

น้ำหน้าจอ:

Music and Emotions

“ดนตรี” ความประทeticalของอารมณ์ และ “World Music”

วราภรณ์ วงศ์ชัย*

“ดนตรีไม่สามารถแสดงออกทางคำพูดได้ ไม่ใช่ว่าดนตรีมีความรู้ความเข้าใจ แต่เพียงดนตรีมีความชัดเจนมากกว่าคำพูด” (Felix Mendelssohn อ้างใน Cottrell, 2001)

ดนตรี ลักษณะของเสียงที่ได้รับการจัดเรียนเรียงไว้อย่างเป็นระเบียบเรียบร้อย โดยมีแบบแผนและโครงสร้างที่ดีเด่น ดนตรี ถือกำเนิดขึ้นมาพร้อมกับอารยธรรมของมนุษยชาติ ดนตรีเป็นงานศิลปะแขนงหนึ่ง ในอดีตมนุษย์ใช้ดนตรีเป็นเครื่องมือแสดงออก เกี่ยวกับความเชื่อ ศาสนา วัฒนธรรม ประเพณี บ่งบอกความเป็นชนชาติ และยังมีความบันทึกไว้ชี้แจง

ปัจจุบันดนตรียังมีบทบาทอื่นที่สำคัญมาก เช่น การรักษาสุขภาพ แนะนำให้ผู้ป่วยฟังเพลงตามยุคสมัยนั้นเพื่อความบันทึกและส่งผลให้เป็นธุรกิจการค้าอย่างกว้างขวาง นอกจากมนุษย์แล้ว ดนตรียังมีบทบาทอื่นและสามารถนำมายืนยันได้อีกด้วย เช่น ดนตรีเพื่อการศึกษา และการบำบัดรักษา

ดนตรีนั้นมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย จิตใจ และการทำงานของสมองในหลาย ๆ ด้าน (Dickenson, 2001) ดนตรีสามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของอัตราการเต้นของหัวใจ ความดันโลหิต การตอบสนองของม่านตา ความตึงตัวของกล้ามเนื้อ และการไหลเวียนของเลือด สำหรับผู้ที่อยู่ในสภาพของความเครียดทางสมองไม่ว่าด้วยเหตุผลใดก็ตาม จะส่งผลให้สมองทำงานหนักเกิดอาการผิดปกติและมีผลต่อสภาพร่างกายให้ทำงานได้ไม่ดีอีกด้วย ซึ่งสภาพแบบนี้ยอมเกิดขึ้นได้กับทุก ๆ คน การใช้ดนตรีช่วยในการผ่อนคลายซึ่งเป็นวิธีที่เราทุกคนล้วนกระทำกันเป็นพื้นฐานอยู่แล้ว แล้ววิธีการและแนวเพลงที่เลือกสรรก็ขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคลในเรื่องของระดับความชอบ (หรืออาจไม่มีให้เลือก) สำหรับผู้ที่มีความต้องการรักษาความสงบ (Music therapy)

*อาจารย์ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยแม่โจว.



ซึ่งเป็นการประยุกต์การนำกิจกรรมทางด้านศิลปะที่เลือกสรรแล้วมาใช้กับบุคคลที่มีความบกพร่องด้านต่างๆ โดยมุ่งให้กิจกรรมทางด้านศิลปะช่วยเสริมสร้างพัฒนาการ ซึ่งแก้ไขความบกพร่อง มาศึกษาและพัฒนาผู้คนที่มีความบกพร่องทางร่างกายหรือทางจิตใจ ผู้ป่วยต้องอยู่ในความดูแลของแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญที่จะรักษาแต่บุคคลที่ไม่สามารถเรียนรู้ได้สูงมาก (เชื้ออารยสุกภาษา) ในเบื้องต้นจึงแนะนำให้ภาษาตัวบุคคลเองก่อน และวิธีการเลือกพิงเหลียงหรือพิงตนหรือเป็นวิธีหนึ่งที่ให้มุขย์เกิดการผ่อนคลายลงได้ เช่นกัน

เพลงหรือดนตรีมีผลต่อคนเราทุกคน โดยเมื่อเรียนนักวิทยาศาสตร์ที่พัฒนาสมองอย่างถึง ผลกระทบของดนตรีที่มีต่อคนเราในระดับของอารมณ์ (Emotional level) ผลกระทบอย่างทั่วทั้งท่านของเพลงกับความลับพันธ์ทางด้านจิตใจพบว่า การลernerดนตรีสามารถเปลี่ยนแปลงการทำหน้าที่ของสมอง และร่างกายของมนุษย์ได้ ดนตรีนั้นมีอำนาจเหนือนกว่าร่างกายและจิตใจของมนุษย์ ดังนั้นผู้ที่สามารถให้ประโยชน์ของดนตรีในการบำบัดจิตใจได้ จะช่วยลดความวิตกกังวล ความตึงเครียด และบรรเทาความเส็บปวดทางร่างกายหรือจิตใจได้ และคนที่ร้องซ้ำๆให้เกิดอารมณ์ในด้านบวกก็จะอึดอิ้ว (Shinn, 2006)

ดนตรีประเภทไหนช่วยในการรักษาปรับสภาพจิตใจ?

What kind of Music is Healing?

- ดนตรีที่ให้พัฒนาภารกิจทางกาย
- ดนตรีที่กระตุ้นสมอง
- ดนตรีที่ปลุกความรู้สึกให้ตื่น
- ดนตรีที่ทำให้ร่างกายและจิตผ่อนคลาย
- ดนตรีที่ชุ่มประกายจิตวิญญาณของเรา
- ดนตรีที่ให้จิตใจสงบ
- ดนตรีที่เพิ่มพลังจิตวิญญาณ
- ดนตรีที่ช่วยให้เรารелакс
- ดนตรีที่สร้างแรงจูงใจในการกระทำ (Cottrell, 2001)

ปกติแล้วมนุษย์จะพังเพงได้ในหลักโยคะส์ แต่ในภาวะที่เกิดความตึงเครียด ความวิตกกังวล ไม่สบายใจ มักจะหาทางออกด้วยการพิงเหลียงพัฒนาตัว กรณีเลือกใช้ดนตรีที่เหมาะสมนั้นจะเป็นเรื่องที่สำคัญในการลernerมุขย์ให้หายจากความตึงเครียด ดนตรีแบบไหนที่สามารถนับด้วยรักษาอาจเสริมสร้างจิตใจที่ดีได้ ฉะนั้นก็จะเข้าใจได้ว่ามนุษย์ต้องดังนี้ คือ ดนตรีที่มีท่วงท่านองที่ไพเราะสวยงาม ไม่ให้จังหวะที่เร่งรีบสับซับซ้อนเกินไป สมมติและเข้าใจได้ด้วยภาษาเพลง อาจไม่ต้องแสดงตัวอย่างภาษาพูดหรือขับร้อง แล้วแนะนำดนตรีที่สองคือกับการทำให้จิตใจและผ่อนคลายก็มีอยู่หลายแนวเช่นกัน แต่ดนตรีอีกประเภทหนึ่งที่น่าสนใจคือดนตรีแนว World music (ดนตรีโลก)

เมื่อกล่าวถึง World music น่าจะหมายถึงดนตรีทุกประเภทในโลกนี้ที่เกิดจากอารยธรรมและวัฒนธรรมของชนชาติต่างๆที่ถูกขับกล่อมบรรลุเป็นดนตรีที่มีเอกลักษณ์ ลึกซึ้งของคนมากของนานาชาตินั้นๆ ซึ่งแต่เดิมเรียกว่าวนตระพัฒนเมือง (Folk music) หรือ

ดนตรีของเชื้อชาติ (Ethnic music) อย่างไรก็ตาม ในปัจจุบันนี้ World music ได้ก่อจัตประเพณีว่าเป็นดนตรีที่ไม่ใช่ดนตรีทางแตงตะวันตก (Non-western music) World music นั้นมีความงามเรื่องรูปแบบที่มีเอกลักษณ์ทางดนตรีที่สามารถศึกษา ตะวันตกหรือดนตรีแนวใหม่ (Modern music) ด้วยตัวอย่างเช่นชาติที่มีเอกลักษณ์ทางดนตรีที่สามารถศึกษา ดนตรีแบบ World music ได้ค่อนข้างเด่นชัดคือ ดำเนินแบบ เอเชีย คือ ดนตรี Koto ของญี่ปุ่น ดนตรีและบทสรุปของเริบต ดนตรีทั้งติ่มของกานามสีได้ ดนตรีของชนชาติติ่มตี้ ศนตรีพื้น ดินเรียกดาม และดนตรีไทยโบราณ เป็นต้น ส่วนประเทศไทยใน แตงยุโรปนั้น อาจกล่าวว่า ดนตรีของหมู่บ้านในแตงบลาการาย เป็นต้น นอกจากนั้นยังมีอยู่มากในแตงตะวันออกกลาง อฟริกา ในเอเชีย ยุโรป รวมถึงทางตะวันออกเฉียงใต้ (Wikipedia, 2006)

World music "ไม่ได้เป็นแนวคิดศิลป์ที่คิดดันและผ่านการทดลองกันมา หรือการตั้งขึ้นโดยแนวคิดหรือที่อ้างให้เรียกห้ามดเพื่อหวังผลทางธุรกิจ แนวเพลงที่ใช้รู้สึกกันได้ เช่น Pop, Jazz, Rock, Art Rock, Progressive, Rap, Metal, Country หากแต่ว่า World music นั้นมีค่าที่เป็นมรดกคนตระห้อโลกที่มีธรรมชาติกับมนุษย์ที่ทำหน้าที่ประทับนี้และบรรเลงว่ำกับ World music ยังไม่ใช่เพลงที่เป็นความลับหรือลึกลับใดๆ เลย ซึ่งอยู่กับเราเช่นสามารถด้นหัวและถังมันได้ท่าไร เช่นเดียวกับและบทเพลงจากภูมิปัญญาที่ว่าอ่านจากของทบทวนเป็นตัวชี้แจงโลก กับโลกของวิญญาณ ทำให้คนสามารถเข้าถึงภูมานพิทย์ เมื่อห้ามของที่เกี่ยวความสามารถเข้าใจได้ยาก แต่สามารถเลือกรับพังความในเราะและมนต์ลังของคนตระห้อ"

World Music ก่อตัวโดยรวมน่าจะเป็นคนครีที่มี
อารยธรรมและจิตวิญญาณในด้านอื่นที่บังกล่องมอกมา สิ่งนั้น
ปัจจุบันก็คงจะหายไปแล้ว แต่ความงามของงาน
World music คือความรักที่บรรจบลงมาจากการสร้างสรรค์เป็น
ตัวแทนของธรรมชาติและพระเจ้า ยังคงมีอยู่ในารมณ์ความผัน
พวนของจิตใจมนุษย์และธรรมชาติ รวมถึงสังคมโลกที่ร่วมชีวิต
กันร่วม

เราอาจเคยได้อ่านหรือได้ฟังเพลง World Music จากคิลปินนักร้องที่ไปพำนิเทศในระดับโลก แท้แต่เดิมคิลปินเหล่านั้นได้นำ World Music แต่ละรุ่นไม่ก่อมาผสมผลสานกับเครื่องเดิมหรือแนวความรู้สึกใหม่ในปัจจุบันแล้วนำมาบรรเลงในแบบฉบับของเข้าเอง พยายากตัวอย่างได้ดีคือ

▶ เอกสารอ้างอิง

- Cottrell, Amrita. 2001. "What is Healing Music? A Closer Look." WWW.healingmusic.org. (December 2001.)

Dickinson, Dee. 2001. "Music and the Mind." New Horizons for Learning. <http://www.newhorizon.org>. (July 2001.)

Shinn, Duane. 2006. "Music & Emotions: Can Music Really Make You a Happier Person?". <http://ezinearticles.com/?Music-and-Emotions--Can-Music-Really-Make-You-a-Happier-Person>. (September 2206.)

Wikipedia. 2006. "World Music." Wikipedia, The Free Encyclopedia. http://wikipedia.org/wiki/World_Music. (September 2006.)

Yanni ศิลปินชาวกรีกซึ่งตนรู้ว่าเป็นเพลงแบบบรรเลง Yanni มีความสามารถในการนำ World Music ในส่วนของ ท่วงท่ามั่ง และเคลื่อนที่ผ่านมาสถานที่ต่างๆ ด้วยความเร็วมากได้ อย่างลงตัวตาม เช่นการนำเครื่องดนตรีของประเทศเช่น อินเดีย หรือชนเผ่าต่างๆ เข้ามาระเบรลงด้วย

Deep Forest วงดนตรีที่บรรเลงและร้องเพลงในแบบฉบับกุญแจชนเผ่าในราชัน ในท่วงทำนองที่มีเสน่ห์ ผสมกันแนวตันตระมัยใหม่ให้อิสระย่างลงตัว และห้องคิดเป็นเพลิงคุณใหม่ อีกมากที่เดินต่อเมืองลึกลับของ World music เช่น Ketaro คิดเป็นชาวอาหรับที่อยู่บกเพลิงสะท้อนความเป็นอยู่เช่น Enya คิดเป็นไบรอันบทเพลงล่องลอย สร้างจิตนาการ วงฟองน้ำ เป็นคนตระหนักระบุรุษที่มีท่วงทำนองไว้เฉพาะสักุณาน Ravi Shankar บรรเลงเพลงจิตวิญญาณของอินเดีย ฯลฯ แต่เพลง World Music ที่เป็นแบบนี้แท้จริง (Original) ก็ได้มีการบันทึก (Record) ไว้อิสระพร้อมสายพาร์ค

World music น่าจะเป็นตอนต่อไปแนวทางเลือกหนึ่งที่น่าสนใจ เพราะมีความหลากหลาย มีสิ่งสถาณต์ มีความเป็นธรรมชาติที่บีริสุทธิ์ หรืออาจแห่งด้วยความหมายที่ต่างกันไป ตอนต่อไปนี้ไม่ว่าจะเป็นแนวไหนพังงาเล้าได้ก็ตามถ้าเป็นคนตัวที่ เหมาะสมกับสภาวะนี้อีกด้วยที่เราชอบแล้ว อีกอย่างก็ประยิชั่นและ อุดนทรียภาพในจิตใจ ผ่อนคลายสมองหัวให้เกิดความสุข และ ช่วยบรรเทาความเครียดในยามทุกข์ ในยามสนับปอดไปร่วม อาจฯว่ายสร้างจิตนาการ มนุษย์ทุกคนควรสามารถในการฟังເเจา orchestra คุณๆและประยิชั่นของคนตัวใน การเริ่มสร้างจิต วิญญาณที่ดีต่อไป

ตั้งที่ เมืองรีบูร์ญาอาเอกของโลกริเรียลีบูร์ญาของโลก Plato ได้กล่าวไว้ว่า “ตนตรีเป็นเป็นกฎทางจริยธรรม ตนตรีให้เกิดวิญญาณแต่จักรวาล มองปีกแก่จิตใจให้เป็นไปสู่จิตนาการ เป็นมนต์เสน่ห์ของความเครื่อง เป็นความร้าวเริงเปึกบานและให้ชีวิตกับทุกสิ่ง ตนตรีเป็นหัวใจของความเป็นระเบียน นำไปสู่สิ่งที่ต้องสูงงาม แม้ว่าตนตรีจะเป็นสิ่งที่มอมไรมากเท่านั้น แต่กระนั้นก็ตามที่มีความปลุกสืบสี่ประทับใจ ความรุ่มรุ้งและนำไปสู่ความเป็นนิรันดร์ และ“ความง่ายในตนตรี ทำให้เกิดการรักษาความคงทนของตนในจิตวิญญาณ” *