การสร้างสรรค์ผลงานวิดีโอ เพอร์ฟอร์มานซ์ เรื่อง “Meaning”: การค้นหาคุณค่าในวัตถุและความรู้สึก

The Making of the Video Performance 'Meaning': Perceiving Value through Materials and Emotions

(Received: 17 May 2023; Revised: 27 September 2023; Accepted: 30 September 2023)

รฐกร ปาวรีย์[1]
Rathakorn Pawaree
ธนัชพร กิตติก้อง[2]
Tanatchaporn Kittikong

บทคัดย่อ

Feeling เป็นผลงานศิลปะการแสดงนิพนธ์ในระดับปริญญาตรี ที่สร้างสรรค์ออกมาในรูปแบบวิดีโอเพอร์ฟอร์มานซ์ (Video performance) ผู้สร้างสรรค์ต้องการเรียนรู้ความรู้สึกเปราะบางที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของตนเองโดยมีคุณย่าเป็นแรงบันดาลใจ มีแนวคิดหลักของผลงานคือ “การเรียนรู้ความเปราะบางในตัวเอง” สะท้อนและถ่ายทอดสภาวะความรู้สึกที่เชื่อมโยงกับความเปราะบางของผู้สร้างสรรค์ กระบวนการสร้างสรรค์ประกอบไปด้วย 5 ขั้นตอน ได้แก่ (1) การศึกษาแนวคิดและเก็บรวบรวมข้อมูล (2) การทดลองและค้นหารูปแบบการนำเสนอ (3) การวางแผนการทำบทภาพ (Story board) (4) การถ่ายทำและตัดต่อ และ (5)การจัดแสดงสู่สาธารณะ ใช้ระยะเวลาการทำงานทั้งสิ้น 7 เดือน วิธีการสร้างสรรค์ประกอบไปด้วยการใช้ทักษะการเคลื่อนไหวร่างกายในรูปแบบการภาวนา การกำหนดและจัดองค์ประกอบศิลป์ของภาพ และเทคนิคการตัดต่อภาพ มีผลงานออกมาทั้งสิ้น 3 ตอน ได้แก่ (1) Fragile ความรู้สึกเปราะบางจากการเปลี่ยนแปลงไปของสุขภาพคุณย่า (2) Fear ความกลัวในความเปราะบางจากการห่างไกลจากคุณย่า และ

[1] นักศึกษาหลักสูตรศิลปกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาศิลปะการแสดง สาขาวิชาดนตรีและการแสดง คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
Undergraduate Student from Performing Arts Program, Faculty of Fine and Applied Arts, Khon Kaen University
[2] ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำหลักสูตรศิลปกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการแสดง สาขาวิชาดนตรีและการแสดง คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
Assistant Professor at Performance Practice Program, Faculty of Fine and Applied Arts, Khon Kaen University

(3) Miss การปล่อยวางและยอมรับกับความเปราะบางและความสูญเสียที่เกิดขึ้น ผู้สร้างสรรค์พบว่านอกเหนือจากการที่ได้วัตถุดิบจากการสำรวจความรู้สึกแล้ว ความเปราะบางยังเป็นคุณสมบัติสำคัญที่ช่วยให้จินตนาการแตกแขนงออกมาได้มากขึ้น ช่วยให้เห็นภาพที่มีความแปลกใหม่ ทำให้มีช่องทางและมีตัวเลือกในแง่ของภาพที่จะนำเสนอได้ลึกซึ้งมากยิ่งขึ้นด้วย

คำสำคัญ: กระบวนการสร้างสรรค์, การแสดง, วิดีโอเพอร์ฟอร์มานซ์, ความรู้สึก, เปราะบาง

Abstract

Feeling is a performance thesis for an undergraduate degree in performing arts. It is represented in the form of Video performance. As an artist-creator, I want to learn about my personal feelings of vulnerability and fragility in the creative process which are inspired by grandmother's incident. The performance concept "Learning your own vulnerability". The creative process consists of 5 steps: (1) concept study and data collection; (2) experimentation on presentation and style search; (3) story board planning; (4) filming and editing, and (5) public display. It takes a total of 7 months to work. The creative process involves the skills and techniques of body movement, art compositions and video editing. The work aims to reflect and convey the state of feeling connected with the vulnerability of the creator. There are 3 episodes released: (1) Fragile - feelings of vulnerability due to changes in grandmother's health; (2) Fear - fear of fragility due to being away from grandmother and (3) Miss - letting go and accepting vulnerability and loss. I found that, in addition to obtaining raw materials from exploring the feeling of creating works, vulnerability is also an important quality that allows more imagination to develop. This makes it possible to see more opportunities and options in terms of presentations and images that are deeply connected to feelings.

Keywords: Creative Process, Performance, Video Performance, Feeling, Fragility

บทนำ

ทำไมมนุษย์ต้องมีความความรู้สึกเปราะบาง? เป็นคำถามที่ผู้สร้างสรรค์มักนึกถึงทุกครั้งที่รู้สึกเหมือนเสียการควบคุม คล้ายกับกำลังตกจากที่สูงและดูเหมือนว่าทุกอย่างนั้นผ่านไปอย่างช้าๆ และยากลำบาก แต่หากมนุษย์ไร้ความรู้สึกก็อาจจะน่ากลัวกว่าการที่ยังมีความรู้สึกเจ็บปวดอยู่ก็เป็นได้ เพราะนั่นก็หมายถึงมนุษย์เองจะไม่สามารถรับรู้ได้ถึงความสุขด้วย ผู้สร้างสรรค์เชื่อว่า มนุษย์ไม่สามารถหลีกเลี่ยงความรู้สึกที่เกิดขึ้นได้ แต่มนุษย์สามารถเรียนรู้และทำเข้าใจความรู้สึกที่เกิดขึ้นได้ จึงเกิดความสนใจที่จะหาคำตอบให้กับตัวเองว่า “เราจะอยู่กับความเปราะบางที่เกิดขึ้นในจิตใจของตนเองได้อย่างไร?”

ความรู้สึกเปราะบางภายในใจของผู้สร้างสรรค์ได้ปะทุขึ้นในช่วงเวลาที่คุณย่าของผู้สร้างสรรค์ได้ล้มป่วยลงและเป็นเวลาเดียวกันที่ผู้สร้างสรรค์จะต้องสร้างผลงานเพื่อนำเสนอเป็นศิลปะการแสดงนิพนธ์ในระดับปริญญาตรี คุณย่าเป็นบุคคลที่มีผลต่อความรู้สึกเปราะบางของผู้สร้างสรรค์ การได้เฝ้ามองอาการป่วยของคุณย่าที่เพิ่มและหนักขึ้นเรื่อยๆ จากที่เดินได้ก็กลายเป็นผู้ป่วยติดเตียง จากร่างกายที่สมบูรณ์ก็กลายเป็นร่างที่ผอมและผิวหนังที่บางขึ้น มีรอยฟกช้ำที่เกิดจากแผลกดทับ เส้นผมที่ขาวและร่วงหล่นตามอายุ ความรู้สึกที่เกิดจากการได้ใกล้ชิดดูแลคุณย่าจนถึงช่วงเวลาสุดท้ายก่อนที่ท่านจะจากไปกลายเป็นความรู้สึกเปราะบางที่เต็มไปด้วยเจ็บปวดในมุมหนึ่งและมีความงดงามในอีกมุมหนึ่ง ที่ผู้สร้างสรรค์ในฐานะหลานของย่าต้องเรียนรู้ความรู้สึกที่เกิดขึ้นเพื่อทำความเข้าใจและเพื่อผ่านความยากเข็ญในจิตใจไปให้ได้ จึงกลายเป็นแรงบันดาลใจสำคัญของผู้สร้างสรรค์ที่อยากจะถ่ายทอดและสะท้อนความรู้สึกที่มีต่อคุณย่า ณ ช่วงเวลานี้ ออกมาเป็นผลงานการแสดง

ผู้สร้างสรรค์ต้องการถ่ายทอดสภาวะความรู้สึกเปราะบางที่เกิดขึ้นโดยมีคุณย่าเป็นแรงบันดาลใจ นำเสนอในรูปแบบวิดีโอเพอร์ฟอร์มานซ์ (Video performance) ภายใต้แนวคิด “เรียนรู้ความเปราะบางในตัวเอง” โดยอาศัยกลวิธีและเทคนิควิธีการการสร้างสรรค์ผลงานด้วยฐานการภาวนาที่เรียกว่า MbM ในกระบวนการทำงานซึ่งผู้สร้างสรรค์ได้เรียนรู้ การเคลื่อนไหวร่างกายฐานภาวนาและสติ หรือ MbM (Meditation/Mindfulness -based Movement) ในฐานะอาสาสมัครของโครงการวิจัย “MbM: กลวิธีการฝึกฝนนักแสดงเพื่อสร้างพลังแห่งการอยู่กับปัจจุบันขณะด้วยแนวทางการภาวนาทางพระพุทธศาสนาของไทยและการเคลื่อนไหวโซมาติกส์”

โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธนัชพร กิตติก้อง เป็นหัวหน้าโครงการวิจัย ในระหว่างเดือน พฤษภาคม - กรกฎาคม 2564 โดยในบทความชิ้นนี้ ผู้สร้างสรรค์จะทำการวิเคราะห์และถอดองค์ความรู้จากกระบวนการสร้างสรรค์ของตนเอง โดยประกอบไปด้วยการศึกษาแนวคิดและเก็บรวบรวมข้อมูล การทดลองและค้นหารูปแบบการนำเสนอ การวางแผนการทำบทภาพ (Story board) การถ่ายทำและตัดต่อ และการจัดแสดงสู่สาธารณะ ของผลงานวิดีโอเพอร์ฟอร์มานซ์ “Feeling” ซึ่งตัวผลงานได้เผยแพร่อยู่ในเว็ปไซต์https://bhenyukhue-performance.com/thesis.html และ https://vimeo.com/showcase/10606955

กรอบแนวคิดในการสร้างสรรค์

แนวคิดที่เกี่ยวข้องที่ผู้สร้างสรรค์ได้นำมาทบทวนเพื่อใช้ในการประกอบการสร้างสรรค์ผลงาน Feeling ในแนวคิดหลัก “เรียนรู้ความเปราะบางในตัวเอง ประกอบไปด้วยหลักการและทฤษฎีต่างๆ ดังนี้

1.นิยามของคำว่า “ความรู้สึกเปราะบาง”

ผู้สร้างสรรค์ได้รวบรวมความหมายของคำว่าเปราะบางไว้ดังนี้ พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 ให้ความหมายคำว่า เปราะ ว่า “สิ่งแตกหักได้ง่าย” และคำว่า บาง ว่า “สิ่งที่มีความความหนาน้อย” ส่วนใหญ่คำว่า “เปราะบาง” มักนิยมใช้เพื่อกล่าวถึง กลุ่มบุคคล หรือ ลักษณะทางกายภาพของคนหรือสิ่งของ เช่น

(1) กลุ่มเปราะบาง ในมิติของจริยธรรมการวิจัย หมายถึง ผู้ที่มีความจำเป็นที่ต้องพึ่งพาอาศัยบุคคลอื่นไม่สามารถมีอิสระในการตัดสินใจหรือแสดงความคิดเห็นได้ เป็นกลุ่มที่มักถูกเอาเปรียบได้ง่าย หรือมีความเสี่ยงสูงกว่าคนทั่วไป เช่น ผู้ป่วย เด็ก สตรีมีครรภ์ ผู้พิการ ผู้ด้อยโอกาส นักโทษ แรงงานต่างด้าว เป็นต้น (จรวยพร ศรีศศลักษณ์, 2556, น. 3)

(2) กลุ่มเปราะบาง ในมิติของสิทธิมนุษยชน หมายถึง ผู้ขาดโอกาส หรือผู้ที่มีความอ่อนแอ หรือ อ่อนด้อยในการรับมือกับปัญหาที่เกิดจากความเหลื่อมล้ำทางสังคม เปรียบเช่น สิ่งของที่มีความเปราะบาง เสียหายง่าย มักหมายถึงชนกลุ่มน้อย ผู้ถูกจำกัดอิสรภาพ ความยากจน เป็นต้น (วรภัทร วีรพัฒนคุปต์, 2563, ย่อหน้า 19)

(3) สภาวะเปราะบาง ในมิติของสุขภาวะของบุคคลเช่นผู้สูงอายุ หมายถึง สภาวะที่มีความเสื่อมถอยตามอายุที่เกิดจากความบกพร่องเชิงโครงสร้างและหน้าที่ทางกายภาพ ส่วนใหญ่คำคำนี้ใช้อธิบายลักษณ์ทางกายภาพ ร่างกาย เช่น อาการของสภาวะเปราะบางจะรุนแรงขึ้นหากพบกับโรคเรื้อรัง (นงลักษณ์ กลิ่นพุดตาน, 2565, น. 2)

(4) เปราะบาง ก็ยังใช้เรียกวัสดุที่มีความแตกหักได้ง่ายที่ต้องมีความระมัดระวังในการหยิบจับหรือทำการเคลื่อนย้าย เช่น กล่องสินค้าที่ติดคำว่า fragile ซึ่งเป็นสัญลักษณ์เปราะบางของบรรจุภัณฑ์ สินค้าด้านในมีความบอบบางเสี่ยงที่จะเกิดความเสียหายแตกหักได้ง่าย (lissom logistics, 2022, para. 2)

ผู้สร้างสรรค์ใช้คำว่า “เปราะบาง” ใน 2 ลักษณะ ได้แก่ (1) เพื่ออธิบายลักษณะกายภาพ เช่น สภาพร่างกายที่มีความอ่อนแอเกิดอาการเจ็บป่วยได้ง่าย ดังความเปราะบางทางร่างกายที่เกิดขึ้นกับคุณย่าซึ่งเกิดจากอายุที่มากขึ้นและอาการป่วยของผู้สูงอายุที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย รวมถึงความเปราะบางที่อาจมองเห็นได้ด้วยตา เช่น ร่างกายที่ไร้การปกปิด เป็นต้น และ (2) เพื่ออธิบายความรู้สึกภายในจิตใจ เช่น ความอ่อนไหวง่ายและไวต่อความรู้สึก

นิลุบล สุขวนิช (2559) ได้ให้คำนิยามบุคคลที่มีลักษณะอ่อนไหวง่ายสามารถที่จะรับรู้ถึงความรู้สึกต่างๆ ได้มากกว่าบุคคลอื่นว่า “คนอ่อนไหวง่ายไวต่อความรู้สึก” (Highly Sensitive Person - HSP) ซึ่งหมายถึง บุคคลที่ความรู้สึกอ่อนไหวได้ง่าย มีความไม่มั่นคงทางอารมณ์ เกิดความรู้สึกต่อสิ่งต่างๆ รอบตัวได้ง่าย คล้ายกับแก้วที่ร้าวหากถูกแรงกระทบเพียงเล็กน้อยก็ทำให้แก้วนั้นแตกได้เหมือนความรู้สึกสภาวะที่ไม่ได้มีความหนักแน่นเข้มแข็ง เกิดความคิดน้อยในบางครั้งและมักจะไม่ยอมรับความอ่อนไหวของตนเอง มักจะมีความอ่อนไหวอย่างมากต่อความเจ็บปวด ความเปราะบางในมุมมองของผู้สร้างสรรค์จึงเชื่อมโยงกับ บุคคลที่มีความอ่อนไหวง่ายไวต่อความรู้สึก จึงอาจกล่าวได้ว่า มีความเปราะบางทางความรู้สึกในจิตใจ

การเรียนรู้ความเปราะบางจึงสะท้อนถึงการทำความเข้าใจ “ความอ่อนไหวที่มีต่อความเจ็บปวด” ที่เกิดขึ้นผ่านประสบการณ์ของตนเอง ผู้สร้างสรรค์เชื่อว่าคุณสมบัติบางประการของความอ่อนไหวง่ายและไวต่อความรู้สึกนั้นอาจสามารถส่งเสริมหรือเป็นพลังในการสร้างสรรค์ผลงานทางศิลปะได้ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิด

ของ Mihaly Csikszentmihalyi (2013) ที่อธิบายคุณสมบัติของนักสร้างสรรค์นั้น มักประกอบไปด้วยลักษณะพิเศษที่คล้ายๆ กัน โดยหนึ่งในนั้น คือ เป็นผู้เปิดกว้าง และอ่อนไหวต่อความทุกข์และความยากลำบากแต่ก็พบเจอความสุขได้ง่าย

2.รูปแบบวิดีโอเพอร์ฟอร์มานซ์ (Video Performance)

วีดีโออาร์ต (Video Art) เป็นผลงานศิลปะและยังเป็นเครื่องมือและวิธีการในการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะด้วย วีดีโออาร์ตมีวิธีในการสร้างสรรค์ได้หลากหลายวิธีการ เช่น สร้างสรรค์จากการฉายภาพกราฟฟิก จากภาพถ่ายของกล้องวงจรปิด หรือภาพเหตุการณ์จริง การผสมวิดีโอกับศิลปะการจัดวาง ซึ่งขึ้นอยู่กับศิลปินว่ามีความคิดหรือต้องการสร้างสรรค์ออกมาให้เป็นแบบใด (Artistic movement, 2009, para. 7) ส่วนการสร้างสรรค์การแสดงในรูปแบบเพอร์ฟอร์มานซ์ (Performance) เป็นรูปแบบทางด้านศิลปะการแสดงที่ให้ความสำคัญเกี่ยวกับกับประสบการณ์ ให้ความสำคัญกับการเผชิญหน้ากับเหตุการณ์ที่เป็นปัจจุบัน กระบวนการในการรับรู้ การมุ่งให้เกิดการตีความ เปรียบเทียบ หรือเทียบเคียงกับประสบการณ์ส่วนตัว รวมถึงสะท้อนตัวตนผ่านการแสดง (ธนัชพร กิตติก้อง, 2563, น. 45) การใช้คำว่า วิดีโอเพอร์ฟอร์มานซ์ (Video Performance) หมายถึง การผสมหลักการการสร้างสรรค์ผลงานเพอร์ฟอร์มานซ์ โดยอาศัยการถ่ายทำให้เป็นรูปแบบและเทคนิคในแนวทางด้านวิดีโออาร์ต เพื่อนำเสนอ ความรู้สึก สภาวะอารมณ์ ให้ผู้ชมสามารถรับรู้ได้ผ่าน การเคลื่อนไหวร่างกายของนักแสดงและรวมไปถึงการถ่ายทำและตัดต่อด้วย

ในกระบวนการสร้างสรรค์ผลงาน Feeling มุ่งศึกษาและสำรวจความเปราะบางที่เกิดขึ้นผ่านการแสดงออกผ่านร่างกาย การบันทึกเป็นวิดีโอและอาศัยเทคนิคการตัดต่อภาพวิดีโอนั้นจะสามารถช่วยขยายและเก็บเกี่ยวความรู้สึกที่ซับซ้อนที่เกิดขึ้นได้ วิดีโอเพอร์ฟอร์มานซ์จึงเป็นรูปแบบการทำงานการแสดงที่มีความโดดเด่นทั้งในแง่ของการนำเสนอสิ่งที่ต้องการในลักษณะที่มีความละเอียดใกล้ชิด ช่วยเรียบเรียงความรู้สึกนึกคิดที่เกิดขึ้นผ่านร่างกายและการเคลื่อนไหวร่างกาย ณ ช่วงเวลาที่แตกต่างได้ ช่วยสะท้อนถึงสภาวะภายในจิตใจได้ รวมถึงสามารถทดลององค์ประกอบที่หลากหลายได้ตั้งแต่การถ่ายทำจนถึงการเทคนิคการตัดต่อ ข้อดีอีกอย่างหนึ่งคือการสร้างสรรค์วิดีโอเพอร์ฟอร์มานซ์ ยังเป็นหนึ่งในลักษณะของการเก็บบันทึกข้อมูลของความรู้สึกได้ สามารถย้อนกลับมาดูร่องรอยได้ การสร้างสรรค์ผลงานการแสดงในรูปแบบวิดีโอเพอร์ฟอร์มานซ์ จึงเหมาะสมที่จะถ่ายทอดแนวคิดในการสร้างสรรค์ครั้งนี้

3.MbM (Mindfulness/Meditation-based movement)

ผู้สร้างสรรค์ได้เรียนรู้กลวิธีที่เรียกว่า MbM (Meditation/Mindfulness-based Movement) ซึ่งเป็นหลักการเคลื่อนไหวร่างกายในฐานภาวนาและการเจริญสติ จากโครงการวิจัย “MbM: กลวิธีการฝึกฝนนักแสดงเพื่อสร้างพลังแห่งการอยู่กับปัจจุบันขณะด้วยแนวทางการภาวนาทางพระพุทธศาสนาของไทยและการเคลื่อนไหวโซมาติกส์” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธนัชพร กิตติก้อง เป็นหัวหน้าโครงการวิจัย ในระหว่างเดือน พฤษภาคม - กรกฎาคม 2564 ซึ่ง MbM เป็นการฝึกปฏิบัติที่มีความเกี่ยวข้องกับหลักการปฏิบัติภาวนาทางพระพุทธศาสนาเพื่อให้เกิดสติสัมปชัญญะ ฝึกให้นักแสดงอยู่กับลมหายใจ ระลึกรู้ถึงการเคลื่อนไหวในร่างกาย และสามารถวิเคราะห์ประสบการณ์ภายในจิตใจที่ผ่านเข้ามาของตัวเองได้โดยที่อยู่ในปัจจุบันขณะได้ (ธนัชพร กิตติก้อง, 2562) ซึ่งผู้สร้างสรรค์ใช้กลวิธีนี้โดยเริ่มจากการรวบรวมสมาธิอยู่กับลมหายใจ เข้า-ออก เพื่อให้จิตใจมีความนิ่งและสงบ แล้วค่อยๆ เคลื่อนไหวร่างกายไปตามลมหายใจเข้า-ออก การยุบ-พองของกระบังลม การยืดและหดเกร็งของกล้ามเนื้อ ในระหว่างการเคลื่อนไหวนั้น อาจมีการรับรู้ข้อมูลอื่นๆ (เช่น กลิ่น สิ่งที่เห็น สัมผัส) จากประสาทสัมผัสที่ได้จากภายนอก ที่ส่งผลต่อการเคลื่อนไหว ผู้สร้างสรรค์ก็จะพยายามรับรู้ถึงสิ่งต่างๆ เหล่านั้นที่เข้ามาปะทะต่อร่างกาย และเคลื่อนไหวต่อโดยที่เราสามารถรับรู้ถึงการเกิดขึ้นและเลือกตอบสนองต่อสิ่งต่างๆ เหล่านั้นได้

การฝึกปฏิบัติ MbM ทำให้ผู้สร้างสรรค์ได้กลับมาอยู่กับตัวเองและรับรู้ถึงความรู้สึกที่ผ่านเข้ามาในจิตใจ เป็นทักษะในการฝึกสำรวจการรับรู้ทางกายและทางใจที่เข้ามาปะทะกับตัว ซึ่งในฐานะนักฝึกปฏิบัติ MbM ได้เผชิญหน้ากับความรู้สึกและการรับรู้ต่างๆ ผ่านพื้นที่ ร่างกาย และการสังเกตการณ์ประสบการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นด้วย ผู้สร้างสรรค์ได้เห็นความคิดและความรู้สึกของตัวเองผ่านทักษะฝึกปฏิบัติ จึงเป็นจุดเริ่มต้นให้ผู้สร้างสรรค์ต้องการที่ทำงานกับความรู้สึกโดยเฉพาะ MbM ทำให้ผู้สร้างสรรค์มีสติสัมปชัญญะในการทำงาน เพื่อที่จะทำความเข้าใจและเรียนรู้สภาวะความรู้สึกต่างๆ ทั้งความเจ็บปวด ความเศร้าเสียใจ และยังช่วยให้มองเห็นรายละเอียดของความรู้สึกซึ่งสามารถนำไปใช้ในการสร้างสรรค์ได้

การฝึกปฏิบัติ MbM ทำให้ผู้สร้างสรรค์ได้กลับมาอยู่กับตัวเองและรับรู้ถึงความรู้สึกที่ผ่านเข้ามาในจิตใจ เป็นทักษะในการฝึกสำรวจการรับรู้ทางกายและทางใจที่เข้ามาปะทะกับตัว ซึ่งในฐานะนักฝึกปฏิบัติ MbM ได้เผชิญหน้ากับความรู้สึกและการรับรู้ต่างๆ ผ่านพื้นที่ ร่างกาย และการสังเกตการณ์ประสบการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นด้วย ผู้สร้างสรรค์ได้เห็นความคิดและความรู้สึกของตัวเองผ่านทักษะฝึกปฏิบัติ จึงเป็นจุดเริ่มต้นให้ผู้สร้างสรรค์ต้องการที่ทำงานกับความรู้สึกโดยเฉพาะ MbM ทำให้ผู้สร้างสรรค์มีสติสัมปชัญญะในการทำงาน เพื่อที่จะทำความเข้าใจและเรียนรู้สภาวะความรู้สึกต่างๆ ทั้งความเจ็บปวด ความเศร้าเสียใจ และยังช่วยให้มองเห็นรายละเอียดของความรู้สึกซึ่งสามารถนำไปใช้ในการสร้างสรรค์ได้

กระบวนการสร้างสรรค์ผลงาน

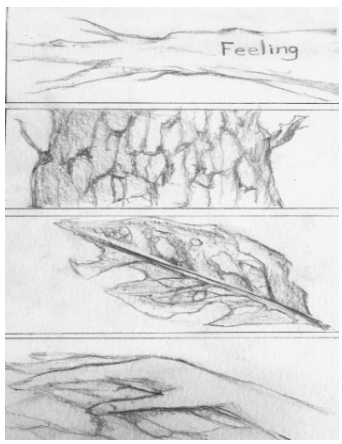
ในผลงานวิดีโอเพอร์ฟอร์มานซ์เรื่อง Feeling ผู้สร้างสรรค์ทำหน้าที่ทั้งการเขียนบทการแสดง การกำกับการแสดง การกำกับศิลป์ การแสดง และการตัดต่อทั้งหมดด้วยตนเอง โดยสามารถแบ่งตามกระบวนการสร้างสรรค์ออกเป็น 5 ขั้นตอน ได้แก่ (1) การศึกษาแนวคิดและเก็บรวบรวมข้อมูล (2) การทดลองและค้นหารูปแบบการนำเสนอ (3) การวางแผนการทำบทภาพ (Story board) (4) การถ่ายทำและตัดต่อ (5) การจัดแสดงสู่สาธารณะ แต่ในการนำเสนอและวิเคราะห์กระบวนการสร้างสรรค์ผลงานในบทความชิ้นนี้ ผู้สร้างสรรค์จะนำเสนอตามกระบวนการทำงานจริง โดยเรียบเรียงตามผลงานทั้ง 3 ตอน ได้แก่ (1) Fragile (2) Fear และ (3) Miss ซึ่งสอดคล้องกับการเรียนรู้ความเปราะบางที่เกิดขึ้นในตัวเองโดยมีคุณย่าเป็นผู้มีอิทธิพลหลักต่อสภาวะอารมณ์ของตัวผู้สร้างสรรค์ในทั้ง 3 ช่วงเวลา ได้แก่ ช่วงที่ได้อยู่ใกล้ชิดกับคุณย่า ช่วงที่ห่างไกลจากคุณย่า และช่วงที่คุณย่าจากไปแล้ว โดยมีรายละเอียดพร้อมบทวิเคราะห์ดังนี้

ตอนที่ 1 Fragile – ช่วงเวลาที่ใกล้ชิด

ช่วงเวลาที่ 1 เป็นการบันทึกความรู้สึกในช่วงเวลาที่ตัวผู้สร้างสรรค์อยู่ห่างไกลจากคุณย่า จุดเริ่มต้นคือการบันทึกความรู้สึกผ่านการอัดเสียงตัวเอง ในช่วงเวลาที่นึกถึงคุณย่าเพื่อช่วยในการทำความเข้าใจความรู้สึกของตนเองในช่วงเวลานั้น ในระหว่างนั้น ผู้สร้างสรรค์ได้ทดลองและค้นหารูปแบบการนำเสนอ ผ่านกลวิธีการ MbM การเคลื่อนไหวฐานภาวนาในพื้นที่ภายนอก โดยผู้สร้างสรรค์ได้ไปทำงานกับพื้นที่สีเขียวที่มีต้นไม้ใหญ่ล้มขวางอยู่ และทำการเคลื่อนไหวและสำรวจความ

รู้สึก ณ ตรงนั้น โดยโจทย์ในการเคลื่อนไหวมักจะทำงานกับประสาทสัมผัสทางร่างกายที่มีต่อสถานที่และในทางกลับกันสถานที่มีผลต่อร่างกายผู้สร้างสรรค์ในระหว่างการเคลื่อนไหวร่างกายในฐาน MbM ผู้สร้างสรรค์เกิดความรู้สึกอบอุ่นเหมือนได้กลับบ้านเห็นต้นไม้ที่กำลังเอนลงเป็นเหมือนที่พึ่งพิง รู้สึกถึงความปลอดภัยเวลาที่สัมผัส และเห็นตัวเองเป็นสิ่งมีชีวิตเล็กๆ แต่ในขณะเดียวกันก็รับรู้ได้ว่าต้นไม้ต้นนี้กำลังจะตาย ในขณะนั้นเองก็เกิดความรู้สึกอยากจะอยู่ ดูแลถนุถนอมอยากเข้าไปสัมผัส อยู่ใกล้ๆ หลังจากนั้น ผู้สร้างสรรค์ได้บันทึกสะท้อนประสบการณ์นี้ผ่านการบันทึกเสียงโดยได้เชื่อมโยงความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับเรื่องราวของคุณย่าว่ามีความคล้ายคลึงกันอย่างมาก ประสบการณ์ครั้งนั้นเองได้นำมาใช้สร้างบทภาพ (story board) โดยลำดับความรู้สึกที่เกิดขึ้นตามช่วงเหตุการณ์ต่างๆ เพื่อเป็นแนวทางในการถ่ายทำ ผู้สร้างสรรค์ใช้การเปรียบเทียบและเทียบเคียงความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับภาพ เช่น ผิวหนังคุณย่าที่มีรอยหยักและมีความสาก กับ ภาพลายแตกของต้นไม้ ความรู้สึกถึงการเปลี่ยนแปลง กับ ภาพใบไม้ที่ยังเป็นใบอ่อนและใบไม้เหี่ยว และได้กำหนดสถานที่ถ่ายทำซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของความรู้สึก ตอนที่ 1 จึงเป็นการถ่ายทอดความรู้สึกของผู้สร้างสรรค์ที่เห็นการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพของคุณย่า

ตารางที่ 1: Story board ตอนที่ 1 Fragile ความเปราะบางที่เกิดจากความเปลี่ยนแปลง

ภาพ	ความหมาย
 **ภาพที่ 1** ตัวอย่าง Story board ตอนที่ 1 ที่มา : รฐกร ปาวรีย์	ภาพที่เกิดขึ้นมาจากการที่ผู้สร้างสรรค์เห็นการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของคุณย่าที่ค่อย ๆ เสื่อมโทรมลงตามอายุไขผู้สร้างสรรค์จึงใช้ต้นไม้เป็นสัญลักษณ์แทนกายภาพของคุณย่าลักษณะของต้นไม้ใหญ่ที่ล้มขวาง เหมือนคุณย่าที่กำลังนอนป่วย เปลือกไม้ที่มีลายแตกคล้ายผิวหนังคุณย่า และใบไม้ที่ร่วงหล่นเหมือนกับเส้นผม เวลามองต้นไม้ใหญ่ ผู้สร้างสรรค์รู้สึกว่าตัวเองปลอดภัยสบายใจและเป็นที่พักพิงได้เวลามองขึ้นไปคล้ายๆกับความรู้สึกของผู้สร้างสรรค์ตอนที่อยู่กับคุณย่า

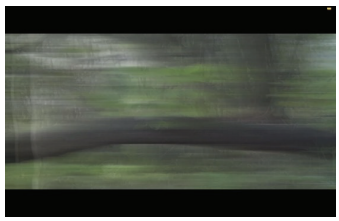
การถ่ายทำเป็นการถ่ายทำนอกสถานที่ โดยไปยังสถานที่ที่เคยทดลองและเป็นจุดเริ่มต้นของการเชื่อมโยงเรื่องราวทั้งหมด ในระหว่างการถ่ายทำ ผู้สร้างสรรค์ในฐานะนักแสดงทำงานโดยใช้หลักของการค้นหา โดยอาศัยการสำรวจและเคลื่อนไหวร่างกายแบบอิสระ การอยู่กับลมหายใจ การสัมผัสและสำรวจวัตถุต่างๆ ในพื้นที่ทำงาน เน้นการค้นหาสภาวะความรู้สึกที่เกิดขึ้น ณ ปัจจุบันขณะ โดยมีโจทย์จากภาพที่กำหนดไว้ ผู้สร้างสร้างสรรค์แบ่งการถ่ายเป็น 2 ช่วง ได้แก่ ช่วงแรกเป็นการเก็บภาพบรรยากาศ ภาพที่แทนความหมายตามที่ผู้สร้างสรรค์รู้สึก ช่วงที่สองเป็นช่วงถ่ายทำผู้แสดงเอง ในการถ่ายมุมกล้องส่วนใหญ่จะใช้มุมกว้าง ตั้งนิ่ง เพื่อให้เห็นภาพรวม บรรยากาศ และการเคลื่อนไหวของนักแสดง สลับกับมุมกล้องที่ผู้สร้างสรรค์ต้องการเน้นให้เห็นรายละเอียดที่ชัดเจน เช่น ภาพมุมใกล้หรือการแพนกล้องตามนักแสดงเพื่อเก็บรายละเอียดทั้งให้เห็นการเคลื่อนไหวของร่างกายเป็นส่วนๆ และอารมณ์สีหน้าของผู้แสดง



ภาพที่ 2 ภาพหลักจากการถ่ายทำ ตอนที่ 1 Fragile
ที่มา: รฐกร ปาวรีย์

การตัดต่อวิดีโอนั้นใช้เทคนิคได้แก่ การแบ่งภาพและซ้อนภาพวิดีโอ และการเบลอภาพ ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2: เทคนิคหลักที่ใช้ในการตัดต่อตอน ตอนที่ 1 Fragile

เทคนิคการตัดต่อ	ภาพ	ผล
การแบ่งภาพวิดีโอ	 **ภาพที่ 3** ตัวอย่างการแบ่งภาพ ตอนที่ 1 ที่มา : รฐกร ปาวรีย์	ภาพนักแสดงคนเดียวกันเคลื่อนไหวไปพร้อม ๆ กันในเวลาเดียวกัน เพื่อการสะท้อนสภาวะของผู้สร้างสรรค์ที่ต้องการดูแลคุณย่าเหมือนผู้สร้างสรรค์กำลังแยกร่างออกมาหลาย ๆ คน เพื่อดูแลคุณย่าเพียงคนเดียว
การเบลอภาพ	 **ภาพที่ 4** ตัวอย่างการเบลอภาพ ตอนที่ 1 ที่มา : รฐกร ปาวรีย์	เพื่อให้เกิดภาพที่ทำให้เกิดความรู้สึกขมุกขมัว การทำให้ภาพที่ชัดเจนอยู่แล้วมีการเบลอ มองไม่ชัด เพื่อส่งผลต่อความรู้สึกไม่มั่นคง จากที่เห็นต้นไม้ชัด ๆ ก็ค่อย ๆ สลายไป เป็นความรู้สึกของผู้สร้างสรรค์ในตอนที่เห็นการเปลี่ยนแปลงของคุณย่า
การถ่ายใกล้	 **ภาพที่ 5** ตัวอย่างการถ่ายมุมใกล้ ตอนที่ 1 ที่มา : รฐกร ปาวรีย์	ทำให้เห็นรายละเอียดที่ใกล้และชัดขึ้นทั้งผิวหนังและผิวของเปลือกไม้เห็นความแตกต่างของผิวหนังที่มีความอ่อนเยาว์กับเปลือกไม้ที่เติบโตมานานจนมีรอยแตกมากมายเปรียบเสมือนคุณย่า การสัมผัสอย่างอ่อนโยนเบามือก็ยังทำให้มีเปลือกไม้ร่วงหลุดออกมาแสดงถึงความรู้สึกที่ต้องระมัดระวังและการดูแลที่อ่อนโยนเป็นพิเศษ

จากกระบวนสร้างสรรค์นั้นสามารถวิเคราะห์ผลงาน ตอนที่ 1 Fragile ได้ว่าแก่นความรู้สึกหลักของผลงาน คือ ความรักความห่วงใยที่ต้องการจะดูแลคุณย่าโดยนำเสนอผ่าน สภาวะการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น โดยภาพในวิดีโอเพอร์ฟอร์มานซ์นั้น ผู้สร้างสรรค์เคลื่อนไหวร่างกายอยู่กับต้นไม้ที่ล้มลง มีการสัมผัสอย่างเบาๆ กอด แนบ ซึ่งเป็นความรู้สึกที่ค้นหาและเกิดขึ้นระหว่างการแสดง

ผู้สร้างสรรค์ได้เรียนรู้จากกระบวนการสร้างสรรค์ ตอน Fragile นี้ว่า การดูแลความเปราะบางทางร่างกายของคุณย่า ไม่ว่าจะเป็นการแสดงออกทางความรัก การกอด การสัมผัส ทำให้ความเปราะบางภายในใจของผู้สร้างสรรค์และคุณย่าดีขึ้น กลายเป็นความผูกพันที่มีความแข็งแรง มนุษย์มักจะรับรู้ได้ถึงความรู้สึกต่างๆ ก็ต่อเมื่อมีการเปลี่ยนแปลง ซึ่งผู้สร้างสรรค์ยอมรับว่า การเปลี่ยนแปลงในครั้งนี้ มีความเจ็บปวด แต่ในความเจ็บปวดเหล่านั้น ก็เปี่ยมไปด้วยความสุขที่ได้อยู่ใกล้ชิด เป็นช่วงชีวิตที่น่าจดจำ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงครั้งนี้ทำให้ผู้สร้างสรรค์หันกลับมามองและให้ความสำคัญกับคนที่เรารักมากขึ้นถ้ายังมีโอกาส

ตอนที่ 2 Fear - ช่วงเวลาที่ใกล้ชิด

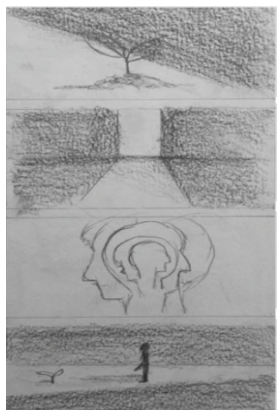
ช่วงเวลาที่ 2 เป็นการบันทึกความรู้สึกที่ผู้สร้างสรรค์ได้อยู่ใกล้ชิดกับคุณย่า ผู้สร้างสรรค์ได้กลับไปเยี่ยมคุณย่าที่บ้านและได้ทำการบันทึกความรู้สึกผ่านการเขียนและการวาดภาพ อีกทั้งยังได้บันทึกเกี่ยวกับความทรงจำต่างๆ เกี่ยวกับบ้าน ทั้งสิ่งที่เปลี่ยนไปจากเดิมและสิ่งที่ยังคงเดิม ผู้สร้างสรรค์ได้ทดลองและค้นหารูปแบบการนำเสนอ โดยการกลับไปที่บ้านอีกครั้งเพื่อกลับไปดูแลคุณย่า ซึ่งในช่วงเวลานั้นคุณย่ามีอาการป่วยไม่คงที่ ผู้สร้างสรรค์ได้อยู่และให้กำลังใจกับคุณย่า โดยท่านก็พยายามแข็งแรงขึ้น พยายามที่จะลุก จะนั่งเพื่อมาพูดคุยกับเรา ทำให้ทั้งผู้สร้างสรรค์และคุณย่าได้ดูแลความเปราะบางของกันและกัน ทั้งความเปราะบางทางกายของย่าและความเปราะบางทางใจของผู้สร้างสรรค์ เมื่อกลับมาที่มหาวิทยาลัย ท่านก็กลับมาป่วยหนักอีกครั้ง ทำให้ผู้สร้างสรรค์มีความกังวลและเป็นห่วงแต่ในขณะเดียวกันก็ไม่สามารถตัดสินใจอะไรได้ ผู้สร้างสรรค์จึงต้องการนำเสนอและเล่าความรู้สึกของการอยู่ใกล้ชิดและการอยู่ห่างไกลเป็นหลัก

ในการวางบทภาพ ได้มีการเปรียบเทียบความรู้สึกกับภาพของต้นกล้า ที่ผู้สร้างสรรค์แทนเป็นคุณย่าซึ่งเกิดขึ้นจากความรู้สึกที่ได้กลับไปดูแล เทียบเคียงความรู้สึกตอนดูแลต้นกล้าที่ต้องใช้ความทะนุถนอม ความอ่อนโยนเป็นอย่างมาก ภาพประตูแทนความหมายของชีวิตข้างหน้า อนาคตและสิ่งที่ต้องทำ โดยใช้แสงที่มืดและสว่างเป็นตัวกำหนดความรู้สึกของผู้สร้างสรรค์ ความมืดหมายถึงความรู้สึกกังวล ความสว่างหมายถึงความสบายใจ ตอนที่ 2 จึงเป็นการถ่ายทอดความรู้สึกที่เกิดจากความกลัวของตัวผู้สร้างสรรค์ที่เวลาได้อยู่ห่างจากคุณย่าก็มักจะได้ข่าวการไม่สบายของท่านอยู่เสมอ แต่เมื่อเรากลับไปอยู่ใกล้ชิดคุณย่าอีกครั้งทุกๆ อย่างก็กลับดีขึ้น จึงเกิดเป็นความรู้สึกที่ระยะทางทำให้ความเปราะบางมากขึ้น แต่พออยู่ใกล้ชิดคุณย่าทั้งตัวผู้

สร้างสรรค์กับคุณย่าต่างได้รับการดูแลซึ่งกันละกัน โดยบทภาพของตอนที่ 2 แสดงให้เห็นในตารางที่ 3

การถ่ายทำเป็นการถ่ายทำใน Studio ผู้สร้างสรรค์เองพยายามมองภาพในฐานะผู้กำกับและวางแผนการถ่ายทำตามบทภาพที่กำหนด โดยมีการแบ่งหน้าที่ชัดเจน มีการจัดวางองค์ประกอบฉากให้เกิดขึ้น รวมถึงการจัดไฟให้ได้ความรู้สึก ผู้สร้างสรรค์ได้กำหนดแนวทางไว้ให้ทีมงานแล้วจึงเปลี่ยนไปทำงานในฐานะนักแสดง โดยพบปัญหาในการถ่ายทำในฐานะนักแสดง เนื่องจากผู้สร้างสรรค์มีความประหม่า ทำให้จิตใจไปอยู่กับการควบคุมและกำกับให้เป็นไปตามบท ทำให้ตัวผู้สร้างสรรค์ไม่กล้าทำอะไรนอกเหนือจากแผน จึงเป็นปัญหาในการทำการแสดง จึงทำให้ไม่ได้ภาพที่ต้องการ ในวันที่สอง จึงได้มีการแก้ไขปัญหาปรึกษากับทีมงานและไว้วางใจให้เพื่อนร่วมทีมทำหน้าที่และถอดตนเองออกมาเป็นนักแสดงและอยู่กับร่างกายและลมหายใจ ทำให้วันที่ 2 ของการถ่ายทำนั้นราบรื่นยิ่งขึ้น ได้ภาพที่สะท้อนความรู้สึกมากขึ้น การเคลื่อนไหวร่างกายที่ละเอียดขึ้น อีกทั้งทีมงานก็สามารถสัมผัสถึงการแสดงของผู้สร้างสรรค์ ณ ขณะนั้นได้

ตารางที่ 3: Story board ตอนที่ 2 Fear ยิ่งห่างไกลไปยิ่งทำให้รู้สึกกลัว

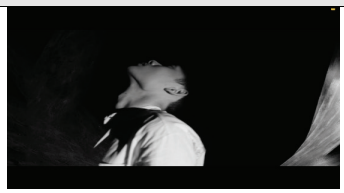
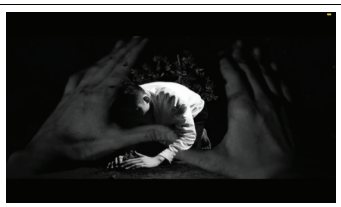
ภาพ	ความหมาย
 **ภาพที่ 6** Story board ตอนที่ 2 ที่มา : รฐกร ปาวรีย์	ผู้สร้างสรรค์เลือกใช้ต้นกล้าแทนความหมายของคุณย่าตอนที่กำลังป่วยหนักซึ่งผู้สร้างสรรค์ต้องเป็นคนคอยดูแล และใช้ประตูแทนความหมายของเส้นทางชีวิต ในขณะนั้นผู้สร้างสรรค์มีความกลัวความสับสนไม่สามารถเลือกหรือตัดสินใจได้ว่าจะอยู่ดูแลคุณย่าและขณะเดียวกันก็มีหน้าที่ที่ต้องทำ และวางภาพของสภาวะสับสนโดยเลือกภาพของตนเองที่เดินแยกออกไปคนละทาง สลับกับภาพต้นกล้าและประตูเพื่อย้ำให้เห็นว่าจะต้องเลือกเทียบเคียงกับความรู้สึกที่เลือกไม่ได้พอจะตัดสินใจเลือกอะไรไปแล้วก็จะเห็นภาพของสิ่งที่ไม่ได้เลือกวนกลับมาให้เห็นซ้ำๆ



ภาพที่ 7 ภาพหลักจากการถ่ายทำ ตอนที่ 2 Fear
ที่มา: รฐกร ปาวรีย์

การตัดต่อวิดีโอนั้นใช้เทคนิคได้แก่ การหมุนวนภาพและการซ้อนภาพดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4: เทคนิคหลักที่ใช้ในการตัดต่อตอน ตอนที่ 2 Fear

เทคนิคการตัดต่อ	ภาพ	ผล
การหมุนวนภาพ	 **ภาพที่ 8** ตัวอย่างการหมุนภาพ ตอนที่ 2 ที่มา : รฐกร ปาวรีย์	เพื่อให้เกิดเป็นภาพพื้นหลังที่กำลังหมุนวนด้านหลังนักแสดงสะท้อนสภาวะของการติดอยู่กับความรู้สึก เคลื่อนไหวตัวไปด้วยความอึดอัดพื้นหลังหมุนอย่างช้า ๆ เป็นคลื่นวนที่กำลังดูดกลืนทุกสิ่ง
การซ้อนภาพ	 **ภาพที่ 9** ตัวอย่างการซ้อนภาพ ตอนที่ 2 ที่มา : รฐกร ปาวรีย์	เพื่อให้เห็นภาพมือที่กำลังดูแลต้นไม้และดูแลตัวเองในขณะเดียวกันเปรียบเสมือนการได้ดูแลคุณย่าเป็นการดูแลความเปราะบางในตัวเองไปด้วยในขณะเดียวกัน

จากกระบวนสร้างสรรค์นั้นสามารถวิเคราะห์ผลงาน ตอนที่ 2 Fear ได้ว่า แก่นความรู้สึกหลักของผลงาน คือ ความรู้สึกกลัว กังวล โดยนำเสนอความรู้สึกที่ได้จากการกลับไปดูแลคุณย่าแล้วอาการป่วยต่างๆ ของท่านก็จะดีขึ้น แต่เมื่ออยู่ห่างไกลกันอาการป่วยของท่านก็จะแย่ลง เป็นความกลัวการสูญเสียที่จะเกิดขึ้น ซึ่งภาพที่เกิดขึ้นในตอนที่ 2 นี้ ผู้สร้างสรรค์เคลื่อนไหวร่างกายอยู่กับต้นคุณนายตื่นสาย เป็นการดูแลและรักษา แต่เมื่อหันไปอีกฝั่งก็จะเจอแสงสว่างส่องผ่านประตู ท่ามกลางความมืด ผู้สร้างสรรค์สร้างเงื่อนไขให้กับตนเองโดยจะต้องเดินเข้าประตูเพื่อจบการแสดง ทำให้เป็นการแสดงออกที่มีความพยาม ความทรมาน การเคลื่อนไหวที่ติดขัด

ผู้สร้างสรรค์ได้เรียนรู้จากกระบวนการสร้างสรรค์ตอน Fear ว่า เราไม่สามารถรักษาใครไว้ในชีวิตได้ตลอดไปและไม่มีใครที่จะอยู่ดูแลเราได้ตลอดไป คุณย่าเป็นทั้งผู้ที่คอยดูแลเราเมื่อยังเด็ก จนตอนนี้ตัวเรากลับเป็นผู้ที่จะต้องกลับมาดูแลท่าน การยอมรับว่าสักวันทุกคนก็จะต้องจากไปเป็นสิ่งที่ยอมรับได้ยากและเจ็บปวด แต่สุดท้ายทุกคนก็ย่อมต้องผ่านช่วงเวลาที่ยากลำบากนี้ การล้มลุกคลุกคลานอยู่ในความเสียใจนี้ที่ควบคุมได้บ้างไม่ได้บ้าง ซึ่งจะเป็นสิ่งที่หลอมให้มนุษย์เข้มแข็งยิ่งขึ้น และจะสามารถลุกขึ้นไปใช้ชีวิตต่อได้ การเรียนรู้ถึงความกลัวที่เกิดขึ้นในความเปราะบางภายในใจนั้นสามารถชนะได้ด้วยความเข้าใจ ซึ่งท้ายสุดแล้วจะกลายเป็นสิ่งที่งดงาม

ตอนที่ 3 Miss ช่วงเวลาที่ย่าจากไป

ช่วงเวลาที่ 3 เป็นการบันทึกความรู้สึกที่คุณย่าเสีย โดยเป็นการบันทึกผ่านการทำงาน เน้นการทำงานกับร่างกายและลมหายใจ การสูญเสีย ความคิดถึง เป็นการเรียนรู้ความรู้สึกเปราะบางที่มีอยู่ในขณะนั้น ถ่ายทอดความรู้สึกปล่อยวางและยอมรับกับความสูญเสียที่เกิดขึ้น ในขั้นตอนการบันทึกนั้น ผู้สร้างสรรค์ได้กลับไปที่บ้าน และได้ทำการบันทึกความรู้สึกผ่านสิ่งของต่างๆ ทั้งสิ่งที่เปลี่ยนไปจากเดิมและสิ่งที่ยังคงเดิม ถ่ายภาพนิ่งสิ่งของที่ส่งผลต่อความรู้สึกของผู้สร้างสรรค์ อาทิ นาฬิกา ซึ่งเป็นนาฬิกาในห้องของคุณย่า แต่ท่านดูนาฬิกาไม่เป็นและมักถามเวลากับผู้อื่นอยู่เสมอ และ ปฏิทินที่แขวนอยู่หน้าห้องคุณย่าซึ่งคุณย่าก็ยังคงบอกวันเวลาลูกหลานผิด ทั้งนาฬิกาและปฏิทิน เป็นแรงบันดาลใจให้นึกถึงคุณย่า ในแง่ระยะเวลา การผ่านไปของเวลา การบอกวันเวลาในอดีตหรือปัจจุบัน



ภาพที่ 10 นาฬิกา และ ปฏิทิน ของคุณย่า
ที่มา: รฐกร ปาวรีย์

ตอนที่ 3 เป็นการถ่ายทอดความรู้สึกของผู้สร้างสรรค์เมื่อพบว่าวันที่ตนเองกลับมาถึง เป็นความรู้สึกที่ได้เผชิญหน้ากับความเจ็บปวดจากการสูญเสีย ในความรู้สึกที่สูญเสียแต่สิ่งที่ไม่เคยหายไปที่ผู้สร้างสรรค์ยังสัมผัสถึงได้ตลอดในหัวใจคือความรู้สึกห่วงใย ความรักของคุณย่าที่เหมือนจะเป็นสิ่งที่คอยดูแลตัวสร้างสรรค์อยู่ทุกๆ ที่ ซึ่งทั้งหมดนี้ก็ได้ถูกนำมาทำเป็น Story board เพื่อลำดับความเข้าใจของแต่ละก้อนความรู้สึกรวมถึงเป็นแผนในการถ่ายทำของแต่ละ Episode เพื่อกำหนดลำดับและฉากที่จะถ่ายทำถ่ายของแต่ละตอนได้อย่างชัดเจน ดังแสดงในตารางที่ 5

การถ่ายทำเป็นการถ่ายเป็นการถ่ายทำนอกสถานที่ ริมน้ำ ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่ผู้สร้างสรรค์ได้ผ่านเรื่องราวและความรู้สึกความเปราะบางมาได้สักระยะหนึ่งแล้ว ทำให้ใช้เวลาในการปะติดปะต่อความรู้สึกค่อนข้างช้า ส่งผลต่อการถ่ายทำที่ได้ดำเนินการ 2 รอบ ใช้สภาวะความรู้สึกเดียวกันตามบทภาพ รอบแรกใส่ชุดเสื้อผ้าใช้ความรู้สึกที่เกิดขึ้นในอดีตในการเคลื่อนไหวร่างกาย รอบที่สองถอดเสื้อและใช้ความรู้สึกในปัจจุบันในการเคลื่อนไหวร่างกาย เพื่อให้เห็นช่วงเวลาเปลี่ยนผ่านของความรู้สึก ระหว่างอดีตกับปัจจุบันการจัดการลำดับการถ่าย ผู้สร้างสรรค์ต้องการให้บรรยากาศมีความสว่างเพื่อสื่อถึงความปล่อยวาง บรรยากาศที่ให้สีโทนเย็นๆ เพื่อสื่อถึงความรู้สึกเหงา ความคิดถึง ในการถ่ายทำผู้สร้างสรรค์พยายามยืดหยุ่นและมองให้เห็นสิ่งที่สามารถทำได้ในขณะนั้นโดยเน้นทำงานกับสภาวะของความรู้สึกที่ยาวนาน

ตารางที่ 5: Story board ตอนที่ 3 Miss เมื่อจากไปก็เหลือเพียง...

ภาพ	ความหมาย
 **ภาพที่ 11** Story board ตอนที่ 3 ที่มา : รฐกร ปาวรีย์	ภาพที่เกิดขึ้นมาจากที่ผู้สร้างสรรค์แทนสภาวะของการสูญเสียเป็นพื้นที่ที่มีความทรุดโทรมมีกิ่งไม้แห้ง ต้นไม้ที่ตายแล้วอยู่รอบ ๆ เพื่อสะท้อนให้เห็นที่การสูญเสียที่อยู่รอบ ๆ ตัว และสุดท้ายตัวเราเองก็ต้องจากไป ใช้ปฏิทิน และนาฬิกา เป็นสัญลักษณ์แทนความหมายของเวลาที่ค่อย ๆ หมดไปแต่ก็ไม่สิ้นสุด ภาพนาฬิกาและปฏิทินใน story board ได้รับแรงบันดาลใจมาจากการบันทึกภาพขณะที่กลับบ้าน โดยผู้สร้างสรรค์เลือกใช้สิ่งที่เคยได้เห็นและมีความทรงจำร่วมกับคุณย่ามาใส่ไว้ในตอนสุดท้ายเพื่อให้เห็นความทรงจำที่มีด้วยกันก่อนจะจากลา โดยใช้น้ำที่แทนความรู้สึกของการพัดพาซึ่งอาจจะพัดพาให้ได้กลับมาเจอกันหรือไม่ได้เจอกันอีกก็ได้และน้ำในความรู้สึกของผู้สร้างสรรค์ก็ให้ความหมายของการปลดปล่อยปล่อยวาง



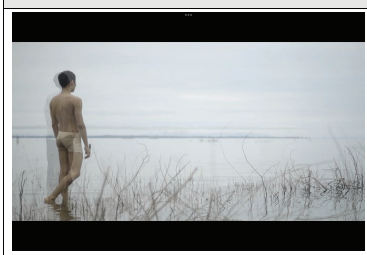
ภาพที่ 12 ภาพหลักจากการถ่ายทำ ตอนที่ 3 Miss
ที่มา: รฐกร ปาวรีย์

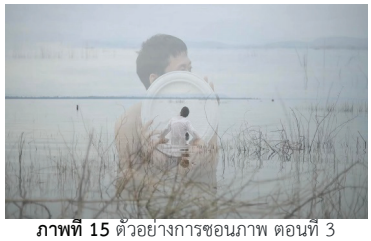
การตัดต่อวิดีโอนั้นใช้เทคนิค ได้แก่ การซ้อนภาพ แสดงในตารางที่ 6 โดยจากกระบวนสร้างสรรค์นั้นสามารถวิเคราะห์ผลงาน ตอนที่ 3 Miss ได้ว่า แก่นความรู้สึกหลักของผลงาน คือ ความรู้สึกคิดถึง โดยนำเสนอสภาวะที่เกิดขึ้นหลังการสูญเสียคุณย่าที่เป็นคนรัก ทำให้เกิดเป็นความรู้สึกคิดถึงนึกถึงความผูกพันที่ต่างๆ ที่มีให้กัน การปล่อยวาง โดยนำเสนอความเข้าใจและการได้เรียนรู้จากสิ่งที่เกิดขึ้น

ว่าความตายเป็นเรื่องธรรมชาติเหลือไว้แต่เพียงความทรงจำและความคิดถึง ภาพที่เกิดขึ้นคือ ผู้สร้างสรรค์เคลื่อนไหวร่างกายท่ามกลางแม่น้ำที่มีความกว้างใหญ่ โดยใช้แรงต้านจากผิวน้ำสัมผัสของลมที่ปะทะเข้ามาใช้ในการเคลื่อนไหวร่างกาย การเคลื่อนไหวมีความสงบช้าและนิ่ง ผู้สร้างสรรค์เกิดความสบายและรับรู้ได้ถึงการปล่อยวางและได้ทบทวนเรื่องราวที่เกิดขึ้น

ผู้สร้างสรรค์ได้เรียนรู้จากกระบวนการสร้างสรรค์ตอน Miss ว่า การจะปล่อยวางความทุกข์ที่เกิดขึ้นนั้น การปล่อยให้น้ำตาไหลออกมาก็สามารถช่วยเจือจางความเสียใจให้เบาลงได้ การยอมรับความเจ็บปวด การสูญเสียและการค่อยๆ ทำความเข้าใจ จะช่วยให้การปล่อยวางทำได้ดีขึ้นในทุกๆ วัน บางครั้ง การจากไปของคนที่เรารักก็ไม่ได้หมายความว่าเขาหายไป เขายังคงอยู่ในความทรงจำของเราเสมอ ยังอยู่ในความคิดถึงและในใจเสมอ การสูญเสียอาจนำพาความเศร้าโศกเสียใจตามมาด้วย แต่ก็ทิ้งความทรงจำดีๆ ที่ทำให้นึกถึงแล้วยิ้มได้ด้วยเช่นกัน ความเปราะบางในความคิดถึงจึงอาจเป็นเรื่องที่ให้ความสุขได้

ตารางที่ 6: เทคนิคหลักที่ใช้ในการตัดต่อตอน โดยใช้วิธีการซ้อนภาพ ตอนที่ Miss

ภาพ	ผล
 **ภาพที่ 13** ตัวอย่างการซ้อนภาพ ตอนที่ 3 ที่มา : รฐกร ปาวรีย์	สภาวะภายในที่ซ้อนอยู่ ผู้สร้างสรรค์ต้องการนำเสนอภาพสภาวะของการปล่อยวางจากเรื่องราวต่างๆ โดยภาพหลักเป็นภาพของผู้สร้างสรรที่กำลังกอดนาฬิกาที่หมายความถึงเรื่องเวลาค่อยๆปล่อยลงให้หายไปในน้ำ เป็นการไม่ยึดติดต่อสิ่งต่างๆในขณะเดียวก็ก็ซ้อนภาพการเคลื่อนไหวที่มีความเป็นอิสระ กว้างขวาง ไร้ความกลัวความกังวลใดๆ เป็นความรู้สึกภายในที่เกิดขึ้นที่ผู้สร้างสรรค์เกิดความปล่อยวางและเรียนรู้ความเปราะบางที่เกิดขึ้น
 **ภาพที่ 14** ตัวอย่างการซ้อนภาพ ตอนที่ 3 ที่มา : รฐกร ปาวรีย์	เพื่อให้เห็นภาพสภาวะภายในที่ซ้อนอยู่ในภาพหลัก ผู้สร้างสรรค์ต้องการนำเสนอภาพสภาวะของการปล่อยวางจากเรื่องราวต่างๆ โดยภาพหลักเป็นภาพของผู้สร้างสรรค์ที่กำลังกอดนาฬิกาที่หมายความถึงเรื่องเวลาค่อย ๆ ปล่อยลงให้หายไปในน้ำ เป็นการไม่ยึดติดต่อสิ่งต่าง ๆ ในขณะเดียวก็ซ้อนภาพการเคลื่อนไหวที่มีความเป็นอิสระ กว้างขวาง ไร้ความกลัวความกังวลใดๆ เป็นความรู้สึกภายในที่เกิดขึ้นที่ผู้สร้างสรรค์เกิดความปล่อยวางและเรียนรู้ความเปราะบางที่เกิดขึ้น

ภาพ	ผล
 **ภาพที่ 15** ตัวอย่างการซ้อนภาพ ตอนที่ 3 ที่มา : รฐกร ปาวรีย์	เพื่อให้เห็นภาพของความรู้สึกที่ติดอยู่ในวังวนความคิดถึง เป็นความคิดถึงที่ไม่รู้จะสิ้นสุดที่ตรงไหนสะท้อนกลับไปตอนที่ได้อยู่กับคุณย่า ท่านไม่สามารถบอกเวลาได้และมักจะถามผู้สร้างสรรค์อยู่เสมอเรื่องเวลาคำว่ากี่โมงแล้วของคุณย่าที่เคยถามเป็นประจำและทำให้ผู้สร้างสรรค์ต้องเดินไปดูนาฬิกามักจะย้ำเตือนความคิดถึงอยู่เสมอ จึงเป็นแรงบันดาลใจที่ผู้สร้างสรรค์ใช้นาฬิกาแต่ไม่มีหน้าปัดที่ไม่บอกเวลา ไม่รู้ว่าตอนไหนเมื่อไร เป็นเพราะคุณย่าที่คอยถามได้จากไปแล้ว ทำให้หน้าปัดในนาฬิกาที่ใช้ในงานว่างเปล่าแต่ซ้อนภาพของตัวเองที่ความรู้สึกความคิดถึงที่บอกได้ว่าจะมีอยู่ตลอดไป

การจัดแสดงสู่สาธารณะ

การจัดแสดงผลงาน Feeling ทั้ง 3 ตอน บนเว็ปไซต์ https://bhenyukhue-performance.com และ https://vimeo.com/showcase/10606955 และมีการนำเสนอนิทรรศการแสดงและวิดีโอเพอร์ฟอร์มานซ์ ภายใต้ชื่อนิทรรศการ “เป็น อยู่ คือ” ตั้งแต่วันที่ 21 - 29 พฤศจิกายน 2565 ช่วงเวลาในการเข้าชมนิทรรศการเวลา 10.00น. - 18.00น. ณ หอศิลป์ คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น โดยในนิทรรศการมีการแสดงผลงานวิดีโอเพอร์ฟอร์มานซ์จำนวน 2 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 Fragile และตอนที่ 2 Fear



ภาพที่ 16 โปสเตอร์ประชาสัมพันธ์ผลงานโปรเจค “เป็น อยู่ คือ (Bhen Yu Khue)”
ที่มา : รฐกร ปาวรีย์

บทสรุป

การสร้างสรรค์งานในครั้งนี้ ทำให้ผู้สร้างสรรค์ได้ทำงานเพื่อเข้าใจกับความรู้สึกเปราะบางในตนเองโดยเฉพาะในตอนสุดท้าย Miss ที่ธรรมชาติโดยเฉพาะคลื่นน้ำนั้นช่วยให้เกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองว่า ทุกสิ่งทุกอย่างที่ผ่านเข้ามานั้นเราทำได้แค่เพียงรับรู้แต่ข้างหน้าก็ยังมีสิ่งต่างๆ รออยู่อีกมากมาย การเข้าไปค้นหาและกล้าเผชิญหน้ากับต่อความเปราะบางทำให้รู้ว่าความเปราะบางนั้นก็เป็นเพียงอารมณ์แบบหนึ่งที่แสนจะธรรมดามีอยู่ก็หายไป ซึ่งกระบวนการของ MbM ทำให้ผู้สร้างสรรค์ได้กลับมาอยู่และทบทวนกับตนเอง ทำให้เห็นที่มาที่ไปของความรู้สึกตนเองมากขึ้น

ผู้สร้างสรรค์ได้เรียนรู้จากกระบวนการสร้างสรรค์ว่าการดูแลความเปราะบางทางใจของคุณย่า ไม่ว่าจะเป็นการแสดงออกทางความรัก การกอด การสัมผัส ทำให้ความเปราะบางทั้งภายในใจของผู้สร้างสรรค์และของคุณย่าดีขึ้น การเปลี่ยนแปลงในครั้งนี้มีความเจ็บปวด แต่ในความเจ็บปวดเหล่านั้นก็เปี่ยมไปด้วยความสุขที่ได้อยู่ใกล้ชิด ทำให้ผู้สร้างสรรค์หันกลับมามองและให้ความสำคัญกับคนที่เรารักมากขึ้น การยอมรับว่าทุกคนก็จะต้องจากไปนั้นเป็นสิ่งที่ยอมรับได้ยากและเจ็บปวด แต่สุดท้ายทุกคนก็ย่อมต้องผ่านช่วงเวลาที่ยากลำบากนี้ ซึ่งจะเป็นสิ่งที่หลอมให้เราเข้มแข็งยิ่งขึ้น บางครั้งการจากไปของคนที่เรารักก็ไม่ได้หมายความหายไปตลอดกาล แต่ยังคงอยู่ในความทรงจำเสมอ การสูญเสียอาจนำพาความเศร้าโศกเสียใจตามมาด้วย แต่ก็ทิ้งความทรงจำดีๆ ที่ทำให้นึกถึงแล้วยิ้มได้ด้วยเช่นกันบางทีความเปราะบางก็เป็นเรื่องที่ให้มีความสุขได้เช่นกัน

การลงมือค้นหาและสำรวจ “ความเปราะบาง” ผ่านการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะทำให้ผู้สร้างสรรค์ได้คิดวิเคราะห์ความรู้สึกของตนเอง ซึ่งไม่มีใครสามารถทำแทนได้ การใช้วิดีโอเพอร์ฟอร์มานซ์ทำให้เหมือนเป็นการจดบันทึกบทเรียนสิ่งที่ได้พบเจอและสิ่งที่ได้เรียนรู้บางครั้งการปฏิบัติทำให้เราเข้าใจบทเรียนต่างๆ ได้ดีแต่การบันทึกและกลับมาทบทวนซ้ำมันทำให้เราเข้าใจบทเรียนนั้นได้ลึกซึ้งขึ้น เช่น การทำงานกับวิดีโอเพอร์ฟอร์มานซ์ การทำงานกับเทคนิคตัดต่อภาพช่วยสะท้อนความรู้สึกได้เป็นอย่างดีทำให้เห็นตัวเองจากการทำงานทั้งตอนที่ลองไปทำไปสำรวจความรู้สึกในขณะนั้นและถอดตัวเองออกมาดูและลำดับภาพ ก็ทำให้เราได้เห็นตัวเองได้ชัดเจนขึ้น อีกทั้งผู้สร้างสรรค์ได้เรียนรู้การทำงานที่อาศัยความยืดหยุ่นในการทำงาน

ได้ฝึกเป็นนักแสดง ได้ท้าทายตนเองและฉีกกรอบเดิมๆ ที่เคยเป็น เพื่อให้ตัวเองมีความกล้าในการใช้ชีวิต และไม่กลัวที่ตัวเองจะรู้สึกเปราะบาง

ผู้สร้างสรรค์พบว่า ความอ่อนไหวง่ายและไวต่อความรู้สึกนั้น ยังส่งเสริมและเป็นจุดแข็งในการสร้างสรรค์ผลงาน Feeling เนื่องจาก ความรู้สึกนั้นเป็นคุณสมบัติสำคัญที่ทำให้ผู้สร้างสรรค์ได้จินตนาการ ความอ่อนไหวทำให้ความรู้สึกนั้นทำงานได้เร็วและแตกแขนงความรู้สึกออกมาได้มากขึ้น ช่วยให้เห็นภาพที่มีความแปลกใหม่ที่อาจเกิดจากความรู้สึกเล็กๆ น้อยๆ ที่หลายคนอาจจะมองข้ามไป ทำให้ผู้สร้างสรรค์มีช่องทางและมีตัวเลือกในแง่ของภาพที่จะนำเสนอได้มาก สามารถลงรายละเอียดและขยายให้มีความลึกซึ้งได้มากยิ่งขึ้น และทำให้ค้นพบสิ่งที่ต้องการจะนำมาเล่าหรือนำเสนอได้มากขึ้น และเนื่องจากพื้นฐานของบุคคลที่อ่อนไหวง่ายมักจะเห็นความเจ็บปวดของตัวเองได้ชัดเจน จึงเป็นอีกข้อได้เปรียบหนึ่งที่จะสามารถนำเอาความรู้สึกเหล่านั้นในฐานะวัตถุดิบในการสร้างสรรค์ผลงาน โดยเปรียบเทียบหรืออธิบายให้เห็นได้ว่าความเจ็บปวดที่เกิดขึ้นนั้นมีลักษณะของภาพเป็นอย่างไร ดังนั้นความอ่อนไหวและความเปราะบาง กลับกลายเป็นจุดแข็งในการสร้างสรรค์ผลงานชิ้นนี้ให้มีความโดดเด่น เป็นงานภาพที่มีความเป็นตัวของตัวเองมีความสวยงามและถูกจัดองค์ประกอบมาอย่างดี

บทสรุปของผลงานชิ้นนี้เป็นการบันทึกความรู้สึกของความเปราะบางในช่วงระยะเวลาหนึ่งที่ทำให้เห็นถึงความกลัว ความคิดถึง ความสูญเสีย ของมนุษย์คนหนึ่งซึ่งทำได้เพียงรับรู้ เห็น เข้าใจและก็ปล่อยวาง เพราะปรากฏการณ์ทั้งหมดนี้คือชีวิต เพราะยังมีลมหายใจถึงได้รับรู้ การบันทึกความรู้สึกเปราะบางในครั้งนี้ เป็นเพียงอีกบทเรียนหนึ่งซึ่งยังมีอีกหลายบทเรียนข้างหน้า ความสูญเสียที่รออยู่ข้างหน้าแต่อย่างน้อยก็ทำให้เข้าใจและรับมือต่อสิ่งที่จะตามมาได้

เอกสารอ้างอิง

ธนัชพร กิตติก้อง. (2562). การขยายประสบการณ์ภายในของตัวละครด้วยวิธีปฏิบัติภาวนาทางพระพุทธศาสนา : กรณีศึกษาตัวละคร นาก จาก Land & Skin: The Ballad of Nak PhraKhanong. **วารสารวิจิตรศิลป์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 10**(1), 345-392.

ธนัชพร กิตติก้อง. (2563). **การแสดง/Performance: ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับเพอร์ฟอร์มานซ์.** ขอนแก่น : คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

จรวยพร ศรีศศลักษณ์. (2556). **กลุ่มเปราะบาง (Vulnerable Groups) คือใคร มีข้อพิจารณาด้านจริยธรรมอย่างไร.** ค้นหาเมื่อ 23 เมษายน 2565 จาก https://shorturl.asia/D7im2

วรภัทร วีรพัฒนคุปต์. (2563). **ความเหลื่อมล้ำ ประชากรกลุ่มเปราะบาง สิทธิมนุษยชน.** ค้นหาเมื่อ 23 เมษายน 2565 จาก http://ucl.or.th/?p=3495

นงลักษณ์ กลิ่นพุดตาน. (2565). **บทบาทพยาบาลในการดูแลผู้สูงอายุที่บ้านที่มีความเปราะบาง.** ค้นหาเมื่อ 23 เมษายน 256 จาก https://shorturl.asia/MzcVy

นิลุบล สุขวนิช (2559). **คิดมาก อ่อนไหวง่าย ไวต่อความรู้สึก คุณอาจจะเป็น Highly Sensitive Person(HSP).** ค้นหาเมื่อ 24 เมษายน 2565 จาก https://shorturl.asia/xg8ES

Artistic movement. (2009). **VIDEO ART.** ค้นหาเมื่อ 23 เมษายน 2565 จาก https://www.designer.co.th/1251

Csikszentmihalyi, M. (2013). **Creativity: Flow and the Psychology of Discovery and Invention.** New York: Harper Perennial.

Lissom logistics. (2022). **10 ประเภทสินค้า (SPECIAL CARGO) ที่ต้องดูแลเป็นพิเศษที่ขนส่งทางเครื่องบิน.** ค้นหาเมื่อ 24 เมษายน 2565 จาก https://shorturl.asia/xg8ES