอย่างนามผู้แสดงหญิงรับบทบาทเป็นตัวละครหลักในการแสดงละครรำ
ที่มา : สุภาวดี โพธิเวชกุลและสวภา เวชสุรักษ์

รัชกาลที่	รายนามผู้แสดงหญิงในรัชกาลที่ 1 - 4 แยกตามประเภทตัวละคร			
	ตัวพระ	ตัวนาง	ตัวยักษ์	ตัวลิง
1	คุณมรกต	คุณเรือง	ไม่พบ	ไม่พบ
	คุณเพ็ง	เจ้าจอมมารดาอัมพา		
2	เจ้าจอมมารดาแย้ม	คุณขำ	คุณพัน	คุณภู่
	คุณมาลัย	คุณพุ่ม	คุณน้อย	
3	ไม่พบ	คุณเรือง	คุณขำ	ไม่พบ
		คุณอิ้ว		
4	เจ้าจอมมารดาวาด	เจ้าจอมมารดาเอม	คุณลิ้นจี่	ไม่พบ
	เจ้าจอมมารดาเขียน	เจ้าจอมมารดาห่วง	คุณเล็ก	

9. สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ เจ้าฟ้ากรมพระยาดำรงราชานุภาพ, *ละครฟ้อนรำ* (กรุงเทพฯ : มติชน, 2546), 358-359.
10. สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ เจ้าฟ้ากรมพระยาดำรงราชานุภาพ, *ละครฟ้อนรำ* (กรุงเทพฯ : มติชน, 2546), 337-371.

หากครั้งนี้เป็นการศึกษาเฉพาะกรณีตัวพระผู้หญิงในการแสดงละครรำ ซึ่งประกอบด้วยการศึกษาลักษณะทางกายภาพของผู้หญิงที่เหมาะสมในการรับบทบาทเป็นตัวพระซึ่งต้องมีวิธีการจัดการส่วนต่าง ๆ ของร่างกายในการรำให้เป็นตัวพระที่สามารถทำให้ผู้ชมเชื่อว่าเป็นตัวละครชายตามเนื้อเรื่องได้จริง

ความหมายและลักษณะร่างกายที่เหมาะสมของตัวพระผู้หญิง

คำว่า “ตัวพระผู้หญิง” หมายถึง ผู้แสดงเพศหญิงที่รับบทบาทและใช้วิธีรำอย่าง “ตัวพระ”หรือตัวละครเพศชายในการแสดงละครรำแบบหลวงของไทย ซึ่งควรมีลักษณะร่างกายประกอบด้วยใบหน้า คอ ไหล่ ลำตัว แขนและขาที่เหมาะสมในการรำเป็นตัวพระ ดังได้สรุปลักษณะร่างกายของผู้หญิงที่เหมาะสมในการรำเป็นตัวพระตามคำอธิบายของครูอาคม สายาคม[11] ในเรื่องดังกล่าวไว้ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 2 ลักษณะร่างกายที่เหมาะสมของตัวพระผู้หญิง
ที่มา : สุภาวดี โพธิเวชกุลและสวภา เวชสุรักษ์

ส่วนของร่างกาย	ลักษณะที่เหมาะสมของตัวพระผู้หญิง	วิเคราะห์เหตุผล
ใบหน้า	ผู้เข้าฝึกหัดเป็นตัวพระควรมีใบหน้าที่มีลักษณะ ดังนี้ -ใบหน้ายาว หรือใบหน้ารูปไข่ คางไม่ป้านจนเกินไป คือต้องมีคางยาวพอสมควรให้รับกับใบหน้าและหูไม่กางเกินไป -รายละเอียดบนใบหน้าควรมีจมูกโด่ง คิ้วโก่ง นัยน์ตาไม่พิการคือตาไม่เหล่ นัยน์ตาไม่ส่อน ไม่เข ปากเป็นรูปกระจับและมีริมฝีปากบางคือปากไม่แบะจนเกินไป ไม่เบี้ยวหรือมีแผลเป็นจนเห็นได้ชัด -ผิวหน้าเรียบหรือที่เรียกว่าเหมือนไข่ปอกและมีทุกส่วนของใบหน้ารับกันได้เป็นอย่างดี	ใบหน้าผู้แสดงเป็นส่วนที่ผู้ชมสามารถมองเห็นได้ตั้งแต่เริ่มออกแสดง จึงต้องพิถีพิถันในการคัดเลือกเพื่อให้งามรับกับชฎาทรงสูงซึ่งเป็นเครื่องประดับศีรษะหลักของตัวพระ
ลำคอ	ผู้เข้าฝึกหัดเป็นตัวพระควรมีช่วงคอยาวพอควร ไม่สั้นหรือพิการ เช่น คอพอก เป็นต้น	ทั้งนี้เพื่อให้รับกับชฎาหรือเครื่องยอดสำหรับตัวพระที่มีทรงสูง

11. ธนิต อยู่โพธิ์, *ศิลปะละครรำหรือคู่มือนาฏศิลป์ไทย* (กรุงเทพฯ : ศิวพร, 2516), 131-132.

ส่วนของร่างกาย	ลักษณะที่เหมาะสมของตัวพระผู้หญิง	วิเคราะห์เหตุผล
หัวไหล่	ต้องมีไหล่ผึ่งผาย คือไม่เป็นคนไหล่ยก หรือไหล่งุ้ม	เพื่อให้มองดูสง่าสมเป็นชาย อย่างที่เรียกว่า“อกผายไหล่ผึ่ง” นั่นเอง
ลำตัว	หลังไม่โก่ง อกไม่แอ่นเกินไป ลำตัวกลมสมส่วน มีช่วงตัวยาวเอวไม่ล้น	เพื่อให้การทรงตัวตรง สง่างามซึ่งเป็นสิ่งแรกในการจัดระเบียบร่างกายในการรำทั้งยังเหมาะกับการแต่งกายยืนเครื่องที่ต้องรัดลำตัวตั้งแต่ช่วงหน้าท้องขึ้นไปถึงใต้ราวนมอีกด้วย
แขน	ต้องไม่สั้นหรือยาวเกินไปและไม่พิการคือแขนคอก แขนลีบหรืองอแขนไม่ได้	ในการรำส่วนแขนมีความสำคัญมาก เพราะผู้ชมมองเห็นความงามของลายเส้นแขนทั้งในลักษณะโค้ง เหลี่ยมและเส้นตรงที่เกิดจากการเคลื่อนที่ของลำแขนให้เกิดความแตกต่างของตำแหน่ง ระดับและทิศทางของแขนได้ ดังนั้นถ้าแขนไม่ปกติจะไม่สามารถปฏิบัติได้
นิ้วมือ	มือต้องมีครบ 5 นิ้ว แต่ละนิ้วควรยาวสั้นให้ได้ระเบียบและกลมคล้ายลำเทียน เมื่อจับดูแล้วถ้านิ้วตกท้องนาคก็ยิ่งดีคือนิ้วในระหว่างข้อที่สองจะแอ่นออกมามากกว่าบางคน	มือและนิ้วมือมีความสำคัญมากในการรำที่มีทั้งมือจีบ มือแบ มือชี้ มือล่อแก้วและอื่น ๆ ซึ่งต้องใช้นิ้วมือครบทั้ง 5 นิ้ว
ขา	ต้องไม่คด ไม่โก่ง เก หรือพิการแต่อย่างใด เมื่อยืนแล้วขาทั้งสองต้องชิดกัน พอสมควร ขาทั้งสองต้องเท่ากัน	ส่วนขาเป็นความสำคัญในการยืน นั่ง ก้าวเท้าและอื่น ๆ เพื่อรำอยู่กับที่และเคลื่อนที่ไปตำแหน่งต่าง ๆ ของเวที หากขาผู้แสดงไม่ปกติจะเกิดปัญหาในการจัดเหลี่ยมขาในการก้าวเท้าแบบต่าง ๆ การยกเท้า การกระดกเท้าและอื่น ๆ

นิ้วเท้า	นิ้วเท้าทั้ง 5 นิ้วต้องไม่บิดเบี้ยวหรือเกหงิกงอ	การรำไทยตัวละครต้องแสดงด้วยเท้าเปล่า ดังนั้นผู้แสดงจึงต้องมีนิ้วเท้าครบทุกส่วน
รูปร่าง	สัดส่วนทั่วไปต้องไม่สูงหรือเตี้ยเกินไป รูปร่างสันทัด	ตัวพระควรมีความสูงสันทัดพอควรเพื่อให้สูงกว่าตัวนางแต่ไม่ควรสูงเกินไปไม่เหมาะกับการสวมยอดที่มีความสูงมากอย่างชฎา

ลักษณะทางร่างกายของตัวพระผู้หญิงมีส่วนสำคัญต่อการแต่งกายและการรำมาก เพราะประการแรกเครื่องแต่งกายยืนเครื่องพระในลักษณะจีบโจงแบบหางหงส์ทำให้ผู้ชมสามารถแยกประเภทของตัวละครได้เป็นอันดับแรก ประการที่ 2 ลักษณะของร่างกายและเครื่องแต่งกายมีผลในการออกท่ารำตัวพระผู้หญิงแบบต่าง ๆ โดยเฉพาะการจัดเหลี่ยมขาและแขน การโค้งของลำตัวและแขนให้เห็นชัดเจน ดังตัวอย่างภาพท่ารำต่อไปนี้

ภาพที่ 1 คุณครูเวณิกา บุนนาค ศิลปินแห่งชาติสาขาศิลปะการแสดง (นาฏศิลป์ไทย) พ.ศ. 2558
ผู้มีลักษณะร่างกายเหมาะแก่การรับบทตัวพระแต่งกายยืนเครื่องพระแขนยาวสีแดง
ที่มา : “นางสาวเวณิกา บุนนาค,” หออัครศิลปิน กรมส่งเสริมวัฒนธรรม, บันทึกข้อมูลเมื่อ 10 มกราคม 2565, https://m.facebook.com/media/set.set

การรำไทยเป็นงานศิลปะที่ใช้ร่างกายของผู้รำเป็นอุปกรณ์สำคัญในการนำเสนอความงามในการแสดง ดังนั้นผู้ฝึกหัดควรรู้จักส่วนต่าง ๆ ของร่างกายที่เกี่ยวข้องกับการรำไทยทั้งหมดเพื่อใช้และสื่อสารกันและกันระหว่างผู้ฝึกหัด ผู้สอนและผู้เกี่ยวข้องได้อย่างรวดเร็วและไม่สับสนส่วนของร่างกายทั้งหมดนี้ได้นำมาออกแบบท่าทางใน

การรำไทยผสมผสานการกับเคลื่อนไหวหลากหลายลักษณะตามที่โบราณาจารย์หรือนาฏยศิลปินในอดีตได้กำหนดเป็นแบบแผนการรำไทยแบบหลวง ดังนั้น ผู้ฝึกหัดทุกคนต้องพยายามฝึกฝนทักษะการรำอย่างน้อยให้ได้ตามแบบแผนการรำไทยแบบหลวงขั้นพื้นฐานเพื่อพัฒนาขึ้นเป็นการรำที่มีลักษณะเฉพาะตัวของศิลปินต่อไป

การฝึกหัดตัวละครพระผู้หญิง

การฝึกหัดเป็นตัวละครพระผู้หญิงมีกระบวนการฝึกหัดที่เป็นระบบระเบียบที่ชัดเจนและในระหว่างการฝึกนั้น สิ่งสำคัญอีกอย่างหนึ่งที่ช่วยให้ผู้ฝึกเป็นนักแสดงได้ดีในโอกาสต่อไป จากประสบการณ์และการสังเกตการณ์การฝึกหัดรำไทยของตัวพระผู้หญิงในวิทยาลัยนาฏศิลป พบว่าภายหลังจากผู้เข้าฝึกหัดได้รับการคัดเลือกให้แยกมาฝึกรำเป็นตัวพระจากครูผู้ใหญ่แล้ว มีกระบวนการฝึกหัด ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การดัดร่างกาย ประกอบด้วยการฝึกหัดดัดร่างกาย ได้แก่ การดัดมือ ดัดแขนการดัดตัว การฝึกปฏิบัตินาฏยศัพท์เบื้องต้น เช่น นั่งและยืนกระดกเท้า ยกเท้า ก้าวหน้า ก้าวข้าง เป็นต้น เพื่อนำไปใช้ในการฝึกรำต่อไป

ขั้นตอนที่ 2 ฝึกรำเพลงช้า และเพลงเร็ว ลา มีกระบวนการฝึกดังนี้

- ฝึกเพลงช้า

1. ครูสอนร้องเลียนเสียงตะโพนและฟังจังหวะหน้าทับเพลงช้า 1 จังหวะใหญ่ ซึ่งประกอบด้วย 4 จังหวะย่อยเท่า ๆ กัน ดังนี้

ตารางที่ 3 ตารางแสดงร้องเลียนเสียงตะโพนและฟังจังหวะหน้าทับเพลงช้า 1 จังหวะใหญ่
ที่มา : สุภาวดี โพธิเวชกุลและสวภา เวชสุรักษ์

	1 จังหวะใหญ่			
จังหวะย่อยที่	1	2	3	4
เสียงตะโพน	-- จะ	โจง จะ	ทิง โจง	-- ทิง

2. ครูต่อท่ารำเพลงช้าโดยครูรำนำและผู้ฝึกหัดรำตามด้วยการร้องเป็นจังหวะหน้าทับทีละท่าเป็นช่วง ๆ จนจบเพลง

3. ครูสอนร้องทำนองสร้อยสน 1 ท่อน ประกอบด้วย 4 จังหวะใหญ่ หรือ 16 จังหวะย่อยประกอบการรำเพลงช้า

4. รำเข้ากับดนตรีบรรเลงเพลงสร้อยสนตั้งแต่ต้นจนจบ

5. ประเมินผลเป็นช่วง ๆ และประเมินผลรวมเมื่อต่อจบเพลงแล้วผู้ฝึกหัดได้ฝึกหัดครบทุกท่ารำจนจบเพลงสามารถรำได้ถูกต้องตามจังหวะและทำนองเพลง

หมายเหตุ

1. ในระหว่างการฝึกหัดนอกจากผู้สอนต้องเป็นผู้กำกับท่ารำกับจังหวะให้ถูกต้องแล้วยังต้องสังเกตการรำของผู้เรียนเพื่อแก้ไขท่าทางในการรำให้ถูกต้องอย่างที่เรียกว่า “การจับท่าทาง”

2. กระบวนการฝึกดังกล่าวนี้นำมาปรับใช้ในการฝึกหัดการรำทุกแบบและทุกประเภท

- ฝึกเพลงเร็ว ลา ใช้กระบวนการฝึกหัดเป็นขั้นตอนอย่างการฝึกรำเพลงช้า แต่ใช้จังหวะหน้าทับเพลงเร็วว่า “ตุ๊บ ทิง ทิง” ประกอบด้วย 2 จังหวะย่อย ดังนี้

ตารางที่ 4 ตารางแสดงการแสดงการฝึกเพลงเร็ว ลา
ที่มา : สุภาวดี โพธิเวชกุลและสวภา เวชสุรักษ์

	1 จังหวะใหญ่	
จังหวะย่อยที่	1	2
เสียงตะโพน	-- ตุ๊บ	ทิง ทิง

ขั้นตอนที่ 3 ฝึกรำใช้บท เป็นการรำใช้บทเบื้องต้นคือการรำเพลงที่มีเนื้อร้อง ได้แก่ รำแม่บทใหญ่ รำแม่บทเล็ก รำและระบำต่าง ๆ

ขั้นตอนที่ 4 ฝึกรำหน้าพาทย์ ประกอบด้วย การฝึกรำหน้าพาทย์เบื้องต้น ได้แก่ เชิด เสมอและการฝึกรำหน้าพาทย์ที่มีท่ารำซับซ้อนและมีจังหวะที่ต้องใช้ความสามารถมากขึ้น

ขั้นตอนที่ 5 ฝึกรำแบบระบำและละคร เป็นการฝึกรำใช้บทแบบรำและละคร รวมถึงการรำอวดฝีมือของผู้แสดง ได้แก่ ฝึกรำเดี่ยวและรำคู่ ฝึกรำใช้บทในการแสดงละครประเภทต่าง ๆ ได้แก่ ละครใน ละครนอก ละครพันทาง เป็นต้น รวมถึงการฝึกรำใช้อาวุธด้วย

นอกจากการฝึกตามกระบวนการฝึกข้างต้นแล้ว การสร้างประสบการณ์การแสดงให้กับผู้ฝึกหัดให้ออกแสดงในงานต่าง ๆ เป็นประโยชน์กับผู้ฝึกหัดรำไทยมาก เพราะผู้ที่ได้ออกแสดงจะได้รับการฝึกเพิ่มเติมโดยมีครูดูแลจับท่าทางอย่างใกล้ชิดมากกว่าการเรียนรวมในชั้นเรียน ทั้งยังได้ฝึกจิตใจให้เกิดสมาธิ นิ่งและสงบ นำพาตนเข้าสู่การแสดงอย่างเต็มที่เพื่อให้เกิดความผิดพลาดน้อยที่สุดหรือไม่เกิดขึ้นเลย

การจัดระเบียบร่างกายของตัวพระผู้หญิง

ด้วยเหตุที่สรีระร่างกายผู้หญิงต่างจากชายแต่ต้องใช้ร่างกายในการรำเป็นตัวพระเช่นเดียวกันดังนั้นผู้ฝึกหัดหญิงต้องมีความรู้และได้รับการฝึกหัดให้ใช้ร่างกายทุกส่วนที่ใช้ในการรำทั้งการเคลื่อนไหวและไม่เคลื่อนไหวให้ได้เทียบเท่าชายเพื่อให้ผู้ชมเห็นจริงตามที่ตัวละครสื่อออกไป ดังนั้นผู้ฝึกหัดต้องเรียนรู้วิธีใช้ร่างกายแบบตัวพระที่ถูกต้อง ดังนี้

1. เริ่มจากการตั้งลำตัวให้ตรง ตัวพระผู้หญิงต้องฝึกตั้งลำตัวให้ตรง โดยการตั้งตัว ตึงไหล่ด้วยการดันกระเบนเหน็บหรือเกลียวหลังไปข้างหน้าและต้องเกร็งหน้าท้องลงมาถึงขาหนีบ ที่เรียกว่า “ทับหน้า” หรือ “ทับหน้าขา” เพื่อกันไม่ให้ลำตัวแอ่นไปข้างหน้ามากเกินไปรวมถึงต้องตั้งหน้าให้ตรงอีกด้วย

2. การจัดระเบียบร่างกายส่วนต่าง ๆ อย่างตัวพระ เป็นการใช้ร่างกายส่วนต่าง ๆ ในการรำ ได้แก่

2.1 การใช้ศีรษะในการรำ ตัวพระผู้หญิงต้องใช้ศีรษะให้สัมพันธ์กับไหล่และเกลียวข้างหมายถึงในการเอียงศีรษะต้องเอียงไหล่ข้างเดียวกันตามไปด้วย ถ้าเป็นการลักคอต้องเอียงศีรษะตรงกันข้ามกับไหล่ที่เอียง เป็นต้น

2.2 การใช้แขนและมือในการรำของตัวพระผู้หญิง มีลักษณะทั่วไปเช่นเดียวกับตัวละครประเภทอื่นต่างกันเฉพาะที่ระดับ ตำแหน่งและทิศทางของแขนเท่านั้น ในกรณีของตัวพระผู้หญิงต้องจัดแขนและมือในแบบของตัวพระ ได้แก่ วงบนต้องให้แขนโค้งขึ้นไปด้านข้างปลายมืออยู่ที่ระดับแง่ศีรษะ วงล่างให้แขนโค้งลงด้านข้างหน้าปลายมืออยู่ระดับเอว ปลายมือระดับล่างสุดต้องไม่ต่ำกว่าสะโพกและต้องกันศอกให้ห่างจากลำตัว (วงล่าง) ประมาณ 1 ฝ่ามือด้วย ดังภาพต่อไปนี้

ภาพที่ 2 ตัวอย่างการใช้ศีรษะ ไหล่และแขนกับมือแบตั้งในแบบตัวพระลักษณะต่าง ๆ
ที่มา : สุภาวดี โพธิเวชกุลและสวภา เวชสุรักษ์

2.3 การใช้ขาและเท้าในการรำของตัวพระผู้หญิงมีหลายแบบ แต่ละแบบมีวิธีการวางเท้าแตกต่างกัน แต่ที่สำคัญคือการย่อตัวลงเพื่อให้เกิดเหลี่ยมขาที่เข่าทั้งสองทำให้ดูมีความแข็งแกร่งอย่างชายที่แตกต่างจากหญิง ดังแสดงให้เห็นภาพการวางเท้าแต่ละแบบประกอบกับการปฏิบัติจริงของตัวพระผู้หญิง ต่อไปนี้

อธิบายสัญลักษณ์เท้าที่ใช้ในตาราง

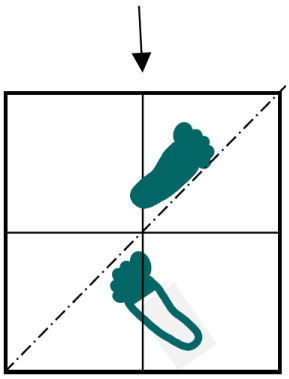
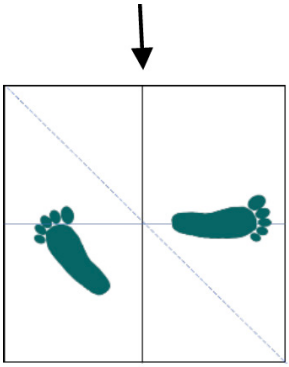
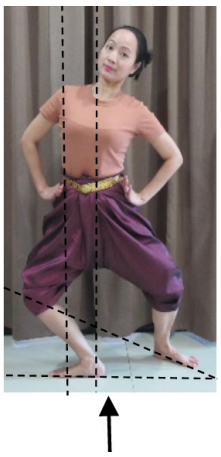
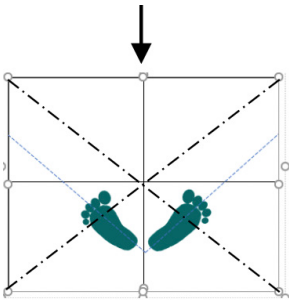
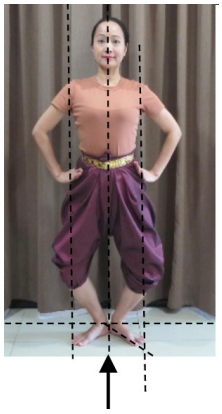
วางเท้าบนพื้นด้วยจมูกเท้าถึงนิ้วเท้า

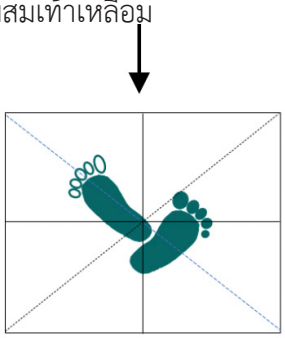
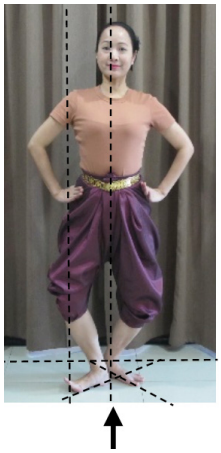
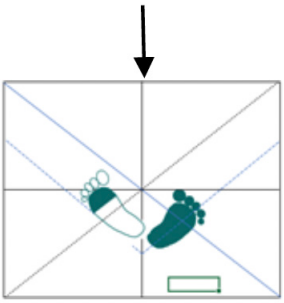
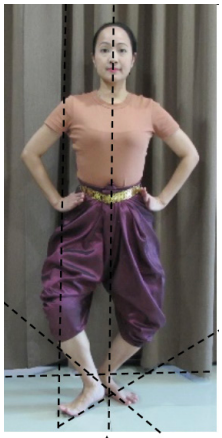
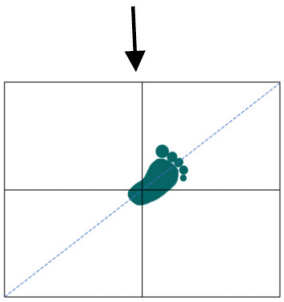
วางเท้าบนพื้นแบบเต็มเท้า

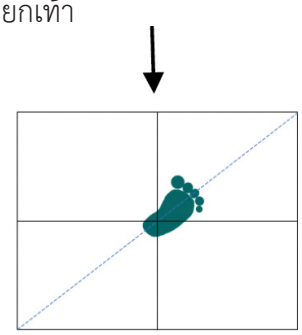
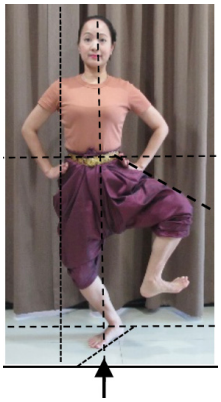
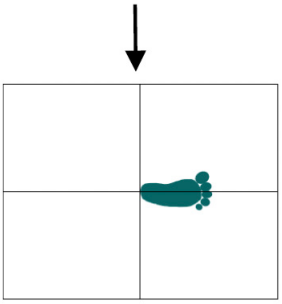
วางเท้าบนพื้นแบบเต็มเท้าแต่ให้กระดกเฉพาะนิ้วเท้าขึ้นจากพื้น

วางเท้าบนพื้นด้วยจมูกเท้า แต่ให้ยกส้นเท้าและกระดกนิ้วเท้าขึ้นจากพื้น

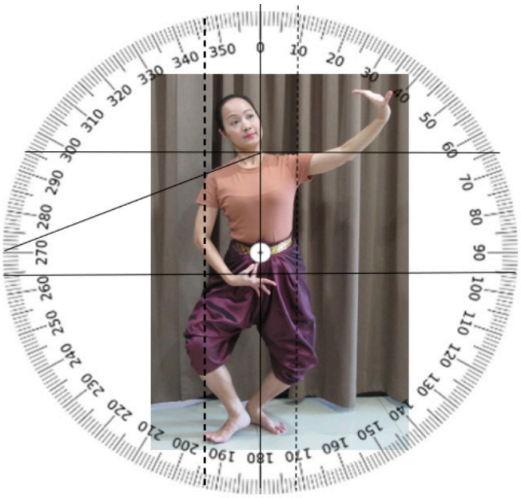
ตารางที่ 5 การใช้ขาและเท้าอย่างรำไทยของตัวพระผู้หญิง
ที่มา : สุภาวดี โพธิเวชกุลและสวภา เวชสุรักษ์

ลำดับ	การวางเท้าในการรำ สำหรับตัวพระ	การใช้ขาและเท้า ในการรำตัวพระ	วิธีการปฏิบัติ
1	ก้าวหน้า 		ก้าวหน้า ให้หัวแม่เท้าที่ก้าวเฉียงไปด้านข้างประมาณ 30 องศา โดยใช้ส้นเท้าแตะพื้นก่อนให้ตรงกับหัวแม่เท้าของเท้าที่อยู่ข้างหลังห่างกันประมาณหนึ่งคืบ แล้วจึงวางเท้าที่ก้าวให้เต็มเท้า น้ำหนักของลำตัวส่วนใหญ่อยู่ที่เท้าหน้า ส่วนเท้าหลังใช้จมูกเท้าแตะพื้นเป็นแนวเฉียงขนานกับเท้าหน้า เปิดส้นเท้า ย่อเข่าลงเพื่อให้เกิดเหลี่ยมเท่ากันที่เข่าทั้ง 2 ข้าง
2	ก้าวข้าง 		ก้าวข้าง ให้หัวแม่เท้าของเท้าที่ก้าวเฉียงไปด้านข้างระดับเดียวกับส้นเท้าโดยใช้ส้นเท้าแตะพื้นก่อนและให้ส้นเท้าที่ก้าวอยู่ตรงกับหัวแม่เท้าของเท้าที่วางอยู่ด้านหลังทำมุมประมาณ 25 องศาห่างกันประมาณหนึ่งคืบถึงหนึ่งคืบครึ่ง แล้วจึงวางเต็มเท้า น้ำหนักของลำตัวจะโน้มไปทางเท้าที่ก้าว ย่อเข่าลงเพื่อให้เกิดเหลี่ยมเข่าทั้ง 2 ข้าง
3	ผสมเท้าตรง 		ผสมเท้าตรง คือการวางเท้าทั้ง 2 ข้างรวมกันให้ส้นเท้าทั้งสองข้างชิดกันและแยกปลายเท้าออกจากกันให้แต่ละเท้าทำมุมประมาณ 25 องศา ทรงตัวตรงให้ลำตัวอยู่กึ่งกลางระหว่างเข่าทั้งสองข้างให้เท้าทั้งสองข้างรับน้ำหนักตัวเท่ากัน ย่อตัวลงให้เกิดเหลี่ยมที่เข่าทั้ง 2 ข้าง ห่างจากแกนกลางลำตัวเท่า ๆ กัน

4	ผสมเท้าเหลื่อม 		ผสมเท้าเหลื่อม เป็นการวางเต็มเท้าทั้ง 2 ข้างให้เหลื่อมกัน เท้าที่รับน้ำหนักให้ทำมุมประมาณ 25 องศา เท้าอีกข้างหนึ่งวางเหนือส้นเท้าข้างที่ยืนรับน้ำหนักทำมุมในองศาเดียวกันพร้อมทั้งกระดกนิ้วเท้าขึ้นให้ตึง ย่อตัวลงให้เกิดเหลี่ยมเข่าทั้ง 2 ข้างเท่า ๆ กันอย่างสมดุล
5	จรดเท้า 		จรดเท้า เป็นการใช้เท้าข้างหนึ่งวางเต็มเท้ารับน้ำหนักในแนวเฉียงทำมุมประมาณ 30-35 องศา แล้วใช้เท้าอีกข้างหนึ่งแตะที่พื้นด้วยจมูกเท้าทำมุมประมาณ 30-35 องศาใกล้กับเท้าที่ยืน เปิดส้นเท้าและกระดกนิ้วเท้าขึ้นพ้นพื้น ย่อตัวลงให้เกิดเหลี่ยมเข่าทั้ง 2 ข้างเท่า ๆ กันอย่างสมดุล
6	กระดกเท้า 		ยืนกระดกเท้า ผู้รำจะอยู่ในท่ายืนก้าวหน้าให้เท้าวางเฉียงทำมุมประมาณ 40 องศา แล้วยกขาส่วนล่างของเท้าที่อยู่ข้างหลังขึ้น หนีบน่องเข้าหาขาส่วนบนให้มากที่สุด หักข้อเท้าลงให้เท้าตรงกับสันหน้าแข้งฝ่าเท้าที่ยกหงายขึ้น ตึงปลายนิ้วเท้า ข้อสำคัญต้องถีบเข่าไปด้านหลังให้มากและระวังไม่ให้เข่าชิดกันรวมถึงต้องตั้งให้ลำตัวตรงไม่ยื่นไปด้านหน้า

ลำดับ	การวางเท้าในการรำสำหรับตัวพระ	การใช้ขาและเท้าในการรำตัวพระ	วิธีการปฏิบัติ
7	ยกเท้า 		การยกเท้า ผู้รำยืนรับน้ำหนักด้วยเท้าข้างใดข้างหนึ่งที่วางเต็มเท้าบนพื้นในแนวเฉียงทำมุมประมาณ 35 องศา และยกเท้าอีกข้างหนึ่งขึ้นมาทางด้านข้างลำตัวค่อนไปด้านหน้าเล็กน้อยให้ขาส่วนบนลาดลงมาจากแกน แนวนอนประมาณ 20 องศาปล่อยขาส่วนล่างให้ตกลงพร้อมกับกระดกหลังเท้าขึ้นให้ฝ่าเท้าขนานกับพื้นและกระดกนิ้วเท้าให้ตั้งขึ้นด้วย
8	กระดกเสี้ยว 		กระดกเสี้ยว ผู้รำอยู่ในท่าก้าวข้างให้หันปลายเท้าข้างหนึ่งไปด้านข้างยืนรับน้ำหนัก แล้วยกขาส่วนล่างของเท้าอีกข้างหนึ่งขึ้นหนีบน่องเข้าหาขาส่วนบนให้มากที่สุด กระดกเท้าหักลงให้ปลายเท้าตรงกับสันหน้าแข้งของเท้ายก ตึงปลายนิ้วเท้า ข้อสำคัญต้องถีบเข่าไปด้านข้างให้มาก ระวังไม่ให้เข่าทั้งสองชิดกันและต้องดันส่วนเท้าให้ค่อนมาด้านหน้า (หมายถึงเมื่อมองจากด้านหน้าต้องสามารถมองเห็นเท้าที่กระดกเสมอดังภาพ)กดตะคากหรือสะโพกลงไม่ให้เนื้อส่วนสะโพก

ข้อสังเกตจากการจัดระเบียบร่างกายของผู้รำตัวพระ พบว่า ผู้รำต้องทรงตัวตรง ตั้งไหล่ จัดท่าทางส่วนขาถึงเท้าให้เกิดเหลี่ยม และตั้งลำตัวส่วนบนให้ตรงหรือเอียงไปด้านข้างให้เห็นเป็นส่วนโค้งโดยไม่ให้หัวไหล่เกินแนวเข่าของตัวเองที่มีความสัมพันธ์กันในแนวตั้งอย่างน้อย 2 ใน 3 จุดคือหัวไหล่เข่าและปลายเท้า กล่าวคือถ้าเป็นการทรงตัวตรงไม่เอียงไปด้านใดด้านหนึ่งพบว่าไหล่และเข่าของผู้รำอยู่ในตำแหน่งเดียวกัน (แกนตั้ง) แต่ถ้ามีการเอียงศีรษะไปด้านใดด้านหนึ่งกลับพบว่าไหล่และปลายเท้าอยู่ในตำแหน่งเดียวกันแทน ส่วนแขนทำให้เกิดวง เหลี่ยมหรือเส้นตรงในตำแหน่ง ทิศทางและระดับต่าง ๆ แต่กำหนดให้ระดับบนสุดของปลายมือไม่เกินศีรษะและระดับล่างสุดไม่ต่ำกว่าสะโพก ที่สำคัญคือการกันศอกให้ห่างจากลำตัวประมาณ 1 ฝ่ามือ โดยสังเกตจากภาพท่ารำซ้อนกับไม้โปรแทคเตอร์พร้อมคำอธิบายด้านล่าง ดังนี้



ภาพที่ 3 ท่ารำที่มีการผสมท่าทางของลำตัว ศีรษะ แขน ขา ในท่าสอดสร้อยมาลา
ที่มา : สุภาวดี โพธิเวชกุลและสวภา เวชสุรักษ์

จากตัวอย่างท่ารำไทยนี้แสดงการใช้ศีรษะ แขนและมือสัมพันธ์กับร่างกายทุกส่วน ดังนี้

1. สังเกตลำตัวผู้รำแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 คือ ส่วนที่สามารถเอียง ไปด้านข้างได้เริ่มตั้งแต่ศีรษะลงมาส่วนไหล่ ถึงสะโพกและส่วนที่ 2 คือส่วนที่ต้องตั้งตรงไม่เอียงไปด้านใดด้านหนึ่งของแกนกลางลำตัว เริ่มตั้งแต่ขาหนีบลงมาถึงเท้า

2. การเอียงศีรษะพร้อมกับกดไหล่และเกลียวข้างต้องสัมพันธ์กัน กล่าวคือ เมื่อจะเอียงศีรษะต้องกดไหล่ลงจากแกนขวางลำตัวด้านบนประมาณ 20 องศาทำให้ไหล่เอียงออกนอกแกนกลางลำตัวศีรษะจะเอียงตามไหล่โดยให้ใบหูอยู่ตรงกับไหล่เพื่อไม่ให้หน้าคว่ำลง ขณะเดียวกันเกลียวข้างจะอ่อนตามมาด้วยแต่ไม่มากนัก

3. การใช้แขนและมือในท่าวงบน (ซ้าย) และจีบหงายในระดับวงล่าง (ขวา) การทำวงบนหรือวงล่างประกอบด้วยการใช้ข้อต่อ 3 จุด ได้แก่ หัวไหล่ ข้อศอก และข้อมือ จากภาพเห็นได้ว่า

- หากเป็นวงบนข้อต่อหัวไหล่และข้อศอกอยู่ในระนาบเดียวกัน แต่ยกข้อมือและกระดกหลังมือขึ้นให้ปลายมืออยู่ประมาณแง่ศีรษะตามเกณฑ์วงบนของตัวพระให้แขนดูเป็นวงโค้งทางด้านข้าง

- หากเป็นวงล่าง ให้แขนตกลงมาด้านข้างลำตัวจากข้อต่อหัวไหล่ พร้อมกับกันศอกไปด้านข้างให้ห่างจากลำตัว (บริเวณเอว) ประมาณ 1 ฝ่ามือ ส่วนของข้อมืออยู่ระดับหน้าท้องเพื่อให้มือจีบหรือมือแบตั้งขึ้นให้ปลายมืออยู่ประมาณหัวเข็มขัด

4. ข้อควรระวังคือเมื่อจะเอียงศีรษะและไหล่ออกจากแกนกลางลำตัว ต้องระวังไม่ให้ส่วนที่ 2ของร่างกายบิดหรือคดงออย่างที่เรียกว่า “สะโพกยื่น” หมายความว่า ส่วนของร่างกายส่วนที่ 2 หรือส่วนล่างต้องทรงตัวอย่างสมดุลโดยยึดแกนกลางลำตัวไว้ให้มั่นคง และส่วนที่ 1 ยังคงต้องดันเอว ดันไหล่และทับหน้าขาตลอดเวลา

โดยสรุปเรื่องที่ผู้หญิงได้รับบทให้เป็นตัวพระในการแสดงละครรำที่เริ่มมีมาตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยาตอนปลายและสืบต่อมาจนถึงปัจจุบันนั้นต้องผ่านการคัดเลือกและการฝึกหัดเป็นขั้นตอนอย่างการฝึกตัวพระผู้ชาย สังเกตได้ว่าการจัดระเบียบร่างกายขณะรำนั้นแบ่งออกเป็น 3 ส่วนที่ชัดเจนคือ ส่วนที่ 1 ตั้งแต่ศีรษะลงมาถึงสะโพกเป็นการจัดลำตัวได้ในลักษณะตรงและโค้งทางด้านข้าง ส่วนที่ 2 ตั้งแต่ต้นขาลงมาถึงเท้าเป็นการจัดร่างกายให้เกิดมุม

หรือเหลี่ยมและส่วนที่ 3 เป็นการจัดท่าของแขนทำได้ 3 ลักษณะคือ 1) ท่ามือแบคว่ำงอแขนจะเป็นส่วนโค้ง 2) ท่ามือแบหงายและท่าจีบแบบงอแขนจะเกิดเหลี่ยมที่ข้อศอกและข้อมือ 3) ส่วนในท่าเหยียดแขนเป็นเส้นตรงทุกลักษณะของมือซึ่งจะเกิดมุมที่รักแร้เพิ่มด้วย

สรุปและข้อเสนอแนะ

ในการฝึกหัดตัวละครพระผู้หญิงให้พร้อมเพื่อการแสดงละครรำนั้น นอกจากการฝึกดัดร่างกายและฝึกวิธีรำให้งามตามแบบแผนแล้ว การแสดงอารมณ์ทางสีหน้าและกิริยาอาการตามบทบาทที่ได้รับก็สำคัญมาก เพราะเป็นการสร้างสุนทรียรสให้ผู้ชมในระหว่างการชมละครพร้อมกับการชมความงามของท่ารำที่เคลื่อนไหวทั้งแบบเคลื่อนที่และไม่เคลื่อนที่ตามแบบแผนรำไทยแบบหลวงซึ่งนำมาประกอบสร้างเป็นละครรำหลากหลายเรื่อง สำหรับการจัดร่างกายตัวพระผู้หญิงในการรำไทยดังกล่าวนั้นนับเป็นผลึกประสบการณ์ที่มีคุณค่ายิ่งของนาฏยศิลปินครั้งบรรพกาลได้คิดสร้างและปรับปรุงจนเกิดเป็นรูปแบบเฉพาะตัวพระที่นำมาใช้ในการแสดงให้เห็นความแตกต่างและสามารถแบ่งประเภทตัวละครทั้งพระ นาง ยักษ์และลิงได้ชัดเจนยิ่งขึ้น นับเป็นภูมิปัญญาสำคัญอย่างหนึ่งที่ควรยกย่องและสืบทอดเป็นศิลปะทางนาฏยศิลป์ของไทยที่งดงามต่อไป ใช้ในการสอน การสร้างสรรค์ การแสดง

บรรณานุกรม

ธนิต อยู่โพธิ์. *ศิลปะละครรำหรือคู่มือนาฏศิลป์ไทย*. กรุงเทพฯ : ศิวพร, 2516.

ยุวดี วัชรางกูล. “รอยย่นของโมงยาม : บันทึกสมัยพระนารายณ์ของนิโคลาส์ แชร์ แวส ตอน 2.” https://story.pptvhd36.com/@yuvadee/5ac98ad0e9933.

สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอกรมพระยาดำรงราชานุภาพ. *ตำนานละครอิเหนา*. พระนคร : คลังวิทยา, 2507.

สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอกรมพระยาดำรงราชานุภาพ. *ละครฟ้อนรำ*. กรุงเทพฯ : มติชน, 2546.

สุภาวดี โพธิเวชกุล. *แก้ไขท่าทางในการปฏิบัติท่ารำให้ได้มาตรฐานนาฏศิลป์ไทยแบบหลวง*. กรุงเทพฯ : คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา, 2552.

สุรพล วิรุฬห์รักษ์. *วิวัฒนาการนาฏยศิลป์ไทยในกรุงรัตนโกสินทร์ พ.ศ. 2325-2477*. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2543.

หออัครศิลปิน กรมส่งเสริมวัฒนธรรม. “นางสาวเวณิกา บุนนาค.” https://m.facebook.com/media/set.

อาคม สายาคม. *รวมงานนิพนธ์ของนายอาคม สายาคม*. กรุงเทพฯ : กรมศิลปากร, 2545.