

ทำตัวอ่อนและแนวคิดประสมทำรำ

บทนี้จะได้กล่าวถึงทำรำตัวอ่อนและแนวคิดการประสมทำรำซึ่งผู้วิจัยค้นพบว่า ทำตัวอ่อนนี้แบ่งได้ 3 กลุ่ม คือ การนั่งรำแบบตัวอ่อน การยืนรำแบบตัวอ่อน และการนอนรำแบบตัวอ่อน การรำทำตัวอ่อนทั้ง 3 กลุ่มนี้ ผู้รำโนรานำไปใช้เป็นสัญลักษณ์แทนความหมายของสิ่งต่าง ๆ ในการทำงาน และนำไปใช้ในกระบวนการรำประสมท่าแบบตัวอ่อนขณะสวมเทริด โดยใช้วิธีการนั่งรำและยืนรำ หรือนำไปใช้ในกระบวนการรำประสมท่าแบบตัวอ่อนขณะถอดเทริด เล็บ ทาง โดยวิธีการนั่งรำ ยืนรำ และนอนรำ ซึ่งทำรำที่รำแต่ละครั้งจะต้องอาศัยแนวคิดและเหตุผลในการประสมทำรำ และจะต้องอาศัยทำรำพื้นฐานประกอบเป็นสำคัญอีกด้วย ซึ่งข้อมูลในเรื่องทำตัวอ่อนในการรำท่าบทและทำรำพื้นฐานที่ใช้ประกอบการรำทำตัวอ่อนนั้น ได้จากการสัมภาษณ์ครูโนราราอุไฮ ส่วนที่ตัวอ่อนทั้ง 3 กลุ่ม และแนวคิดเหตุผลการใช้ทำรำนั้น ผู้วิจัยได้จากการสัมภาษณ์และบันทึกทำรำโดยละเอียดในกระบวนการรำของโนราตัวอ่อนทั้ง 5 คน แล้วมาประมวลคัดเลือกเปรียบเทียบและสรุป เป็นทำตัวอ่อนและแนวคิดของการประสมทำรำ ดังได้ศึกษาในความสำคัญของเรื่องดังกล่าวนี้ โดยใช้วิธีการนำเสนอข้อมูลแบบวิธีพรรณนาวิเคราะห์ ดังนี้

5.1 ทำตัวอ่อนในการรำท่าบท

การทำงานหรือการทำคำพริต ซึ่งเป็นการทำขั้นสูงของโนรา เป็นการทำที่ผู้รำนำบทร้องที่ตั้งไว้มามีทำรำและแสดงทำให้ตรงกับบทที่ร้องและสมจริงสมจังเกิดภาพพจน์ ผู้รำจะต้องตีทำรำให้ละเอียดซับซ้อนมากที่สุด การรำท่าบทนี้ จะต้องมีการตีทำรำโดยเฉพาะจะเป็น 2 ชั้น หรือ 7 ชั้น ตามความสามารถของผู้รำ

คำพริตหรือบทที่นำมาพิจารณาทำตัวอ่อนนั้นจะมีอยู่ทั้งหมด 6 บทตามที่ผู้วิจัยสามารถค้นคว้าได้และปรากฏว่า คำพริตเหล่านี้ซึ่งอาจจะเหมือนกันหรือตรงกันและปรากฏอยู่ในโนราหลาย ๆ คณะ ถ้าหากตกทอดไปอยู่กับโนราที่สามารถรำตัวอ่อนได้ แนวการทำรำก็จะเป็นสัญลักษณ์ของตัวอ่อน แต่ถ้าหากตกทอดไปยังโนราที่ไม่สามารถรำตัวอ่อนได้ แนวการทำรำก็ใช้มือตีทำรำไปตามปกติธรรมดาที่โนราใช้กันอยู่โดยทั่ว ๆ ไป ดังตัวอย่างและคำอธิบายทำรำจากโนราท่านต่อไปนี้

โบราณพร้อม จำวัง¹ จังหวัดสงขลาได้ให้ข้อมูลและอธิบายความสำคัญของทำร่า ดังนี้คือ

บทฉันทนา

นั่งฉันทนาไปอาคเนย์	แลเห็นแลลิกลับ
น้ำเขียวขยับ ยับ	แลเหมือนกับ ชีเมฆลอย
ลมพัดเย็น เย็น	แตกลูกคลื่น ผลอย ผลอย
ปลาเพียนทองล่องลอย	ไปตามผอยชลธาร
ถัดแต่นั้นมา	มีเทราเคียงขนาน
<u>ไผ่ม่วงหิมพานต์</u>	ราวกับบ้านเมืองมนุษย์
สูงใหญ่ ด้ร้อยโยชน์	ต้นเดี่ยวโตดกลางสมุทร
ไผ่มีมนุษย์	ยักซ์กับครุทอยู่สถิต
คลนากิ่งใหญ่	พุ่งออกไปทั้งแปดทิศ
ทำวมีขพานท่านประสิทธิ์	แกลังประดิษฐ์น้ำประหลาด
ถัดไปบูรพา	มีพระยาครุทอิราช
พื่อปีกอำนาจ	ค้อยบินผรมาสู่ท่า

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

¹ สัมภาษณ์ นพร้อม จำวัง, โบราณพร้อม จำวัง สงขลา, 12 มิถุนายน 2539.



ท่าไม้มะม่วงหิมพานต์

ท่าตุงปลายคาง โดย ดช. ชัยประสิทธิ์ ชูสุวรรณ

ถ่ายเมื่อ 29 เมษายน 2539 ณ บ้านเลขที่ 10 หมู่ที่ 2 ต. นาทวี อ. นาทวี จ. สงขลา

ในบทร้องบทนี้ โนราพร้อม จำวัง อายุ 84 ปี ได้รับการถ่ายทอดจากอาจารย์ การรำตัวอ่อนจะรำตามบทร้องคำว่า ไม้มะม่วงหิมพานต์ และ สูงใหญ่ ซึ่งจะทำเป็นต้นไม้ โดยให้นางรำหรือโนราที่ถูกซักถามแสดงท่าเป็นต้นไม้สูงใหญ่และต้นไม้มะม่วงหิมพานต์โดยการใช้ท่า ตุงปลายคาง (ทกคะเมนสูง) วิธีรำคือใช้คางและมือทั้ง 2 ข้างเป็นจุดรับน้ำหนัก แล้วยกขาทั้ง 2 ข้างตั้งสูงชัน ให้ขาตั้งแต่ช่วงเข่าถึงปลายเท้าทั้ง 2 ข้างมาด้านหน้า โดยให้ปลายเท้าห้อยลงมาสมมติเป็นกิ่งไม้

โนราพร้อม จำวังยัง กล่าวต่อไปอีกว่า ถ้าหากว่าทำบทที่มีการกล่าวถึงหินซ้อน ให้โนรานางรำรำท่าไฮของห้อยซ้อนทับกัน 2 คน แล้วโนราใหญ่ซ้อนทับลงไปอีกเป็นคนที่ 3 สมมติเป็นหินซ้อนกันถึง 3 ชั้น จึงเป็นการรำบทหินซ้อนที่สมจริงสมจัง

จากความคิดเห็นของ โนราพร้อม จำวัง จังหวัดสงขลา ทำให้ทราบว่า การรำ
ตัวอ่อนที่ปรากฏอยู่ในบทโนราบทนี้ มีอายุไม่น้อยกว่า 100 ปี เพราะปัจจุบัน โนราพร้อม จำวัง อายุ
84 ปี และได้รับการถ่ายทอดจากครูในอดีตอีกช่วงหนึ่ง และทำตัวอ่อนที่ปรากฏจะเป็นทำนองไม่มี
การใช้มือส่วนใดรำ เป็นการใช้น่าหนึ่งประกอบการรำเพียงอย่างเดียว และระยะเวลาในการแสดง
ทำรำจะขึ้นอยู่กับวิธีการชกถามระหว่าง โนราหัวหน้าคณะกับนางรำและขึ้นอยู่กับความแข็งแรง ความอดทน
ที่จะรำทำนองนั้นๆ อยู่ได้เป็นเวลานานเท่าใด

ฉิม ฉิมพงษ์^๒ อาจารย์นาฏศิลป์พื้นเมืองสถาบันราชภัฏนครศรีธรรมราช ได้
อธิบายถึงบทร้องที่ใช้ในการรำบทที่มีความสำคัญและมีทำตัวอ่อน ซึ่งแปลกตา น่าสนใจอยู่บทหนึ่ง
คือ บทเสือกินเต่า เป็นการร้องในจังหวะเพลงทับเพลง โทณ มีเนื้อร้องดังนี้

บทเสือกินเต่า

ได้ยินเสียงไม้ทักตังผาง	เห็นกว้างถอยหลังเข้าไปในไพร
หมูกอวกิ่งไปงุดงุด	ไม่รอยมันตุตติง
เสือกมาชามเอากวางที่หว่างเขา	มาพบกับเต่าฟัดกันฮึดฮัด เขี้ยวเสือกหักสิ้น
ฟัดกันจนเปื้อเสือกมาล้างลิ้น	ใจเสือกอยากกิน หัวเต่าไม่ล่อ เอามือไปเคาะทำย
เต่าละเล็กละเลี่ยนคลื่อนคลอ ออกไปล่อล่า	เสือกโจนคว้าเต่าตูป หัวทลุมทลาย
ฟัดกันจนเปื้อ เสือกลากไปปาทราย	เสือกฆ่าเราเต่านอนหงาย ดิ้นน้ำลายเสือก

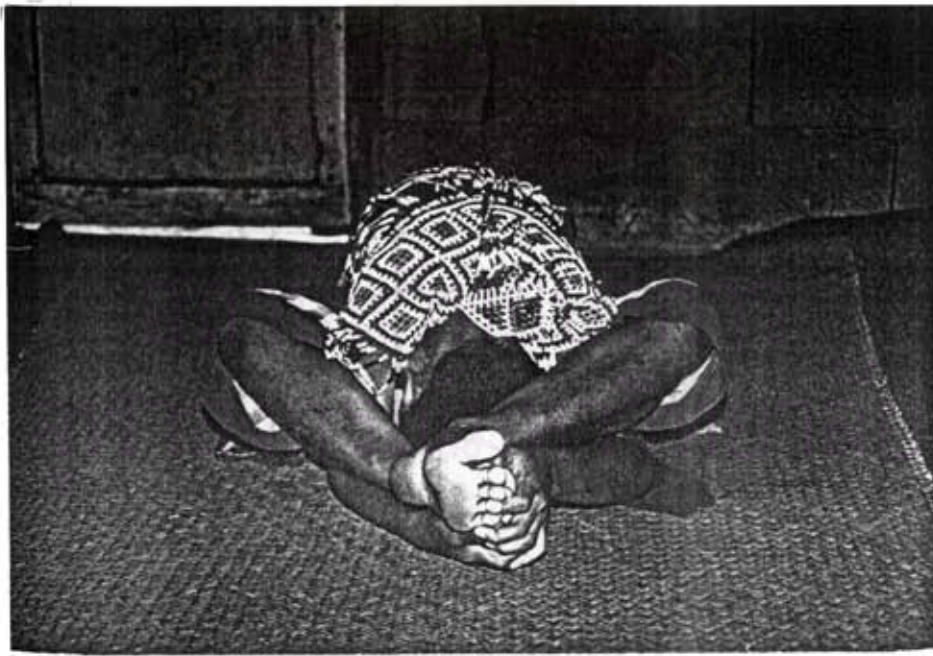
ในการรำบทเสือกินเต่านี้จะมีลักษณะการรำดังนี้ คือจะให้ผู้รำจำนวน 2 คน สมมติเป็น
เสือก 1 คน และเต่า 1 คน เนื้อร้องกล่าวว่า เสือกมาเจอเต่าและอยากกินเต่า จึงหาวิธีการ
ต่างๆ ที่จะกินเต่าซึ่งมีกระดองหุ้มห่ออยู่ ซึ่งต้องใช้ความพยายามเป็นอย่างมากจึงจะกินเต่าได้

ลักษณะของตัวอ่อนที่ปรากฏอยู่ในบทนี้ก็คือ ผู้ที่แสดงเป็นเต่าจะต้องตัดตัว แขน ขา ให้
มีรูปร่างเหมือนเต่า โดยการนั่งแล้วนอนคว่ำ และม้วนตัวลงไปด้านหน้า ให้ขาทั้งสองขาดหรือ
เกี่ยวไขว้กันบริเวณลำคอด้านหลัง มือทั้งสองสอดไว้ใต้ขา แล้วจับข้อเท้าทั้งสองข้างไว้ ผู้ที่รำเป็น
เสือกจะพลิกตัวผู้ที่รำเป็นเต่าให้นอนหงายหรือคว่ำไปในทิศทางต่าง ๆ ตามอารมณ์ของผู้รำ โดย
ที่ผู้รำเป็นเต่าจะต้องไม่ให้ขาและมือทั้งสองข้างหลุดแยกออกจากบริเวณคอ ทำตัวอ่อนที่ปรากฏในบท
ดังกล่าวนี้จึงเป็นทำนองเพียงอย่างเดียว ไม่มีการเคลื่อนไหวของมือในลักษณะทำรำ

^๒ สัมภาษณ์ ฉิม ฉิมพงษ์, อาจารย์นาฏศิลป์พื้นเมือง สถาบันราชภัฏ
นครศรีธรรมราช, 25 สิงหาคม 2539.



การรีท่าทำเต้านอนหงาย



การรีท่าทำเต้านอนคว่ำ

จิน ฉิมพงษ์ ได้แสดงความคิดเห็นว่า ความเก่าแก่ของบทร้องบทนี้ได้รับการถ่ายทอดจากโนราพรัด คชรัตน์ หากคำนวณอายุของท่านจนถึงปัจจุบัน (2539) ประมาณ 99 ปี แต่ถ้าหากสืบสาวไปถึงผู้ฝึกฝนให้แก่ โนราพรัด คชรัตน์ คือขุนอุปถัมภ์นรากร บทนี้จะมีอายุประมาณ 105 ปี ดังนั้น ลักษณะของท่าเต้นแบบตัวอ่อนจึงปรากฏในการแสดงโนราไม่น้อยกว่า 100 ปีที่ผ่านมาแล้ว



เสือกินเต่า

โดยอาจารย์จิน ฉิมพงษ์ และโนราชนินทร์ มุลสิงห์

รำที่สถาบันราชภัฏสงขลา พ.ศ. 2522

สถาบันราชภัฏสงขลา
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

โนราครั้น ๘ ชาตรี^๓ อำเภอรัตนภูมิ จังหวัดสงขลา ได้อธิบายถึงบทร้องโนราอีกบทหนึ่ง ซึ่งโนราโดยทั่ว ๆ ไปในปัจจุบันนิยมนำมารำทำบทกันมาก โดยเฉพาะโนราในจังหวัดนัทลุงและสงขลา คือบทปากน้ำเมืองกระบี่ มีเนื้อร้องดังนี้

ปากน้ำเมืองกระบี่

ผันหน้าไปข้างออก	นั่งชมดอกจำปี
ปากน้ำเมืองบี	ยังมีแหลมสน
สนุกทุกคน	ได้สนล้วนแต่ท่าทศทราย
ทอย ฟู ตูมฉัด	คลื่นฉัดขึ้นตั้งไว้
ตรงกลางหว่างสาย	ทศทรายมีเกาะนก
อ่าวนางทางนาค	อยู่ข้างฟากทะเลตก
ข้างตีนเกาะนก	เกาะทนูอยู่กลาง
ทางเรือมาไป	น้ำไหลสองข้าง
มีทศทรายขวาง	กั้นทางเรือไปมา
ทางเรือไม่คล่อง	จำต้องรอร่า

บทร้องบทนี้มีความเก่าแก่มากประมาณ 4 ช่วงอายุคน ปรากฏตรงกันในโนราหลายคณะที่เป็นที่รู้จักกัน และนำมาฝึกรำกันโดยทั่วไป โนราครั้น ๘ ชาตรี ได้รับการถ่ายทอดบทนี้มาจากบิดาคือโนราเหมีย ๘ ชาตรี

การรำตัวอ่อนที่ปรากฏในบทนี้ คือเนื้อร้อง คำว่า ทอย ฟู เมื่อโนราใหญ่หรือโนราคู่ที่รำด้วยกันซักถามกัน นางรำจะต้องแสดงท่าเป็นทอยและฟูถูกคลื่นซัดเคลื่อนตัวไปรอบ ๆ เวที

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

^๓ สัมภาษณ์ ครั้น ๘ ชาตรี, โนราครั้น ๘ ชาตรี สงขลา, 24 กันยายน 2539.

ลักษณะการทำทอยหรือคลานทอยก็คือ ผู้ร่าจะต้องนั่งขัดสมาธิเท้าซ้ายวางอยู่บนเท้าขวา มือซ้ายพันงอศอกส่งไปด้านหลังบริเวณสะเอว และจับบริเวณข้อศอกมือขวาซึ่งวางข้างลำตัวให้แน่น ปลายมือขวาจับปลายเท้าซ้ายและแอนอกเข็ดหน้าไว้คล้ายกับลักษณะการตัดตนของฤๅษี หลังจากนั้น ผู้ร่าต้องเหวี่ยงลำตัวให้เคลื่อนไปมารอบๆ เวที โดยมีมือและเท้าไม่ให้แยกออกจากกัน ลักษณะการเคลื่อนลำตัวขณะนั่งจะคล้ายกับตุ๊กตาล้มลุก คือใช้น้ำหนักส่วนบนตั้งแต่สะเอวถึงศีรษะ และน้ำหนักของลำตัวส่วนล่างตั้งแต่สะเอวจนถึงขาเป็นแรงเหวี่ยงสลับกัน



การทำเป็นทอยมองจากด้านข้าง

โดย โนราครัน ๗ ชาตรี ถ่ายเมื่อ 24 กันยายน 2529



การกลิ้งลำตัวไปรอบ ๆ เวที แบบดึกดาลัยมลุก เป็นการเคลื่อนตัวของทอย
โดย ชาญ ยุวดี ศรีราช ถ่ายเมื่อ 24 กันยายน 2539.

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



การคลานของปูไปในทิศทางต่าง ๆ

ลักษณะของการทำปูหรือคลานปูก็คือ ผู้ว่าจะนั่งแล้วยกปลายเท้าทั้งสองข้างตัวคู้ขึ้นไป ด้านบนบริเวณด้านหลังของคอ ให้ปลายเท้าเกี่ยวไขว้กัน สอดมือทั้งสองให้อยู่ใต้ขา แล้วใช้มือยันพื้นเพื่อทรงตัวไว้ เงยหน้าขึ้นเล็กน้อย เพื่อช่วยให้ขาเกี่ยวกันมั่นคงไม่เลื่อนแยกจากกัน หลังจากนั้นก็ใช้มือทั้งสองซึ่งยันพื้นไว้ ยกน้ำหนักของตนเองให้ลำตัวขยับเคลื่อนไปที่ละนิดอย่างช้า ๆ ในทิศทางต่าง ๆ

ความเก่าแก่ของบทร้องและท่ารำซึ่งโนราครั้น ณ ชาตรี ได้รับการถ่ายทอดต่อกันมาจาก ทวด ปู และพ่อนั้นน่าจะมิได้น้อยกว่า 150 ปี แต่บทนั้นมีได้เล่นได้ทุกคณะ เป็นเพียงบางคณะเท่านั้นที่สามารถทำได้ แต่อย่างไรก็ตามบทร้องในท่าทอยและปูเป็นหลักฐานการปรากฏการรำตัวอ่อนอีกลักษณะหนึ่งของการแสดงโนราในสายตระกูล ณ ชาตรี

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

โนรากัลยา นาฏราช⁴ จังหวัดระนอง ได้อธิบายถึงบทร้องที่โนรากระจำง นิบูลย์
ผู้เป็นบิดาได้แต่งไว้สำหรับรำท่าบท และมักจะใช้แสดงอยู่เป็นประจำ บทร้องเป็นการชมธรรมชาติ
เมืองสงขลา ดังนี้

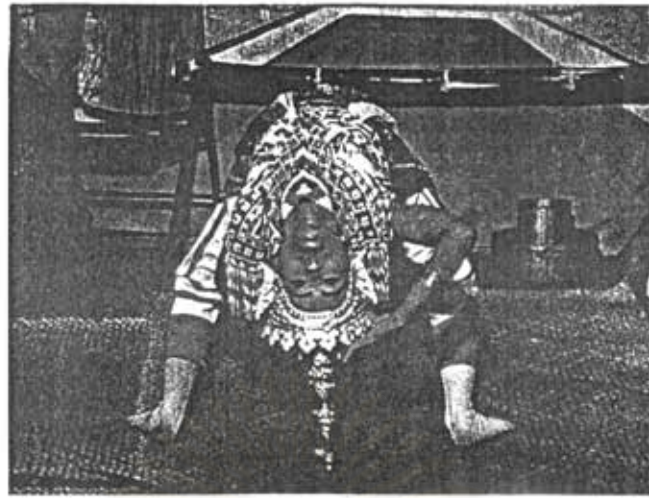
บทฉันหน้า

ชมปากน้ำสงขลา	นั่งฉันหน้า
เกาะหนูเกาะแมว	ทอดสายตาสองเกาะ
เกาะทั้งสองเกาะ	ดูเป็นแนวน้ำเซาะ
หินแยกหินแตก	แมวหนูอยู่จริง
หินมีหลักปักไว้	หินตกหินน่ารัก
หินห้อย หินน้ำย่อย	หินคว่ำ <u>หินหงาย</u>
เย็นสะอาด กินได้	ตามธรรมชาติ
	คล้ายกับน้ำฝน

บทร้องหรือคำวัดบทนี้จะมีลักษณะการรำทำตัวอ่อนในคำว่า หินหงาย ลักษณะของ
การรำ คือผู้ที่รำที่ทำหินหงายจะต้องยืนแยกเท้าโดยหันหน้าไปทางผู้ชม แล้วทงายลำตัวและศีรษะ
พร้อมทั้ง เทวิดลง ไปด้านหลัง ให้ยอดเทวิดจรตื้น ใช้มือด้านใดด้านหนึ่งจับต้นขาไว้ มืออีกข้างจับ
ยอดเทวิดมิให้กระทบกับพื้นมากเกินไป ยืนค้างเป็นทำนองไว้ ให้นโนราซึ่งรำด้วยกันชักถาม
เมื่อเห็นสมควรจึงพยุงตัวขึ้นยืนเพื่อทำบทอื่นต่อไปอีก

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

⁴ สัมภาษณ์ กัลยา นาฏราช, โนรา กัลยา นาฏราช ระนอง, 5 มกราคม 2540.



การรำท่า หินทราย โดยโนรากัลยา นางราช จ. ระนอง
รำที่สถาบันทักษิณคดีศึกษา พ.ศ. 2529.

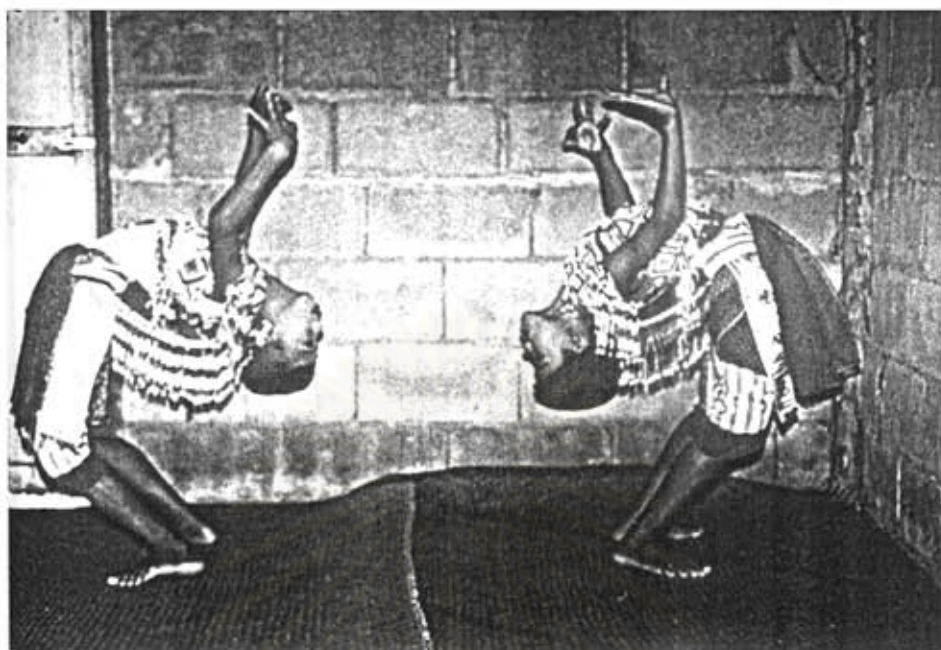
จากลักษณะของบทร้องหรือคำพริตตั้งกล่าว โนรากัลยา นางราชและคณะได้ทราบเพียงการถ่ายทอดจากโนรากระจำง นิบลย์ อายุ 82 ปี ผู้เป็นบิดาไม่สามารถให้ข้อมูลและรายละเอียดที่เก่าแก่ได้มากกว่านี้ เนื่องจากโนรากระจำง นิบลย์ ความจำเริ่มเสื่อมลง แต่จากรูปลักษณะของคำที่ใช้ต่างน่าจะอยู่ในช่วงระยะเวลา 60-70 ปี เนื่องจากไม่ปรากฏในการร้องของโนราคณะอื่น ๆ

โนราถ้ำ หูแก้ว^๕ อำเภอนาทวี จังหวัดสงขลา เป็นผู้ให้ข้อมูลบทร้องที่สำคัญบทหนึ่งซึ่ง โนราหลายคณะนำมาใช้ในการรำท่าบท เป็นบทชมธรรมชาติ ดังนี้

บทฉันทนา

ฉันทนาอาร์คเนย์	และเห็นเลสองห้อง
เป็นตรอกเป็นวาง	ภูเขาขวางอยู่ปากช่อง
ภูเขาเงินเขาทอง	<u>ชะง่อน</u> เข้าหากัน
เป็นชุมเป็นชั้น	ช่างัดกันลงมา
น้ำโตนโตนคั่ง	ทำปลากุ้งตุงง่า
ขึ้นนอกัดออกมา	ยังมีหน้าพระราหู
เป็นเนิงเว้งว่า	ทำเป็นดำเป็นคู
ค้ำดาวเกาะอยู่	ได้ชะง่อนก้อนผา
สองตัวสามตัว	ค่อยทยอยหัวลงมา

^๕ สัมภาษณ์ ถ้ำ หูแก้ว, โนราถ้ำ หูแก้ว สงขลา, 29 เมษายน 2539.



ท่าชะโงกก่อนเข้าหากัน โดย ตช. บำรุง ยอดสุวรรณ และ ตช. ชัยประสิทธิ์ ชูสุวรรณ
(ถ่ายเมื่อวันที่ 29 เมษายน 2539. ณ บ้านเลขที่ 10 หมู่ที่ 2 ต. นาทวี อ. นาทวี จ. สงขลา)

ลักษณะของตัวอ่อนที่ปรากฏอยู่ในการรำของบทนี้ที่มาจากคำว่า ชะโงกก่อนเข้าหากัน โดยใช้ผู้รำจำนวน 2 คน อาจจะเป็นโนราห์หัวหน้าคณะหรือนางรำซึ่งถูกชักถามโดยจะสวมบทบาทเป็นภูเขาสองลูก ยืนเข้าหากัน โดยแต่ละคนยื่นแขนยกเท้าหันด้านหลังเข้าหากัน ห่างกันประมาณ 2-3 ฟุต แล้วค่อย ๆ มีวนตัวแอ่นลงมาด้านหลังให้ศีรษะห้อยต่ำลงมาค้ำนั่งไว้ระดับเข้าพร้อมกันทั้งสองคน ในขณะที่แอ่นลงมานั้นเมื่อถึง 2 ชั่วโมงที่ตั้งขึ้นเป็นท่าเสาควาย แล้วรำว่าไปตามจังหวะจนกว่านักดนตรีจะร้องรับจบวรรคที่แสดงท่าว่าตัวอ่อนนั้น

เกี่ยวกับความเก่าแก่ของบทร้องนี้ โนราดำ หนูแก้ว ปัจจุบันอายุ 63 ปี ได้รับการถ่ายทอดเมื่ออายุ 14 ปี ประมาณ พ.ศ. 2490 จากโนรา จ้าย หนูเงิน อำเภอหัวไทร จังหวัดนครศรีธรรมราช (อายุ 82 ปี) แต่ถ้าคำนวณไปจนถึงครูผู้ถ่ายทอด คือ โนราจ้าย หนูเงิน นั้นบทร้องบทนี้จะมีอายุอย่างต่ำประมาณ 80 ปี และอาจจะมีความเก่าแก่มากกว่านี้ เนื่องจากปรากฏเป็นที่นิยมนำไปรำทำบทอยู่ในโนราหลายคณะ

โนราโรย จังหวัด^๑ อ. ท่าศาลา จ. นครศรีธรรมราช ได้ให้ข้อมูลบทคำพืดอีกบท
หนึ่ง ซึ่งสามารถร่ำตัวอ่อนได้ดังนี้

บทผันหน้าอีสาน

ผันหน้าอีสาน	นมัสการดวงพระอาทิตย์
พระจันทร์เรืองฤทธิ	อยู่ข้างทิศบูรพา
เข้าพระสุริยง	จึงทรงรถกันขึ้นมา
ตั้งริมคงคา	คนนาได้เท่าบาตร
กล่าวถึงปักษา	พระยาครุฑธิดา
เห็นสีแดงแสงประหลาด	ฉันนึกว่าพวงดอกไม้
บินมาใกล้ใกล้	ลงตามสายชลธาร
บินโฉบโฉบล่อง	<u>ลงคาบดวงพระทิงกร</u>
บินข้ามสาคร	ครุฑปีกอ่อนร่อนลงมา
มีปลาตัวใหญ่	นอนลงในคงคา
ใต้ท้องของปลา	ลงจตท้องสมุทรไทย
ปลาเพียนทองนั้นเล่า	ทั้งยาวทั้งใหญ่
โฉบหน้าไป	คนนาได้โยชน์หนึ่ง
พระยาครุฑบินกวัก	นักโยชน์เพียงถึง
หยุดก็รำพึง	อยู่บน โคงของปลา
พระยาปลาถามไถ่	ชูระ ไทรที่ท่าจะมา
ครุฑตอบคำปลา	ข้าลองอิทธิฤทธิครุฑ
บินข้ามคงคา	ในมหาสมุทร
ปลาตอบคำครุฑ	ช่างเห็นผิดเชิงกระบวณ
ท่ามาแล้ว ไม่น้อย	ยังข้างหน้าทำร้ายหันส่วน
เห็นไม่สมควร	เชิญท่านด่วนรีบกลับไป
ครุฑยกปีกขึ้นลาปลา	ค่อยบินมาไรไร
มาถึงฝั่งสมุทรไทย	เทพจะมีวยอาสัญ

^๑ สัมภาษณ์ โรอย จังหวัด, โนราโรย จังหวัด นครศรีธรรมราช,
8 ธันวาคม 2539.

โนราโรย จังกะหวัด กล่าวว่า บทร้องบทนี้ได้รับการถ่ายทอดจากโนราเลื่อนผู้เป็นอาจารย์ และโนราเลื่อนได้รับการถ่ายทอดจากโนราแกะอีกต่อหนึ่ง ซึ่งความเก่าแก่ของบทร้องประมาณ 3 ช่วงอายุของผู้รำ มีความเก่าแก่ไม่น้อยกว่า 100 ปี การรำบทนี้ ถ้าใช้ผู้รำ 2 คนจะเหมาะสมที่สุด คนที่รำเป็นตัวเอกต้องสวมบทบาทเป็นครุฑ ส่วนตัวนางสวมบทบาทเป็นปลา

ลักษณะของการรำตัวอ่อน ซึ่งปรากฏในบทนี้ จะอยู่ในบทร้องตอน คาบดวงทินกร ผู้ที่รำเป็นตัวนางจะต้องนั่งรำท่าคลานเข้าค้ำงไว้ ส่วนผู้รำเป็นตัวครุฑจะยืนรำนหลัง โดยใช้ท่าตุงปลายคาง ซึ่งจะต้องถอดเทริดและชันไปรำนหลังอย่างรวดเร็วให้ทันกับบทร้อง การตุงปลายคางมีวิธีรำดังนี้ ใช้คาง ออก และมือทั้งสองข้างเป็นจุดรับน้ำหนักแล้วยกลำตัวตั้งแต่บริเวณท้องจนถึงปลายเท้าทั้งสองข้างให้สูงขึ้น เข่าอสงมาด้านหน้าค้ำงเป็นท่างิ่งไว้จนนักดนตรีร้องรับจนจบวรรค จึงลงมาจากหลังนางรำอีกคนแล้ว ร้องรำในบทต่อไป

โนราโรย จังกะหวัด ได้กล่าวต่อไปอีกว่า การรำท่าตัวอ่อนสามารถรำในบทหินประเภทต่าง ๆ ได้ โดยใช้ท่าลงไซทองห้อย (ท่าสะพานโค้ง)

ดังนั้นท่าตัวอ่อนที่โนราได้คัดเลือกและนำมาใช้นั้น จะเป็นท่าที่มีชื่อเรียกตามการแสดงอาการของมือและเท้า เป็นท่ารำที่มีชื่อเรียกเป็นท่าเฉพาะดังเช่น ท่าตุงปลายคาง (ทกคะเมนโดยใช้คาง) ท่าพาดคอ (ใช้เท้า 1-2 ข้าง เกี่ยวคอไว้) หรือท่าไซทองห้อย (การทำสะพานโค้งแบบการฝึกยมนาสดิก) ซึ่งท่าเหล่านี้ผู้รำจะนำมาใช้เป็นท่าหนึ่งประกอบ เพราะมือจะต้องคอยจับเท้าหรือพยุงร่างกายไว้ จึงไม่มีการเคลื่อนไหวของมือเป็นท่ารำ หรือมีแต่ปรากฏให้เห็นอยู่น้อย กิริยาของมือและเท้าที่ตัดตัวให้อ่อนช้อยนั้น จะเป็นสัญลักษณ์แทนความหมายของสิ่งต่างๆ ในบทร้องได้ด้วย เช่น การทกคะเมนสูงโดยใช้คางจะหมายถึงต้นไม้ การยืนสะพานโค้ง 2 คนหันด้านหลังเข้าหากันหมายถึงภูเขา 2 ลูกชะโงกเข้าหากัน การนั่งโดยใช้เท้า 2 เท้าเกี่ยวคอหมายถึง เต่า และปู ฯลฯ

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

5.2 ทำรำนี่ฐานสำหรับการประสมท่าแบบตัวอ่อน

การรำประสมท่าแบบตัวอ่อน นอกจากต้องใช้ตัวอ่อนแต่ละท่ามาเชื่อมโยง ให้อยู่ในกระบวนการรำแล้ว ผู้รำจะต้องอาศัยทำรำนี่ฐานทั่ว ๆ ไปของโนรา เข้ามาประกอบรวมกัน ให้อยู่ในท่ารำตัวอ่อน เพื่อจะช่วยให้ท่าตัวอ่อนเป็นท่ารำที่มีความสวยงาม มีจังหวะชัดเจน และมีกระบวนการรำที่สอดคล้องกลมกลืนกันเป็นอย่างดี ทำรำนี่ฐานที่ต้องนำมาใช้ร่วมกันนั้น พบว่ามีชื่อเรียกและการปฏิบัติที่เหมือนกันอยู่ทุกคณะนั้น มีอยู่ประมาณ 12 ท่า ได้แก่

- | | |
|-----------------|---------------------|
| 1. ท่าลงฉากใหญ่ | 7. ท่าไหว |
| 2. ท่าลงฉากน้อย | 8. ท่านาต |
| 3. ท่าเขาควาย | 9. การอืดอก |
| 4. ท่าห้องโรง | 10. การเก็บเท้า |
| 5. ท่าสอดสร้อย | 11. การกรีดนิ้ว |
| 6. ท่าเกล้ามือ | 12. การเก็บต้นเตี้ย |

สำหรับคำอธิบาย และความหมายในรายละเอียดของการปฏิบัติท่ารำทั้ง 12 ท่า ดังกล่าวนั้นจะได้อธิบายดังต่อไปนี้

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



การแสดงในหัวของขุนอุปถัมภ์บรากรม (หุ่น เทว) และคณะ
ในการแสดงนาฏกรรมครั้งที่ ๑๗ โรงละครแห่งชาติ

1. ทำลงจากใหญ่ เป็นท่าแสดงส่วนขาในการยืน คือ ขาทั้งสองข้างจะแยกออกจากกันระยะห่างพอสมควร โดยเปิดขาออกให้ปลายเท้าทั้งสองแยกไปด้านข้าง ให้สันเท้าวางอยู่ในแนวเดียวกัน แล้วย่อเข่าและลำตัวลง ให้ส่วนของขาช่วงบนตั้งแต่หัวเข่าทั้งสองข้างมาถึงโคนขาอยู่ในระนาบเดียวกันและขนานกับพื้น ในขณะที่เดียวกันส่วนของขาและช่วงล่างตั้งแต่เข่าถึงข้อเท้าทั้งสองข้างจะต้องตั้งให้ได้ฉาก กับแนวราบของพื้นและบริเวณเข่าช่วงบน ส่วนลำตัวตั้งตรงแอ่นนอกและโน้มตัวไปด้านหน้าเล็กน้อย



2. ทำลงจากน้อย เป็นท่าที่แสดงส่วนขาในการนั่งคือ การนั่งคุกเข่าโดยใช้เข่าข้างใดข้างหนึ่งเพียงด้านเดียวให้ปลายเท้าของเข่าซึ่งวางติดกับพื้นตั้งชันขึ้น ยกกันและลำตัวตั้งตรง ส่วนขาอีกข้างวางปลายเท้าแยกเข่าออกไปด้านข้างห่างจากเข่าซึ่งวางติดกับพื้นประมาณ 1/2 ช่วงขา และให้ช่วงขาสั้นลงที่ยกตั้งแต่ข้อเท้าถึงเข่าตั้งได้ฉากกับแนวพื้น และช่วงขาสั้นบนตั้งแต่เข่าถึงต้นขาวางแนวตรงขนานกับพื้น สะโพกและเข่าให้อยู่ในระดับเดียวกัน



3. ทำเขาควาง เป็นท่าที่แสดงส่วนมือและแขนคือมือทั้งสองข้างตั้งวงอยู่ในระดับง่ามศีรษะ โดยยกข้อศอกทั้งสองออกไปด้านข้างให้สูงอยู่ในระดับไหล่ ช่วงแขนตั้งแต่ไหล่ถึงข้อศอกทั้งสองขนานกับพื้น ส่วนของแขนตั้งแต่ข้อศอกถึงข้อมือตั้งตรงให้ได้มุมฉากกับระดับแขนช่วงไหล่ถึงศอก ปลายมือทั้งสองตั้งวงหงายขึ้นให้ปลายนิ้วทั้งสี่ชี้มายังง่ามศีรษะ กศปลายนิ้วและข้อมือลงเต็มที ส่วนนิ้วหัวแม่มือชี้ตั้งขึ้นด้านบน ช่วงปลายมือซ้ายและขวาจะห่างจากศีรษะในระยะเท่ากัน

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



4. ท่าท่องโรง เป็นท่าที่ใช้เคลื่อนที่จากที่หนึ่ง ไปอีกที่หนึ่ง ซึ่งอาจจะเคลื่อนที่ไปรอบๆ วงก็ได้ โดยมีข้างหนึ่งตั้งวงส่งไปข้างหน้าอยู่ระดับปาก งอแขนเก็บข้อศอก ส่วนอีกมือหนึ่ง จับหงายส่งไปข้างหลังแขนตึงชิดกับลำตัว หรือเหยียดระดับอกไปด้านข้าง มือจับคว่ำ ขาและเท้าทั้งสองอยู่ในลักษณะยื่นชิดกัน หน้าเข้ดชันเล็กน้อย มองมือที่ตั้งวง ย่อเข่าลงลำตัวตั้งตรงแอ่นอกโน้มตัวไปข้างหน้าเล็กน้อยพร้อมกับขยับเท้า ซอยเท้าลงสั้นถี่ ๆ ให้เคลื่อนที่ไปข้างหน้าไม่ขาดระยะ หรืออาจจะเคลื่อนที่ไปรอบ ๆ วงก็ได้ โดยขณะที่ซอยเท้าถี่ ๆ เคลื่อนที่ไปนั้นเข้าจะต้องย่อลงตลอดเวลา ถ้าเลี้ยวไปทางด้านซ้าย หรือทางด้านขวาก็ให้ส่งมือข้างที่เลี้ยวไปนั้นมาตั้งวงอศอกระดับปาก ส่วนมืออีกด้านก็ส่งจับหงายไปหลังแขนตึง



5. ทำสอดสร้อย เป็นท่าที่มีความสำคัญต่อผู้รำมาก ลักษณะการรำจะหมุนรอบตัวเองจากด้านซ้ายหรือขวา ถ้าจะสอดสร้อยทางด้านซ้าย มือซ้ายจะต้องจับคว่ำอยู่ที่หน้าระดับสายตา ส่วนมือขวาตั้งวงเขาควยงอศอกให้ได้ลักษณะวงเป็นมูมฉาก หน้ามองมือซ้ายที่จับพร้อมกับทอดขาซ้ายไขว้ไปวางหลัง ย่อตัว ลำตัวตั้งตรง แอ่นอกโหนมไปข้างหน้า และดันกันออกมาเล็กน้อย ขาซ้ายวางหลังจะต้องให้เข้าซ้ายวางระดับน่องเข้าขวา หรือติดกันแล้วค่อย ๆ หมุนรอบตัวเองช้า ๆ โดยจะหมุนทางด้านซ้ายที่จับ ขณะที่หมุนจะต้องย่อตัวลง เข้าทั้งสองจะแยกออกจากกัน พร้อมกับค่อย ๆ เติมมือขวาที่ตั้งวงเขาควยระดับง่าศีรษะลดลงข้างลำตัวระดับสะเอว เมื่อหันมาถึงหน้าเต็มแล้ว ขาซ้ายที่วางทอดอยู่ด้านหลังในตอนแรกจะกลับมาไขว้อยู่ด้านหน้าแทนขาขวา จากนั้นให้แทงมือขวาที่ตั้งวงขึ้น ไปสวนทางด้านในกับมือซ้ายที่จับ พร้อมกับเปลี่ยนมือขวาเป็นจับคว่ำอยู่ที่หน้าระดับสายตา ส่วนมือซ้ายที่จับก็คว่ำมือแล้วคลายจับวาดออกไปให้ตั้งแล้วตั้งวงเขาควย โดยจะทำอย่างนี้สลับกันไปทั้งสองข้าง เพียงแต่เปลี่ยนมือและขาเท่านั้น

6. ทำเคล้ามือ เป็นท่าที่ใช้เป็นท่าเชื่อม มียู่ 2 แบบซึ่งโนราโดยทั่วไปนิยมใช้ว่า
ได้แก่

แบบที่ 1 มือข้างหนึ่งวางทาบอยู่ที่อก ปลายนิ้วทั้ง 5 นิ้วชี้ไปทางด้านข้าง นิ้วหัวแม่มืออยู่ด้านบน มืออีกข้างหนึ่งจับคว่ำแขนตึงส่งออกไปด้านข้างระดับไหล่ ค่อยๆ เลื่อนมือเหยียดติด
ด้านข้าง ส่งมาทางด้านหน้าในอยู่ในระดับอก แล้วเดินวงมือทาบอกแกงออกไปด้านหน้าให้ด้านข้าง
ของนิ้วชี้ เคลื่อนไปตามใต้แขนของมือที่จับคว่ำตั้งแต่ต้นแขนถึงข้อมือ แล้วเปลี่ยนจับคว่ำของมือเดิม
ซึ่งแขนตึงอยู่ปล่อยให้เป็นวงแล้ววงอแขน ส่งมือขึ้นเป็นวงทางสอดด้วยด้านข้างของนิ้วชี้วาดไปตาม
ต้นแขนของมืออีกด้านซึ่งจับคว่ำแขนตึงส่งมาด้านหน้า เดินมือมาจนถึงข้อมือแล้วเปลี่ยนไปเป็นมือจับ
เช่นเดิมทำสลับกันไปมา

แบบที่ 2 มือข้างหนึ่งทาบไว้ที่อก ปลายนิ้วทั้ง 5 นิ้ว ชี้ออกไปด้านข้าง มืออีกข้างจับ
คว่ำ แขนตึง ส่งออกไปด้านข้างระดับไหล่เช่นกัน ค่อย ๆ เลื่อนมือที่เหยียดติดด้านข้าง ส่งมาทาง
ด้านหน้าระดับอก แล้วปล่อยจับให้เป็นวง คอกลงต่ำลงระดับท้อง มือด้านที่ทาบอกแกงวางตึงวางมือ
ไปตามแขนตั้งแต่ต้นแขนจนถึงข้อมือ แล้วเปลี่ยนเป็นวงรอไว้ มือที่ตั้งวงเดิมครั้งแรกจะต้องพลิกคว่ำ
แล้วแกงวางบนข้อศอกของมือที่ตั้งวงรอไว้ แล้ววาดมือที่แกงวางตั้งแต่ข้อศอกมาจนถึงข้อมือ
แล้วเปลี่ยนเป็นตั้งวง ทำสลับกับมืออีกข้าง

ขณะเคล้ามือทั้ง 2 แบบ สายตาต้องมองไปตามอริยาบทของมือที่เปลี่ยนสลับกันไปมา

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



แบบที่ 1



แบบที่ 2



7. ทำไหว้ เป็นท่าที่สำคัญและเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัวของโนราท่าหนึ่ง การไหว้ของโนราในการใช้รำท่าต่าง ๆ นั้น ผู้รำต้องพนมมือขึ้นระหว่งอก ให้ปลายนิ้วของมือที่พนมขึ้นทั้ง 2 ข้างส่งเข้าหายุดอก และต้องหักข้อมือเต็มที่พร้อมกับส่งข้อมือมาด้านหน้าเล็กน้อย เปิดปลายศอกทั้ง 2 ข้าง แยกตรงไปด้านข้างให้อยู่ในแนวเดียวกัน หรือข้อศอกสูงเฉียงขึ้นมาทั้ง 2 ข้าง และผู้รำต้องแอ่นอกโน้มลำตัวมาด้านหน้า เงยหน้าและเขยิบปลายคางขึ้นให้ได้สัดส่วนและสอดคล้องกับข้อมือทั้ง 2 ข้างที่ส่งออกมา



8. ทำนาค เป็นท่าที่แสดงการเคลื่อนที่จากที่หนึ่ง ไปอีกที่หนึ่ง โดยการเดิน คือ ผู้รำ ยืนเท้าไขว้กัน ย่อเข้าทั้ง 2 ข้าง ให้เท้าข้างใดข้างหนึ่งยื่นมาด้านหน้า ยืนวางน้ำหนักเต็มเท้า ส่วนเท้าอีกข้าง ซึ่งอยู่ด้านหลังยกส้นขึ้นและต้องให้เข้าเท้าหลังสูงบริเวณกลางน่องเท้าหน้า แยกเข้าทั้ง 2 ข้างออกให้ได้เหลี่ยมเล็กน้อย และยกเท้าซึ่งวางอยู่ด้านหลังมาวางด้านหน้า ให้ส้นเท้า เรียงห่างจากหัวแม่เท้าของเท้าเดิมประมาณ 5 นิ้ว อาจจะวางปลายเท้าก่อนหรือวางเต็มเท้าทันที ส่วนเท้าอีกข้างเมื่ออยู่ด้านหลังจะต้องยกส้นเท้าทันที (ก้าวสลับเท้าไปด้านหน้า) ส่วนมือรำยรา ในท่าต่าง ๆ ตามจังหวะ



9. อัดอก เป็นท่าที่แสดงส่วนของลำตัว ช่วงอก คือผู้รำนั่งราหรือยืนร่าในท่าใดก็ตาม การทรงตัวช่วงอกจะต้องตั้ง แอ่นอกอย่างเต็มที่ให้ไหล่กว้างที่สุด มีให้ไหล่ตก ช่วงอกต้องแอ่นโค้ง ไปด้านหน้าให้มากพร้อมกับเขยิบคางและโบทหน้าเล็กน้อย



การเก็บเท้ามาด้านหน้า 2 เท้า

10. การเก็บเท้า เป็นท่าที่แสดงการเคลื่อนที่ของเท้า มีอยู่ 2 ลักษณะคือ

1. การเคลื่อนเท้า 2 เท้าพร้อมกัน
2. การเคลื่อนเท้าข้างใดข้างหนึ่งเพียงข้างเดียว

ไม่ว่าผู้รำจะเคลื่อนเท้าในลักษณะใด จะต้องวางเท้าที่เคลื่อนเต็มเท้าให้ชยับ ปลายนิ้วเท้าทั้ง 5 นิ้วคืบไปที่ละชนิด ให้ถี่เร็ว สลับกับการชยับสันเท้าให้สัมพันธ์และเคลื่อนที่ไปด้วยกัน ในขณะที่เคลื่อนที่นั้น ช่วงชานและเข้าจะต้องแข็งแรง มิให้แกว่ง หรือส่ายไปมา



11. การกรีดนิ้ว เป็นท่าที่แสดงการเคลื่อนไหวของนิ้วทีละนิ้วอย่างรวดเร็ว คือ ผู้รำ จะกำมือข้างใดข้างหนึ่งไว้อย่างหลวม ๆ แล้วค่อยปล่อยนิ้วซึ่งกำไว้ทีละนิ้วให้เคลื่อนออกไปตั้งมือ อย่างรวดเร็ว เมื่อเคลื่อนหมดทั้ง 5 นิ้ว แล้วให้ขยับข้อมืออีก 1 ครั้งตามจังหวะ ถ้าหากเป็นมือ ตั้งให้ขยับข้อมือขึ้นทาทลงแทน ถ้าเป็นมือจับให้ขยับมือเข้าทาทองแทน



12. การเก็บต้นเตี้ย เป็นท่าที่ใช้เท้าเคลื่อนจากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง ซึ่งอาจจะเคลื่อนที่ไปข้างหน้าหรือเคลื่อนที่ไปรอบๆ เป็นวงก็ได้ ผู้รำจะอยู่ในท่าหนึ่งคุกเข่าให้กันอยู่บนสันเท้า เข่าทั้งสองข้างยกขึ้นไม่ติดกับพื้น (ขนานกับพื้น) บริเวณปลายเข่าห่างกันเพียงเล็กน้อย สามารถขยับเข่าให้สูงขึ้นที่ละนิดได้ การเคลื่อนที่จะต้องขยับหรือสับปลายเท้าให้ถี่ละเอียดยที่สุดเคลื่อนไปข้างหน้าต่อเนื่องกันโดย ไม่หยุดหรือขาดระยะส่วนอวัยวะที่ทรงตัวอยู่บนสันเท้าต้องนิ่ง ลำตัวยกต้องแอ่นอกและโน้มไปด้านหน้าส่วนมือให้วางในตำแหน่งต่าง ๆ ได้อิสระตามลักษณะของท่ารำ

ท่ารำและการฝึกทำพื้นฐานดังกล่าวทั้ง 12 ท่านี้ ผู้รำโนราจะนำมาใช้ประกอบการแสดงท่าตัวอ่อนของชา ลำตัว หรือมืออาจใช้เป็นท่าเชื่อมให้ท่าตัวอ่อนแต่ละท่ามีความสอดคล้องและสัมพันธ์กันในกระบวนการรำแต่ละครั้ง

5.3 กระบวนการประสมท่าแบบตัวอ่อน

การศึกษาถึงกระบวนการประสมท่าแบบตัวอ่อนจากการรำเพื่อความบันเทิงและการรำประกอบพิธีกรรมในความเชื่อต่าง ๆ หรือการศึกษาจากวิดิทัศน์ที่ได้มีผู้บันทึกไว้ก่อนแล้วและวิดิทัศน์ที่ได้บันทึกในการออกสำรวจข้อมูลภาคสนาม ในจังหวัดสงขลา ระนอง นครศรีธรรมราช และสตูลตั้งแต่ พ.ศ. 2538-2540 นั้น ผู้ที่รำประสมท่าแบบตัวอ่อนจะมีขั้นตอนของกระบวนการรำอยู่ 2 ลักษณะ คือ

1. การรำท่าตัวอ่อน ขณะสวมเทริด
2. การรำท่าตัวอ่อน เมื่อถอดเทริด เล็บ ทาง

อนึ่งในการรำประสมท่าแบบตัวอ่อนขณะสวมเทริด จะมีวิธีการรำตัวอ่อนอยู่ 2 แบบ คือ การนั่งรำแบบตัวอ่อน และการยืนรำแบบตัวอ่อน

สำหรับการรำประสมท่าแบบตัวอ่อน เมื่อถอดเทริด เล็บ ทาง ออกนั้นจะมีวิธีการรำตัวอ่อนอยู่ 3 แบบ คือ การนั่งรำแบบตัวอ่อน การยืนรำแบบตัวอ่อน และการนอนรำแบบตัวอ่อน ซึ่งการรำเมื่อถอดเทริด เล็บ ทางออก นี้จะทำให้ผู้รำสามารถแสดงท่าตัวอ่อนได้หลายรูปแบบ และแสดงท่ารำอย่างเต็มที่ตามความสามารถของผู้รำที่มีอยู่มากกว่าการรำขณะสวมเทริด

ดังนั้นการศึกษาระบวนการรำประสมท่าแบบตัวอ่อนของโนราทั้ง 5 คนนี้ จะศึกษาการทำตัวอ่อนที่ปรากฏในกระบวนการรำทั้ง 2 ขั้นตอนดังกล่าวข้างต้น ซึ่งจะได้อธิบายท่ารำที่ปรากฏเป็นท่าหนึ่งของผู้รำ จากการได้ประมวลท่ารำของผู้รำทั้ง 5 คน ที่ได้บันทึกไว้อย่างละเอียดแล้วสรุปและคัดเลือกท่ารำมากล่าว ดังรายละเอียดดังนี้

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

5.3.1 กระบวนการรำประสมท่าแบบตัวอ่อนขณะสวมเทริด

5.3.1.1 การนั่งรำ โนราทั้ง 5 คนจะใช้วิธีการนั่งรำในท่าดังต่อไปนี้



ท่าชั้หนอนน้อย ผู้รำนั่งคุกเข่าด้วยปลายเท้าซ้ายวางแนบสนิทกับพื้นแยกเข่าออกกว้าง จนหมดช่วงขา เท้าขวางอเข้ากระดกปลายเท้าขึ้นมาให้ขาข้างตั้งตรงเป็นมุมฉากทงายปลายเท้าขึ้น มือขวาจับเกี่ยวสอดรับปลายเท้าไว้ด้านหลังเพื่อให้เท้าสูงเอียงลำตัวด้านข้างและศีรษะเข้ามา ใกล้กับขวาที่กระดก แขนซ้ายตั้งวงเขาควายเป็นเอียงหรือตั้งอยู่ในแนวเดียวกับแขนขวาซึ่งมือจับอยู่ และมือทั้ง 2 ข้างสามารถเปลี่ยนมือจับรำรำตามจังหวะ

ท่ารำนี้นอราทั้ง 5 คน จะนิยมใช้รำเหมือนกันอยู่ในตอนแรกของการรำเพราะ

1. ต้องการปฏิบัติตามแบบแผนท่ารำของครูที่เคยสอนไว้ในอดีต
2. เป็นท่ารำที่มีความสวยงาม ตามหลักของการรำโดยทั่วไป อย่างเช่น การนั่งกระดกเท้าด้านข้างจะได้สัดส่วนกับมืออีกข้างที่เป็นวงเขาควาย หรือการใช้ใบหน้าไปตามมือที่วาดออกไปด้านข้างเป็นเขาควาย เมื่อดำเป็นท่าหนึ่งไว้ เหมือนกับผู้รำกำลังเหาะเคลื่อนตัวนิ่งในท่าชั้หนอนน้อย
3. ต้องการอวดท่าที่แสดงความอ่อนของกระดูกโคนขา ของท่ารำที่ดัดแปลงจากท่าชั้หนอนและท่ารำนี้อาจจะช่วยให้เกิดการยืดเส้นยืดสายของกล้ามเนื้อได้ดี

ทำนี้เป็นท่ารำของโนรากลยา นางราชใช้รำเป็นท่าแรกของการรำทุกครั้งเนื่องจาก

1. เป็นความคิดของโนราระจ่าง นิบุลย์ ผู้เป็นบิดาของโนรากลยา นางราช ในการหาวิธีการเคลื่อนตัวออกมาจากหลังม่านในลักษณะเลื่อนไหลออกมาโดยมิให้ผู้ชมทราบว่า มีผู้ช่วยหรือมีอุปกรณ์ช่วยในการถีบปลายเท้าของการเคลื่อนตัวออกมาด้านหน้าเวที
2. เนื่องจากอยู่ในฐานะนายโรง โนราจะต้องมีท่ารำไม่เหมือนกับลูกน้องหรือนางรำคนอื่น ๆ และเมื่อเวลาออกรำจะต้องให้สง่าสมบทบาทนายโรง

ในความคิดเห็นของผู้วิจัยเห็นว่า

1. เนื่องจากโนรากลยา นางราช เป็นผู้มีรูปร่างเล็ก การเคลื่อนตัวโดยการขยับหรือถีบปลายเท้าออกมา สามารถทำได้สะดวกไม่มีปัญหาการใช้กำลังในการถีบขา และเสียพื้นที่เวทีที่จะทำให้เลื่อนไหลได้สะดวก
2. เนื่องจากช่วงโคนขาจะอ่อนและแข็งแรง จึงเหยียดได้ตรงและเมื่อมีผู้ช่วยคอยถีบขา ซึ่งส่งไปด้านหลังก็สามารถเคลื่อนลำตัวตั้งตรงออกมาได้สง่าสวยงาม ถ้าหากคนที่มีช่วงโคนขาไม่แยกจากกันมาก เมื่อถีบขาน้ำหนักจะเอนไปด้านหน้า ทรงตัวตั้งตรงไม่ได้

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ทำนั้งขัดสมาธิไฮวีชา ผู้รำนั้งขัดสมาธิชาขวาวางไฮวันชาซ้าย ปลายเท้าทั้งสอง 2
ข้างส่งตรงไปด้านข้าง โดยให้ปลายเท้าขวาชี้ด้านข้างซ้ายและปลายเท้าซ้ายชี้ด้านข้างขวา
ส่วนบริเวณเข้าทั้ง 2 ข้างซึ่งซ้อนกันด้านหน้าลำตัว กดต่ำลงให้ติดแนบกับพื้น ทั่วตัวตั้งแต่โคนขา
ตลอดปลายเท้าทั้ง 2 ข้าง ให้เปลี่ยนท่าไฮวิกกันอย่างรวดเร็ว ขณะเปลี่ยนท่าลำตัวต้องตั้งตรง
นั้ง แขนทั้ง 2 ข้างเป็นวงเขาควย และส่งมือทั้ง 2 ข้างมาด้านหน้าระดับสายตา งอศอกให้
ข้อมือด้านในชนกัน หมุนข้อมือสลับการจับซ้ายขวาไปตามจังหวะทั่วตัวท่าของชา

การรำนั้งนี้ โนราภลยา นางุราช ต้องการให้การใช้ร่างกายส่วนล่างคือขา ทั่วตัว
สลับซ้ายขวาในจังหวะเร็วสอดคล้องกับร่างกายส่วนบนที่ใช้ข้อมือด้านในของมือทั้ง 2 ข้าง ประคบกัน
เหนือศีรษะและหมุนข้อมือทั้ง 2 ข้างสลับซ้ายขวาตามจังหวะเร็ว จึงเกิดความสอดคล้องกัน

ผู้วิจัยเห็นว่า เนื่องจากโนราภักถยา นาฏราช ใช้ทำนังพับเพียบเหยียดขาอยู่เป็นเวลานาน อาจจะต้องการยืดเส้นยืดสายของกล้ามเนื้อขาให้เมื่อย และเมื่อเปลี่ยนท่ารำจะทำให้จังหวะดนตรีแตกต่างจากช่วงระยะแรก ของการรำด้วย จึงใช้ทำนัง อันึ่งจากการสัมผัสโนราภักถยา นาฏราช จะใช้ทำนังขัดสมาธิไขว้ขาอยู่เป็นประจำในชีวิตประจำวัน ดังนั้นการวัดขาอย่างรวดเร็วให้เข้าตรงและปลายเท้าแยกไปด้านข้างจึงทำได้คล่องแคล่วและสวยงาม



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ท่าช้อนนอยพับขา ผู้รำนั่งคุกเข่าแยกเข่าออกกว้างจนหมดช่วงขา ปลายเท้าของขาซ้ายพับเข้ามาแนบกับโคนขาซ้าย ศีรษะและลำตัวด้านข้างซ้ายโน้มลงมาเพื่อให้บริเวณสะเอวกดทับขาและโคนขาไว้ มิให้ปลายเท้าเลื่อนหลุดออกมา มือทั้ง 2 ช้างตั้งวงสูงด้านหน้าระดับเทริดให้ข้อมือด้านในทั้ง 2 ช้างชนกัน และหมุนมือร่ำไปตามจังหวะ

ท่ารำนี่โนราจินดา สุขขาวและโนราจำเรียง ชาตุนรงค์ ซึ่งมีการปฏิบัติท่าร่าเหมือนกัน ให้เหตุผลว่า ต้องการตัดขาและพับขา เพื่อมิให้เกิดปวดเมื่อย และต้องการแสดงให้เห็นถึงความอ่อนของกระดูกโคนขา ปลายขา และกล้ามเนื้อบริเวณสะเอวด้านข้างที่สามารถกดตัดขาได้อย่างเต็มที่ โดยไม่มีการเจ็บปวด และเมื่อกกล้ามเนื้อสะเอวบังคับปลายเท้าได้จึงใช้มือร่ำเพื่อความสวยงามขึ้นมา

ผู้วิจัยเห็นว่าท่ารำนี่แสดงถึงวิถีหลักเพลงเป็นอย่างดี โดยเจตนาเดิมผู้ร่าต้องการจะตัดขาและลำตัว เมื่อการตัดสามารถนำท่าร่ามาประกอบได้ จึงทำให้เกิดวิธีการตัดลำตัวและท่าร่าไปพร้อม ๆ กัน



ท่าชั้หนอนน้อยเหยียดขา ผู้รำนั่งคุกเข่าแยกเข่ากว้างจนหมดช่วงขาและเหยียดขาขวา
ส่งตรงออกไปด้านข้าง ให้ส่วนของขาตั้งแต่โคนขาจนถึงด้านหลังของปลายเท้าวางแนบสนิทกับพื้น
และให้อยู่ในแนวเดียวกับเข่าอีกด้าน เอียงลำตัวและศีรษะลงมาด้านข้างประมาณ 45 องศา โดย
ที่แขนทั้ง 2 ข้าง ตั้งวงเขาควาย แขนขวาพลิกปลายมือออกไปด้านข้างและร่ายรำตามจังหวะ

ท่ารำนี่ปรากฏอยู่ในการรำของโนรา 3 คน คือ โนราจินดา สุขขาว โนรากัลยา
นาฏราช และโนราจำเรียง ชาตณรงค์ ซึ่งได้ให้แนวคิดที่เหมือนกัน คือ ต้องการตัดช่วงขาและ
กล้ามเนื้อบริเวณโคนขาทั้ง 2 ข้างให้เกิดการยืดหยุ่น และคลายตัวให้มากที่สุด จึงต้องใช้กำลัง
ในการแอ่นอก เอว และเหยียดขาอย่างเต็มที่ และโนราจำเรียงจะเรียกว่าท่ารำนี่ว่า "ท่านั่ง
ทอดหางเสือ" คือ ลักษณะของการเหยียดขาตรงออกไปจะเหมือนกับการเหยียดหางของเสือ

จากการสังเกตของผู้วิจัย การเตรียมร่างกายโดยการเหยียดขาหรือสะบัดขาให้ตรงเป็น
วิธีหนึ่งที่ต้องการให้กล้ามเนื้อขยายได้อย่างเต็มที่ เมื่อผู้รำปฏิบัติแล้วรู้สึกว่ามีประโยชน์ต่อการรำ
หลายด้าน จึงนำท่านี้มาใช้อยู่เสมอและเป็นที่ยอมรับของสมควรร



ทำชัณฑอนน้อยประยุกต์

แบบที่ 1 ผู้รำนั่งหันหน้าไปด้านข้างของเวทีโดยคุกเข่าขวาให้ปลายเท้าเรียบสนิทกับพื้น ขาซ้ายเหยียดตรงส่งไปด้านหลังจนหมดช่วงขาและให้แนบสนิทกับพื้นเช่นเดียวกัน แล้วกระดากปลายเท้าขึ้นมาตั้งตรงทงายฝ่าเท้าขึ้น ผู้ร่าทงายลำตัวและศีรษะลงไปด้านหลังให้เทริดวางบนฝ่าเท้า หรือใกล้กับฝ่าเท้า มือทั้ง 2 ซ้างวาดเป็นวงเขาควายเป็นวงรอบอกและร่าไปตามจังหวะ

โนราเคียง เกตุมงคล และโนราจำเรียง ชาตุนรงค์ซึ่งเป็นผู้ใช้ทำร่าเหมือนกันได้แสดงแนวคิดว่าเป็นทำร่าที่มีความสวยงามและตนเองจะปฏิบัติได้คล่องแคล่วจึงได้นำมาใช้ และโนราเคียงให้แนวคิดเพิ่มเติมว่า ทำชัณฑอนน้อยนี้ผู้ชมมักจะเห็นเพียงความอ่อนของขาและลำตัวด้านข้าง เมื่อกระดกเท้าไปด้านหลังก็จะเป็นการเปลี่ยนทิศทางการวางขาทำให้ทำร่าดูแปลกใหม่และสวยงามขึ้น

ผู้วิจัยเห็นว่า ทำนี้เป็นทำร่าที่มีการดัดแปลงจากทำชัณฑอนน้อย ทำให้มีการวางขาได้หลายรูปแบบ สามารถร่าท่าเชื่อมหรือต่อเนื่องกับท่าอื่นได้อย่างรวดเร็วและมีความสวยงาม จึงไม่ทำให้เสียรูปแบบของกระบวนการร่า



แบบที่ 2 ผู้ร่านั่งหันด้านหลังให้กับผู้ชมโดยนั่งคุกเข่าซ้ายตั้งปลายเท้าขวาขึ้น ขาขวาเหยียดตรงมาด้านหน้าเวที ให้ส่วนโคนขาตลอดจนถึงปลายเท้าราบสนิทกับพื้น ผู้ร่าแอ่นลำตัวและศีรษะให้เทร็ดทงายลงมาด้านหน้าเวทีจนยอดเทร็ดตั้งตรงหน้าจรดพื้น มือทั้งสองข้างตั้งสูงชันเหนือหน้าอก ศอกแต่ละข้าง งอประมาณ 45 องศา เอียงเข้าหากัน โดยข้อมือไขว้ชนกันในลักษณะจับคว่ำ และหมุนข้อมือทั้ง 2 ข้างร่ายรำไปตามจังหวะ

ผู้วิจัยเห็นว่า แสดงให้เห็นว่า เมื่อร่างกายของผู้ร่าได้รับการจัดระบบกล้ามเนื้อให้ยืดหยุ่นได้อย่างเต็มที่ การจัดทำรำในรูปแบบต่าง ๆ จึงสามารถปฏิบัติได้ทันที่วงที่ ไม่ว่าจะมีการเปลี่ยนแปลงหรือเคลื่อนไหวทำรำไปในทิศทางใด



ทำนั้งกลอกแขน ผู้รำนั้งรำคุกเข่า แยกเข่าห่างกันประมาณ 1 ฟุต ปลายเท้าทั้ง 2 ช้างตั้งชัน ลำตัวโน้มมาด้านหน้าเล็กน้อย แขนทั้ง 2 แขนเหยียดตรงส่งมาด้านหน้าระดับ สะเอว มือทั้งสองตั้งวงไว้ พลิกท้องแขนทั้ง 2 ช้างลงกลอกกลับไปกลับมาตามจังหวะเร็วหรือ ช้า

ทำรำนั้งปรากฏอยู่ในการรำของโนรา 3 คน คือ โนราจำเรียง ชาตุนรงค์ โนราจินดา สุขขาว และโนรากัลยา นางุราช ซึ่งทั้ง 3 คนได้ให้เหตุผลว่า เพื่อต้องการอวดผู้ชมให้ทราบว่า โนราสามารถแสดงความอ่อนส่วนต่าง ๆ ของร่างกายได้ทุกส่วนแม้กระทั่งแขนจึงต้องกลอกท้อง แขนให้พลิกกลับไปกลับมา

ผู้วิจัยเห็นว่าการกลอกแขนนี้จะมีทั้งกลอกแขนทีละข้างและพร้อมกันทั้ง 2 แขน วิธี กลอกแขนมีทั้งจังหวะช้าและเร็ว จึงทำให้ทำรำนั้งมีความน่าสนใจมากขึ้น ผู้รำนั้งใช้ทำนั้งกลอกแขนนี้ เนื่องจากเป็นการให้กล้ามเนื้อขาได้หยุดพักอ่อนเพื่อเตรียมรำนั้งในท่าตัวอ่อนแบบใหม่อีก



ท่าไขทองห้อยน้อย ผู้รำนั่งคุกเข่า ซึ่งแยกห่างกันประมาณ 1 ฟุต ลำตัวตั้งตรงยก สะโพกสูง ไม่ติดกับส้น หันด้านหลังให้ผู้ชม แอนลำตัวและทงายศีรษะต่ำลงมาด้านหน้า เวทีจนยอด เทริดปักจรดพื้น โดยที่ลำตัวยังอ่อนโค้ง แขนทั้ง 2 ข้าง ตั้งวงเขาควยเหนือบริเวณหน้าอก มือขวาจับคว่ำ มือซ้ายร่ำท่าเขาควยและเปลี่ยนเมื่อร่ำไปตามจังหวะ

การร่ำทำนี้ ผู้ร่ำต้องการตัดกล่อมเนื้อด้านหลังให้เกิดความยืดหยุ่น เพราะก่อนร่ำทำนี้ จะเป็นการตัดขาซ้ายและขวาไปแล้ว ลำตัวด้านหลังควรจะต้องยืดบ้างเพื่อจะได้รู้สึกคล่องแคล่วในการร่ำมากขึ้น แต่การตัดหลังจะทำได้ไม่เต็มที่ เนื่องจากเวลาม้วนตัวจะมีเทริดรอนน้ำหนักอยู่ จึงต้องมีความระมัดระวังเป็นอย่างมาก

จากความเห็นของผู้ร่ำทำนี้ ผู้วิจัยเห็นว่า การตัดร่างกายส่วนต่าง ๆ ของผู้ร่ำนั้น จะต้องมีการจัดระเบียบวิธีการตัด จึงจะทำให้กล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ได้รับการยืดหยุ่นและคลายตัวได้ สมดุลย์กัน ทำให้ผู้ร่ำมีความพร้อมทางกล้ามเนื้ออย่างสมบูรณ์เต็มที่ การจัดทำรำลิกเพลงแบบยากหรือง่าย ขณะสวมเครื่องแต่งกายทุกชิ้น ก็สามารถทำได้อย่างสวยงาม



ทำนั่งแยกขาตรง 2 ข้าง ผู้รำนั่งแยกขาทั้ง 2 ข้างให้เหยียดตรงหันหน้าไปด้านข้างตามความยาวของเวที ทำซ้ายวางด้านหน้าให้ส่วนของเท้า ตั้งแต่ส้นเท้าตลอดจนโคนขาราบสนิทกับพื้น ส่วนขาขวาวางหลังให้บริเวณหลังเท้าตลอดจนโคนขาราบสนิทกับพื้นเช่นกัน ลำตัวหันไปด้านข้างเวทีหน้าแขนงขึ้นเปิดปลายคาง ทงายลำตัวพร้อมทั้งเทริดให้ต่ำลงไปด้านหลัง มือขวาเขาควายนปลายมือออกไปด้านหลัง แขนซ้ายเหยียดตั้งตั้งปลายมือขึ้นส่งแขนไปด้านหน้า แล้วพลิกท้องแขนไปมาตามจังหวะอย่างรวดเร็ว

การรำทำนี้ ในราต้องการแสดงความแข็งแรงและความอ่อนตัวของกระดูกโคนขา แขน และลำตัวของผู้รำ และแสดงความกล้าตัดสินใจอย่างรวดเร็วที่จะแสดงท่ารำที่เสี่ยงอันตรายได้อย่างมั่นใจและมีความสุขงาม

ผู้วิจัยเห็นว่า ท่าตัวอ่อนบางท่า ผู้รำจะต้องกล้าตัดสินใจในการรำ เพราะวิธีการแยกขาให้เหยียดตรงในขณะนั่งรำนี้นี้จะเริ่มปฏิบัติโดยการยืนมาก่อน บางครั้งถ้าหากเสียหรือหันเวทีสั้นหรือกำลังขาไม่แข็งแรง การปฏิบัติอันรวดเร็วจะไม่สามารถบังคับกล้ามเนื้อได้ อาจเกิดอุบัติเหตุจากกล้ามเนื้อได้ และผู้รำสามารถใช้ท่านี้ถึง 2 ช่วงของกระบวนการรำย่อมแสดงให้เห็นถึงความสามารถในการบังคับกล้ามเนื้อ และความกล้าตัดสินใจของผู้รำได้อย่างดี

5.3.1.2 การยื่นรำ ไนราทั้ง 5 คนจะใช้วิธีรำในท่าดังนี้



ท่าชั้หนอน ผู้รำยื่นรำด้วยขาขวาเฉียงข้างเดียวย่อตัวลงและกันเข้าออกไปด้านข้างเล็กน้อย ส่วนขาซ้ายยกควัดสูงขึ้นไปด้านข้าง โดยย่อเข้าและพับปลายเท้าเข้ามาหาลำตัวประมาณ 45 องศา ใช้มือข้างเดียวกับขาที่ยกเกี่ยวปลายเท้าขึ้นมา โดยให้ด้านหลังของปลายเท้าวางอยู่บริเวณข้อศอกของมือที่ยก ซึ่งตั้งวงเขาควยส่งจับคว่ำมาด้านหน้า มือขวาวาดเป็นวงเขาควย ผู้รำไนราโน้มลำตัวไปด้านขวาเล็กน้อย เพื่อดวงน้ำหนัก แต่เอียงศีรษะมาด้านซ้ายปลายเท้าที่ยกขึ้นมา มือทั้งสองรำรำได้ตามจังหวะ

ท่าชั้หนอนนี้ ไนราทั้ง 5 คน ได้ให้แนวคิดที่สำคัญเหมือนกันว่า เป็นท่าพื้นฐานที่มีความสำคัญมาตั้งแต่อดีต ซึ่งมีวิธีการฝึกที่ยาก และไทรานิยมนำมาใช้ในการรำทุกครั้ง เมื่อรำได้จะมีความสวยงามและสง่า เป็นการบริหารร่างกายที่ดี เลือกลมแล้วได้สะดวกและเหมาะสมที่จะนำมาใช้เป็นการรำตัวอ่อน

ผู้วิจัยเห็นว่า ท่าชั้หนอนนี้เป็นท่าที่มีความสำคัญเป็นอย่างมาก สามารถนำท่ารำไปใช้ในการรำไนราได้หลายรูปแบบ ตั้งแต่รำท่าพื้นฐาน รำท่าตัวอ่อน หรือการรำท่าบท นอกจากนี้สาเหตุอย่างหนึ่งที่นิยมใช้รำ คือเมื่อปฏิบัติแล้วสุขภาพของผู้รำจะแข็งแรงมากขึ้น ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อผู้รำเป็นอย่างยิ่ง



ทำชั้ทนอนประยุกต์ หรือ ทำชั้ทนอนใหญ่ ผู้รำยืนด้วยขาซ้ายเหยียดตั้งหันมาด้านหน้า เวที ใช้มือขวาจับปลายเท้าขวายกตัวสูงขึ้นไปด้านข้าง โดยพับเข่าและกันเข่าออกไปด้านข้าง แขนขวาเหยียดตั้งให้เฉียง 45 องศากับแนวลำตัว ซูปลายเท้าให้สูงเลยระดับศีรษะขึ้นไป ลำตัว โน้มไปด้านข้างตรงกันข้ามกับขาที่ยกเพื่อถ่วงน้ำหนัก มือและแขนซ้ายเป็นวง เขาควายหรือเปลี่ยน เป็นมือจับหมอนซ้อมือรำตามจังหวะ

โนราภักถยา นางราช เรียกทำรำนี้ว่า ทำชั้ทนอนใหญ่เป็นท่าที่ต้องการแสดงให้ผู้ชม ทราบว่าโนราสามารถที่จะยกขาได้สูงมากกว่าทำชั้ทนอนในการรำตามปกติ ทำชั้ทนอนใหญ่นี้จะ ต้องยกปลายเท้าให้สูงเลยศีรษะ ไปให้มากที่สุดจนหมดช่วงขา จึงจะมีความสวยงาม

ผู้วิจัยเห็นว่า ท่านี้เป็นการดัดแปลงทำชั้ทนอนให้ดูแปลกตาเพื่อแสดงความสามารถของ การใช้ขาของผู้รำให้มากที่สุด เพราะเมื่อผู้รำมีความสมบูรณ์และความพร้อมของร่างกายอย่างเต็มที่ การรำในท่าแปลกสวยงามพิเศษไปกว่าปกติก็สามารถทำได้



ท่ากลอกแขน ผู้รำยืนโดยการย่อเข้าให้วางเท้าใดเท้าหนึ่งอยู่ด้านหน้าเต็มเท้าเพื่อรับน้ำหนัก ส่วนอีกเท้าวางไปด้านหลังด้วยปลายเท้าให้เข้าย่อต่ำลงอยู่ตรงกลางระดับน่องเท้าหน้า แขนทั้ง 2 ข้างเหยียดตั้งส่งตรงออกไปด้านข้าง ให้ข้อมือทั้ง 2 ข้างต่ำระดับสะเอวห่างจากสะเอวประมาณ 1 ฟุต ดึงข้อมือหนึ่งไว้ พลิกท่อนแขนให้กลอกกลับไปกลับมาทั้ง 2 ข้าง ขณะกลอกแขน ผู้รำหมุนรอบตนเองอย่างช้า ๆ 1 รอบ

ท่ารำทำนั้ปรากฏอยู่ในการรำของโนราทั้ง 5 คนซึ่งได้ให้แนวคิดและเหตุผลดังนี้

1. ต้องการอวดความสามารถในการบังคับกระดูกท่อนแขนให้เคลื่อนตัวไปในทิศทางตรงกันข้ามกับการบังคับกระดูกข้อมือและหัวไหล่ ซึ่งจะทำให้เห็นความอ่อนของกระดูกท่อนแขนในการพลิกกลับไปกลับมา

2. ต้องการให้มีจังหวะเปลี่ยนแปลงโดยเน้นการเคาะด้านข้างของกลองและตีแตระเพื่อช่วยให้กระบวนการรำและท่ารำหนักแน่นกระฉับกระเฉงน่าสนใจมากขึ้น

ผู้วิจัยเห็นว่า ทำรำนี่ ผู้รำแต่ละคนสามารถจัดทำลอกแขนให้ไปอยู่ในกระบวนการรำ ได้หลายขั้นตอนนอกจากจังหวะนาตในท่าดังกล่าวนี้ โนราจินดาสามารถลอกแขนทั้ง 2 ข้างได้ หนักแน่นและแปลกจากโนราคนอื่น คือ สามารถบังคับท้องแขนทั้งสองข้างให้ลอกกลับไปกลับมาใน ทิศทางตรงกันข้ามกันและทำรำนี่เป็นที่นิยมของโนราท่าหนึ่ง สามารถใช้ทั้งวิธีการนั่งรำลอกแขน และวิธีการยืนรำลอกแขน



ทำขึ้นไฮว้าประยุกต์ แบบที่ 1 ผู้รำยืนหันหน้าไปด้านข้างขวาของเวที เท้าซ้ายเตะ ขึ้นไปวางเท้าด้านหน้า เท้าขวาเหยียดตรงมาด้านหลัง ค่อย ๆ ย่อเข้าซ้ายและลำตัวลงต่ำโดย วางเท้าซ้ายเต็มเท้า เท้าขวาวางด้วยปลายเท้าจนเข้าขวาจรดพื้น ผู้รำหันลำตัวมาด้านหน้าเวที แอ่นอก เข็ดหน้า เอียงศีรษะมาด้านปลายเท้าขวา แขนขวาเป็นวงเขาควย มือซ้ายจับหงายส่ง แขนตึงเฉียงลงมาให้ขนานกับต้นขา มือซ้ายและมือขวาเปลี่ยนมือจับตั้งวงสลับซ้ายขวาดำตามจังหวะ

การรำทำนองนี้ ผู้รำต้องการที่จะตัดกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ของร่างกายให้มากที่สุดจึงต้อง เหยียดขา แขน ออกไปให้กว้างที่สุด และเกร็งเข้า ออก ลำตัว ให้กล้ามเนื้อคลายตัวเต็มที่ หรือ รำให้เต็มตัว

ผู้วิจัยเห็นว่า ทำรำนี่จะแสดงให้เห็นถึงการตัดกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ประกอบกันไป ซึ่งอาจจะต้องใช้เวลานานข้างมากเพื่อให้กล้ามเนื้อยืดหยุ่นเต็มที่ โดยเฉพาะ กล้ามเนื้อขาของผู้รำจะต้องแข็งแรง ซึ่งทำรำนี่จะเน้นกำลังขาในการทรงตัวมากที่สุด



ท่ายืนโชว์ขาประยุกค์ แบบที่ 2 ผู้รำยืนด้วยเท้าซ้ายโชว์เท้ามาด้านหน้าจนหมดช่วง ขาขวาเข้าซ้ายลงเต็มที เท้าขวาวางด้วยเข่าขวาเป็นจุดรับน้ำหนัก กระดกปลายเท้าขวาขึ้นมาให้ ตั้งตรงระดับสะเอว ผู้รำหันลำตัวมาด้านหน้าเวที แอ่นอกและเอียงศีรษะ ไปยังด้านเท้าซึ่งกระดก ขึ้นมา แขนและมือขวาตั้งวงเขาควาย แขนซ้ายเหยียดตั้งเฉียงลงมาตั้งมือจับหงายลงบนฝ่าเท้า ด้านขวาที่กระดก มือทั้ง 2 ช่างหมุนข้อมือจับและตั้งวงสลับซ้ายขวาตามจังหวะ

โนราภักษา นางรราช ให้ความเห็นว่า หลังจากการปฏิบัติทำนี้แล้วจะทำให้ร่างกาย ของผู้รำรู้สึกเบาตัวขึ้น (คล่องแคล่วขึ้น) ถ้าจะคัดแขนขา ลำตัวในท่าต่าง ๆ ก็จะได้สะดวก และปฏิบัติได้ง่าย

ผู้วิจัยเห็นว่า ท่านี้เป็นท่าต่อเนื่องคล้ายกับท่าที่ 1 แต่ผู้รำเสนอความแปลกตา โดยการยืนทรงตัวด้วย เข่าและปลายเท้าให้สัมพันธ์กัน ถ้าผู้รำไม่เข้าใจท่าว่าจะทรงตัวไม่ถูกหลัก อาจ จะทำให้กระตุกหัวเข่าอีกเสบได้ ถือว่าเป็นความเฉลียวฉลาดของผู้รำ เพียงแต่กระดกปลายเท้า ขึ้นมาอย่างง่าย ๆ เพียงอย่างเดียวก็นกลายเป็นตัวอ่อนที่แสดงความสามารถของผู้รำได้อย่าง สวยงาม



ท่าชกเข้าสูง ผู้รำยื่นย่อเข้าด้วยเท้าซ้ายหันมาด้านหน้าเวที เข้าซ้ายกันออกไปด้านข้างเล็กน้อย เข้าขวาออกไปด้านข้างให้เข่างอสูงระดับอกหรือไหล่ ปลายขาช่วงล่างงอพับตรงลงมาในแนวตั้ง เปิดปลายเท้าออกไปด้านข้าง ลำตัวและใบหน้าตั้งตรง แขนซ้ายตั้งวงเขาควาง แขนขวางอศอกและวางศอกลงบนเข่าตั้งปลายแขนให้เฉียงออกด้านข้าง ประมาณ 45 องศา ข้อมือจับคว่ำเข้าทาลำตัว หมุนข้อมือจับสลับซ้ายขวาตามจังหวะ

โนราภักลยา นางราช ใช้ท่ารำนี้นี้เพื่อเป็นการเตรียมตัวในการใช้ชาก่อนจะรำท่าขึ้นนอน เพราะจะช่วยให้การใช้กำลังขาในการที่จะยกขาในท่าต่อไปได้สูงเต็มที่ หลักของการยกเข้าจะต้องสูงพอดีกับการวางศอก นอกจากนั้นการใช้ท่านี้จะทำให้ท่ารำต่อเนื่องกันโดยตลอด ทั้งขาและมือจะไม่มีอาการขาดตอนหรือทั้งท่าขณะรำ

ผู้วิจัยมีความเห็นว่า ท่านี้จะเป็นการแสดงความสง่างามของผู้รำ โดยเฉพาะถ้าหากผู้รำเป็นผู้ชาย เพราะจังหวะของท่ารำจะทะมัดทะแมงคล่องแคล่ว การใช้ท่ารำก่อนและหลังจากท่านี้จะต่อเนื่องกันเป็นอย่างดี



ท่าไฮทงท้อย ผู้รำยืนตรงหันหน้าไปด้านหลังเวที โดยแยกเท้าให้ห่างจากกันประมาณ 1 ช่วงลำตัว ค่อย ๆ ย่อเข้าและแยกเข้าทั้ง 2 ข้างลงต่ำเกือบตั้งฉากกับพื้น ลำตัวและศีรษะม้วน หายลงต่ำ ลงมาด้านหน้าเวทีจนศีรษะและยอดเทริดจรตึงอยู่กับพื้น มือทั้งสองข้างวาดเป็นท่า เขาควาย มือตั้งขึ้นเหนือลำตัวและรำยาวตามจังหวะ

โนราก็ลยา นางุราช ผู้รำทำนั้นกล่าวว่า เขาต้องการให้แสดงให้เห็นความสามารถของการใช้กำลังขาในการยืมม้วนลำตัวลงมาด้านหลัง โดยไม่ต้องใช้มือช่วยพยุงลำตัว โดยเน้นการใช้กำลังขา ตั้งแต่บริเวณน่องตลอดไปจนถึง โคนขา

ผู้วิจัยเห็นว่า นอกจากผู้ชมจะได้ชมความสามารถของผู้รำแล้ว จะได้ทราบถึงการรู้จักพิจารณาในการเลือกเครื่องแต่งกายที่มีความเหมาะสมและพอดี กับผู้รำ นั่นคือการใช้เทริดในการแต่งกายที่สวมครอบลงมาจนปิดหน้าผากทั้งหมดนั้น จะทำให้การม้วนตัวต่ำลงมาโดยที่เทริดไม่เลื่อนหลุดจากศีรษะ และการใช้จังหวะของยอดเทริดที่มีขนาดเล็กในการปักจรตึงก็มีส่วนสำคัญ ถ้าหากกตัญญูหนักตัวมากเกินไปยอดเทริดอาจจะหักและเสียจังหวะในการรำ และเป็นการสร้างความตื่นเต้นในความสัมพันธ์ระหว่างน้ำหนักตัวของผู้รำกับความแข็งแรงของยอดเทริดด้วย

จากการอธิบายท่าร่าดังกล่าวมาทั้งหมด สามารถที่จะสรุปท่าร่าที่สำคัญทราไว้ในกระบวนการร่าประสมท่าแบบตัวอ่อนขณะสวมเทริดได้ดังนี้

วิธีการนั่งร่า จะมีใช้ท่าร่าทั้งหมด 9 ท่า คือท่าช้อนน้อย ทำนั่งพับเพียบเหยียดขา ทำนั่งขัดสมาธิไขว้ขา ท่าช้อนน้อยพับขา ท่าช้อนน้อยเหยียดขา ท่าช้อนน้อยประยุกต์ (2 แบบ) ทำนั่งกลอกแขน ท่าไชทองห้อยน้อย และทำนั่งแยกขาตรง 2 ขา

วิธีการยืนร่า จะมีใช้ท่าร่าทั้งหมด 6 ท่า คือ ท่าช้อน ท่าช้อนประยุกต์ ทำยืนกลอกแขน ทำยืนไขว้ขาประยุกต์ (2 แบบ) ทำอย่างสามชুম และท่าไชทองห้อย

ดังนั้นการใช้ท่าตัวอ่อนในกระบวนการร่าขณะสวมเทริด สามารถใช้ท่าร่าได้ทั้งหมด 15 ท่า ดังได้กล่าวมาแล้ว



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

5.3.2 กระบวนการรำประสมท่าแบบตัวอ่อนเมื่อถอด เทริด เล็บ ทาง

5.3.2.1 การนั่งรำ โนราทั้ง 5 คน จะมีวิธีการนั่งรำแบบตัวอ่อนโดยใช้ท่าต่อไปนี้



ท่าชัพนอนน้อ ผู้รำนั่งพับเขียบด้วยเท้าขวาปลายเท้าแนบกับพื้น เข้าทั้ง 2 ข้างแยกให้กว้างจนสุดช่วงขา และให้บริเวณโคนขาของทั้ง 2 ข้างแนบสนิทกับพื้นเท้าซ้ายกระดกขึ้นมาตั้งตรง ใช้ข้อศอกแขนซ้ายงอแล้วสอดรับปลายขาไว้เป็นวงเขาควยขนานกับพื้น โดยให้ปลายมือจับเข้าทาลำตัว ศีรษะและลำตัวด้านข้างโน้มเข้ามาวางบนสันเท้าซ้าย มือขวาวาดเป็นวงเขาควยและหมุนข้อมือสลับจับซ้ายขวาร่ายรำตามจังหวะ

ท่ารำนั่งปรากฏอยู่ในตอนกลางของกระบวนการรำของโนราเคียง เกตุมงคล ซึ่งเขาได้ให้เหตุผลการใช้ท่ารำนั่งว่า

1. ต้องการให้ผู้ชมเห็นว่า การรำท่าตัวอ่อนขณะถอดเทริด สามารถทำตัวอ่อนได้อย่างเต็มที่มากกว่าการรำขณะสวมเทริด
2. เป็นท่าที่ชื่นชอบของผู้ชม เพราะขณะรำนั่งนี้ ผู้ชมมักจะรีบเดินเข้ามาดูใกล้ ๆ โรงโนรา

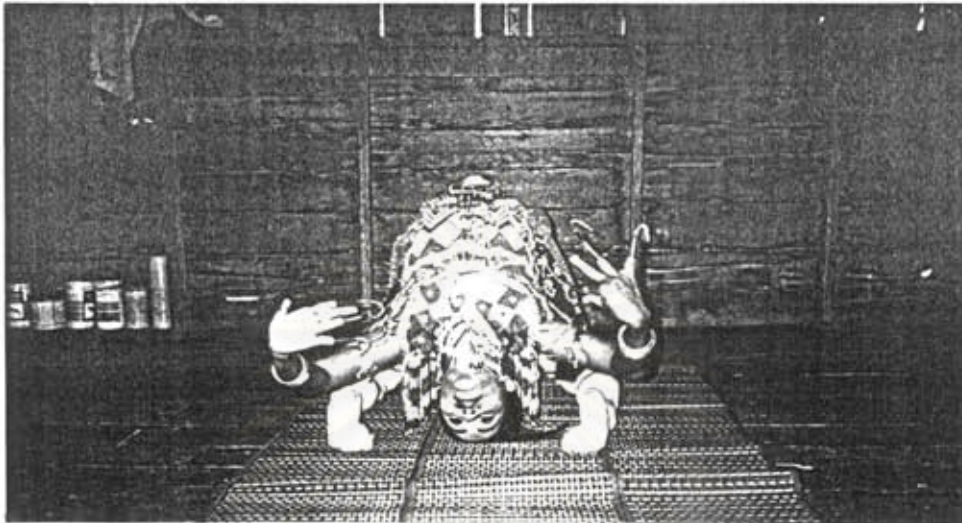
ผู้วิจัยเห็นว่า ผู้ร่ำทำนี้เป็นผู้ร่ำที่รู้จักสังเกตการตอบสนองความสนใจของผู้ชม ดังนั้นทำร่ำต่าง ๆ ที่ร่ำออกมา ถึงแม้จะคล้ายกับทำร่ำที่ร่ำผ่านไประยะหนึ่งแล้ว แต่ถ้าหากผู้ร่ำใช้วิธีการแปลกใหม่ สามารถนำมาร่ำในเวลาใกล้เคียงกันและทำให้เกิดความสนใจใหม่จากผู้ชมได้อีก



ท่า ไช้ทองห้อยน้อย (แบบที่ 1) ผู้ร่ำนั่งคุกเข่าปลายเท้าราบติดกับพื้น แยกเข่าออกกว้างจนหมดช่วงขา หันด้านหลังไปหน้าเวที มือทั้ง 2 ข้างพนมติดกับระดับอก ลำตัวและศีรษะโน้มมาด้านหน้าเวทีให้ศีรษะตั้งหงายราบกับพื้น ค่อย ๆ ยกลำตัวให้แอ่นโค้งสูงขึ้นไปจนเข้าตลอดจนสะโพกตั้งตรง โดยที่ศีรษะยังตั้งจรดอยู่กับพื้นและค้างเป็นทำนองไว้

โนราจำเรียง ชาตณรงค์ ผู้ร่ำทำนี้ต้องการแสดงความสามารถเกี่ยวกับความแข็งแรงในการใช้ลำตัวของผู้ร่ำ เพราะได้บริหารกล้ามเนื้อส่วนต่าง ๆ มาพร้อมแล้วในการร่ำช่วงแรก และเมื่อได้ถอดเทริด เล็บ ทาง จะร่ำสะดวกมากขึ้น

ผู้วิจัยเห็นว่า ผู้ร่ำต้องการโชว์ความสามารถของลำตัวเพียงอย่างเดียว โดยใช้ท่าพนมมือไหว้เป็นท่าประกอบในการเหยียดลำตัวขึ้นมา เป็นการแสดงถึงความสมบูรณ์เต็มที่ของกล้ามเนื้อลำคอ หน้าท้อง และกล้ามเนื้อขาของผู้ร่ำ และทำร่ำจะมีความสง่า



ท่าไฮทงท้อยน้อย แบบที่ 2 ผู้รำนั่งคุกเข่าหันหน้าไปด้านหลังเวที เข่าและปลายเท้า แต่ละข้างห่างกันประมาณ 1 ฟุต โดยที่ปลายเท้าทั้ง 2 ข้างแบนราบกับพื้น สะโพกและลำตัวตั้งตรง แล้วค่อย ๆ ม้วนลำตัวและศีรษะทงายลงมาด้านหน้าเวที จนศีรษะตั้งจรดพื้นอยู่ระหว่างปลายเท้า ทั้ง 2 ข้าง แขนซ้ายและแขนขวายื่นมาด้านหน้าเป็นวงเขาควาย ชนากับพื้นสูงระดับไหล่ มือขวา จับมือซ้ายเขาควาย เปลี่ยนมือจับสลับซ้ายขวาตามจังหวะ

ท่ารำนีปรากฏอยู่ในการรำของโนราทั้ง 5 คน ซึ่งได้ให้แนวคิดของการใช้ท่ารำนีสรุปได้ ดังนี้

1. ต้องการเปลี่ยนรูปแบบของกระบวนการรำ เพราะได้รำท่าสูง (ยืนรำ) มาหลายท่า จึงอยากเปลี่ยนเป็นการรำท่าต่ำ (นั่งรำ)
2. ต้องการให้ผู้ชมเห็นความแข็งแรงของกล้ามเนื้อบริเวณหน้าท้อง กล้ามเนื้อต้นขา และเห็นความสวยงามของการใช้ลำตัวและศีรษะค่อย ๆ ม้วนลงไปตะโพกอย่างช้า ๆ
3. ต้องการให้ผู้ชมทราบว่า โนราจะรำท่าตัวอ่อนที่มีความยากเพิ่มขึ้น และสร้างความสนใจอยู่เสมอ

ผู้วิจัยเห็นว่า ท่าไฮทงท้อยน้อย เป็นที่นิยมใช้กันโดยทั่วไปในโนราตัวอ่อนทุกคน ผู้ที่ทรงตัวได้นาน และมีกระบวนการม้วนลำตัวขึ้นลง ได้มีมวลจะมีความสวยงาม นอกจากนั้นขณะที่ศีรษะจรดพื้นอยู่กับพื้น การใช้มือประกอบในท่าต่าง ๆ จะทำให้ท่ารำนีสวยงามมากยิ่งขึ้น



ทำชั้ทนอนน้อยประยุกต์ แบบที่ 1 ผู้รำนั่งคุกเข่าตั้งปลายเท้าชวขึ้นหันหน้าไปทางด้านข้างขวาของเวที เท้าซ้ายเหยียดไปด้านหลังจนหมดช่วงขา ปลายเท้ากระดกขึ้นมาตั้งตรงฝ่าเท้าหงายขึ้นพร้อมกับแอ่นลำตัวและทงายศีรษะลง ไปด้านหลังจนศีรษะวางบนฝ่าเท้า มือทั้ง 2 ช้างวาดเป็นวงเขาควาดตั้งตรงอยู่เหนือใบหน้าและร่ำร่ำตามจังหวะ

ทำชั้ทนอนน้อยประยุกต์นี้ปรากฏอยู่ในการรำของโนราเคียง เกตุแก้ว โนราจินดา สุขชาวโนราจำเรียง ชาญรงค์ โนราทั้ง 3 คน ได้ให้แนวคิดและเหตุผลว่า ผู้รำต้องการดัดแปลงการรำทำชั้ทนอนน้อยให้มีการวางตำแหน่งขาไปด้านหลังเพื่อจะเป็นการแสดงความอ่อนของลำตัวด้านหลังและความแข็งแรงของกล้ามเนื้อโคนขา นอกจากนั้นช่วยให้กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรงเพิ่มขึ้น

ผู้วิจัยเห็นว่า ทำรำนั้ผู้รำทั้ง 3 คนจะใช้ในกระบวนการรำขณะสวมเทริดและถอดเทริดทาง เล็บ แสดงให้ทราบถึงความสัมพันธ์ของท่ารำที่สามารถนำมารำใหม่อีกครั้งแต่ในวันระยะเวลาในการรำให้ต่างกัน และจะแสดงให้เห็นถึงความแตกต่างและความคล่องแคล่วในการรำท่าตัวอ่อนขณะถอดเทริด เล็บ ทาง นั้นผู้รำสามารถจะรำได้เต็มทีมากกว่าการรำขณะสวมเทริด



ท่าชัชนอนน้อยประยุกต์ แบบที่ 2 ผู้รำหันด้านหลังมาหน้าเวทีและนั่งคุกเข่าด้วยขาซ้าย
 ซาขวาเหยียดตรงส่งมาด้านหน้าเวทีเช่นเดียวกัน ให้ส่วนของขาตั้งแต่โคนขาดลอดจนด้าน
 หลังของปลายเท้าราบแนบกับพื้น แอ่นลำตัวและศีรษะม้วนลงมาด้านหลังจนศีรษะอยู่แนวเดียวกับ
 สะโพก มือทั้ง 2 ช้างวาดเป็นวงเขาควยเหนือระดับอก หมุนมือเปลี่ยนจับสลับซ้ายขวาร่ายรำ
 ตามจังหวะ

โนราจินดา สุขทอง และโนราจำเรียง ชาตฤรงค์ ซึ่งเป็นผู้ใช้ท่ารำนี้เหมือนกันได้ให้
 แนวคิดว่า เนื่องจากร่างกายมีความพร้อมในด้านกล้ามเนื้ออย่างสมบูรณ์เต็มที่ การจัดทำท่าต่างๆ
 ที่มีการปฏิบัติคล้ายกับท่ารำที่ผ่านมาจึงทำได้อย่างคล่องแคล่ว

ผู้วิจัยเห็นว่า ผู้รำใช้ท่านี้เนื่องจากผู้รำสามารถจัดลักษณะนั่งรำให้หนักแน่นลงไปได้
 หลายแบบ นอกจากความแปลกของการนั่งรำแล้วจะช่วยให้ผู้รำได้เปลี่ยนอิริยาบถของกล้ามเนื้อขา
 ได้อีกทางหนึ่งด้วย



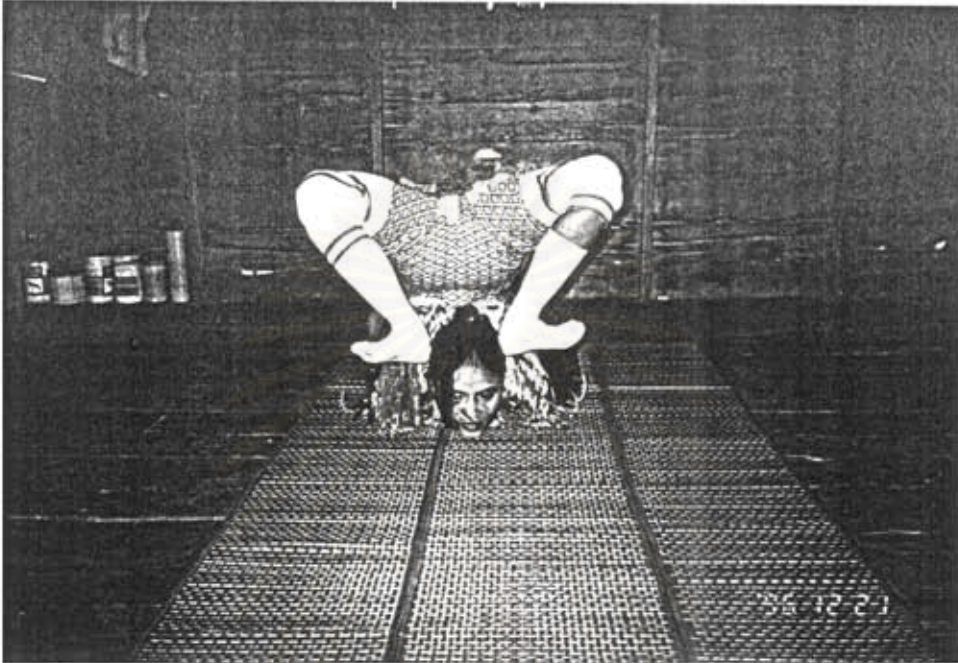
ทำนั่งเท้าผาดคอ ผู้รำนั่งรำนกแก้อใช้เท้าซ้ายวางพื้นและรับน้ำหนักไว้ เท้าขวายกตัวขึ้นไปด้านหลัง ใ้บริเวช้อเท้าอยู่บนไหล่ซ้าย ปลายเท้าเฉียงสูงขึ้นไปด้านข้างซ้าย ใช้ศีรษะเป็นส่วนกันมิให้เท้าขวาซึ่งยกขึ้นตกลงมา แขนขวาและแขนซ้ายวาดเป็นวงเขาควยเปลี่ยนมือจับซ้ายขวาสลับกันตามจังหวะ เท้าขวาซึ่งผาดอยู่บริเวณลำคอจะต้องขยับปลายเท้าขึ้นลงตามจังหวะ

โนราการรำของโนราภลยา นางราชและโนราชนินทร์ มุลสังข์ ซึ่งรำทำนี้ได้แสดงความคิดเห็นดังนี้

1. ต้องการประติษฐ์ทำรำให้อยู่กลุ่มเดียวกับทำผาดในภาคซึ่ง เป็นท่าที่สามารถจัดอยู่ในกลุ่มท่าโบราณ
2. ได้แนวคิดจากท่าเต่า ในการรำท่าบหมาเป็นแบบอย่างในการประติษฐ์ทำรำและปลายเท้าเพื่อเร้าความสนใจ
3. ต้องการแสดงความอ่อนของกล้ามเนื้อบริเวณใต้โคนขา

ผู้วิจัยเห็นว่า ผู้รำที่มีประสบการณ์สูงจะสามารถแยกท่าต่าง ๆ ไว้ในประเภทเดียวกันได้ นอกจากเป็นการจัดหมวดหมู่ของท่าแล้วจะทำให้ขั้นตอนการแสดงท่ารำมีระเบียบแบบแผนอีกด้วย

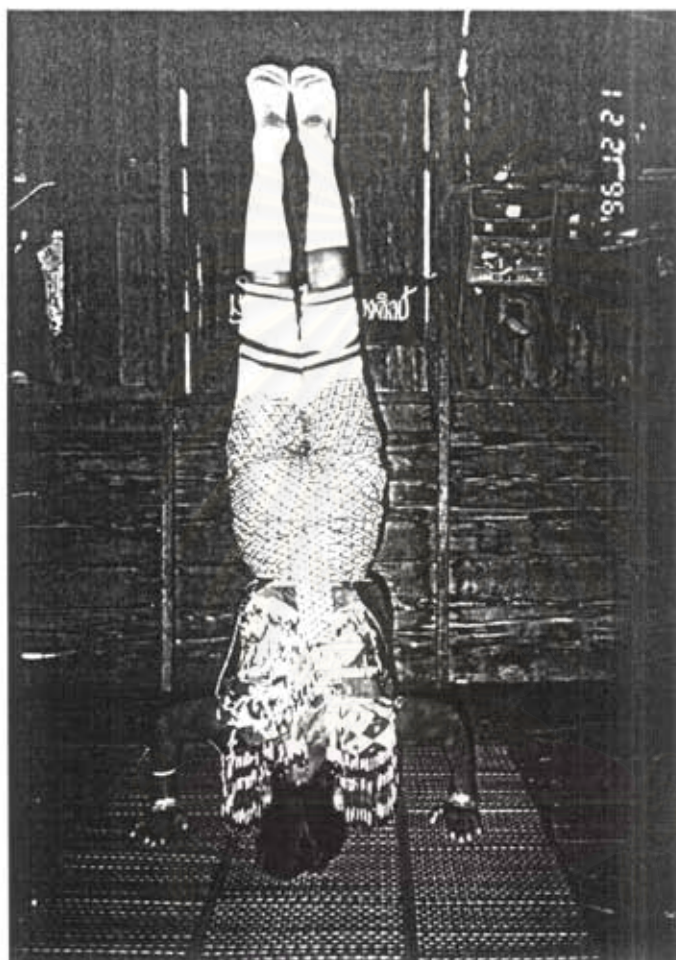
5.3.2.2 การยืนรำ ไนราทั้ง 5 คนจะมีวิธีการยืนรำโดยใช้ท่าดังนี้



ท่าแมงมุมชักใย ผู้รำยืนกางขาหันหน้าไปทางผู้ชม ย่อเข้าทั้ง 2 ข้างลงจนถึงฉากค่อยๆ แอ่นหลังพร้อมกับมือทั้ง 2 ข้างรำรำไปตามจังหวะ แอ่นหลังลงไปเรื่อย ๆ จนศีรษะทงายต่ำลงจรดพื้น มือทั้ง 2 ข้างค่อยรำรำทอดต่ำลงไปยังหลังจนปลายนิ้วแตะพื้น ใช้มือยันพื้นไว้เบาๆ ค่อย ๆ ม้วนตัวด้วยวิธีเลื่อนมือและศีรษะลดจนเลยแนวขาทั้ง 2 ข้างออกมาด้านหน้า ค่อย ๆ แอ่นออกและกางเป็นจุดรับน้ำหนัก ยกปลายเท้าทั้ง 2 ข้างขึ้นมาวางใกล้ ๆ ศีรษะ

ผู้รำทำนต้องการรำทำไนราพื้นฐานแบบโบราณที่มีวิธีการรำที่ยากถ้าหากปฏิบัติได้ก็จะมีความสามารถเด่นชัดกว่าไนราตัวอ่อนคนอื่น ๆ เพราะเป็นท่าที่ต้องใช้กำลังใจหรือความกล้าหาญ ผู้รำจะต้องมีกล้ามเนื้อบริเวณลำคอ กล้ามเนื้อขา กล้ามเนื้อหน้าท้องที่แข็งแรงและกระดูกกล้ามเนื้อหลังที่อ่อน จึงสามารถปฏิบัติได้

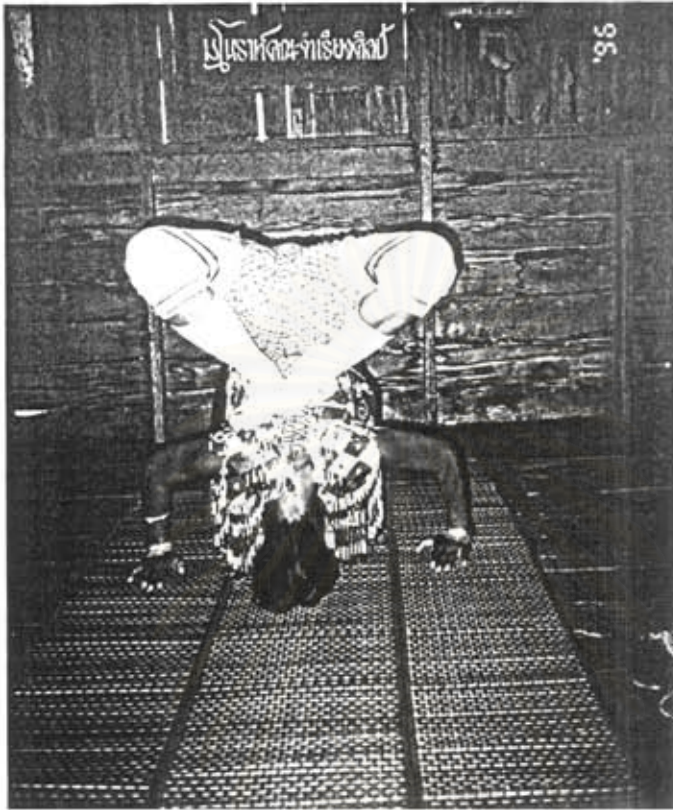
ผู้วิจัยเห็นว่า ไนราจำเรียง ชาตุนรงค์ ซึ่งรำทำนนี้เป็นผู้รำที่มีสรีระของร่างกายที่เหมาะสมในการรำคือ รูปร่าง เล็ก ผอม ลำตัวมีความอ่อนและแข็งแรงอยู่ในตัวพร้อมกัน และมีความกล้าหาญเป็นอย่างมาก จึงสามารถรำท่าแมงมุมชักใยได้ ซึ่งเป็นความสามารถเฉพาะตัวที่ผู้รำคนอื่นปฏิบัติได้ยาก



ทำตุงปลายทมาท ทำรำนโนราจำเรียง ชาตุนรงค์จะมีทำร่าทงทมต 3 แบบ ดั่งนี้
 แบบที่ 1 ผู้รำนั้งชันเข้ามปลายเท้าหันหน้ามายังผู้ชม ใช้ศีรษะและมือทง 2 ช้าง
 วางแนบกับพื้นด้านหน้าเข้าเล็กน้อยท่างกันประมาณ 1 ช่วงลำตัว โดยงอศอกและให้ช่วงแขน
 ตั้งแต่ข้อศอกตั้งตรงเพื่อเป็นจุดรับน้ำหนัก ใช้ปลายเท้าข้างใดข้างหนึ่งช่วยยันพื้นและพยุงลำตัว
 พร้อมกับขาทง 2 ข้างส่งตั้งตรงชันไปให้สูงอยู่แนวเดียวกับศีรษะให้ขาทง 2 ข้างเหยียดตรงและ
 ค้างเป็นท่าหนึ่งไว้



แบบที่ 2 ผู้ร่าอยู่ในท่าตุงปลายหมากแล้วพับเข่าทั้ง 2 ข้างมาด้านหลัง ให้ปลายเท้า
ไขว้กันวางอยู่บนบริเวณสะโพก โดยที่เข่าทั้ง 2 ข้างแยกห่างกันประมาณ 1 ฟุต ค้างเป็นท่าหนึ่งไว้



แบบที่ 3 ผู้รำอยู่ในท่าตุงปลายหมากโดยพับปลายเท้าทั้ง 2 ช้าง ให้เข้าแยกจากกันในแนวตรงออกไปด้านข้างประมาณ 1 ช่วงตัว พับสะเอวและยื่นเข้า ปลายเท้า ลงมาด้านหลังของผู้รำให้ปลายเท้าทั้ง 2 ช้างวางด้านหลังระดับอกคางเป็นท่าหนึ่งไว้

ท่ารำทั้ง 3 แบบ ซึ่งโนราจำเรียง ชาญรงค์ ใช้รำนี้ได้แนวคิดจากท่าตุงปลายหมาก (ทกคะเมนสูงบนเสาดันหมากของการแสดง โนราแบบสมัยโบราณ) แต่ปรับปรุงท่ารำให้เหมาะสมกับการแสดงบนเวทีโรงโนราและเพื่อให้ท่ารำแปลกใหม่ น่าสนใจมากขึ้นกว่าเดิมและมีให้ซ้ำกับท่ารำที่รำผ่านมาหรือเหมือนกับท่ารำคนอื่น ๆ

ผู้วิจัยเห็นว่า ผู้รำมีวิธีการนำเสนอท่ารำได้น่าสนใจ ซึ่งการยืนด้วยศिरษะนี้โดยปกติจะมีวิธีการรำที่ต้องใช้ความสามารถมาก เมื่อผู้รำทรงตัวอยู่ได้นานและมีการวางตำแหน่งขาจากสูงลงมาต่ำประมาณ 3 ชั้นค่อนนั้น ก็จะเป็นการเพิ่มความยากของท่ารำตามลำดับและเป็นความตั้งใจของผู้รำที่จะเสนอท่ารำตัวอ่อนในรูปแบบของกายกรรมอย่างเด่นชัด



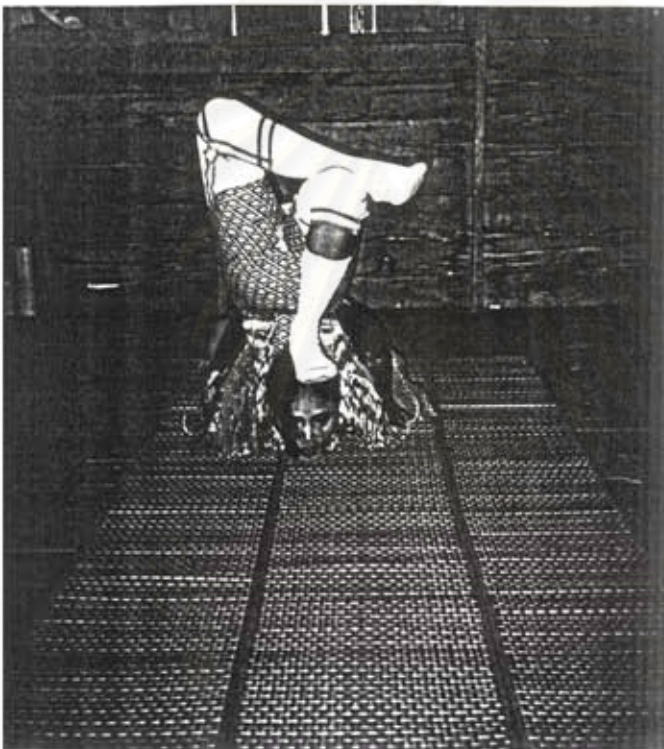
ท่าสูงปลายคาง ท่ารำนโนราจําเรียง ชาตุนรงค์ มีท่าร่า 5 แบบดังนี้

แบบที่ 1 ผู้รำนั่งชันเข่าบนสันเท้าทั้ง 2 ข้าง โดยหันด้านหน้ามายังผู้ชม ลำตัวโน้มลง
ไปด้านหน้าให้ปลายคาง หน้าอก และไหล่ทั้ง 2 ข้างวางแนบสนิทกับพื้นด้านหน้าเข้าเล็กน้อย มือ
ทั้ง 2 ข้างวางข้างลำตัวใกล้กับเข่า งอศอกให้แนบชิดลำตัวไว้ โดยให้ตำแหน่งของคางหน้าอก
และมือเป็นจุดรับน้ำหนัก ใช้ปลายเท้าข้างใดข้างหนึ่งช่วยยันพื้นและพยุงลำตัวพร้อมกับขาทั้ง 2
ข้างเหยียดตรงขึ้นไปให้สูงบริเวณสะเอวจะพียงองเล็กน้อย ปลายเท้าทั้ง 2 ข้างยื่นเฉียงมาด้าน
หน้าแนวเดียวกับศีรษะคางเป็นทำนองไว้

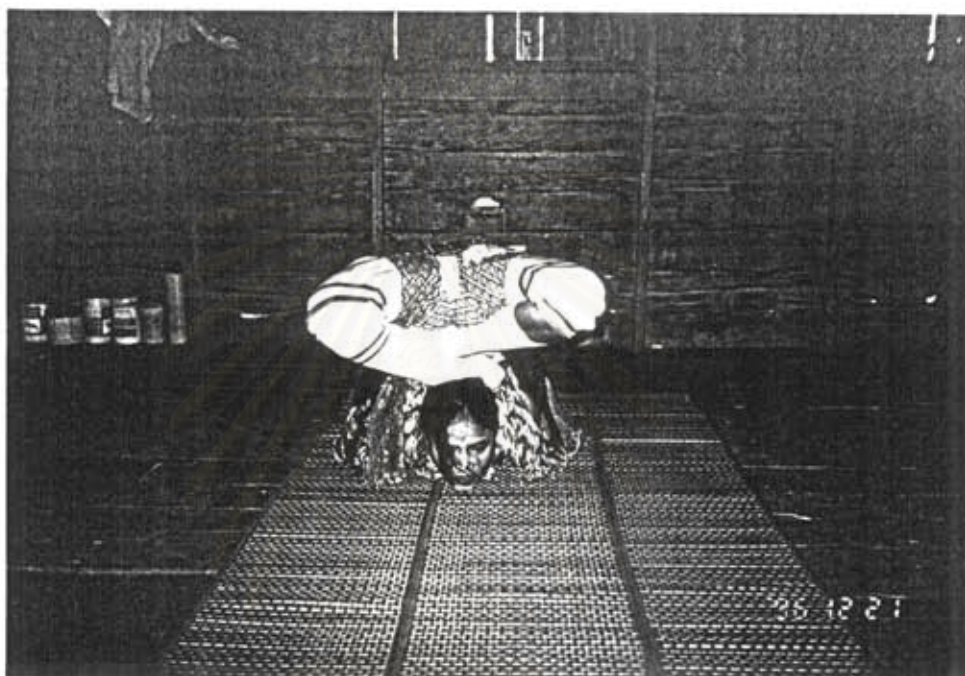


แบบที่ 2 วิชาทำตุงปลายคางโดยนับเข้าและส่งปลายเท้าทั้ง 2 ช้างมาด้านหลัง ให้
 เข้าทั้ง 2 ช้างห่างออกจากกันประมาณ 1 ฟุต ปลายเท้าที่นับลงมานั้นจะให้ฝ่าเท้าประกบติด
 กัน ปลายเท้าตั้งขึ้นวางชิดตรงกลางตำแหน่งสะโพกและคางเป็นทำนองไว้

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

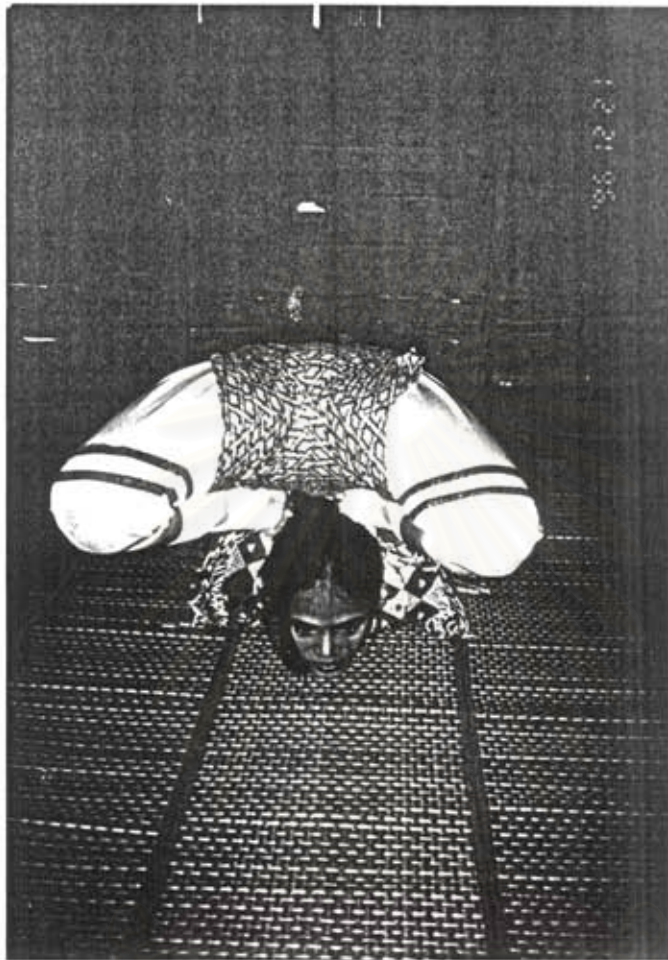


แบบที่ 3 รำทำตุงปลายคาง โดยนับบริเวณสะเอวลงมาให้สะโพกและศีรษะต่างกัน
 ประมาณ 1 ฟุต นับเข้าให้ปลายเท้าซ้ายวางลงบนศีรษะและนับเข้าขวา ให้วางปลายเท้าลงบน
 เข้าซ้าย ในลักษณะนั่งไขว่ห้างและค้างเป็นท่าหนึ่งไว้



แบบที่ 4 ผู้รำ รำท่าตุงปลายคาง โดยพับลำตัวบริเวณสะเอวลงมาให้สะโพกห่างจาก ศีรษะประมาณครึ่งฟุต พับและแยกเข่าทั้ง 2 ข้างให้ห่างกันประมาณ 1 ช่วงตัว ปลายเท้าทั้ง 2 ข้างวางซ้อนทับกันบนศีรษะ โดยให้ปลายเท้าขวาวางด้านล่าง ปลายเท้าซ้ายวางซ้อนทับด้านบน โดยมีน้ำหนักเข้าและลำตัวกดบริเวณปลายเท้าซึ่งวางซ้อนกันและค้างเป็นท่าหนึ่งไว้

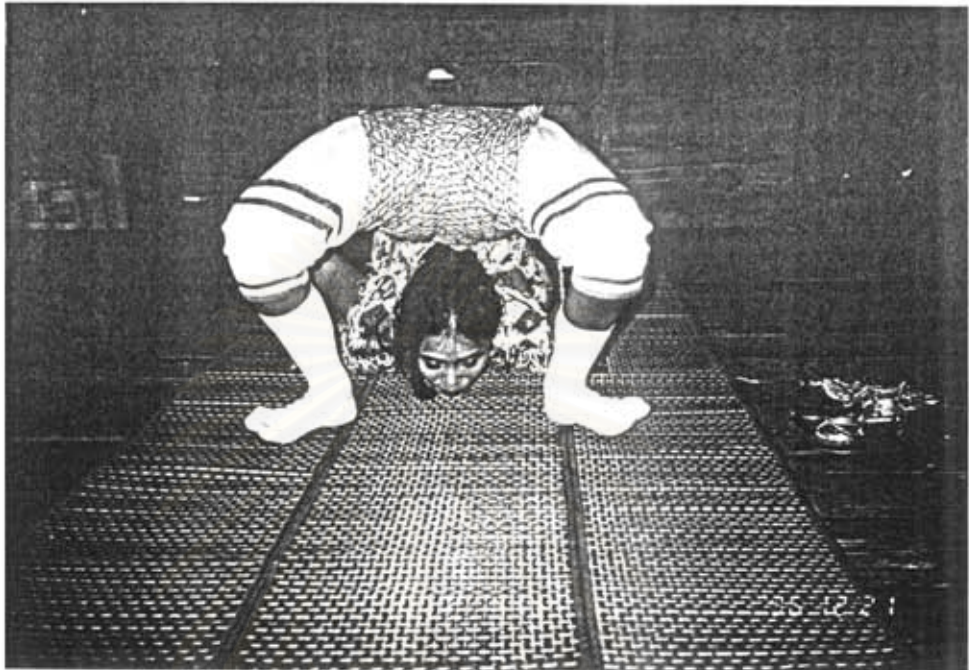
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



แบบที่ ๘ รำทำตุงปลายคาง โดยพับลำตัวบริเวณสะเอวลงมาให้สะโพกห่างจากศีรษะประมาณครึ่งฟุต โดยพับและแยกเข้าทั้ง 2 ข้างให้กว้าง 1 ช่วงตัว ปลายเท้าทั้ง 2 ข้างวางบริเวณต้นคอด้านหลัง โดยมีน้ำหนักของเข้าและลำตัวกดบริเวณหลังคางเป็นทำนองไว้

การรำทำนี้ ผู้รำต้องการแสดงถึงจิตใจอันกล้าหาญ เสี่ยงอันตราย ถ้าหากไม่มี ความกล้าก็จะไม่สามารถแสดงท่ารำเหล่านั้นได้ และเป็นท่าที่แสดงถึงความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ลำคอ ไหล่ หลัง ของผู้รำอีกด้วย

ผู้วิจัยเห็นว่า ผู้รำขึ้นโดยใช้คางเป็นทำนองค้างอยู่เป็นเวลานาน และมีการวางตำแหน่งขาและลำตัวหลายรูปแบบมีความยากเพิ่มขึ้นเป็นลำดับ เป็นการแสดงเจตนาที่จะเสนอท่าตัวอ่อนในรูปแบบกายกรรมอย่างเด่นชัดเหมือนกับท่าตุงปลายคาง



ท่าไชทองท้อย ผู้รำยืนตรงหันหน้าไปด้านหลังเวที แยกเท้าห่างกันประมาณ 1 ฟุต ย่อ
เข่าลงจนขาทั้ง 2 ข้างเกือบตั้งฉาก ค่อยๆ แอนหลังและศีรษะม้วนทงายลงไปตามหลัง เมื่อศีรษะ
ทงายลงมาด้านล่างเกือบถึงพื้น ใช้มือทั้ง 2 ข้างวางที่พื้น โดยงอศอกเพื่อคอยพยุงน้ำหนัก
เลื่อนศีรษะเข้ามาวางด้านใน ตรงตำแหน่งใต้สะโพกโดยให้ใบหน้าแนบกับพื้น หรือใช้ส่วนคาง
ตั้งไว้ เพื่อค้ำยสิ่งของต่าง ๆ ที่ผู้ชมวางไว้เป็นรางวัล เช่น เทริญญ ธนบัตร

ท่ารำนี้ปรากฏอยู่ในการรำของโนราห์ทั้ง 5 ท่าน ซึ่งได้ให้แนวคิดของท่ารำสรุปได้ดังนี้

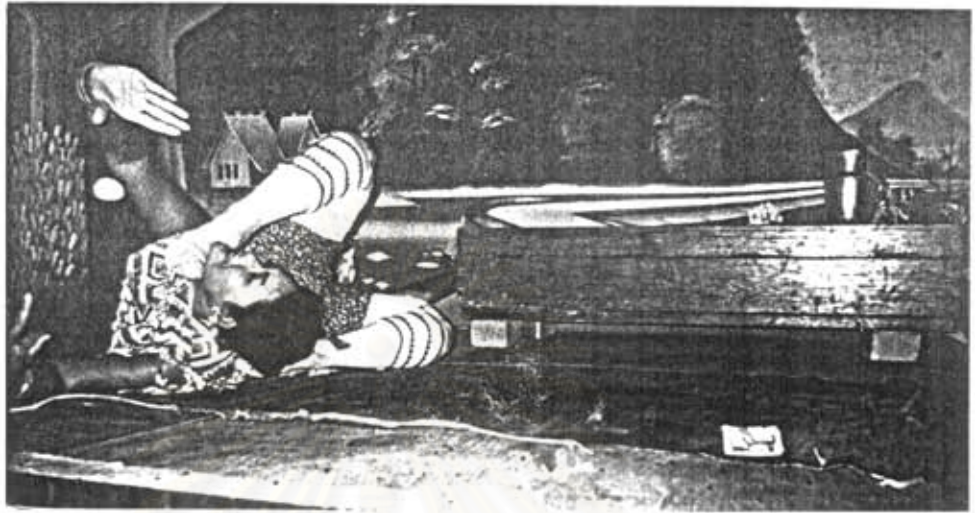
1. ต้องการอวดความแข็งแรงของกล้ามเนื้อท้อง ขา และลำคอ ในการม้วนลำตัวลง
ไปให้ศีรษะจรดพื้น
2. เป็นท่ารำที่ผู้ชมรู้จักเป็นอย่างดี และโนราห์มักจะได้อาคาตอบแทนเป็นรางวัลจากผู้ชมที่
ร่วมสนุกกับผู้รำ
3. เป็นท่าแสดงถึงจิตใจอันกล้าหาญของผู้รำ

ผู้วิจัยเห็นว่า ท่านี้เป็นท่ารำที่ผู้รำมักจะนำมาใช้ตอนปลายของกระบวนรำ ผู้รำจะ
แสดงท่ารำน้อยมาก เน้นการอวดความสามารถในรูปแบบของกายกรรม ผู้ชมมักจะมีความสัมพันธ์
กับผู้รำเช่นเคย ดูการรำมาหลายครั้งและรู้แนวการรำหรือขั้นเชิงการรำเป็นอย่างดี

5.3.2.3 การถอนรำ โนราทั้ง 5 คนจะนำวิธีการถอนรำมาใช้ในกระบวนการ
รำดังนี้



ท่าพดในภาค แบบที่ 1 ผู้รำนั่งคุกเข่าแยกเข่าและปลายเท้าห่างกันประมาณ 1 ฟุต ยกสะโพกตั้งสูงมิให้ติดกับสันเท้า มีวนลำตัวและทงายศีรษะลงมาด้านหลัง ให้ศีรษะวางอยู่ที่พื้นระหว่างปลายเท้าทั้ง 2 ข้าง งอศอกและใช้มือจับปลายเท้าทั้ง 2 ข้าง ให้มั่นคงขยับปลายเท้ามารองศีรษะไว้ ผู้ช่วยอีก 1 คนจะถือบริเวณสะเอวของผู้ร่าและพลิกให้ผู้ร่านอนทงายโดยมีท้องเป็นจุดรับน้ำหนัก และจะหมุนตัวผู้ร่า 2-3 รอบ ขณะที่หมุนมือผู้ร่าจะไม่หลุดจากปลายเท้า



แบบที่ 2 ผู้ร่าแยกเท้าทั้ง 2 ข้าง หันมาด้านหน้าเวที ย่อตัวลงและแยกเข่าทั้ง 2 ข้าง ให้ห่างกันจนเกือบตั้งฉาก ม้วนลำตัวและหงายศีรษะลงมาด้านหลัง เมื่อศีรษะลงต่ำลงมากเกือบจรดพื้นใช้มือทั้ง 2 ข้างวางที่หัวและงอศอกไว้เพื่อรับน้ำหนัก ศีรษะเลื่อนลอยมาอยู่ระหว่างปลายเท้าทั้ง 2 ข้างซึ่งทรงตัวอยู่ ชยับปลายเท้าทั้ง 2 ข้างเข้ามาเกี่ยวปลายคางไว้โดยใช้มือช่วยจับและพยุงไว้ ในขณะที่เดียวกันจะต้องใช้อีกเป็นจุดรับน้ำหนักแล้วตะแคงตัวนอนลงด้านซ้ายให้เท้าทั้ง 2 ข้างเกี่ยวปลายคางไว้ แขนทั้ง 2 ข้าง ตั้งวงเขาควาย หมุนมือร่าไปตามจังหวะ

ทำร่านี้จะปรากฏอยู่ในการร่าของโนราภักธยา นางุรราช โนราจำเรียง ชาตุนรงค์ และโนราจินดา สุขขาว ซึ่งได้ให้แนวคิดดังนี้

1. เป็นทำร่าแบบโบราณที่มีความนิยม และรู้จักกันดีในตัวผู้ร่าทุกคนเห็นว่าเป็นมีความสำคัญจึงนำมาใช้ในกระบวนร่า
2. เมื่อร่าทำนั้น มักจะได้รับความสนใจจากผู้ชมทุกครั้ง โดยมีการลุกขึ้นมุงดูใกล้ ๆ ทำให้มีกำลังใจในการร่า

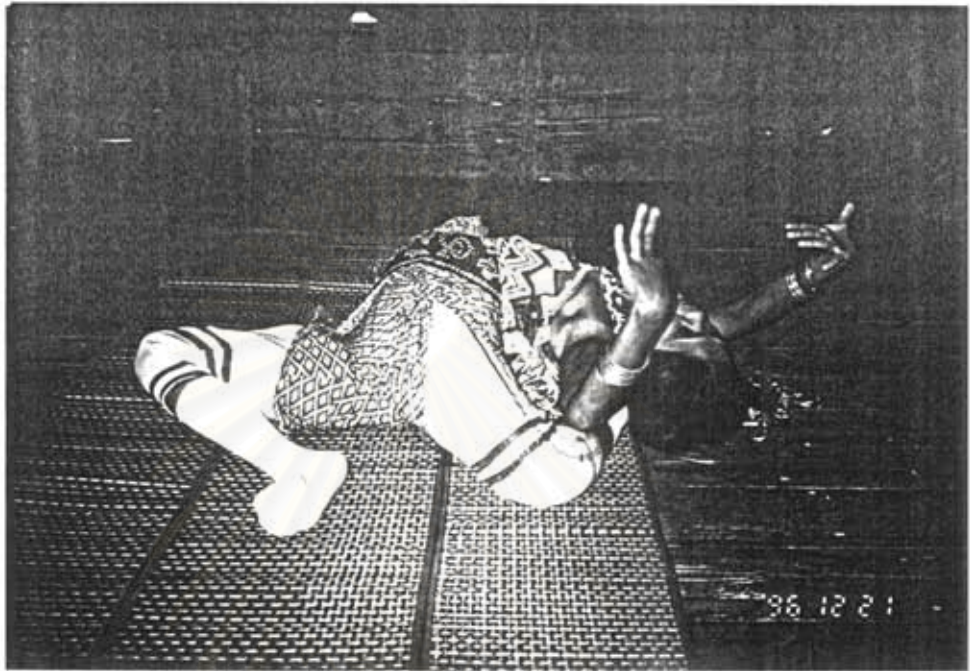
ผู้วิจัยเห็นว่า การร่าท่าพดในภาคของโนราทั้ง 3 คนนี้จะอยู่ในตอนปลายของกระบวนร่าซึ่งผู้ร่าจะมีความพร้อมของร่างกายอย่างเต็มที่ จึงสามารถม้วนลำตัวให้เข้ามาหากันได้มากที่สุด และเป็นท่าที่มีการปฏิบัติที่ยาก ถ้าสามารถร่าได้ก็มักจะได้รับการยอมรับจากผู้ชม ผู้ร่าบางคนจะมีผู้ช่วยพลิกแพลงท่าร่าให้แปลกและแสดงความแข็งแกร่งและน่าสนใจมากขึ้นโดยการ หมุนและเคลื่อนลำตัวให้ผู้ชมมองเห็นชัดเจน และจะได้รับการยอมรับในความสามารถจากผู้ชม



ท่าทศในภาคประยุกต์ ผู้ร่าอนคว่ำราบลงกับพื้นหันศีรษะมาด้านหน้าเวทีย แอ่นอกและยกตัวขึ้นให้บริเวณหน้าท้องเป็นส่วนรับน้ำหนัก หักปลายเท้าซ้ายและขวาส่งขึ้นมาด้านหน้าให้เกี่ยวไว้บริเวณข้อศอกของแขนแต่ละด้านซึ่งตั้งวงเขาควาย ส่งปลายเท้าให้ตั้งขึ้นอยู่ในแนวเดียวกันกับใบหน้า มือทั้ง 2 ช้างจับสลับขวาร่ายร่าตามจังหวะ

ท่านี้ผู้ร่าต้องการแสดงความสามารถในการร่าให้ผู้ชมเห็นความแข็งแรงและความอ่อนของลำและขาของผู้ร่าโดยเฉพาะ เป็นการดัดแปลงท่าร่าให้แปลกใหม่คล้ายกับกายกรรม

ผู้วิจัยเห็นว่า ผู้ร่าจะทำท่านี้คล้ายกับท่าทศในภาค ในขณะเดียวกันสามารถไล่ตัวมาด้านหน้าทำให้ปลายเท้าทั้ง 2 ช้างคว่ำวางลงจรตนั้นกลายเป็นท่าไซทองห้อยได้ แสดงการสร้างควมสัมพันธ์และการต่อเนื่องของท่าร่าโดยไม่มีท่าร่าของมือเข้ามาช่วย ดังนั้นท่านี้จึงเป็นการแสดงควมแข็งแรงของกล้ามเนื้อบริเวณลำตัวด้านหน้าได้เป็นอย่างดี



ท่าชั้หนอนนอน ผู้รำนอนในท่าชั้หนอน โดยให้เท้าขวางอเข้ายื่นปลายเท้ามาด้านหน้าเวที เท้าซ้ายพับเข้ายกปลายเท้าขึ้นมารองศีรษะไว้ ส่วนแขนซ้ายและแขนขวาดึงวงเขาควาย มือซ้ายจับคว่ำวางคอกกลางบนท้องขาซ้าย ปลายเท้าขวายับและบังคับให้ลำตัวเคลื่อนหมุนโดยรอบเป็นวงกลมแบบทวนเข็มนาฬิกาอย่างช้า ๆ ขณะที่หมุนลำตัวและขาขวาไปนั้นมือทั้ง 2 ช้างรำยรำไปตามจังหวะ

ท่ารำนี้อาจปรากฏในการรำของโนราจินดา สุซาว และโนราจำเรียง ชาตุนรงค์ ซึ่งมีแนวคิดเหมือนกันคือเนื่องจากการรำท่าพดในภาคและท่าชั้หนอนนอนมีความสัมพันธ์กัน ท่าพดในภาคเมื่อนอนตะแคงด้านข้างแล้วเคลื่อนขาที่เกี่ยวข้องไว้กับใต้คางด้านบนออกมาก็คจะเป็นท่ารำชั้หนอนนอนทันที กลายเป็นท่ารำใหม่ได้อีก 1 ท่า

ผู้วิจัยมีความเห็นว่า ประสบการณ์ของผู้รำที่มีการใช้ท่ารำอยู่บ่อยๆ จะช่วยให้เกิดแนวคิดในเรื่องความสัมพันธ์ของท่ารำ และวิธีการเชื่อมท่ารำให้อยู่ในกระบวนการรำกลุ่มเดียวกัน และสามารถปฏิบัติท่ารำได้อย่างรวดเร็ว ดังเช่น การเปลี่ยนขาเพียง 1 ข้างจากท่าพดในภาคจะกลายเป็นท่าชั้หนอนนอน



ท่าชั้ทนอนนอนประยุกต์ ผู้ร่ำนอนร่ำในท่าชั้ทนอน โดยให้ศึระะเจียงมาทางค้ำนซ้ายของ
ผู้ชม ท่าชวาเหยียดตรงส่งไปค้ำนข้างเช่นเดียวกับศึระะ ลำตัวพ้งอให้ศึระะและโคนชวา
เข้าหากันให้มากที่สุด โดยใช้ปลายเท้าซ้ายพันข้ามชวาให้ปลายเท้าเกี่ยวบริเวณใต้คางไว้ ใช้
ข้อศอกของแขนซ้ายซึ่งตั้งเป็นวงเขาควยก้มีให้ปลายเท้าเคลื่อนออกมาจากใต้คางมือชวาตั้งวง
เขาควยจับคว่า ชยับเท้าชวาบังคับตัวให้หมุนโดยรอบเป็นวงกลมทวนเข็มนาฬิกาและขณะหมุนมือ
ทั้ง 2 ข้าง ร่ำร่ำตามจังหวะ

การร่ำท่านี้ ผู้ร่ำต้องการพลิกแพลงท่าชั้ทนอนให้แปลกและทำให้ผู้ชมเห็นความสามารถ
ของผู้ร่ำที่มีความสามารถพิเศษ แตกต่างจากผู้ร่ำคนอื่น

ผู้วิจัยเห็นว่า การร่ำท่านี้ ผู้ร่ำสามารถจัดสัดส่วนของร่างกายในท่าร่ำที่แสดงความ
แข็งแรงและความอ่อนของร่างกายทุกส่วนอย่างเต็มที่ ตั้งแต่การขดลำตัว ความอ่อนของกระดูก
โคนขา ความแข็งแรงของกล้ามเนื้อลำคอ ซึ่งต้องประกอบกันอย่างเหมาะสมจึงสามารถร่ำท่านี้ได้



ท่านอนเท้าผาคคอ ผู้รำนอนหงายลงบนพื้นเวที ต้นศีรษะไปด้านหน้าเวที ใช้มือทั้ง 2 ข้างสอดไว้บริเวณใต้ท้องของขาทั้ง 2 ข้าง แล้วใช้มือจับปลายเท้าทั้ง 2 ข้างขึ้นมารวมกัน พับโคนขาและงอเข้าให้ปลายเท้ามาไขว้กันบริเวณใต้ศีรษะ และใช้ศีรษะกดปลายเท้ามิให้เลื่อนหลุดจากกัน แขนซ้ายและขวาตั้งวงเขาควายเป็นระดับอกคางเป็นทำนองไว้ ผู้ช่วย 1 คนจับลำตัวบริเวณสะโพกและปลายเท้าของผู้ร่ำให้หมุน 1-2 รอบ

การใช้ท่าร่ำนี้ผู้ร่ำต้องการประติษฐานท่าร่ำให้มีความใกล้เคียงสามารถจัดอยู่ในกลุ่มเดียวกับท่าผดในถาด จึงได้ทดลองปฏิบัติโดยเอาเท้าทั้ง 2 ข้างผาคคอ เห็นว่ามีความเหมาะสมจึงนำมาใช้ร่ำและเพิ่มความแปลกตลกขบขันและความน่าสนใจ โดยให้พ่อหรือผู้ช่วยมากอยทมนุ้ลำตัว

ผู้วิจัยเห็นว่า การร่ำทำนี้เป็น การแสดงให้ทราบ ว่า ท่าตัวอ่อนนี้ ผู้ร่ำจะสอดแทรกความสำคัญต่างๆ ลงในท่าร่ำได้หลายแบบ นอกจากจะเป็นความอ่อนของผู้ร่ำแล้ว จะต้องมีความตลกขบขันและความหวาดเสียวเข้าไปอยู่ในท่าร่ำด้วย เพื่อเร้าความสนใจหรือดึงดูดความสนใจจากผู้ชมให้ได้มากที่สุด

จากการอธิบายท่ารำในการรำประสมท่าดังกล่าวมาข้างต้น สามารถสรุปความสำคัญ
ของท่ารำที่นำมาใช้ในกระบวนการรำประสมท่าแบบตัวอ่อนขณะถอดเทวรีด เล็บ ทาง ได้ดังนี้

วิธีการนั่งรำ ใช้ท่ารำทั้งหมด 4 ท่า คือ ท่าช้อนน้อย ท่าไซทองน้อย (2 แบบ)
ท่าช้อนน้อยประยุกต์ (2 แบบ) และทำนั่งเท้าผาดคอ

วิธีการยืนรำ ใช้ท่ารำทั้งหมด 4 ท่า คือ ท่าตุงปลายหมาก (3 แบบ) ท่าตุงปลาย
คาง (5 แบบ) ท่าไซทองน้อย และท่าแมงมุมชักใย

วิธีการนอนรำ ใช้ท่ารำทั้งหมด 5 ท่า คือ ท่าพดในถาด (2 แบบ) ท่าพดในถาด
ประยุกต์ ท่าช้อนนอน ท่าช้อนนอนประยุกต์ และท่านอนเท้าผาดคอ

ท่าตัวอ่อนที่ใช้รำในขณะถอดเทวรีด เล็บ ทางนั้นจะมีประมาณ 13 ท่า แต่จะมีท่ารำ
ที่เหมือนกับกระบวนการรำขณะสวมเทวรีด 4 ท่า คือ ท่าช้อนน้อย ท่าไซทองน้อย ช้อนน้อย
ประยุกต์ และท่าไซทองน้อย ดังนั้นท่ารำที่ใช้จึงมีประมาณ 9 ท่า ดังได้กล่าวมาแล้ว

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

5.4 การเปรียบเทียบท่ารำตัวอ่อนของโนรา 5 คน

จากการศึกษาท่าตัวอ่อนที่สำคัญ ๆ โนราได้นำมาใช้ประกอบในกระบวนการรำประสมท่าแบบท่าตัวอ่อนนี้ โนราแต่ละท่านมีการนำท่าตัวอ่อนจากท่าโนราพื้นฐานหรือท่าตัวอ่อนที่มีชื่อเฉพาะในการเรียกแบบดั้งเดิม และท่าตัวอ่อนที่มีการคิดสร้างสรรค์ใหม่ขึ้นมาโดยมีการเรียกชื่อท่ารำใหม่ตามลักษณะของมือและเท้าของผู้รำเป็นสำคัญ ซึ่งสามารถเปรียบเทียบให้เห็นถึงความแตกต่างและความนิยมนำท่าตัวอ่อนมาใช้ ดังตาราง

ท่าตัวอ่อน	โนรา จำเรียง	โนรา จินดา	โนรา กัลยา	โนรา ชนินทร์	โนรา เคียง	รวมจำนวน โนราที่ใช้ท่ารำ
1. ท่าชั้ทนอนน้อย	1	1	1	1	1	5
2. ท่านั่งพับเพียบเหยียดขา	-	-	1	-	-	1
3. ท่านั่งขัดสมาธิไขว้ขา	-	-	1	-	-	1
4. ท่าชั้ทนอนน้อยพับขา	1	1	-	-	-	2
5. ท่าชั้ทนอนน้อยเหยียดขา	1	1	1	-	-	3
6. ท่าชั้ทนอนน้อยประยุกต์	1	1	-	-	1	3
7. ท่านั่งกลอกแขน	1	1	1	-	-	3
8. ท่าไขทงท้อยน้อย	1	1	1	1	1	5
9. ท่านั่งแยกขาตรง 2 ขา	-	1	-	-	-	1
10. ท่าชั้ทนอน	1	1	1	1	1	5
11. ท่าชั้ทนอนประยุกต์	-	-	1	-	-	1
12. ท่ายืนไขว้ขาประยุกต์	-	-	1	-	-	1
13. ท่ายกเข้าสูง	-	-	1	-	-	1
14. ท่าไขทงท้อย	1	1	1	1	1	5
15. ท่านั่งเท้าพาดคอ	-	-	1	1	-	2

ท่าตัวอ่อน	โนรา จำเรียง	โนรา จินดา	โนรา กัลยา	โนรา ชรินทร์	โนรา เคียง	รวมจำนวน โนราที่ใช้ท่ารำ
16. ท่าแมงมุมชักใย	1	-	-	-	-	1
17. ท่าดุงปลายหมาก	1	-	-	-	-	1
18. ท่าดุงปลายคาง	1	-	-	-	-	1
19. ท่าพดในเถาด	1	1	1	-	-	3
20. ท่าพดในเถาดประยุกต์	1	-	-	-	-	1
21. ท่าชั้หนอนนอน	1	1	-	-	-	2
22. ท่าชั้หนอนนอนประยุกต์	1	-	-	-	-	1
23. ท่านอนเท้าพาดคอ	-	-	1	-	-	1
24. ท่ายืนกลอกแขน	1	1	-	1	1	4

นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้สังเกตการแสดงท่าตัวอ่อน หลายครั้งพบว่าในการรำของโนรา 6 คน สามารถจัดขั้นตอนในโครงสร้างการรำประสมท่าแบบตัวอ่อนที่ใช้ในขั้นตอนการปล่อยตัวนางรำ แบ่งได้เป็น 9 ขั้นตอนดังนี้

1. เดินออกจากม่าน
2. ยืนรำ ผู้รำการใช้ท่าโนราพื้นฐานทั่วไปสลับกับท่าตัวอ่อนแบบยืนรำ ท่าตัวอ่อนที่มักจะนำมาใช้มี 3 ท่าคือ ท่ายืนไขว้ขาประยุกต์ ท่ายกเข้าสูงและท่าชั้หนอน
3. นั่งรำ ผู้รำจะใช้ท้านั่งรำเมื่อสังเกตเห็นว่า ใช้ท่ายืนรำและท่าโนราพื้นฐานมาหลายท่าก็จะเริ่มเปลี่ยนเป็นการใช้ท้านั่งรำแบบตัวอ่อน ท่าตัวอ่อนที่นิยมนำมาใช้มี 4 ท่าดังนี้ ท่าชั้หนอนน้อย ท่าชั้หนอนน้อยประยุกต์ ท่าชั้หนอนน้อยเหยียดขาและท่าชั้หนอนน้อยพับขา
4. ยืนรำ ผู้รำจะใช้ท่ารำที่เริ่มแสดงให้เห็นความสามารถพิเศษของตนเอง และเห็นว่าร่างกายจะมีความพร้อมสมบูรณ์อย่างเต็มที่ ท่ารำที่นิยมนำมาใช้ในการรำมี 2 ท่าคือ ท่าชั้หนอนประยุกต์และท่าไซทองห้อย

5. ถอดเทร็ด เล็บและหาง ผู้ร่ำจะหยุดกระบวนการร่ำไปช่วงระยะหนึ่ง เพื่อมาถอดเทร็ดเล็บและหางที่วางไว้ใกล้กับนักดนตรีหรือมอบไว้กับโนราอาวุไซ ซึ่งนั่งอยู่บริเวณใกล้กันขณะที่ผู้ร่ำถอดเครื่องแต่งกายอยู่นั้นดนตรียังคงบรรเลงจังหวะรอผู้ร่ำอยู่

6. แสดงลวดลายอวดท่าร่ำพิเศษ การร่ำจะใช้ท่าร่ำทั้งหมด 13 ท่า ไม่มีการเรียงลำดับท่าร่ำที่แน่นอน ผู้ร่ำจะมีวิธีการใช้ท่าร่ำ 3 วิธีดังนี้

6.1 นั่งร่ำมี 4 ท่าคือ ท่าชั้หนอนน้อย ท่าไซทองห้อยน้อย ท่าชั้หนอนน้อย ประยุกต์และทำนั่งเท้าพาดคอ

6.2 ยืนร่ำมี 4 ท่าคือ ท่าแมงมุมชักโย ท่าตุงปลายทมาท ท่าตุงปลายคางและท่าไซทองห้อย

6.3 นอนร่ำมี 5 ท่าคือ ท่าพดในถาด ท่าพดในถาดประยุกต์ ท่าอนเท้าพาดคอ ท่าชั้หนอนนอนและท่าชั้หนอนนอนประยุกต์

ท่าร่ำในขั้นตอนที่ 6 นี้ เป็นกลุ่มท่าร่ำที่มีแนวคิดและเหตุผลการใช้ท่าร่ำ ที่มีความสำคัญต่อผู้ร่ำเป็นอย่างมาก ท่าร่ำจะแสดงความสามารถของผู้ร่ำได้อย่างเต็มที่

7. สวมเทร็ด เล็บและหาง ผู้ร่ำจะหยุดกระบวนการร่ำไปชั่วระยะหนึ่ง เพื่อจะไปหยิบเครื่องแต่งกายที่วางไว้มาสวมให้เรียบร้อย

8. นาด ผู้ร่ำจะร่ำในท่าเดินซึ่งมีจังหวะและท่าร่ำที่แตกต่างไปจากการร่ำที่ผ่านมา โดยเน้นการเดินเป็นวงกลมทวนเข็มนาฬิกาและขณะร่ำจะสอดแทรกการกลอกแขนไปมาให้อยู่ในการร่ำด้วย

9. นั่งพัก เพื่อร่ำโนราปกติคือ การนั่งที่เก้าอี้ของโนราเพื่อแสดงให้เห็นว่าเป็นการสิ้นสุดกระบวนการร่ำประสมท่าแบบตัวอ่อนและหยุดพักเหนื่อยเตรียมตัวร่ำและร้องในบทอื่น ๆ อีกต่อไป

จากโครงสร้างของการร่ำประสมท่าแบบตัวอ่อนดังกล่าวนี้ แสดงให้เห็นถึงการสอดแทรกท่าตัวอ่อนแบบต่าง ๆ ให้เข้าไปอยู่ในกระบวนการร่ำได้อย่างเหมาะสม การที่ผู้ร่ำจะปฏิบัติในท่าตัวอ่อนที่กล่าวมาได้นั้น จะต้องมึหลักการ แนวคิดและเหตุผลที่สำคัญซึ่งจะได้กล่าวดังนี้

5.5 กลวิธีในการปฏิบัติทำรำ

โบราณตัวอ่อนแต่ละคนนั้น มีแนวคิดและเหตุผลที่สำคัญของการใช้ทำรำในการรำแต่ละครั้ง ซึ่งผู้วิจัย ได้สรุปความรู้อันเป็นองค์ประกอบหลักของการแสดงความคิดเห็นดังกล่าวได้ดังนี้

1. ปฏิบัติตามแบบแผนของครูในอดีต
2. เพื่อเป็นการบริหารร่างกายขณะรำ
3. ต้องการแสดงความสามารถของตนเอง
4. เพื่อเพิ่มรายได้ (ค่าตัว) ในการแสดง
5. เพื่อแสดงความกล้าในการรำท่าที่ยากและเสี่ยงอันตราย
6. เพื่อใช้ประกอบการรำทำมท

อนึ่งความสำคัญของเหตุผล การใช้ทำรำทั้ง 6 ข้อ ดังกล่าวนั้น สามารถที่แสดงถึงความสัมพันธ์ของท่ารำ กับแนวคิดและเหตุผลในแต่ละข้อ ดังตาราง

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ทำตัวอ่อน	ปฏิบัติตาม แบบแผน ของครูใน อดีต	เพื่อเป็น การบริหาร ร่างกาย	แสดงความ สามารถ ของ ตนเอง	เพื่อเพิ่ม รายได้ จากการ แสดง	เพื่อแสดง ความ กล้า	ใช้ประกอบ การรำ ทำบท	สรุปความ สัมพันธ์ ของท่ารำ และแนวคิด
1. ทำชั้ทอนน้อย	-	/	/	-	-	/	3
2. ทำนั่งพับเพียบ เหยียดขา	-	/	-	-	-	-	1
3. ทำนั่งขัดสมาธิ ไขว้ขา	-	/	-	-	-	-	1
4. ทำชั้ทอนน้อย พับขา	-	/	/	-	-	-	2
5. ทำชั้ทอนน้อย เหยียดขา	-	/	-	-	-	-	1
6. ทำชั้ทอนน้อย ประยุกต์	-	-	/	-	-	-	1
7. ทำนั่งกลอกแขน	-	-	/	-	-	-	1
8. ทำไซ้ทองห้อย น้อย	-	/	/	-	-	-	2
9. ทำนั่งแยกขา ตรง 2 ขา	-	-	/	-	/	-	2
10. ทำชั้ทอน	/	-	/	-	-	/	3
11. ทำชั้ทอน ประยุกต์	-	-	/	-	-	-	1
12. ทำยืนไขว้ขา ประยุกต์	-	/	-	-	-	-	1

ทำตัวอ่อน	ปฏิบัติตาม แบบแผน ของครูใน อดีต	เพื่อเป็น การบริหาร ร่างกาย	แสดงความ สามารถ ของ ตนเอง	เพื่อเพิ่ม รายได้ จากการ แสดง	เพื่อแสดง ความ กล้า	ใช้ประกอบ การรำ ท่าบท	สรุปความ สัมพันธ์ ของท่ารำ และแนวคิด
13. ท่ายกเข้าสูง	-	/	-	-	-	-	1
14. ท่าไขทอห้อย	-	-	/	/	/	/	4
15. ท่านั่งเท้า พาดคอ	-	-	/	-	-	-	1
16. ท่าแมงมุม ชกไข่	/	-	/	-	/	-	3
17. ท่าตุงปลาย ทமாக	-	-	/	-	/	-	3
18. ท่าตุงปลาย คาง	-	-	/	-	/	/	3
19. ท่าพดในถาด	-	-	/	-	/	/	3
20. ท่าพดในถาด ประยุกต์	-	-	/	-	/	/	3
21. ท่าชั้ทอนนอน	-	-	/	-	-	-	1
22. ท่าชั้ทอนนอน ประยุกต์	-	-	/	-	-	/	2
23. ท่าอันเท้า พาดคอ	-	-	/	-	-	/	2
24. ท่ายื่นกลอก แขน	-	-	/	-	-	/	2

จากตารางความสัมพันธ์ของท่ารำแต่ละท่ากับแนวคิดและเหตุผลนั้น ทำให้ทราบว่าท่ารำที่ประกอบขึ้นมาแต่ละครั้งนั้น ผู้รำต้องมีแนวคิดและเหตุผลที่สำคัญก็คือต้องการแสดงความสามารถพิเศษของตนเองและในขณะที่แสดงท่ารำไปนั้นต้องอาศัยการบริหารว่ากายประกอบควบคู่กันด้วย ซึ่งเหตุผลและแนวคิดทั้ง 2 ประการนี้ เป็นสิ่งที่ผู้รำคำนึงถึงมากที่สุด ในขณะที่ปฏิบัติท่ารำแบบตัวอ่อน นอกจากนี้อาจต้องอาศัยแนวคิดและเหตุผล อย่างอื่นมาประกอบร่วมกันในการประสมท่า

ท่ารำจำนวน 24 ท่า ที่มาจากแนวคิดและเหตุผลดังกล่าวสามารถที่จะสรุปผลความสัมพันธ์ของการรำกับแนวคิดและเหตุผลเรียงตามลำดับความสัมพันธ์ร่วมกัน ได้ดังนี้

ท่าไชทองห้อย ท่ารำที่ประกอบขึ้นมาั้นต้องอาศัยความสัมพันธ์ของแนวคิดและ เหตุผลมากที่สุด 4 ประการ คือ ต้องการที่จะแสดงความกล้า ต้องการแสดงความสามารถ ต้องการค่าตัว การแสดงเพิ่มขึ้น และเพื่อใช้ประกอบในการรำท่ามท

ท่าชั้หนอนน้อย ท่ารำนี้ประกอบขึ้นมาั้น ต้องอาศัยความสัมพันธ์ของแนวคิดและ เหตุผลอยู่ 3 ประการ คือ ใช้ประกอบในการรำท่ามท ต้องการแสดงความสามารถและต้องการบริหารร่างกาย

ท่าชั้หนอน เป็นท่ารำที่มีความสำคัญ การนำท่ารำนี้มาใช้ เนื่องจากแนวคิดและเหตุผล 3 ประการ คือ ปฏิบัติตามแบบแผนท่ารำของครูในอดีต ต้องการแสดงความสามารถและเพื่อใช้ประกอบในการรำท่ามท

ท่าแมงมุมชักใย เป็นท่ารำที่มีความสำคัญเช่นเดียวกัน การนำท่ารำนี้มาใช้ นั้นเกิดจากความสัมพันธ์ของแนวคิดและเหตุผล 3 ประการคือ เนื่องจากเป็นท่ารำที่มีแบบแผนจากอดีต ต้องการแสดงความสามารถในการรำ และต้องการแสดงความกล้าของผู้รำ

ท่าพตในถาด ท่าพตในถาดประยุกต์ ท่าตุงปลายทมาท และท่าตุงปลายคาง เป็นท่ารำที่มีความสัมพันธ์ของแนวคิดและเหตุผล 3 ประการ คือ ต้องการแสดงความสามารถของผู้รำ ต้องการแสดงความกล้าหาญ และเพื่อใช้ประกอบในการรำท่ามท

ท่าชั้หนอนน้อยพับขาและท่าไชทองห้อยน้อย เป็นท่ารำที่มีความสัมพันธ์ของแนวคิดและ เหตุผลร่วมกัน 2 ประการ คือ ต้องการบริหารร่างกาย และแสดงความสามารถของผู้รำ

ท่านั่งแยกขาตรง 2 ขา เป็นท่ารำที่มีความสัมพันธ์ของแนวคิดและเหตุผลร่วมกัน 2 ประการ คือ ต้องการแสดงความสามารถและแสดงความกล้าของผู้รำ

ท่านอนเท้าพาดคอและทำยื่นกลอกแขน เป็นท่ารำที่เกิดจากความสัมพันธ์ของแนวคิดและ
เหตุผลที่สำคัญ 2 ประการคือ ต้องการแสดงความสามารถและใช้ประกอบการรำท่าบท

ทำนั่งพับเพียบเหยียดขา ทำนั่งขัดสมาธิไขว้ขา ทำช้อนนอนน้อยเหยียดขา ทำยื่นไขว้ขา
ประยุกต์ และทำยกเข้าสูง ทำดังกล่าวมีแนวคิดและเหตุผลคือต้องการบริหารร่างกาย

ทำช้อนนอนน้อยประยุกต์ ทำนั่งกลอกแขน ทำช้อนนอนประยุกต์ ทำนั่งเท้าพาดคอ
ทำช้อนนอนนอน และทำช้อนนอนประยุกต์ ทำสำคัญเหล่านี้มีแนวความคิดและเหตุผลก็คือ ต้องการ
แสดงความสามารถของผู้รำ

ดังนั้นความสัมพันธ์ของแนวคิดและเหตุผลกับท่ารำจากที่ได้สรุปจากตารางดังกล่าวนี้
เป็นข้อมูลสำคัญอย่างหนึ่งที่ผู้รำโนราควรทำความเข้าใจก่อนที่จะนำท่าตัวอ่อนไปใช้อย่างถูกต้อง
และเกิดประโยชน์ต่อการรำมากที่สุด ถ้าหากไม่ทำความเข้าใจในความสัมพันธ์ของท่ารำกับแนวคิด
ดังกล่าว การนำท่ารำไปใช้จะไม่ได้ได้รับความสนใจหรือเกิดความประทับใจจากผู้ชม

5.6 แนวคิดของการประสมท่ารำ

กระบวนการรำประสมท่าแบบตัวอ่อนของโนรา 5 คน ที่นำมาศึกษานั้นแต่ละคนจะมี
เอกลักษณ์ในกระบวนการทำพิเศษที่มีความแตกต่างกันอย่างเห็นได้ชัด เนื่องมาจากการสืบทอดและ
การฝึกหัดของผู้รำในแต่ละสายตระกูล และจากการศึกษาวิจัยการรำประสมท่าแบบตัวอ่อน ของ
โนราแต่ละคนนั้นสามารถที่จะสรุปแนวคิดที่สำคัญของการประสมท่าได้ 7 ประการ คือ 1 การนำ
กระบวนการมาใช้ให้ถูกขั้นตอนการแสดง 2 จัดท่ารำจากท่าง่ายไปหาท่ายาก 3 แสดงท่ารำให้เกิด
ความสมดุลของร่างกายในด้านซ้าย-ขวา และด้านหน้า-หลัง 4 ใช้ท่าโนราปกติในการเชื่อมท่ารำ
5 มีผู้ช่วยหรือใช้ภาษาเพื่อช่วยให้การแสดงความสามารถเด่นชัดขึ้น 6 ผู้รำพลิกแพลงราย
ละเอียดในท่าตัวอ่อนเพื่อให้เห็นความสามารถเหนือผู้อื่น 7 การปฏิบัติในบางท่ามีกระบวนการทำ
บังคับใช้ ผู้รำต้องปฏิบัติตามลำดับ มิฉะนั้นจะเกิดการบาดเจ็บทางกล้ามเนื้อ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

5.6.1 การนำกระบวนการรำมาใช้ให้ถูกขั้นตอนการแสดง การออกกลดฉายเพื่อ
ดึงดูดความสนใจคนดูนั้น ควรอยู่ในขั้นตอนปล่อยตัวนางรำ ช่วงระยะเวลาตั้งแต่ผู้รำเริ่มออกมา
จากม่านจนถึงการนั่งพนักรำเพื่อร้องบท จะเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมในการรำมากที่สุด เพราะ
ช่วงเวลานี้ผู้ชมจะให้ความสนใจกับผู้รำตั้งแต่เริ่มปรากฏตัวออกมา ผู้รำจะอวดความสามารถ
ของตนเองในการรำได้อย่างเต็มที่ โดยต้องนำกระบวนการรำประสมท่าแบบตัวอ่อนขณะสวมเทริด

และกระบวนการรำประสมท่าแบบตัวอ่อนเมื่อถอดเทร็ด เล็บ ทาง มาใช้ในช่วงเวลาดังกล่าวนั้น ซึ่งจะมีการแบ่งขั้นตอนของการรำไว้อย่างชัดเจน คือ เมื่อออกมาจากม่านต้องมารำประสมท่าตัวอ่อนในจังหวะเพลง โศกกับจังหวะพื้นฐานท่ารำทั่วไปประกอบกัน เมื่อจบการประสมท่าแบบตัวอ่อนจะเป็นท่าขนาดหรือการเดิน ซึ่งจะแยกจังหวะและท่ารำไว้อย่างชัดเจน เมื่อรำไปจนหมดกระบวนการรำ ผู้รำจะไปนั่งที่พนักเพื่อร้องบทต่างๆ เป็นการหมดกระบวนการรำในช่วงระยะเวลาที่กำหนด ผู้รำจะต้องนำไปปฏิบัติให้ถูกแบบแผนในการแสดง

5.6.2 จัดท่ารำจากท่าง่ายไปหาท่ายาก การจัดท่ารำของกระบวนการรำทั้ง 2 รูปแบบ ที่นำมาใช้ในการรำนั้นจะต้องเริ่มจากการใช้ท่าที่ง่าย และสะดวก คล่องตัวกับผู้รำมากที่สุด ไปหาท่าที่ยากและท้าทายความสามารถของผู้รำมากที่สุด ดังนั้นในกระบวนการรำจะมีจุดเข้มข้นของท่ารำเพิ่มขึ้นตามลำดับ โดยนำท่ารำที่พลิกแพลงน้อยมาใช้ในกระบวนการรำประสมท่าแบบตัวอ่อน เมื่อสวมเทร็ดและใช้วิธีการนั่งรำและยืนรำ เพราะช่วงกระบวนการรำดังกล่าวนี้ ผู้รำจะแต่งกายโนราเต็มรูปแบบ เครื่องแต่งกายบางชิ้นจะเป็นข้อจำกัดมิให้แสดงท่ารำพลิกแพลงหรือโลดโผนมากเกินไป สำหรับท่ารำที่มีวิธีรำที่ยาก มีการพลิกแพลงท่าหลายรูปแบบ ควรนำมาใช้ในกระบวนการรำประสมท่าแบบตัวอ่อนเมื่อถอดเทร็ด เล็บ ทาง โดยใช้วิธีการรำแบบนั่งรำยืนรำ และนอนรำ การจัดท่ารำจะไม่มีปัญหาและอุปสรรค เนื่องจากผู้รำได้ถอดเครื่องแต่งกายที่สำคัญบางชิ้นออกไป ถ้าหากผู้รำนำท่ารำมาใช้ให้เหมาะสมในการรำก็จะเกิดความประทับใจกับผู้ชม

5.6.3 แสดงท่ารำให้เกิดความสมดุลของร่างกายในด้านซ้าย-ขวา และด้านหน้า-หลัง การจัดท่ารำแต่ละท่าของผู้รำโนราตัวอ่อนทุกคน ต้องมีหลักของการจัดท่ารำที่เหมาะสมกับสรีระร่างกายของตนเอง คือ ต้องมีการใช้ท่ารำกับร่างกายทั้งด้านซ้ายและด้านขวา หรือด้านหน้าและด้านหลัง เพราะจะทำให้การจัดสัดส่วนของท่ารำสวยงาม เกิดความสมดุลและความถูกต้องในการบริหารร่างกาย และกล้ามเนื้อในขณะที่กำลังรำ เช่น เมื่อรำท่าซันทอนน้อยพับขาขวาแล้วจะต้องรำท่าซันทอนน้อยพับขาซ้ายหรือการรำท่าไซทองน้อยกับการรำท่านอนเท้าพาดคอ การรำท่าดังกล่าวนี้เพื่อจะให้ร่างกายแข็งแรงกล้ามเนื้อเกิดการคลายตัวและยืดหยุ่นไปพร้อมกันทั้งด้านซ้ายและด้านขวาหรือด้านหน้าและด้านหลัง เพราะเมื่อปฏิบัติในท่ารำที่ต้องใช้พลังกำลังอย่างเต็มที่ ในช่วงตอนปลายของการรำ ผู้รำก็สามารถรำในท่าต่าง ๆ ได้อย่างมั่นใจ ท่ารำมีความ

สวยงาม ความอ่อน และความมั่นคงแข็งแรง แม้ในบางครั้งช่วงระยะเวลาการแสดงน้อยลงผู้รำ
เลือกใช้ท่ารำที่สำคัญแต่การจัดท่ารำให้สมดุลดังกล่าวยังคงต้องปฏิบัติในกระบวนการรำ

5.6.4 **ให้ทำโนราปกติในการเชื่อมท่ารำ** การให้ความสำคัญของการทำโนรา
พื้นฐานมาเป็นท่าประกอบหรือเป็นท่าเชื่อมอยู่ระหว่างท่ารำตัวอ่อนในแต่ละท่าที่นำมาประสมกัน
เพราะท่าตัวอ่อนแต่ละท่าที่นำมาใช้ร่วมกันนั้นบางครั้งการเปลี่ยนท่ารำจากท่าหนึ่ง ไปยังอีกท่าหนึ่ง
ไม่ต่อเนื่องสอดคล้องกัน ดังนั้นท่าโนราพื้นฐานเบื้องต้นจะเป็นตัวช่วยในการเชื่อมท่ารำต่าง ๆ
ให้ต่อเนื่องกัน และเป็นการผ่อนคลายกล้ามเนื้อของผู้รำไปในตัวอีกด้วย ดังเช่น การรำทำขึ้น
ไขว้ขาประยุกต์ด้านซ้ายจะเปลี่ยนกลับมาขึ้นรำไขว้ขาประยุกต์ด้านขวา ผู้รำให้ท่าสอดสร้อยเชื่อม
อยู่ระหว่างท่ารำทั้ง 2 ท่า เพราะลักษณะการขึ้นไขว้ขาอยู่นั้น สามารถหมุนในท่าสอดสร้อยได้ง่าย
ท่ารำก็จะต่อเนื่องกันเป็นอย่างดี หรือการเปลี่ยนท่าจากการปฏิบัติในท่าขึ้นรำมาเป็นการนั่งรำ
เพื่อมิให้เกิดการทิ้งท่าขณะรำก็จะให้ท่าเคล้ามือขณะเปลี่ยนอิริยาบถดังกล่าว ก็จะช่วยให้ท่ารำแต่ละ
ท่าต่อเนื่องกันอย่างสวยงาม

5.6.5 **มีผู้ช่วยหรือใช้ภาษา** เพื่อช่วยให้การแสดงความสามารถเด่นชัด การ
ประสมท่ารำที่มีการปฏิบัติที่ยาก ควรมีผู้ช่วยหรืออุปกรณ์ประกอบในการจัดทำเพราะจะอำนวยความสะดวก
สะดวกในการแสดงท่ารำ ผู้ชมจะได้ชมความสามารถพิเศษของผู้รำได้อย่างชัดเจน ท่ารำแต่ละท่า
จะเพิ่มความแปลก ตลกขบขันหรือมีความสวยงามมากขึ้นกว่าปกติ และยังเป็นการแสดงให้เห็นถึง
การเน้นความสำคัญหรือเอกลักษณ์ของท่ารำ ในบางครั้งจะเป็นการมืองกันอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นกับ
ผู้แสดงได้อีกด้วย ดังเช่น การรำท่าพดในภาค ผู้รำจะมีผู้ช่วยคอยหมุนกลิ้ง และยกลำตัวผู้รำไปใน
ทิศทางต่าง ๆ เพื่อให้ผู้ชมสามารถมองเห็นได้อย่างชัดเจน หรือการรำทำนั่งเก้าพาดคอโดยใช้
เก้าอี้ ควรมีผู้ช่วยคอยจับเก้าอี้ไว้มิให้เคลื่อนล้มเพราะจะเกิดอันตรายกับผู้รำ

5.6.6 **ผู้รำพลิกแพลงรายละเอียดในท่าตัวอ่อน** เพื่อให้เห็นความสามารถเหนือ
ผู้อื่น ผู้รำควรนำท่ารำที่ได้รับการสืบทอดและประดิษฐ์ขึ้นมาใหม่ นำมาใช้เป็นประจำในการรำทุก
ครั้ง เพราะนอกจากจะเกิดทักษะในการรำประสมท่าแบบตัวอ่อนแล้ว ความชำนาญและประสพ
การณ์ของผู้รำ ช่วยให้ผู้รำปรับปรุงท่าตัวอ่อนให้มีท่ารำที่ละเอียด ซับซ้อนไปจากท่าหลักหรือท่าเดิม

ที่คิดสร้างสรรค์ขึ้นมา กระบวนการรำ 1 ทำจะมีท่ารำอยู่หลายรูปแบบ เช่น ท่าช้อนน้อย ประยุกต์ มี 2 รูปแบบ หรือท่าตุงปลายคางมีท่ารำอยู่ 5 รูปแบบ ดังนั้น แนวคิดสร้างสรรค์ดังกล่าวจะเป็นพื้นฐานสำคัญที่ทำให้เกิดกลุ่มท่ารำจากท่าเดียวกันได้อีกมากมาย

5.5.7 การปฏิบัติในบางท่า มีกระบวนการบังคับใช้ การรำท่าตัวอ่อนในบางท่า ต้องมีระเบียบ ขั้นตอนของการปฏิบัติ เพราะผู้รำต้องมีความกตัญญูในการบังคับร่างกายส่วนต่างๆ จัดระบบกล้ามเนื้อละเอียดมากยิ่งขึ้น การมีระเบียบขั้นตอนในการจัดระบบท่ารำ ทำให้ผู้รำ รำท่าตัวอ่อนได้อย่างเต็มความสามารถ ท่ารำมีความสวยงาม ต่อเนื่องกัน การนำท่าไปใช้หรือการฝึกหัดสืบทอดจะทำได้ง่ายขึ้น เนื่องจากมีหลักการและกฎเกณฑ์ของการปฏิบัติท่ารำอย่างชัดเจน ผู้ปฏิบัติเข้าใจขั้นตอนการรำอย่างถูกต้อง เช่นการรำทำนั่งเก้าพาดคอ ของโนราภัลยา นางราช จะมีลักษณะท่ารำดังนี้ ผู้รำต้องยกขาข้างใดข้างหนึ่งจนหมดช่วงขาและนำปลายเท้ามาเกี่ยวไว้บริเวณด้านหลังลำคอและสามารถบังคับข้อเท้าขยับขึ้นลงตามจังหวะได้ สำหรับวิธีการรำคือ เมื่อผู้รำนั่งเตรียมตัวบนเก้าอี้หรือพื้นจะไม่ยกขาขึ้นมาพาดคอในทันทีทันใด แต่จะมีการยกเข้าสูง แยกเท้าออกไปวางด้านข้างเพื่อให้กล้ามเนื้อโคนขาและกล้ามเนื้อต้นองเกิดการยืดตัวอย่างเต็มที่ หลังจากนั้น จึงยกปลายเท้าขึ้นมาพาดด้านหลังบริเวณลำคอ พร้อมขยับปลายเท้าขึ้นลง เมื่อผู้รำทราบหลักของการปฏิบัติท่ารำที่ถูกต้อง ก็จะเกิดระเบียบขั้นตอนในการแสดงท่ารำในบางท่า ท่ารำหรือกระบวนการรำที่ปรากฏออกมาจึงมีความสวยงามและน่าสนใจ

ดังนั้นจากแนวคิดที่สำคัญของการรำประสมท่าแบบตัวอ่อน 7 ข้อดังกล่าวนี้ ถ้าหากผู้รำประสมท่าแบบตัวอ่อนทุกคนยึดเป็นหลักในการปฏิบัติท่ารำอยู่เป็นประจำ ก็จะทำให้ผู้รำมีการใช้ท่ารำอย่างมีกฎเกณฑ์ และมีความน่าเชื่อถือ ผู้ชมจะเกิดความชื่นชมและศรัทธาในความสามารถที่แตกต่างไปจากคนอื่น ที่ไม่อาจจะทำได้เหมือน แนวคิดเหล่านี้ถ้าหากนำไปปลูกฝัง ให้เกิดกับผู้สืบทอดการรำประสมท่าแบบตัวอ่อน ตั้งแต่การฝึกหัดในวัยเด็ก ทำให้โนราและผู้สืบทอดการแสดงที่มีความสามารถทั้งด้านท่ารำและหลักการปฏิบัติที่มีกฎเกณฑ์มาตรฐาน ปัญหาของผู้สืบทอดหรือการวิตกกังวลว่ากระบวนการรำประสมท่าแบบตัวอ่อนจะสูญหายไปจากการแสดง โนราจะไม่เกิดขึ้น

จากการศึกษาทำตัวอ่อนและแนวคิดการประสมท่ารำ ดังที่ผู้วิจัยได้อธิบายดังกล่าวมาแล้วนั้น สามารถสรุปความสำคัญได้ดังต่อไปนี้

การรำตัวอ่อนของการแสดง โนราในปัจจุบันนี้จะปรากฏในการรำประสมท่าแบบตัวอ่อน และอาจจะมีการนำท่าตัวอ่อนมาใช้ในการรำท่ามท โดยใช้วิธีการรำอยู่ 3 ลักษณะคือ วิธีการนั่งรำ การยืนรำ และการนอนรำ ท่าตัวอ่อนที่นำมาใช้พบว่ามียู่ 24 ท่า แต่ละท่าจะมีการคัดเลือกและการไปใช้ตามความเหมาะสม เช่น

การรำท่ามทหนึ่งจะใช้ท่าตัวอ่อนแบบท่าหนึ่ง เพื่อเป็นสัญลักษณ์แทนความหมายของสิ่งต่าง ๆ ในการตีบท ตามบทที่นำมาร้อง และจะไม่นิยมใช้ท่ารำของมือมาประกอบ เช่นการใช้ท่านอนเท้าพาดคอ สัญลักษณ์แทนเต่าและปู การใช้ท่าตุงปลายคางสัญลักษณ์แทนต้นไม้และการใช้ท่าไซทองห้อยสัญลักษณ์แทนหินทราย

การรำประสมท่าแบบตัวอ่อน มีกระบวนการรำ 2 รูปแบบคือ การรำประสมท่าแบบตัวอ่อนขณะสวมเทริด ใช้ท่าตัวอ่อนทั้งหมด 15 ท่าและการรำประสมท่าแบบตัวอ่อนขณะถอดเทริด เล็บและหางใช้ท่าตัวอ่อนทั้งหมด 13 ท่า แต่จะเป็นท่ารำที่เหมือนกับการกระบวนการรำขณะสวมเทริด 4 ท่า ดังนั้นจะใช้ท่ารำเพียง 9 ท่า ท่ารำที่ใช้ในกระบวนการรำทั้ง 2 แบบนั้น บางครั้งจะต้องใช้ท่าพื้นฐานเบื้องต้นมาประกอบในท่าตัวอ่อน เพื่อให้เกิดความสวยงามของท่ารำและการรำประสมท่าแบบตัวอ่อนนี้ สามารถจัดรูปแบบขั้นตอนการรำได้ 9 ขั้นตอน ดังนี้ คือ 1. เดินออกมาจากม่าน 2. ยืนรำ 3. นั่งรำ 4. ยืนรำ 5. ถอดเทริดเล็บและหาง 6. แสดงลวดลายอวดท่ารำพิเศษ 7. สวมเทริด เล็บ และหาง 8. นวด 9. นั่งพักเพื่อรำโนราปกติ

ท่ารำที่ใช้ในการรำนั้นจะมีความเป็นมาและเหตุผลของการใช้ท่ารำ 6 ประการคือ 1. ปฏิบัติตามแบบแผนของครูในอดีต 2. เพื่อเป็นการบริหารร่างกายขณะรำ 3. เพื่อต้องการแสดงความสามารถของตนเอง 4. เพื่อเพิ่มรายได้ในการแสดง 5. เพื่อแสดงความกล้าในการรำท่าที่ยาก 6. เพื่อใช้ประกอบในการรำท่ามท

นอกจากนี้ สามารถสรุปแนวคิดที่สำคัญของการรำประสมท่า แบบตัวอ่อนได้ 7 ประการคือ 1. การนำกระบวนการรำมาใช้ให้ถูกขั้นตอน 2. การแสดงจัดท่ารำจากง่ายไปหายาก 3. แสดงท่ารำให้เกิดความสมดุลของร่างกายทางด้านซ้าย-ขวา และด้านหน้า-หลัง 4. ใช้ท่าโนราปกติใน

การเชื่อมทำร่า ๕ มีผู้ช่วยหรือใช้ภาชนะเพื่อให้การแสดงความสามารถเด่นชัดขึ้น ๖ ผู้ร่าพลิก
 แพลงรายละเอียดในตัวอ่อนเพื่อให้เห็นความสามารถเหนือผู้อื่น ๗ การปฏิบัติในบางท่า
 มีกระบวนการทำบังคับใช้ ผู้ร่าต้องปฏิบัติตามลำดับ มิฉะนั้นจะเกิดการบาดเจ็บทางกล้ามเนื้อ

ดังนั้นจากความสำคัญของท่าร่าและแนวคิดของการประสมท่าจะเป็นสิ่งสำคัญที่ผู้ร่าจะต้อง
 ศึกษาในรายละเอียดให้มีความเข้าใจลึกซึ้ง เพื่อจะทำให้ผู้ร่าประสบความสำเร็จในการร่าแต่ละครั้ง



สถาบันวิทยบริการ
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย