

# เรื่อง เล่น “เห็น” ตัวเอง

ศักดิ์ชัย เอี่ยมกระสินธุ์<sup>1</sup>

<sup>1</sup> อาจารย์ศิลปะการแสดง แขนงวิชานาฏศิลป์ไทย คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา  
sakchai.ia@ssru.ac.th

## บทคัดย่อ

โลกทัศน์ที่เรามีต่อ “นักแสดง” เป็นอย่างไร พวกเขาเป็นคนที่กล้าแสดงออก เป็นคนอ่อนไหวในเรื่องของอารมณ์ ความรู้สึก หรือในมุมมองหนึ่งพวกเขาอาจเป็นคนที่เราควรระแวงระวังว่า เขากำลัง “แสดง” บางอย่างต่อหน้าเรา หรือภาพที่เราเห็นคือ “ตัวตน” ของเขาอย่างจริงแท้กันแน่ กลับกัน ในโลกของศาสตร์การแสดง นักแสดงคือกลุ่มคนที่ทำงานกับการเดินทางเพื่อสำรวจ ยอมรับ น้อมนำประสบการณ์ภายในตนเองเพื่อมาใช้เทียบเคียงกับสิ่งที่ตัวละครกำลังพบเจอ จากนั้นจึงแสดงออกมาเป็น “การแสดง” ที่พวกเราได้เห็นกัน ดังนั้น ในวิถีทางของนักแสดงเปรียบเสมือนนักเดินทางที่ย้อนกลับเข้าไปสำรวจ ใคร่ครวญ เผชิญหน้ากับมิติภายในของตนเองครั้งแล้ว ครั้งเล่า แนวคิดดังกล่าวนี้ได้เริ่มขึ้นในช่วงหลังที่การเรียนรู้มิติภายในของมนุษย์ได้รับความนิยมน แต่หากครูบาอาจารย์การแสดงหลายต่อหลายท่านต่างอธิบายและเชื่อมโยงการทำงาน of นักแสดงสู่โลกภายในมานานแล้ว เพียงแต่ยังไม่ได้มีการบัญญัติศัพท์เรื่องของมิติภายในของมนุษย์ไว้ในศาสตร์การแสดง ตลอดจนถึงไม่ได้มีการบูรณาการศาสตร์การแสดงและการเรียนรู้มิติภายในของมนุษย์เข้าไว้ด้วยกัน บทความชิ้นนี้จะชวนให้ผู้อ่านได้ร่วมเรียนรู้ไปพร้อมกันว่า นักแสดงทำงานกับมิติภายในของตนเองได้อย่างไร ด้วยวิธีการใด และการแสดงมีมนต์เสน่ห์อย่างไร ทำไมการแสดงถึงเป็นเครื่องมือสำรวจมิติภายในของมนุษย์ที่มีคุณค่าและทรงพลังมากที่สุดเครื่องมือหนึ่ง ผู้วิจัยได้ค้นคว้าเอกสาร ตำราการสอนของครูทางการแสดงหลายท่าน อาทิ สดใส พันธุมโกมล ตรีดาว อภัยวงศ์ Konstantin Stanislavski อีกทั้งผู้วิจัยได้สังเคราะห์เส้นทางการเรียนรู้ของผู้ที่สนใจการเรียนรู้มิติภายในของมนุษย์ เพื่อแสดงให้เห็นการเทียบเคียงกับการทำงานของนักแสดงไว้ในบทความชิ้นนี้ ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่า บทความนี้จะช่วยให้ผู้อ่านมีความเข้าใจในวิถีการทำงานด้านในของนักแสดงได้

**คำสำคัญ :** การแสดง มิติภายใน โลกภายในของนักแสดง

## Abstract

What is an individual's impression of the "Actors"? Particular individuals may perceive the actors as confident, assertive, or potentially gifted. However, some individuals may regard the actors with caution because of the uncertainty in the authenticity of their expressions and the images they have constructed as their true selves. Conversely, the term "actors" may refer to a collective of individuals required to work with exploratory expeditions. The individuals engage with accepting and embracing their inner experiences, particularly emotions, to coincide with the characters they are embodying. Subsequently, it all together manifests as a theatre production we have witnessed. In a sense, actors may be compared to travelers who embark on a journey of self-exploration, contemplation, and confrontation. This notion did not emerge solely after the emergence of the study of human contemplation. Rather, numerous acting teachers in Thailand have long defined and established a correlation between the art of acting and the internal world. During that period, the field of acting had not yet developed terminology to describe the internal dimensions of human nature, nor had it fully explored the connection between performing and the exploration of the inner self. This article aims to invite readers to explore the process by which actors explore their inner selves during work. Collectively, we will explore the enchanting nature of the show. The show is widely regarded as a highly valuable and influential medium for exploring the inner dimensions of human nature. The researcher examined a range of teaching textbooks authored by renowned acting gurus, namely Sodsai Pantoomkomol, Treedao Apaiwong, and Konstantin Stanislavski. The researcher has conducted a synthesis of the learning paths pursued by individuals interested in exploring their inner selves to establish a comparison with the work undertaken by actors. The researcher hopes for this article to aid readers' comprehension of the inner work of an actor's profession.

**Keywords:** Performance, Inner self, The Actor's inner self

## บทนำ

เมื่อผู้คนทั่วไปได้ยินคำว่า “การแสดง” โลกทัศน์ของแต่ละบุคคลที่เกิดขึ้นจากประสบการณ์ชีวิต สภาพสังคม การศึกษา การเลี้ยงดู ความเป็นตัวตนของแต่ละคนต่างเริ่มให้ความหมายว่าการแสดงตามความเข้าใจของแต่ละคนอย่างเป็นอัตโนมัติ บ้างว่าเป็นการลอกเลียนแบบ การสวมความเป็นคนอื่น บ้างว่าเป็นการละวางตัวตนเพื่อเปิดพื้นที่ให้ตัวละครปรากฏขึ้นตามบทประพันธ์ บทวรรณกรรมออกมาสู่โลกอีกใบ บ้างว่าเป็นความสนุกสนาน ตลกขำขัน การแสดงถูกให้คำรวมไปถึงการทำกิจกรรมที่สนุก ขบขัน ไม่เคร่งเครียด หรือจริงจัง ละครคือกิจกรรมที่สามารถเรียกเสียงหัวเราะและความผ่อนคลายให้แก่ผู้พบเห็น รวมถึงอาจสร้างความเก๋อเงินให้ผู้แสดงมือใหม่ ๆ ที่ไม่คุ้นชิน และสุดท้ายการแสดงอาจมีไว้เพื่อความบันเทิงไม่บทบาทใดก็บทบาทหนึ่งเพียงเท่านั้น โลกทัศน์เหล่านี้ได้เชื่อมโยงและนำไปสู่การตั้งคำถามมากมายต่อผู้ประกอบการอาชีพที่เกี่ยวข้องกับการแสดงอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ครั้งแล้ว ครั้งเล่า ซ้ำแล้วซ้ำเล่า ผ่านเวลานับนานหลายสิบปี “อาชีพแต่นกิน รำกิน” “การจะเป็นนักแสดงได้ ต้องหน้าตาดี มีพรสวรรค์ ร้องให้เก่ง ๆ” หรือแม้แต่ “เรียนละคร จบแล้วจะทำอะไรกิน” หลากหลายทัศนคติที่ประกอบร่างสร้างให้อาชีพนักแสดง กลายเป็นอาชีพในฝันของใครหลายคนที่ดูง่าย สบาย และไม่จำเป็นต้องใช้ทักษะใด ๆ ที่ยากลำบากมากนัก (วรศักดิ์ มหัทธโนบล, 2550) เมื่อเทียบกับรายได้ที่จะได้มาจากอาชีพนักแสดง

ขณะเดียวกัน ในมุมมองของโลกแห่งศิลปะการแสดง ครูหลายท่านให้ความหมายของคำว่า การแสดงไว้ว่า ว่า “การแสดง คือ การไม่แสดง” การแสดงที่ดี หมายถึง การสะท้อนความเป็นชีวิตที่จริงแท้ และธรรมชาติของมนุษย์ ผ่านความคิด ความเชื่อ คุณค่าของการมีชีวิต ตลอดจนแรงขับเคลื่อนและแรงจูงใจอันเป็นสาเหตุของการกระทำต่าง ๆ ของมนุษย์ ครู อาจารย์ผู้บุกเบิกด้านการแสดงหลายต่อหลายท่านในประเทศไทย อาทิ รองศาสตราจารย์ สดใส พันธุมโกมล อาจารย์ตรีดาว อภัยวงศ์ อาจารย์นพมาศ ศิริกายะ หรือแม้แต่ Konstantin Stanislavski ต่างเห็นพ้องไปในทางเดียวกันว่า พื้นฐานที่สำคัญประการหนึ่งของการจะเป็นนักแสดงที่ดี คือ นักแสดงจะต้องสามารถทำความเข้าใจในตัวตนของตนเอง ตลอดจนตัวละครที่ตนกำลังจะสวมบทบาทอย่างเกิดความเข้าใจอย่างถ่องแท้ เพื่อให้นักแสดงเองได้เห็นถึงความต้องการของตัวละครที่แตกต่างกันไปในแต่ละบทบาท การฉายภาพของตัวละครที่มีความคิดเป็นเหตุเป็นผล อันจะนำไปสู่การกระทำการตัดสินใจ คำพูดของตัวละครที่สะท้อนความต้องการที่ชัดเจน ไม่เลื่อนลอย ส่งผลให้คนดูเกิด “ความเชื่อ” ในตัวละครอย่างไร้ข้อสงสัย เหล่านี้นับเป็นปัจจัยสำคัญอย่างยิ่งที่จะทำให้นักแสดงสามารถเป็น “ตัวละคร” ที่ถ่ายทอดเรื่องราว สารต่าง ๆ ที่ตัวละครต้องการสื่อไปถึงผู้ชมได้อย่างราบรื่นและทรงประสิทธิภาพได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

บทความชิ้นนี้ทำหน้าที่เป็นเพียงสื่อกลางที่จะอธิบายถึงวิธีการทำงาน คุณค่า ความหมาย ตลอดจนมุมมองที่เกี่ยวข้องกับตัวตนและจิตวิญญาณ ความคิด ความรู้สึกของผู้ที่เรียกตนเองว่านักแสดง ผ่านทัศนะและมุมมองของผู้เขียนซึ่งได้ใช้เวลาอยู่กับ “ศาสตร์การแสดง” มามากกว่า 20 ปี ทั้งในบทบาทของนักแสดง ผู้กำกับ การแสดง ครูสอนศิลปะการแสดงที่ประยุกต์ใช้ทฤษฎีการเรียนรู้มิติภายในของมนุษย์ รวมถึงผู้เขียนได้ศึกษาศาสตร์ด้านละครและการแสดงโดยตรงทั้งในระดับปริญญาตรี ปริญญาโท และอยู่ระหว่างการศึกษาคือหลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาศิลปะการแสดง รวมถึงการเป็นอาจารย์พิเศษใน

หลักสูตรการแสดงต่าง ๆ ปัจจุบันผู้เขียนได้ดำรงตำแหน่งอาจารย์สอนศิลปะการแสดงในแขนงวิชานาฏศิลป์ไทย คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา และเป็นอาจารย์พิเศษในหลักสูตรการแสดงต่าง ๆ บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสะท้อนให้สังคมได้เห็นถึงบทบาทและการทำงานของนักแสดง ในมุมมองของนักเดินทางที่ออกสำรวจโลกภายในครั้งแล้ว ครั้งเล่า เที้ยวแล้ว เที้ยวเล่าอย่างไม่มีวันจบสิ้น ผู้เขียนหวังเป็นอย่างยิ่งว่าผู้อ่านจะได้เห็นภาพการทำงานที่แท้ของนักแสดงไม่มากก็น้อย

## ละครคืออะไร

ศาสตร์การแสดงเป็นศิลปะแขนงหนึ่งที่อยู่คู่กันคนไทยมาอย่างช้านาน ประเทศไทยคุ้นเคยกับศาสตร์การแสดงผ่านคำว่าละครบ้าง การแสดงบ้าง แต่ไม่ว่าจะใช้คำเรียกหรือนิยามใด แก่นสาระสำคัญต่างล้วนมุ่งไปสู่ศาสตร์การแสดงเช่นเดียวกัน ด้วยคนไทยมีนิสัยรักความสนุกสนาน ชื่นชอบความบันเทิง การพบปะสังสรรค์ ศิลปะด้านการแสดงจึงอยู่คู่สังคมไทยมานานแสนนาน ศิลปะการแสดงของไทยมีเอกลักษณ์แตกต่างกันไปตามยุคสมัย พัฒนามาเป็นการแสดงทางนาฏศิลป์ที่มีแบบแผน มาตรฐานและเป็นเอกลักษณ์ ซึ่งในการแสดงด้านนาฏศิลป์ ผู้แสดงต้องอาศัยการฝึกฝนในด้านร่างกายให้มีความอ่อนช้อย งดงาม รวมถึงการใช้ทักษะการจดจำท่ารำจากครูผู้สอนที่ถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่น อาจไม่ได้มีการใช้ทักษะด้านการแสดงในด้านอารมณ์ สีหน้า และการกระทำอื่น ๆ มากมายนัก จนศิลปะการแสดงของไทยเข้าสู่ยุคสมัยของการละครทางเลือกที่เปลี่ยนแปลงไป วัฒนธรรมละครของตะวันตกเข้ามาอิทธิพลในการแสดงของไทยมากขึ้น การแสดงละครตามแบบนาฏศิลป์ไทยเริ่มมีการลดทอนท่าทาง ท่ารำในเชิงนาฏศิลป์ กลายเป็นการแสดงที่ใช้ภาษา คำพูด ลักษณะท่าทางที่เป็นชีวิตจริง ๆ ของคนทั่วไปมากขึ้น ก่อให้เกิดเป็นศิลปะการแสดงที่เข้ามามีบทบาทชัดเจนคู่ขนานไปกับการแสดงในด้านนาฏศิลป์ตามที่เราเห็นได้ในปัจจุบัน

ละครและการแสดงถูกนำเสนอในมุมมองแทนสายตาผู้ชมที่เฝ้ามองการกระทำและการดำเนินชีวิตของตัวละคร ราวกับการสลายผนังห้องที่เป็นสี่ด้านให้เหลือเพียงสามด้าน ผู้ชมจึงเป็นเสมือนผู้สังเกตการณ์ชีวิตของตัวละครอย่างใกล้ชิด Denis Diderot (1713-1784) นักการละครชาวฝรั่งเศสได้ให้ความหมายเกี่ยวกับพื้นที่หรือเวทีละครว่า เป็นประหนึ่ง "ห้อง" ที่มีผนังด้านหนึ่งโปร่งใส ให้ผู้ชมได้มองทะลุเข้าไปในห้องนั้นที่มีละครชีวิตดำเนินอยู่ ผู้ชมจึงเป็นเสมือนผู้เห็นเหตุการณ์ที่ราวกับว่าได้เกิดขึ้นจริงบนเวทีละคร ซึ่งแนวคิดดังกล่าวอาจฟังดูไม่คุ้นหูและไม่เข้าใจนักสำหรับคนทั่วไปหรือผู้ชม แต่ในมุมมองของนักแสดงและผู้ที่ถูกคลุกคลีในศาสตร์ด้านการแสดงต่างเข้าใจเป็นอย่างดี (ประชาไท, 2547) ดังนั้น การนำเสนอละครผ่านตัวละคร (character) จึงเป็นช่องทางสำคัญที่ผู้ชมหรือผู้รับสารจะได้รับสิ่งหนึ่งสิ่งใดที่ละครต้องการนำเสนอโดยการถ่ายทอดผ่านตัวละครที่ปรากฏในการแสดง

ศาสตราจารย์เอ็ดเวิร์ด เอ โรท์ ได้อธิบายถึงการทำงานของละครที่มีต่อผู้ชมไว้ด้วยกัน 5 ประการ (แปลโดย นพมาส ศิริกายะ, 2525 อ้างถึงใน ชุตินา มณีวัฒนา, 2558) ได้แก่

1. **ละครต้องมีแรงดึงดูดใจต่อคนทั้งหมด** ไม่ใช่เพียงกลุ่มบุคคล หมายถึง ละครจะต้องสามารถทำงานได้กับคนดูทั่วไป มิใช่เพียงคนใดคนหนึ่ง ละครจะต้องตอบสนองด้านอารมณ์ ความรื่นรมย์ หรือ

ความบันเทิงใจ แต่ต้องไม่ลืมความเป็นศิลปะและละครเองควรตอบสนองสังคมและสื่อความหมายไปให้ถึงสังคมด้วย

2. ละครต้องให้ปราบการณ์ทางอารมณ์แก่คนดู หมายถึง ละครควรสร้างอารมณ์ร่วมให้คนดู และสามารถสร้างแรงบันดาลใจให้กับคนดูได้ไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง

3. ละครจะทำให้คนดูรู้จักชีวิตมากกว่าจะเรียนรู้ได้ในชีวิตจริงในเวลาเท่ากัน กล่าวคือ เมื่อคนดูใช้เวลาในการชมละคร คนดูจะได้เรียนรู้และได้รับบทเรียนและสัจธรรมที่ละครนั้นนำเสนอ ซึ่งการเรียนรู้เหล่านี้อาจใช้เวลานานในชีวิตจริง

4. ละครจะดูเหมือนจริงในขณะที่สร้างภาพลวงชีวิตขึ้นมา หมายถึง ศิลปะของการดูเหมือนจริงมากกว่าเป็นจริงเสียทีเดียว

5. ละครสร้างภาพลวงที่จะต้องเป็นภาพที่มีความจริง และคนดูจะต้องเชื่อ อย่างน้อยก็ในขณะที่ดูอยู่ หมายถึง ละครต้องทำให้คนดู “เชื่อ” ในสิ่งที่เห็นหรือชมอยู่แม้จะเป็นแค่เพียงช่วงเวลาหนึ่งก็ตาม ซึ่งหากมองและพิจารณาดี ๆ คนดูอาจเห็นความเป็นไปไม่ได้หลาย ๆ อย่างในละครแต่บางครั้งความเป็นไปไม่ได้เหล่านี้ ก็จำเป็นที่จะต้องถูกมองข้ามไป

## การแสดงและมายาคติในสังคมไทย

ในขณะที่แวดวงวิชาการทางด้านศิลปะการแสดงต่างค้นหาแนวคิด ทฤษฎี เพื่อยกระดับให้การแสดงเป็นศาสตร์ที่เป็นองค์ความรู้ที่มีคุณค่า ดังจะเห็นได้จากการที่สถาบันการศึกษาในระดับอุดมศึกษามากมายได้มีการเปิดสอนหลักสูตรศิลปะการแสดงในระดับปริญญาตรีภายใต้ชื่อที่แตกต่างกันออกไป อาทิ หลักสูตรศิลปกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาศิลปะการแสดง มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, สาขาวิชาศิลปะการแสดง คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพ, ภาควิชาศิลปะการแสดง คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพ, สาขาวิชาการละคร คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ภาควิชาวาทวิทยาและสื่อสารการแสดง คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ภาควิชาศิลปะการละคร คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, สาขาวิชาการละคร คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, สาขาวิชาละครเพลง วิทยาลัยดุริยางคศิลป์ มหาวิทยาลัยมหิดล, แขนงศิลปะการละคร สาขาวิชาศิลปะการแสดง คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา เป็นต้น แต่ในมุมมองของผู้คนทั่วไปในสังคมไทย ยังคงมีภาพจำและมายาคติว่าการแสดงเป็นเพียงแค่เรื่องของ การสร้างความบันเทิง การใช้ภาพลักษณ์ หน้าตาในการสร้างอาชีพและรายได้ อาชีพนักแสดงอาจไม่ใช่วิชาชีพที่จะสร้างความมั่นคงในการทำงานให้กับอนาคตให้ได้มากนักหากเปรียบเทียบกับวิชาชีพอื่น ๆ ในสังคม เนื่องจากอาชีพนักแสดงดูเหมือนจะเป็นการทำงานที่ฉาบฉวย อาศัยการท่องจำบท และแค่ “แสดง” ออกมาแค่เพียงเท่านั้น ไม่เว้นแม้แต่ตัวผู้เขียนเอง

ผู้เขียนได้ตัดสินใจเข้าศึกษาต่อในระดับปริญญาตรี หลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชานาฏศิลป์และการละคร ในปี 2543 ในคณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ท่ามกลางเสียงบ่นและทัศนคติที่แสดงถึงความไม่พึงใจนักของครอบครัวที่หวังในผู้เขียนเรียนต่อในสายวิชาชีพหรือสายการบริหาร

“เรียนจบไป จะทำอะไรกัน”

“จะเรียนละครให้ได้อะไรขึ้นมา”

การถูกตั้งคำถามในลักษณะนี้ไม่ได้เกิดขึ้นเฉพาะคนในครอบครัวของผู้เขียนเท่านั้น คนรอบตัวของผู้เขียนทั้งเพื่อน ญาติ อาจารย์ในหลักสูตรมัธยมปลาย ล้วนที่จะมีคำถามต่อการเรียนละครของผู้เขียน การพบเจอคำถาม (และต้องพยายามหาคำตอบ) เช่นนี้เกิดขึ้นมากมายหลายครั้ง ต่างกรรม ต่างวาระ ผ่านความหลากหลายของผู้คนและช่วงเวลา แต่สิ่งหนึ่งที่ยังคงเป็นแก่นแกนสำคัญของคำถามคือ การแสดงให้เห็นถึงทัศนคติของผู้คนทั่วไปที่มีต่อเรื่องของการแสดงว่า การแสดงเป็นเรื่องของความบันเทิง และอาจไม่ใช่อาชีพในอุดมคติที่คนทั่วไปหวังจะให้คนใกล้ชิดหรือคนที่เป็นที่รักมาจับใช้เพื่อดำรงชีพ เพราะหาความแน่นอนในอนาคตได้ยากกว่าเมื่อเทียบกับวิชาชีพอื่น ๆ

### กระบวนการละคร: เส้นทางเรียนรู้ด้านในของนักแสดง

ในช่วงเวลาที่ผู้เขียนได้เข้าศึกษาศาสตร์การแสดงในระดับปริญญาตรีนั้น ผู้เขียนได้ค้นพบว่ากระบวนการเรียนรู้ ฝึกฝน และการทำงานของนักแสดงมีขั้นตอนมากมายทั้งในส่วนของการศึกษาทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการแสดงในมิติต่าง ๆ ศิลปะแขนงต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น วิจารณ์ศิลป์ ทัศนศิลป์ วรรณกรรม ดุริยางคศิลป์ การคัดเลือกบทละครและนักแสดงที่เหมาะสม การตีความ วิเคราะห์บทเพื่อทำความเข้าใจตัวละคร การซ้อม ท่องจำบท และอื่น ๆ อีกมากมาย ที่จำเป็นต้องอาศัยการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรงของผู้เรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในกระบวนการการทำงานของนักแสดง มีกระบวนการและขั้นตอนมากมายที่จะนำไปให้ผู้แสดงให้เกิดความเข้าใจเพื่อที่จะสามารถสวมบทบาทเป็นตัวละครนั้น ๆ ได้อย่างสมบูรณ์ที่สุด เช่น การวิเคราะห์ตัวละครจากบทละคร นพมาศ ศิริกายะ (2528, น. 30) ได้อธิบายถึงการวิเคราะห์ตัวละครไว้ว่า ควรพิจารณาตัวละครจาก 4 ระดับ ได้แก่

**ลักษณะภายนอก** หมายถึง รูปร่าง หน้าตา เพศ อายุ ความสูง ต่ำ ดำ ขาว ซึ่งบางครั้งผู้ประพันธ์มิได้มีการระบุไว้อย่างชัดเจนถึงลักษณะดังกล่าว อาจเพราะไม่ใช่ส่วนสำคัญของการดำเนินเรื่อง แต่ในขณะที่เดียวกันลักษณะของตัวละครจะต้องปรากฏอย่างเด่นชัดเมื่อนำมาแสดง และนักแสดงจะต้องสามารถทำให้ตัวละครดังกล่าวมีชีวิตสมจริงได้บนเวที

**ลักษณะทางสังคม** หมายถึง ฐานะ อาชีพ ศาสนา ความเกี่ยวพันในครอบครัวและทุกสิ่งทุกอย่างในด้านสภาพแวดล้อมของตัวละคร

**ลักษณะทางจิตวิทยา** หมายถึง นิสัย ทัศนคติ ความมุ่งหวัง ความปรารถนา ความชอบ ไม่ชอบเกลียด รัก ซึ่งเป็นลักษณะของจิตใจทั้งทางอารมณ์และทางปัญญา ลักษณะของ ตัวละครในด้านจิตวิทยานี้เป็นการสร้างตัวละครที่สำคัญที่สุด เพราะความรู้สึกนึกคิดของตัวละครนั้นจะส่งผลต่อการกระทำและการแสดงออกของตัวละครได้มากกว่าลักษณะทางด้านอื่น ๆ

**ลักษณะทางคุณธรรม** หมายถึง ลักษณะนี้จะพบมากในละครโศกนาฏกรรม (Tragedy) เนื่องจากเป็นละครที่ให้ความสำคัญเรื่องของจริยธรรมของมนุษย์เป็นลำดับแรก

เมื่อนักแสดงผ่านกระบวนการวิเคราะห์ตัวละครจากมิติภายนอกแล้ว นักแสดงยังจำเป็นที่จะต้องศึกษา ทำความรู้จักกับนิสัยใจคอ ทำทางการแสดงออก แรงจูงใจอันเป็นสาเหตุของการกระทำ ตลอดจนการหาความต้องการสูงสุดในชีวิตของตัวละคร (super objective) ให้มีความชัดเจนมากที่สุดเท่าที่จะทำได้ จากนั้น นักแสดงยังจำเป็นต้องค้นหาเครื่องมือที่จะใช้ในการพาตัวเองไปสู่การเป็นตัวละคร นักแสดงจำเป็นที่จะต้องใช้วิธีการเทียบเคียงประสบการณ์ที่ผ่านมาในชีวิต การเทียบเคียงอารมณ์ เพื่อให้สามารถเกิดการเทียบเคียงความรู้สึกของตัวละครและตนเอง นักแสดงจำเป็นต้องใช้กระบวนการการใคร่ครวญผ่านการทำสมาธิ จินตนาการ เพื่อดำดิ่งลงไปในความทรงจำของตนเอง ประการสำคัญคือ เมื่อนักแสดงได้เข้าสู่กระบวนการ workshop และได้พบเจอเหตุการณ์ ประสบการณ์ชีวิต หรืออารมณ์ที่สะท้อนความมั่นคงภายในใจของตนเองแล้ว เช่น อารมณ์โกรธ เศร้า เสียใจ คิดถึง เจ็บปวด นักแสดงจำเป็นที่จะต้องเผชิญหน้ากับสภาวะอารมณ์ดังกล่าวของตนเองครั้งแล้วครั้งเล่า ต้องยอมรับกับสิ่งที่ตนเองพบเจออย่างศิโรราบและไร้ข้อกังขาต่ออารมณ์หรือประสบการณ์ชีวิตนั้น ๆ เพื่อที่จะสามารถนำสิ่งที่พบเจอนั้น มาใช้เป็นวัตถุดิบสำคัญในการเทียบเคียงสภาวะภายในที่ตนเองพบเจอเพื่อเทียบเคียงและนำไปใช้กับตัวละครที่ตนเองสวมบทบาทพบเจอในบทละครต่อไป

การสืบค้น ย้อนทวน ใคร่ครวญสภาวะภายในของตนเองถือเป็นอีกหนึ่งเครื่องมือทางเลือก ที่จะช่วยให้นักเรียนการละครสามารถนำมาใช้ได้เมื่อต้องทำงานกับตัวละครที่มีความท้าทายโดยเฉพาะกับการทำงานของนักแสดง ซึ่งเป็นเครื่องมือที่กำลังได้รับความนิยมจากนักแสดงจำนวนไม่น้อย (สัมภาษณ์, รัชสิมา อิทธิพรวนิชย์, พศจิกายน 15, 2565) สอดคล้องกับ สวนีย์ อุทุมมา นักแสดง ผู้กำกับละครเวที นักเขียนบท โปรดิวเซอร์ ผู้ได้รับรางวัลนักแสดงสมทบหญิงยอดเยี่ยม ภาพยนตร์เรื่อง "ร่างทรง" จากงานประกาศรางวัลคมชัดลึก อวอร์ด ครั้งที่ 18 ได้ให้ข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ไว้ตอนหนึ่งว่า นักแสดงจำเป็นที่จะต้องเรียนรู้เพื่อให้ได้มาซึ่งเครื่องมือหรือทักษะที่จะนำไปใช้ในการแสดงที่หลากหลายเพื่อนำไปปรับใช้ในการแสดงของตนเอง เพราะนักแสดงไม่อาจรู้ล่วงหน้าได้ว่า ต้องใช้เครื่องมือใดในช่วงเวลาใดของการทำงาน เพราะฉะนั้น นักแสดงจึงต้องมีเครื่องมือที่พร้อมจะเรียกใช้งานได้ตลอดเวลา

“...สิ่งสำคัญที่สุดของนักแสดงคือ คุณต้องสร้างทางเข้า (สู่ตัวละคร) ไว้หลาย ๆ ทาง ทางเข้าจะเป็นอย่างไรก็แล้วแต่ สมมติว่า วันนี้คุณหยิบเครื่องมือนี้ขึ้นมาใช้ แล้วพบว่า อ้าว วันนี้นั้นมันไม่ work อาจจะต้องสลับสวาทหรืออะไรก็แล้วแต่ คุณก็หยิบเครื่องมืออีกอันขึ้นมาใช้ ถ้า work ก็ใช้ต่อ ถ้าไม่ work ก็เปลี่ยนอีก เพราะฉะนั้นการเข้าถึงบทบาทคือการสร้างเครื่องมือ การเป็นนักแสดงคือการสร้างทักษะหลาย ๆ ด้าน ที่จะทำให้เราไปถึงตัวละครเหล่านั้นได้ ... การสร้างทักษะใด ๆ หรือการฝึกให้ตัวเองมีสมาธิและอยู่กับคนข้างหน้า ถ้าเราไม่ฝึกไว้ วันข้างหน้าถ้าเราจะหยิบใช้มันจะไม่มี เพราะฉะนั้นคำว่าทักษะคือการฝึก แม้แต่เรื่องสมาธิก็ต้องฝึก...”

สวนีย์ อุทุมมา (สัมภาษณ์, พศจิกายน 22, 2565)

## เส้นทางการเรียนรู้โลกภายในของนักแสดง

ผู้เขียนได้ทำการสังเคราะห์เส้นทางการเรียนรู้ของผู้ที่สนใจการเรียนรู้ในมิติภายในของมนุษย์ เทียบเคียงกับการทำงานของนักแสดงในการได้ ดังนี้



ภาพที่ 1 ผังเปรียบเทียบการเรียนรู้โลกภายในของนักแสดงและการเรียนรู้โลกภายในของคนทั่วไป

จากภาพ ผู้เขียนได้ทำการเปรียบเทียบกระบวนการทำงานของนักแสดงโดยใช้ประสบการณ์ตรง ในฐานะนักแสดงและครูสอนการแสดง เทียบเคียงกับกระบวนการเรียนรู้มิติภายในเพื่อพัฒนาตนเองโดยสามารถอธิบายได้ ดังนี้ ผู้ศึกษาหรือผู้เข้าร่วมกิจกรรมจะเกิดการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรงของตนเองผ่านเครื่องมือหรือกิจกรรมที่ใช้ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ ใคร่ครวญ รวมถึงการสำรวญโลกภายในของตนเอง ซึ่งจากกระบวนการเรียนรู้ดังกล่าวจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจในตนเองอย่างลึกซึ้ง ซึ่งในโลกของการแสดง ขั้นตอนการเรียนรู้นี้เป็นกระบวนการสำคัญที่จะช่วยให้นักแสดงได้ค้นเจออารมณ์ ประสบการณ์ในชีวิตของตนเองซึ่งถือเป็นวัตถุดิบที่สำคัญอย่างยิ่งในการนำไปเทียบเคียงกับตัวละคร แก่นแกนสำคัญของการเรียนรู้ในขั้นตอนนี้คือ นักแสดงหรือผู้เรียนจำเป็นที่จะต้องยอมรับกับสิ่งที่พบเจอในโลกภายในให้ได้อย่างศิโรราบ ไม่ว่าจะสิ่งที่พบเจอนั้นจะเป็นอคติ สิ่งที่ไม่ดี ไม่งาม อาจสั่นคลอนภาพความเป็นตัวตนหรือความมั่นคงภายใน หรืออาจส่งผลต่อภาพลักษณ์ที่ ความเชื่อที่ถูกต้อง หรือการยึดถือบางสิ่งบางอย่างที่ตนเองให้คุณค่าหรือให้ความสำคัญมาตลอดชีวิต นักแสดงจำเป็นที่จะต้องเข้าสู่ กระบวนการเรียนรู้ตามขั้นตอนที่ปรากฏในภาพซ้ำ ๆ เป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ ยกตัวอย่างเช่น เมื่อนักแสดงจำเป็นที่จะต้องสวมบทบาทเป็นตัวละครที่มีการแสดงออกทางด้านอารมณ์รุนแรง นักแสดงจำเป็นที่จะต้องทำการสำรวจลงลึกไปในประสบการณ์ชีวิตของตนเองที่ผ่านมา เพื่อย้อนทวนว่าในประสบการณ์ชีวิตของตนเองนั้นเคยประสบการณ์ทางด้านอารมณ์ใดบ้างที่ใกล้เคียงกับสิ่งที่ตัวละครต้องพบเจอมากที่สุด อาจเป็นความโกรธ ความหงุดหงิด ขุ่นเคืองใจ และนักแสดงต้องสืบค้นให้ลึกลงไปว่าอารมณ์ต่าง ๆ ที่เคยเกิดขึ้นในชีวิตของตนเองนั้นมีต้นตอหรือสาเหตุจากอะไร ทั้งที่เกิดแบบรู้ตัวหรือไม่รู้ตัว นักแสดงจำเป็นที่จะต้องยอมรับและเข้าใจอย่างลึกซึ้งให้ได้ว่า ประสบการณ์ทางอารมณ์ต่าง ๆ ที่ตนค้น



เจอนั้นคือตัวตนของเรา (ซึ่งสิ่งที่พบเจอนั้นอาจมีผลกระทบต่อภาพลักษณ์ ศีลธรรม หรือความดีงามส่วนหนึ่ง ส่วนใดที่เป็นตัวตนของนักแสดง) นักแสดงจะเผชิญหน้ากับประสบการณ์ชีวิตหรืออารมณ์ดังกล่าวอย่างมั่นคง และเกิดความเข้าใจอารมณ์อย่างลึกซึ้ง หลังจากนั้นนักแสดงจึงจะเข้าสู่กระบวนการเทียบเคียงอารมณ์ในชีวิตของตนเข้ากับตัวละคร บทละคร แล้วจึงสื่อสารออกมาเป็นการแสดงต่อไป อย่างไรก็ตาม กระบวนการซ้อมละครเพื่อทำการแสดงในแต่ละเรื่องใช้ระยะเวลามากกว่า 3-4 เดือนต่อเรื่องหรือละครบางเรื่องอาจต้องระยะเวลา มากกว่า 6 เดือน ในแต่ละบทละครมีเรื่องของอารมณ์ ความรู้สึกและการกระทำที่หลากหลายของตัวละครไม่ แตกต่างจากชีวิตจริง ๆ ของมนุษย์คนหนึ่ง นักแสดงจึงเปรียบเสมือนนักเดินทางสำรวจโลกภายในที่มีการ เดินทางในรูปแบบดังกล่าวในทุกวัน วันละหลายครั้ง อารมณ์แล้วอารมณ์เล่า สำรวจ พบเห็น ยอมรับ และ ถ่ายทอดออกมาผ่านจินตนาการสู่การแสดงบนเวทีจนเป็นเรื่องปกติธรรมดาในอาชีพของการเป็น “นักแสดง”

ในขั้นสุดท้ายของกระบวนการทำงานของนักแสดง เมื่อตัวของนักแสดงได้ค้นพบสภาวะอารมณ์ หรือประสบการณ์ที่เหมือนหรือใกล้เคียงกับตัวละครแล้ว นักแสดงยังจำเป็นที่จะต้องลดความเป็นตัวตนของตนเองลง (อัตตา) เพื่อเปิดพื้นที่ให้กับความเป็นตัวละครได้เผยออกมาสู่โลกภายนอก นักแสดงที่ดีไม่ใช่นักแสดง ที่สามารถปลดปล่อยหรือยอมให้พื้นที่แก่ตัวละครได้ 100% เนื่องด้วยตัวนักแสดงยังคงต้องรักษาและสงวน พื้นที่ของสติเอาไว้เพื่อการทอ้งจำบท (dialogue) ตำแหน่งบนเวที (blocking) รวมถึงเพื่อรักษาปฏิสัมพันธ์กับ นักแสดงคนอื่น ๆ บนเวที (relate) นักแสดงจึงไม่สามารถปล่อยให้ตัวละครออกมาสู่สายตาผู้ชม หรือแม้แต่ ปล่อยให้สภาวะอารมณ์ของตนเองทำงานเป็นตัวละครบนเวทีได้ทั้งหมด เพราะนักแสดงอาจจะสูญเสียการ ควบคุมสิ่งต่าง ๆ ที่ต้องดำเนินไปในโลกของการแสดงซึ่งจะส่งผลเสียมากกว่าผลดีต่อทั้งตนเองและผู้ชมอีกด้วย

อย่างไรก็ดี การทำงานของนักแสดงนั้นไม่ได้มีรูปแบบคงที่ตายตัว หรือมีแบบแผนที่เป็นระเบียบ ที่ต้องปฏิบัติแต่อย่างใด แต่การทำงานกับมิติด้านในของนักแสดงเป็นกระบวนการที่จะช่วยส่งเสริมหรือ สนับสนุนให้การแสดงมีความสมจริง เป็นการแสดงที่มีเหตุและผล ส่งผลให้เกิดเป็นการแสดงที่มีความน่าเชื่อถือ และเป็นธรรมชาติ ในทางกลับกัน มีนักแสดงจำนวนไม่น้อยที่ไม่รู้จักหรือไม่มีการะบวนการทำงานกับมิติด้านใน ของตนเอง หลายครั้งเราจึงพบเห็นการแสดงที่ยังดูไม่เป็นธรรมชาติ ไม่สมเหตุสมผล ซึ่งส่งผลสำคัญต่อ “ความ เชื่อ” ที่คนดูมีต่อนักแสดงและตัวละคร ตัวละครแบน ไม่มีมิติของความเป็นมนุษย์ เช่น เราอาจเคยเห็นตัว ละครที่รับบทตัวร้ายในละครบางคน จะแสดงให้เห็นถึงความร้ายของตนเองผ่านการทาบปากสีแดง แต่งตัวจัด จ้านเพื่อแสดงให้เห็นว่าเป็นคนร้ายกาจผ่านภาพลักษณ์ที่เห็นได้ด้วยตา มากกว่าการแสดงที่ลุ่มลึก มีเหตุมีผล ของการเป็นคนร้ายกาจอย่างมีเหตุมีผล ซึ่งส่งผลให้การกระทำต่าง ๆ ของตัวละครเกิดความไม่สมจริง ขาด แรงจูงใจและการเป็นตัวละครที่ไม่ใช่มนุษย์จริง ๆ อย่างที่ควรจะเป็น

## สรุป

การทำงานนักแสดงนั้นมีความซับซ้อน เป็นขั้นตอน รวมถึงยังเป็นการทำงานที่ต้องอาศัยพื้นฐาน ของแนวคิด ทฤษฎี และองค์ความรู้ต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับข้อมากมาย การวิเคราะห์ ทำความเข้าใจตัวละครผ่าน อักษรจากบทละคร การทำงานร่วมกับผู้ร่วมงานฝ่ายต่าง ๆ แต่สิ่งหนึ่งที่สำคัญที่สุดในการทำงานของนักแสดง คือ การทำงานกับตัวตนภายในของอย่างเข้มข้น ทั้งในด้านการสำรวจอารมณ์ ประสบการณ์ ความรู้สึกของ

ตนเองด้วยความชัดเจน ซึ่งสอดคล้องกับหลักการฝึกฝนนักแสดงของ คอนสแตนติน สแตนนิสลาฟสกี (Konstantin Stanislavski อ้างถึงใน ชุตติมา มณีวัฒนา, 2558, น. 124 - 130) ที่ได้กล่าวถึงหลักของการแสดงที่ดี ที่นักแสดงพึงมี ได้แก่ “**ความจริงภายใน**” (*inner realism*) โดยนักแสดงจะต้องนำเสนอความจริงที่มีความสมเหตุสมผล ผ่านการกระทำที่แสดงออกมาให้เป็นรูปธรรม เช่นเดียวกับแนวคิดของครูทางการแสดงของไทยหลายท่าน ที่ได้นำเสนอหลักของการแสดงซึ่งมุ่งเน้นให้ผู้เรียนหรือนักแสดงเกิดกระบวนการสำรวจใคร่ครวญ เพื่อเผชิญหน้าและน้อมนำประสบการณ์ชีวิต อารมณ์ ความรู้สึกของตนมาใช้เป็นข้อมูลและวัตถุดิบสำคัญในการเป็นตัวละครเพื่อให้ได้การแสดงที่สะท้อนความจริงที่เกิดขึ้นในชีวิตของตัวละครฐานะมนุษย์ ยกตัวอย่างเช่น อาจารย์ สดใส พันธุมโกมล (2538, น. 16 - 17) ครูทางการแสดงของไทยที่ได้กล่าวถึงความเชื่อในบทบาทการแสดงของนักแสดงว่า หมายถึง การที่นักแสดงเชื่อในสถานการณ์แวดล้อมว่าเป็นเช่นนั้นจริง และเชื่อในความต้องการของตัวละครที่ตนแสดง จนกระทั่งสามารถมีปฏิกิริยาตอบโต้ต่อทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นในละครอย่างจริงจัง และเป็นธรรมชาติ เปรียบเสมือนการเดินทางสู่โลกภายในของตนเองซ้ำแล้วซ้ำเล่า อย่างเป็นประจำและสม่ำเสมอ เพื่อที่นักแสดงจะสามารถหยิบจับอารมณ์และเลือกกลับมาใช้ในการแสดงได้อย่างแม่นยำและรวดเร็ว อีกทั้ง นักแสดงยังจำเป็นต้องหาสมดุลระหว่างการเปิดพื้นที่ให้ตัวละครได้ออกมาสู่โลกภายนอก โดยการหลอมรวมเป็นหนึ่งเดียวกับผู้แสดง ในอีกมุมหนึ่ง นักแสดงยังจำเป็นต้องรักษาพื้นที่ของการเป็น “นักแสดง” เอาไว้ให้ได้ เพื่อที่จะสามารถจำบท จำตำแหน่ง หรือแม้แต่การมีปฏิสัมพันธ์กับตัวละครตัวอื่นที่ต้องแสดงร่วมกันอีกด้วย ผู้เขียนหวังเป็นอย่างยิ่งว่า บทความนี้จะสามารถเป็นกระบอกเสียงที่สามารถเปลี่ยนแปลงโลกทัศน์ของผู้คนทั่วไปที่มีต่อการทำงานของนักแสดงในด้านลบ เช่น อาชีพการแสดงเป็นอาชีพที่มุ่งเน้นเพียงแค่การให้ความบันเทิงแก่ผู้ชมโดยไม่ต้องอาศัยความรู้ ความสามารถใด ๆ หรือ อาชีพการแสดงเป็นอาชีพที่ไม่มีรายได้มั่นคงและไม่สามารถใช้เป็นอาชีพการแสดงเป็นอาชีพหลักในการหารายได้เพื่อเลี้ยงตนเองหรือครอบครัวได้ เปลี่ยนทัศนคติที่มีต่อเรื่องของการแสดงเป็นมุมมองที่เห็นซึ่งคุณค่าและความเคารพในศาสตร์การแสดงไม่ต่างจากที่เคารพในศาสตร์ความรู้อื่น ๆ ที่ไม่เพียงแต่ต้องอาศัยทั้งองค์ความรู้และความมานะบากบั่นในการทำงานเท่านั้น แต่การแสดงยังมีคุณค่าในฐานะที่เป็นเครื่องมือที่จะช่วยขัดเกลาและพัฒนาจิตใจของมนุษย์ ดังนั้น นอกจากในกลุ่มผู้ที่ประกอบอาชีพนักแสดงและผู้เกี่ยวข้องด้านต่าง ๆ แล้ว ความเข้าใจนี้ ยังอาจสามารถพัฒนาและขยายผลไปสู่กระบวนการพัฒนามิติด้านในหรือการพัฒนาของมนุษย์ด้วยศาสตร์การละครสำหรับบุคคลทั่วไปในสังคมที่สนใจได้เช่นกัน

## รายการอ้างอิง:

ชุตติมา มณีวัฒนา. (2558). **สื่อการสอน รายวิชา PER2111 การแสดง 2**. สืบค้นเมื่อ 6 มิถุนายน 6 2563 จาก:

[http://www.elfar.ssru.ac.th/chutima\\_ma/pluginfile.php/43/block\\_html/](http://www.elfar.ssru.ac.th/chutima_ma/pluginfile.php/43/block_html/)

content/%E0%B8%AB%E0%B8%A5%E0%B8%B1%E0%B8%81%E0%B8%81%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B9%81%E0%B8%AA%E0%B8%94%E0%B8%87-%E0%B8

%A2%E0%B8%B2%E0%B8%A7.pdf

- ชุตินา มณีวัฒนา. (2558). **หลักการแสดงและการพัฒนาบทบาทนักแสดง**. สืบค้นเมื่อ มิถุนายน 6 2563  
จาก: [www.elfar.ssru.ac.th/](http://www.elfar.ssru.ac.th/): [http://www.elfar.ssru.ac.th/chutima\\_ma/](http://www.elfar.ssru.ac.th/chutima_ma/)
- ตรีดาว อภัยวงศ์. (2558). **ปริทัศน์ศิลปการละคร ภาควิชาศิลปการละคร คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โครงการเผยแพร่ผลงานวิชาการ คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประชาไท (2547). **ทะลุกำแพงที่สี่**. สืบค้นเมื่อ 1 กันยายน 2547 จาก: <https://prachatai.com/journal/2004/09/144>
- นพมาศ ศิริกายะ. (2528). **การวิเคราะห์บทละคร ศ033**. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์สารนิเทศมนุษยศาสตร์ คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ไรท์, เอ็ดเวิร์ด เอ. 2515 แปลโดย นพมาศ ศิริกายะ (2525). **ดูหนังดูละคร**. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาศิลปะการละคร คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- วรศักดิ์ มหัทธโนบล (2550). **เต็นท์นรก**. สืบค้นเมื่อ 26 สิงหาคม 2566 จาก:  
<https://mgronline.com/daily/detail/9500000018329>
- มัทนี รัตติน. (2559). **ศิลปะการแสดงละครคอน หลักการเบื้องต้นและการฝึกซ้อม**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศักดิ์ชัย เอี่ยมกระสินธุ์, (2562). **การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการแสดงด้วยกระบวนการจิตตปัญญาศึกษาและทฤษฎีผู้นำ 4 ทิศ**.
- สดใส พันธุมโกมล. (2565). **ศิลปะของการแสดง (ละครสมัยใหม่)**. ใน พันธุมโกมล สดใส, **ศิลปะของการแสดง (ละครสมัยใหม่)** (หน้า 11-12). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สวณีย์ อุทุมมา. (22 พฤศจิกายน 2565). **การแสดงคืออะไร**. (ศักดิ์ชัย เอี่ยมกระสินธุ์, ผู้สัมภาษณ์)