การฝึกการอ่านทำนองเสนาะชั้นต้น

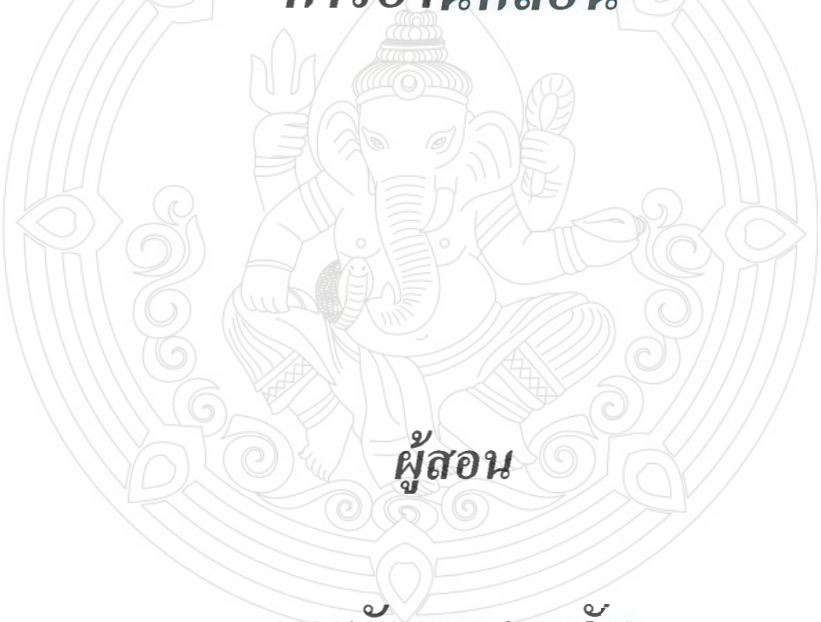
"การอ่านกลอน"

สำนักวรรณกรรมและประวัติศาสตร์

กรมศิลปากร กระทรวงวัฒนธรรม

การฝึกการอ่านทำนองเสนาะชั้นต้น

“การอ่านกลอน”



ผู้สอน

นายวัฒนะ บุญจับ

คำนำ

จากภารกิจในรอบปีที่ผ่านมา กรมศิลปากรได้จัดได้มีการพัฒนา “มาตรฐานงานมรดกทางศิลปวัฒนธรรม” เพื่อรวบรวมขั้นตอนการปฏิบัติงานในแต่ละลักษณะงานของหน่วยงานในกรมศิลปากร ให้เกิดความชัดเจน เป็นกรอบการดำเนินงานด้านมรดกทางศิลปวัฒนธรรม

ประกอบกับในปัจจุบัน หน่วยงานภาครัฐตระหนักดีว่า “ทุนทางปัญญา” เป็นสินทรัพย์ที่สำคัญสำหรับการบริหารองค์กร โดยคุณค่าและความสำเร็จขององค์กรเป็นผลลัพธ์ที่เกิดจากการนำทุนทางปัญญามาเป็นทรัพยากรหลักในการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ขององค์กร เพื่อให้สามารถปรับตัวเข้ากับการเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อมการดำเนินงานที่มีความแปรปรวน และนำองค์กรไปสู่ความสำเร็จตามจุดมุ่งหมายหรือวิสัยทัศน์ที่กำหนดไว้ได้ ดังจะเห็นได้ว่าสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาระบบราชการ (ก.พ.ร.) ได้กำหนดให้”การจัดการความรู้” เป็นตัวชี้วัดประการหนึ่งในเกณฑ์ประเมินผลการปฏิบัติราชการ เพื่อกระตุ้นให้หน่วยงานภาครัฐได้มีการรวบรวมข้อมูลและสารสนเทศจากแหล่งที่มาต่างๆทั้งจากภายในและภายนอกองค์กร มาแปลงให้เป็น ”ความรู้” ที่สามารถใช้ประโยชน์ในการบริหารจัดการ ทั้งในด้านสนับสนุนการตัดสินใจของผู้บริหาร รวมทั้งการพัฒนาบุคลากรเพื่อถ่ายทอด สืบต่อองค์ความรู้ให้องค์กรสามารถประสบความสำเร็จได้อย่างยั่งยืน

กรมศิลปากรซึ่งเป็นองค์กรภาครัฐ ที่มีภารกิจหน้าที่ในการคุ้มครอง ป้องกัน อนุรักษ์ บำรุงรักษา ฟื้นฟู ส่งเสริม สร้างสรรค์ เผยแพร่ และสืบทอด ศิลปะวิทยาการ และทรัพย์สินมรดกทางศิลปวัฒนธรรมของชาติ จึงได้ดำเนินการจัดการองค์ความรู้ที่มีอยู่เป็นจำนวนมากภายในองค์กร ทั้งในรูปขององค์ความรู้ด้านศิลปวัฒนธรรมแขนงต่างๆ ทักษะการปฏิบัติงานเฉพาะ และองค์ความรู้ด้านการบริหารจัดการ เพื่อถ่ายทอดให้แก่ผู้ปฏิบัติงานภายในองค์กร รวมทั้งเผยแพร่สู่เยาวชนและประชาชนทั่วไป

กรมศิลปากรหวังเป็นอย่างยิ่งว่าองค์ความรู้เหล่านี้จะเป็นประโยชน์ในการเพิ่มประสิทธิภาพการปฏิบัติงานให้แก่บุคลากรภายในองค์กร รวมทั้งทำให้เยาวชนและประชาชนทั่วไปเกิดความซาบซึ้งและภาคภูมิใจในมรดกทางศิลปวัฒนธรรมของชาติ

(นายอารักษ์ สังหิตกุล)
อธิบดีกรมศิลปากร

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	
บทนำ	๑
การอ่านทำนองเสนาะ	๒
คุณภาพเสียง	๘
การพัฒนาการหายใจ	๑๑
ระบบเสียงในภาษาไทย	๑๔
การอ่านกลอน	๑๘
เพลงและแบบฝึกเสียงพยัญชนะต้นบางเสียงที่มีปัญหา	๒๓
เพลงและแบบฝึกเสียงคำที่มีตัวสะกด	๒๕
วีดีทัศน์การฝึกการอ่านทำนองเสนาะขั้นต้น – การอ่านกลอน	๒๗
บรรณานุกรม	๒๙

บทนำ

การฝึกการอ่านทำนองเสนาะที่จัดขึ้นนี้ เน้นการฝึกขั้นพื้นฐาน คือฝึกการออกเสียงให้ถูกตามอักขระ และท่วงทำนอง โดยหัดฝึกการอ่านกลอนก่อน ผู้สอนคือนายวัฒนะ บุญจับ นักอักษรศาสตร์ ๘ ว สำนักวรรณกรรมและประวัติศาสตร์ กรมศิลปากร กระทรวงวัฒนธรรม

หลักสูตรนี้เป็นหลักสูตรเร่งรัดระยะสั้น ใช้เวลาประมาณ ๖ ชั่วโมง เนื้อหาของการเรียนมีดังนี้

- เกริ่นนำ ความหมายของการอ่านทำนองเสนาะ
- ฝึกสมาธิ
- ฝึกการหายใจ
- ทดสอบเสียง หาคุณภาพพื้นฐานของเสียง และฝึกเสียง
- หลักการอ่านกลอน
  - จังหวะ
  - ลีลา
  - อารมณ์
- ฝึกการอ่านกลอน
- ผู้เรียนอ่านกลอน และผู้สอนให้ความเห็น
- การอ่านร้อยแก้ว (บูรณาการองค์ความรู้)

การฝึกนี้ได้บันทึกเป็นภาพเคลื่อนไหวในแผ่นดีวีดี เก็บไว้ที่สำนักวรรณกรรมและประวัติศาสตร์ และสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาระบบราชการ (ก.พ.ร.) กรมศิลปากร หากมีผู้สนใจต้องการที่จะศึกษาวิธีการฝึกจากวิดีทัศน์นี้ ขอแนะนำให้อ่านบทความเกี่ยวกับการอ่านทำนองเสนาะซึ่งผู้เรียบเรียงได้คัดลอกจากบทความที่แต่งโดยนายวัฒนะ บุญจับ มานำเสนอในเอกสารนี้ เพื่อเป็นความรู้เบื้องต้น ที่จะช่วยให้เข้าใจดีขึ้นและง่ายต่อการฝึกต่อไป

การอ่านทำนองเสนาะ

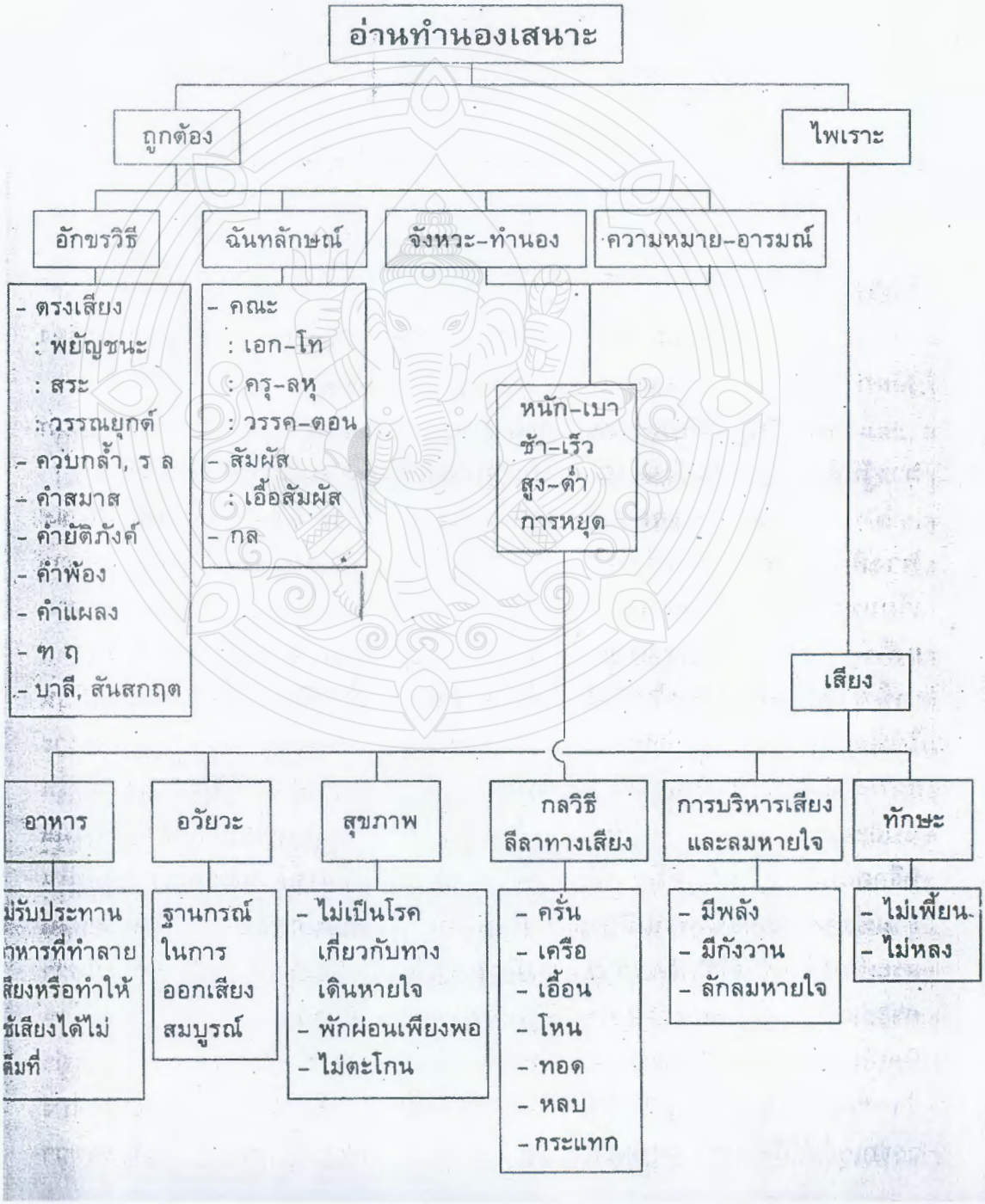
ศิลปะการเรียบเรียงคำขึ้นเป็นบทร้อยแก้วและการนำถ้อยคำมาเรียงร้อยตามแบบบังคับของฉันทลักษณ์ทำให้เกิดเป็นบทวรรณกรรมร้อยกรองของไทยนับเป็นศิลปะอย่างหนึ่งซึ่งเป็นมรดกทางวัฒนธรรมที่มีเอกลักษณ์และทรงค่ายิ่ง ผลงานวรรณกรรมจำนวนมากที่ปรากฏอยู่ในวงวรรณศิลป์ไทยทั้งร้อยแก้วและร้อยกรองจะปรากฏอยู่เป็นจำนวนมากในวงวรรณศิลป์ แม้ว่ามีเพียงบางส่วนเท่านั้นที่ได้รับการยกย่องให้เป็นวรรณคดีกวีนิพนธ์ ผลงานวรรณคดีกวีนิพนธ์ที่เป็นอมตะเหล่านั้นล้วนเกิดจากความเป็นอัจฉริยะของกวีที่รู้จักคัดเลือกลักษณะคำประพันธ์ได้อย่างเหมาะสมโดยเฉพาะการจัดวางคำในบทประพันธ์เพื่อสะท้อนความนึกคิดออกมาสู่ผู้อ่านได้อย่างเหมาะสม สามารถตรึงความรู้สึกของผู้อ่านไว้กับงานวรรณคดีกวีนิพนธ์ได้ทั้งสิ้น

เพื่อเป็นการถ่ายทอดเรื่องราวที่น่าประทับใจจากตัวอักษรในบทประพันธ์จากผู้รู้หนังสือไปยังผู้ต้องการรู้เรื่องราวชนิดคำต่อคำแต่อ่านไม่ออกเขียนไม่ได้เมื่อครั้งอดีต จึงมีการนำบทวรรณคดีนิพนธ์นั้นมาอ่าน โดยใช้กลวิธีทางเสียงเป็นสื่อถ่ายทอดเรื่องราว บรรยากาศ ภาพ วิญญาณ อารมณ์และความหมายที่แฝงเร้นอยู่ในแต่ละตัวอักษรที่ผู้อ่านตีความได้ออกมาเป็นจังหวะและทำนองต่างๆ ตามประเภทของคำประพันธ์ จนทำให้ผู้ฟังเกิดความรู้สึกคล้อยตามและเกิดอารมณ์ร่วมไปกับผู้อ่านได้ เท่ากับเป็นการเพิ่มอรรถรส และสุนทรียรสของภาษาที่กวีบรรจงนำมาเรียงร้อยยิ่งขึ้น ต่อมาจึงเรียกการอ่านบทร้อยแก้วร้อยกรองเป็นทำนองลักษณะนี้ว่า “การอ่านทำนองเสนาะ” ซึ่งมีความแตกต่างจากทำนองพากย์ เห่ กล่อม ขับ สวด แหล่ และร้อง ที่เคยมีมาอย่างชัดเจน

การเข้าถึงความงามในศิลปะการอ่านและการฟังทำนองเสนาะถือว่าเป็นเรื่องของรสนิยมเฉพาะตัว โดยเฉพาะความรู้สึก “เสนาะ” ที่เกิดขึ้นนั้น จะปรากฏขึ้นในใจของผู้ฟังแต่ละคนเป็นสำคัญ ผู้อ่านหาใช่ผู้ที่จะตัดสินการอ่านของตนว่ามีความเสนาะอย่างไรไม่ ดังนั้น ในขณะที่ผู้ฟังคนหนึ่งชอบการอ่านทำนองเสนาะของผู้อ่านคนหนึ่ง ผู้ฟังอีกคนหนึ่งอาจจะไม่เห็นพ้องด้วยก็ได้ จึงส่งผลให้เกิดการอ่านทำนองเสนาะขึ้นหลากหลายลีลาตามความชื่นชอบของคนแต่ละกลุ่ม แล้วถ่ายทอดสู่ผู้ฟังสืบต่อกันมาถึงปัจจุบัน

ธรรมเนียมนิยมในการอ่านทำนองเสนาะ

ถึงแม้ลีลาและกระแสเสียงในการอ่านทำนองเสนาะของผู้อ่านแต่ละคนจะมีรายละเอียดแตกต่างกันไปบ้าง แต่ธรรมเนียมนิยมที่ผู้อ่านยึดเป็นหลัก หรือใช้เป็นพื้นฐานในการอ่านให้ประสบผลสำเร็จ "อ่านเป็น" นั้นมีอยู่เหมือนกัน ซึ่งสามารถแสดงเป็นแผนภูมิได้ดังนี้



จากแผนภูมิข้างต้น จะเห็นได้ว่าธรรมเนียมนิยมในการอ่านทำนองเสนาะมีหลักสำคัญเพียง ๒ ประการ คือ อ่านให้ถูกต้องชัดเจน ประการหนึ่ง และอ่านให้ไพเราะน่าฟัง อีกประการหนึ่งเท่านั้น ส่วนรายละเอียดที่ย่อยลงไปคือส่วนเสริมให้ผู้อ่านสามารถอ่านทำนองเสนาะได้อย่างสมบูรณ์แบบ และมีเอกลักษณ์เฉพาะตัว

การอ่านให้ถูกต้อง

สิ่งที่ผู้อ่านทำนองเสนาะทุกคนจะต้องระมัดระวังและต้องอ่านให้ถูกต้องได้แก่

๑. **อักขรวิธี** ผู้อ่านจะต้องแม่นยำในหลักภาษาไทย และต้องสามารถปฏิบัติได้เมื่อต้องอ่านจริง ดังต่อไปนี้

๑.๑ อ่านออกเสียงพยัญชนะ สระ วรรณยุกต์ ตรงตามลักษณะทางสัทศาสตร์ของหน่วยเสียงในภาษาไทย จะเห็นได้ว่าอิทธิพลจากการเรียนภาษาต่างประเทศที่มีหน่วยเสียงบางหน่วยเสียงคล้ายคลึงกับภาษาไทย แต่ใช้ฐานกรณ์ในการกำเนิดเสียงต่างกัน(โดยเฉพาะเสียงพยัญชนะ) ให้ผิดเพี้ยนไปจากเสียงที่ใช้จริงในภาษา ดังเรามักได้ยินได้ฟังกันบ่อยๆ ที่ผู้อ่านบางคนจะออกเสียง “จ” เหมือนกับ “J” ทั้งนี้เพราะ “จ” และ “J” ต่างใช้เพดานปากเป็นฐานเหมือนกัน แต่ “จ” ในภาษาไทยนั้น มีปลายลิ้นเป็นกรณ์ ขณะที่ “J” ในภาษาอังกฤษจะใช้ส่วนกลางลิ้นเป็นกรณ์ หรือออกเสียง “ท” เหมือนเสียง “th” ซึ่งปลายลิ้นของทั้งสองเสียงจะวางอยู่ในฐานที่ต่างกัน ฯลฯ ส่วนเสียงสระที่มักอ่านผิดกันอยู่บ่อยๆ คือผู้อ่านมักอ่านสระเสียงสั้นเป็นสระเสียงยาว เนื่องมาจากความเข้าใจผิดว่าการอ่านทำนองเสนาะต้องอ่านให้ช้าเนิบนาบเท่านั้น เป็นผลเสียทำให้อ่านผิดเสียงสระดังกล่าว ซึ่งทำให้ความหมายของคำที่อ่านผิดไปด้วย เช่นอ่านคำว่า “ลม” เป็น “โลม” หรืออ่าน “ไช” เป็น “ชาย” ฯลฯ เสียงวรรณยุกต์ที่ใช้ในการอ่านนิยมใช้ ๕ เสียง ได้แก่ สามัญ เอก โท ตรี จัตวา ปัญหาของการอ่านเสียงวรรณยุกต์ที่พบมาก คือ ออกเสียงตรีและจัตวาเพี้ยน เช่น ออกเสียงคำว่า “สาย” เป็น “ซ้าย” หรือออกเสียงคำว่า “แท้” เป็น “แถ้...อื่อ” โดยเฉพาะในปัจจุบันจะอ่านเสียงวรรณยุกต์จัตวาของคำบางคำเป็นเสียงวรรณยุกต์ตรีเพื่อเป็นการสร้างภาพและความหมายให้เด่นชัดขึ้น เช่น คำว่า “สวรรค์” (สะ-หวัน) ซึ่งเป็นที่อยู่ของเทพยดาบนชั้นฟ้าจึงเชื่อกันว่าเป็นสถานที่ประเสริฐสูงส่ง จะนิยมอ่านเป็น “สะ-วั้น” แล้วเอื้อนเสียงสูงไปจนสุดในลักษณะ / ของเสียงตรี แต่หากอ่านไหลเสียงตอนต้นให้ต่ำลงก่อนแล้วจึงไหลเสียงขึ้นเป็น V ของเสียงจัตวาย่อมทำให้ความหมายตกลงมา

๑.๒ อ่านออกเสียงควบกล้ำ ร ล ว และอ่านเสียงตัว ร ล ให้ถูกต้องชัดเจน หากผู้อ่านอ่านคำควบกล้ำหรืออ่านแยกหน่วยเสียง ร และ ล ให้แตกต่างกันไม่ได้ จะทำให้

ความหมายของคำที่อ่านเปลี่ยนแปลงไป เช่น คำว่า "ครั่น" ซึ่งแปลว่า สะทกสะท้าน หากอ่านควบกล้ำไม่ได้ จะทำให้คำว่า "ครั่น" เปลี่ยนความหมายเป็นคำว่า "คั่น" ซึ่งหมายถึง แทรกหรือกั้น อยู่ในระหว่าง และคำว่า "ขั้น" ซึ่งหมายถึงลำดับ ตอน หรือชั้นที่ทำให้ลดหลั่นเป็นลำดับ เป็นต้น

๑.๓ อ่านคำสมาสได้ถูกต้อง เมื่อคนไทยยอมรับการนำคำสมาสมาใช้ในระบบภาษาของไทย ผู้อ่านจึงควรมีความรู้เรื่องคำสมาสว่าสร้างขึ้นจากการนำคำศัพท์นามตั้งแต่ ๒ ศัพท์ขึ้นไปมาต่อกันเป็นศัพท์เดียวตามหลักไวยากรณ์ภาษาบาลีและสันสกฤต ดังนั้นเมื่อจะอ่านคำสมาส จึงต้องอ่านออกเสียงเนื่องระหว่างศัพท์แรกและศัพท์หลัง เช่น โลก (โลก) + นาถ (นาด) = โลกนาถ อ่านว่า โลก-กะ-นาด หรือ ประวัติ (ประ-หวัด) + ศาสตร์ (สาด) = ประวัติศาสตร์ อ่านว่า ประ-หวัด-ติ-สาด หรือ สุนทร (สุน-ทอน) + พจน์ (พด) = สุนทรพจน์ อ่านว่า สุน-ทอน-ระ-พด เป็นต้น

๑.๔ อ่านคำเชื่อมที่มีเครื่องหมายยัติภังค์ให้ได้ความ ในบทประพันธ์ร้อยกรองมีข้อบังคับทางฉันทลักษณ์ ทำให้บางครั้งกวีต้องเขียนฉีกคำคำเดียวไว้คนละวรรค แล้วใส่เครื่องหมายยัติภังค์ (-) กำกับไว้เพื่อเอื้อในการอ่าน เช่น

"ทนุเพื่ออภิมง- คลสงเคราะห์ทวี"

ผู้อ่านที่ดีควรใช้กลวิธีในการอ่านคำที่มีเครื่องหมายยัติภังค์ให้เสียงเนื่องเป็นคำเดียวกัน ให้เสียจังหวะการอ่านน้อยที่สุด เพื่อให้ผู้ฟังเข้าใจความหมายได้อย่างถูกต้องและไม่เสียอรรถรสในการฟัง แม้ร้อยกรองบางบทอาจไม่ใส่เครื่องหมายยัติภังค์กำกับไว้ แต่ผู้อ่านที่ดีควรพิจารณาว่าบทร้อยกรองระหว่างวรรคดังกล่าวควรที่จะอ่านเนื่องกันแบบยัติภังค์ก็ควรอ่าน เช่น

"แรมทางกลางเถื่อน ห่างเพื่อนหาผู้
หนึ่งใดนึกดู หาใครไปมี"

ควรอ่าน "หนึ่ง" ต่อกันกับคำว่า "ผู้" เพื่อให้ได้ความหมายที่ชัดเจน

๑.๕ อ่านคำพ้อง คำแผลงเป็น ผู้อ่านที่มีความแม่นยำเรื่องฉันทลักษณ์จะสามารถแก้ปัญหาในการอ่านได้ว่าคำพ้องนั้นๆ โดยใช้ความรู้เกี่ยวกับ "คณะ" และ "สัมผัส" มาประกอบการพิจารณา ดังตัวอย่าง

"ผุดลุกจากที่ตะลีตะลาน ออกทวารขึ้นวอจรจรัล"

คำว่า "จรจรัล" เขียนรูปเดียว แต่อ่านได้ ๒ อย่าง คือ "จอน-จะ-รัน" และ "จอ-ระ-จัน" ดังนั้น เมื่อต้องอ่านกลอนซึ่งเน้นเรื่องสัมผัส ผู้อ่านควรอ่านว่า "จอ-ระ-จัน" เพื่อให้เอื้อสัมผัส กับคำว่า "วอ" ซึ่งอยู่ข้างหน้า

๑.๖ อ่านคำบาลี-สันสกฤต ให้ถูกต้อง คำศัพท์จากภาษาบาลีและสันสกฤตมีปะปนในวรรณคดีกวีนิพนธ์ไทยเป็นจำนวนมาก โดยเฉพาะร่ายยาว เช่น ตำ = ตัง, กำ = กิง, สงโฆ = สังโฆ ฯลฯ ผู้อ่านจึงต้องศึกษาการอ่านคำบาลี-สันสกฤต ให้ถูกต้องด้วย

๑.๗ คำ ฑ, ฤ ควรอ่านออกเสียงใด เพราะอักษรทั้งสองนี้สามารถอ่านได้หลายเสียง เช่น "มณโฑ" รู้ว่า "ฑ" ออกเสียงเป็น "ท" คือ มน-โท แต่คำว่า "มณฑป" จะออกเสียง "ฑ" เป็น "ด" คือ มน-ดบ หรือ "ฤกษ์" เสียง "ฤ" ออกเป็น "เรอ" อ่านว่า เริก ในขณะที่ "มฤค" เสียง "ฤ" ออกเป็น "รึก" อ่านว่า มะ-รึก และ "ฤทธิ์" เสียง "ฤ" ออกเป็น "ริ" อ่านว่า "ริด"

๒. **ฉันทลักษณ์** คำประพันธ์ร้อยกรองทุกประเภทมีรูปแบบบังคับในการแต่งแตกต่างกัน ทั้ง "คณะ" ซึ่งเป็นตัวกำหนดจำนวนคำในวรรค ในบาท ในบท ตลอด จนถึง "สัมผัส" และการบังคับเฉพาะคำประพันธ์ก็มีแยกย่อยไปอีก เช่น การบังคับ เอก-โท ในการแต่งโคลง การบังคับครุ-ลหุ ในการแต่งฉันท์ ฯลฯ ผู้อ่านจึงต้องจดจำฉันทลักษณ์ของคำประพันธ์ร้อยกรองแต่ละประเภทได้อย่างแม่นยำ ทั้งยังต้องมีความรู้และความเข้าใจว่าคำประพันธ์ที่อ่านนั้นมีระเบียบบังคับหรือกลวิธีการแต่งลักษณะใดเป็นพิเศษ จึงจะสามารถอ่านได้รสได้ความมากยิ่งขึ้น

กลอน : นิยมอ่านแบ่งคำในแต่ละวรรคให้ได้จังหวะและมีความหมายถูกต้อง ถ้าเป็นกลอนแปด ซึ่งจำนวนคำในวรรคหนึ่งมี ๘ คำ จะแบ่งอ่านเป็นวรรคละ ๓ ตอน คือ ๓/๒/๓ หรืออาจเป็น ๒/๓/๓ หรือ ๓/๓/๒ ได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความหมายของคำในวรรคเป็นสำคัญ ขณะเดียวกันผู้อ่านควรรู้จักการอ่านแบบเน้นสัมผัส และ เอื้อสัมผัส ซึ่งเป็นลักษณะเด่นของกลอนด้วย

ตัวอย่าง ถึงหน้าวังดังหนึ่งใจจะขาด คิดถึงบาทบพิตรอดิศร

จะอ่านเน้นสัมผัสระหว่าง "ขาด" กับ "บาท" และอ่านคำว่า "อดิศร" (อะ-ดิ-สอน) ควรเอื้อสัมผัสกับ "บพิตร" เป็น "อะ-ดิด-สอน"

ฉันท์ : มี "ครุ-ลหุ" บังคับแน่นอนทั้งจำนวนและตำแหน่งในคณะ ถ้าผู้อ่านไม่แม่น เรื่องฉันทลักษณ์ ย่อมอ่านผิดเสมอ

ตัวอย่าง : "สกลบทอุทาหรณ์ ไขคุณากร ประเสริฐศรี"

เป็น "มาลินีฉันท์ ๑๕" อ่าน ๑๕ พยางค์ เป็น ๑ บท ตามบังคับครุ-ลหุ ว่า "สะ-กะ-ละ-บะ-ทะ-อุ-ทา-หอน ไข-คุ-นา-กอน/ประ-เสิด-สี" หากอ่านว่า "สะ-กน-บด-อุ-ทา-หอน" จะถือว่าอ่านผิดทันที

หากเป็นการอ่านที่สูงขึ้นไปอีกระดับหนึ่ง ผู้อ่านควรมีความสามารถถอดกลของคำประพันธ์ได้ เช่น

กลกลอนถอยหลังเข้าคลอง

เจ้างามสรรพสารพางค์ดังนางสวรรค์
โพยมแจ่มจันทร์เปรียบพอเทียบทัน
โฉมชอ้อนอัปสรทรงเสมอสมร
ฤาทัยโทมโทรมเศร้าเล้าประโลม

(ถอดกล) : เจ้างามสรรพสารพางค์ดังนางสวรรค์
โพยมแจ่มจันทร์เปรียบพอเทียบทัน ทันเทียบพอเปรียบจันทร์แจ่มโพยม
โฉมชอ้อนอัปสรทรงเสมอสมร สมรเสมอทรงอัปสรชอ้อนโฉม
ฤาทัยโทมโทรมเศร้าเล้าประโลม ประลมเล้าเศร้าโทรมโทมฤาทัย

๓. **จังหวะ-ทำนอง** ร้อยกรองทุกประเภทมีการแบ่งจังหวะและทำนอง เพื่ออ่านให้เสนาะ แม้จังหวะทำนองที่อ่านของแต่ละเล่ม ลีลาจะแตกต่างกัน แต่ความสม่ำเสมอในการใช้จังหวะทำนองของแต่ละลีลาจะต้องมีอยู่ เช่น จังหวะการอ่านกลอนแปด จะแบ่งอ่านเป็น ๓/๒/๓ ทุกวรรคและจะขึ้นเสียงสูงในวรรคที่ ๑ และลงต่ำในวรรคที่ ๓ เหมือนกัน แต่ในวรรคที่ ๔ การอ่านบางลีลาจะหลบเสียงต่ำคล้ายทำนองสังขารา ซึ่งไม่ใช่การอ่านทำนองเสนาะ บางลีลาจะอ่านคงระดับเสียงเสมอกับท้ายวรรคที่ ๓ ไม่หลบต่ำลง ผู้อ่านที่ดีควรอ่านด้วยลีลาเดียวกันตลอด ถ้าอ่านต่างลีลากันจะเรียกว่าอ่านหลงทำนองหรือไม่แม่นทำนอง

๔. **ความหมายและอารมณ์** เป็น “หัวใจ” สำคัญของการอ่านทำนองเสนาะ ซึ่งผู้อ่านที่ตีความ“อ่านไม่ถึง” มักมองข้ามไป แต่ถ้าผู้อ่านสามารถตีความเข้าถึงความหมายและอารมณ์ของบทที่ตนจะต้องอ่านได้ ย่อมสามารถใช้เสียงและกลวิธีของเสียงตลอดจนจังหวะได้อย่างกลมกลืนเหมาะสม ทำให้เกิดความไพเราะขึ้นโดยอัตโนมัติ อีกทั้งยังขจัดปัญหาการอ่านฉีกคำ เนื่องจากการหยุดไม่ถูกจังหวะ การอ่านตก อ่านเติม อ่านตู่ตัว ทำให้เสียความหมาย ยังรวมทั้งการอ่านช้าไป-เร็วไป ดังไป-เบาไป เพราะใช้จังหวะไม่สัมพันธ์กับความหมาย เป็นต้น

ส่วนความถูกต้องนั้นเป็นเรื่องของทักษะ ผู้อ่านทำนองเสนาะสามารถฝึกฝนให้มีความสามารถทัดเทียมกันได้ แต่ความไพเราะของการอ่านอันเกิดจาก “เสียง” ซึ่งเป็นคุณสมบัติหรือพรสวรรค์เฉพาะบุคคลนั้น เป็นเรื่องยากที่จะทำให้เหมือนกันได้ ทว่าสามารถ “พัฒนา” ให้สมบูรณ์ขึ้นได้ ดังนี้

๑. **รู้จักบริหารเสียงและลมหายใจ** เพื่อให้ผู้อ่านรู้ว่าตนมีพิสัยคือขอบเขตความสามารถหรือลักษณะที่เป็นอยู่ของเสียงในการทำเสียง สูง-ต่ำ ได้เพียงใด และควรใช้เสียงใดในการอ่านเพื่อไม่ให้

บีบเสียงหรือหลบเสียงเกินไป ทำให้ผู้อ่านมีพลังในการอ่านเต็มเสียงยิ่งขึ้นและ รู้จักวิธีเก็บกักลมไว้ใช้ในการอ่านให้ต่อเนื่อง

๒. **มีอวัยวะที่ใช้ในการออกเสียงสมประกอบ** เช่น เพดานปากไม่โหว่ ปากไม่แหว่งหรือบิดเบี้ยวจนเสียรูปทรง ลิ้นสมส่วน ลิ้นไก่ไม่สั้น ฟันไม่หลอ หรือใส่เครื่องจัดฟัน ฯลฯ

๓. **มีสุขภาพดี** ไม่เป็นโรคเกี่ยวกับระบบหายใจ เช่น หวัด วัณโรค โดยเฉพาะการพักผ่อนอย่างเพียงพออาจมีผลทำให้หางเสียงดีได้

๔. **รับประทานอาหารถูกต้อง** ไม่ควรรับประทานอาหารที่ทำให้ใช้เสียงได้ไม่เต็มที่ เช่น อาหารมันจัด เผ็ดจัด หรือน้ำเย็นมากๆ ที่จะทำให้เกิดเสมหะในขณะอ่าน หรือแม้แต่การรับประทานอาหารก่อนการอ่านก็มีผลต่อการอ่านเช่นกัน

๕. **หมั่นฝึกฝนเพื่อให้เกิดทักษะ** เป็นการเสริมสร้างความมั่นใจให้กับผู้อ่าน มิฉะนั้นอาจทำให้หลงทำนองหรือเพี้ยนเสียงเมื่อเวลาอ่านจริงต่อหน้าประชุมชน

ผู้อ่านทำนองเสนาะทุกคนควรตระหนักถึงธรรมเนียมนิยมในการอ่านดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น และถ้ามีโอกาสศึกษาหรือขอคำชี้แนะจากผู้มีความชำนาญในการอ่านทำนองเสนาะโดยตรงแล้วย่อมแก้ไขข้อบกพร่องในการอ่านให้ถูกต้องเป็นรายบุคคลได้อีกทางหนึ่ง ทั้งนี้ความตั้งใจที่จะเป็นคนที่อ่านทำนองเสนาะ “เป็น” คงจะอยู่ไม่ไกลนัก เมื่อถึงเวลานั้นธรรมเนียมนิยมในการอ่านทำนองเสนาะก็คงจะทำหน้าที่เป็นเพียงพี่เลี้ยงที่ดูแลเฉพาะร่างกายหนึ่ง ให้กระทำลีลาท่าทางโลดแล่นพลิกพลิ้วไปตามการกำกับของความรู้สึกนึกคิดของผู้อ่านแต่ละคน ตามที่ร่างนั้นสามารถจะกระทำได้โดยหาใช่ทำหน้าที่เหมือนดั่งผู้คุมประพฤติ มิให้ผู้อ่านออกนอกทางดังที่เคยเป็นมาไม่

ดังนั้นผู้อ่านทำนองเสนาะจึงควรสำนึกอยู่เสมอว่า “การอ่านทำนองเสนาะเป็น” คือการรู้จักนำ “ศาสตร์” และ “ศิลป์” มาใช้ร่วมกันได้อย่างกลมกลืน โดยที่ “ศาสตร์”ในการอ่านคือความถูกต้องซึ่งเปรียบเหมือน “วิถี” ที่ผู้อ่านทุกคนจะต้องมีร่วมกัน แต่ “ศิลป์” ในการอ่านคือความไพเราะ ซึ่งเปรียบได้กับ “ชีวิต” ที่ผู้อ่านแต่ละคนมีสิทธิ์กำหนด การอ่านทำนองเสนาะให้มีชีวิตและ เปี่ยมไปด้วยศิลปะจึงควรมีความหลากหลาย และควรใช้ศาสตร์เป็นดั่งแกนให้ผู้อ่านใช้ฝีมือศิลป์เฉพาะตัวถักทอศาสตร์เหล่านั้นขึ้นมาเป็นการอ่านทำนองให้เสนาะไพเราะยิ่งขึ้น

คุณภาพเสียง

มนุษย์แต่ละคนมีเสียงที่เป็นเอกลักษณ์ เนื่องจากระบบและอวัยวะในการผลิตเสียงมีความแตกต่างกัน จึงส่งผลให้เสียงที่เปล่งออกมามีคุณภาพเสียงต่างกัน แต่บุคคลคนเดียวกันหากเปล่งเสียงออกมาด้วยอารมณ์และสภาพจิตใจที่ต่างกัน คุณภาพเสียงที่ได้ย่อมไม่เหมือนกันด้วย

อัตรา

คือ ความช้าความเร็วในการเปล่งเสียง การจะพูดให้เร็วหรือช้าขึ้นอยู่กับการสั่งงานของสมองที่จะบังคับลมให้ผ่านกล่องเสียงช้าหรือเร็วเป็นสำคัญ ทั้งนี้มีปัจจัยทางอารมณ์และบุคลิกของผู้ใช้เสียงหรือบรรยากาศของเรื่องที่นำเสนอเป็นส่วนประกอบสำคัญ ส่วนผู้ที่ต้องการพัฒนาการพูดหรืออ่านออกเสียง ควรหาผู้ให้คำติชมหรือแนะนำเกี่ยวกับการใช้อัตราช้าเร็วให้เหมาะสม ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง

คุณลักษณะของเสียงดังที่กล่าวนี้ สามารถแบ่งเสียงออกเป็น ๒ ประเภทคือเสียงดี และ เสียงไม่ดี

เสียงดี คือ เสียงที่มีคุณลักษณะ ๔ ประการ คือ ความดัง ระดับทุ้มแหลม อัตราช้าเร็ว และคุณภาพเสียงพอเหมาะกัน จะส่งผลให้ได้เสียงที่แจ่มใส นุ่มนวล มีกังวานรื่นหู มีพลัง เป็นธรรมชาติ ทำให้ฟังสบาย เข้าใจชัดเจน

เสียงไม่ดี คือ เสียงที่บกพร่องในคุณลักษณะของเสียง อันส่งผลให้เสียงดังไปบ้าง เบาไปบ้าง หรือช้าเกินไป เร็วเกินไป สูงเกินไป ต่ำเกินไป เสียงไม่แจ่มใส ฟังไม่เข้าใจ ทำให้ไม่น่าสนใจหรือควรแก่การติดตามฟัง

ข้อบกพร่องทางเสียงดังกล่าวสามารถปรับปรุงแก้ไขได้ หากผู้ใช้เสียงมีความตั้งใจจริงที่จะพัฒนาด้วยการเร่งหาจุดบกพร่องของตนแล้วแก้ไข ย่อมฝึกฝนให้ดีขึ้นได้ ฉะนั้นผู้ที่มุ่งที่จะใช้เสียงอย่างมีคุณภาพ จึงควรศึกษาวิธีที่จะพัฒนาสมรรถภาพของเสียง เพื่อปรับปรุงจุดบกพร่องของเสียงให้กลับดีขึ้น เริ่มตั้งแต่พัฒนาการหายใจ พัฒนาอวัยวะที่เกี่ยวข้องกับการผลิตเสียง พัฒนานิสัยหรือบุคลิกระหว่างใช้เสียง พัฒนาจิตใจและอารมณ์ หาทางปรับปรุงความบกพร่องของเสียงที่เป็นปัญหาตลอดจนการบำรุงรักษาเสียงให้คงคุณภาพได้นาน

การพัฒนาการหายใจ

เป็นที่ทราบกันดีว่าเสียงที่ผลิตออกมาจะมีคุณภาพมากน้อยเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับวิธีการหายใจของแต่ละบุคคลเป็นสำคัญ การหายใจที่สมบูรณ์แบบจะสามารถดึงเอาอากาศเข้าไปบรรจุเต็มทั้งส่วนบน ส่วนกลาง และส่วนล่างของปอด ตลอดจนช่องท้อง กล้ามเนื้อควบคุมการหายใจสามารถทำงานประสานกับอวัยวะในการหายใจได้ทั้งหมด ปอดยืดขยายเต็มที่ กระบังลมทำงานได้เต็มกำลัง

การหายใจที่สมบูรณ์แบบต้องไม่สูดลมมากเกินไป ปัญหาที่พบคือผู้เริ่มฝึกมักกลัวลมหายใจจะไม่พอ จึงสูดอย่างเต็มปอด ซึ่งส่งผลให้อกส่วนบนเกิดอาการเกร็ง จนทำให้เปล่งเสียงได้ลำบากและรู้สึกเหนื่อย อย่างไรก็ตามวิธีฝึกหายใจอย่างสมบูรณ์แบบนี้สามารถปฏิบัติกันได้ ดังที่พระยานรรัตน์ราชมานิตได้อธิบายไว้อย่างละเอียดคือ

ก. ยืนหรือนั่งตัวตรง หายใจเข้าทางรูจมูก หายใจเข้าสม่ำเสมอ เบื้องต้นบรรจุลมหายใจสูดเข้าไปเต็มส่วนเบื้องล่างของปอด ซึ่งประกอบพร้อมด้วย โดยนำกระบังลมให้แสดงบทบาท ทำหน้าที่ซึ่งใช้กำลังกดกันลงน้อยๆ บนอวัยวะภายในช่องท้อง ดันผนังช่องท้องด้านหน้าออกไปข้างหน้า แล้งจึงสูดลมเข้าไปเต็มภาคกลางของปอด กดดันซี่โครงเบื้องล่าง กระดูกอก และทรวงอกออกมา แล้วจึงสูดลมเข้าไปเต็มส่วนเบื้องสูงของปอด ยื่นทรวงอกเบื้องบนในท่านี้ ยกทรวงอกขึ้น รวมทั้งซี่โครงเบื้องบน ๖ หรือ ๗ คู่ ในที่สุดการเคลื่อนไหวส่วนล่างของช่องท้องจะแขม่วเข้าเล็กน้อย ซึ่งการเคลื่อนไหวให้ความค้ำจุนแก่ปอดและช่วยให้สูดลมเข้าไปเต็มภาคสูงที่สุดของปอด

ข. กลั้นลมหายใจเข้าไว้สัก ๒-๓ วินาที (หรืออึดใจเพื่อให้ปอดดูดเอาออกซิเจนไว้ฟอกโลหิต และเพิ่มกำลังปราณพลานุภาพพลังงานแห่งชีวิต)

ค. หายใจออกช้าๆ ตั้งทรวงอกไว้ให้มั่น และแขม่วท้องเข้าไปเล็กน้อย ยกทรวงอกขึ้นไปช้าๆ ในขณะที่ลมหายใจออกจากปอด เมื่ออากาศถูกหายใจออกไปทั่วทั้งหมด หย่อนทรวงอกและช่องท้อง

นอกจากนี้ยังมีแบบฝึกหัดการหายใจได้อีกหลายวิธี ดังที่ดุษฎี พนมยงค์ บุญทัศนะกุล แนะนำไว้ ดังนี้

๑. หาดอกไม้ที่มีกลิ่นหอมมาถือไว้ แล้วสูดดมเอาความหอมนั้นเข้าไปเต็มปอด จากนั้นใช้จินตนาการเอง โดยไม่ต้องดมดอกไม้ แต่สูดเอาสิ่งสมมุติที่เป็นความหอมเข้าไปในปอด แล้วค่อยๆ ปล่อยลมออกอย่างสบายๆ ช้าๆ โดยไม่กำหนดเวลา

๒. สมมุติว่าไปเที่ยวต่างจังหวัด พบเห็นธรรมชาติที่สวยงามและอากาศบริสุทธิ์ จึงพยายามที่จะหายใจเข้าลึกๆ เพื่อซึมซับเอาความงามเหล่านั้นเข้าสู่ตัวเรา จะทำให้หายใจเข้า-ออกได้อย่างลึกๆ และช้าๆ เป็นธรรมชาติ ช่วงทรวงอกจะปราศจากอาการเกร็ง

๓. นอนราบ พยายามสร้างความรู้สึกว่ากำลังใกล้จะหลับหรือสลบไสลหรือเมาสุรา และหายใจเข้า-ออกช้าๆ โดยผ่อนคลายทุกส่วนของร่างกาย ยกเว้นบริเวณช่วงท้องและ กระบังลมที่ต้องขยายออกเมื่อหายใจเข้า และหดตัวลงเมื่อหายใจออก

๔. นอนราบกับพื้น วางมือข้างหนึ่งลงบนท้องแนวเดียวกับบั้นเอว ผ่อนลมหายใจเข้า-ออกผ่านจมูกและปากอย่างเป็นธรรมชาติ จะพบว่ามือทั้งสองค่อยๆเคลื่อนขึ้นและลงอย่างแช่มช้าตามอาการหายใจ แล้ววางมือทั้งสองลงข้างลำตัวแต่ละด้านในระดับเอว เหมือนกับทำท่าเท้าสะเอว ให้สังเกตการขยายตัวข้างเอว ซึ่งเกิดจากกลไกการหายใจ ต่อจากนั้นจึงวางมือข้างหนึ่งลงบนหน้าท้องระดับเอว ในขณะที่วางมืออีกข้างหนึ่งลงข้างลำตัวระดับเอว ให้สังเกตว่ามีการขยายตัวพร้อมๆกันทั้งสองด้าน ปฏิบัติเช่นนี้เป็นเวลา ๒-๓ นาที จนกว่าจะสามารถควบคุมความรู้สึกในการใช้กลไกการหายใจในลักษณะนี้ได้โดยตลอด

๕. นั่งเอนบนเก้าอี้ เหยียดขาตรงๆออกไปข้างหน้าแล้ววางศีรษะลงบนพนักด้านหลัง ใช้หมอนเล็กๆหนุนศีรษะ ขณะนี้ร่างกายควรอยู่ในท่าคล้ายคลึงกับท่านอนราบ แต่จะมีมุมระหว่างลำตัวกับระดับพื้น สภาพเช่นนี้จึงจำเป็นต้องควบคุมมากกว่าแบบฝึกหัดก่อน จงผ่อนลมหายใจช้าๆ ผ่านช่องจมูกและปาก และพยายามฝึกฝนจนได้รับผลอย่างเดียวกับที่ประสบความสำเร็จในการปฏิบัติในแบบฝึกหัดแรก

๖. ยืนให้ชิดกำแพงหรือประตู โดยใช้ส้นเท้า สะบัก และด้านหลังของศีรษะแนบติดกับผนังกำแพง วางมือลงบนตอนกลางหน้าท้องระดับเอว และพยายามฝึกฝนจนประสบผลอย่างเดียวกับที่ฝึกในแบบฝึกหัดก่อน ห้ามออกกำลังหายใจมากเกินไปในระยะแรก และสนใจดูว่าวิธีการปฏิบัติถูกต้องแล้วหรือยัง อย่าห่วงในเรื่องปริมาณ ฝึกปฏิบัติอย่างเงียบๆ จนกระทั่งมีความสามารถในระดับที่แน่นอนในการควบคุมกลไกของการหายใจ

๗. ก้าวออกจากผนังกำแพงหรือประตูและพยายามรักษาร่างกายให้อยู่ในท่าเดิม ตอนนี้ให้ฝึกปฏิบัติอย่างเงียบๆ ให้สูดลมหายใจเข้าผ่านช่องจมูกและปาก

๘. ฝึกผ่อนลมหายใจเข้า เช่นเดียวกับข้อ ๓ และ ๔ เพื่อฝึกขยายทรวงอกตอนล่าง การฝึกปฏิบัติดังกล่าวบรรลุผลสำเร็จแล้ว ต่อไปให้ฝึกผ่อนลมหายใจเข้าจนกระทั่งส่วนบนของทรวงอกมีการขยายตัวอย่างสมบูรณ์ด้วยเช่นกัน โดยที่บ่าไหล่ทั้งสองข้างจะต้องไม่ขยับขึ้นลงและส่วนท้องจะต้องไม่แฟบด้วย การหายใจเข้าจะต้องหยุดลงก่อนที่จะผ่อนลมหายใจออก ผลที่ได้รับจะเป็นการหายใจเข้าอย่างสมบูรณ์ ฝึกปฏิบัติเช่นนี้อย่างนุ่มนวลและเงียบสงบเป็นเวลา ๒-๓ นาที ตามแต่โอกาสอำนวยให้

๙. นอนราบ ยกขางอขึ้นพร้อมหายใจเข้า จากนั้นปล่อยขาเหยียดตรงอย่างรวดเร็วพร้อมหายใจออก

๑๐. ยืนหรือนั่งตรง ปิดรูจมูกขวา หายใจเข้าทางรูจมูกซ้าย ปิดรูจมูกซ้าย หายใจออกทาง

รูจมูกขวา

๑๑. หายใจเข้า หยุดนิ่ง ยืดแขนขวาขึ้นเหนือศีรษะ ใช้มือทำเสมือนต้องการผลักฝ้า (เพดาน) พลางปล่อยลมหายใจยาวๆ โดยค่อยๆแขม่วท้องทีละน้อย จนกว่าจะปล่อยลมหมด จากนั้นเปลี่ยนใช้แขนซ้ายแทน ปฏิบัติเหมือนแขนขวา

๑๒. ยืดแขนทั้งสองข้างขึ้นเหนือศีรษะ มือประสานกัน แล้วหายใจเข้าหยุดนิ่ง(หยุดหายใจ) ขณะหงายฝ่ามือ เขย่งเท้า จากนั้นค่อยๆ ผ่อนลมหายใจออก เท้าค่อยๆ วางราบลงกับพื้น พยายามปล่อยทุกส่วนของร่างกาย

๑๓. สูดลมหายใจเข้าให้เต็มที่ กลั้นหายใจเป็นเวลา ๒๐ วินาที แล้วจึงผ่อนลมหายใจออกอย่างสงบ ปฏิบัติเช่นนี้หลายๆครั้ง

๑๔. หายใจเข้าอย่างนุ่มนวลในขณะที่ก้าวเดินไป ๖ ก้าว แล้วจึงกลั้นลมหายใจ พร้อมกับก้าวเดินไปอีก ๖ ก้าว จากนั้นจึงผ่อนลมหายใจออกอย่างสงบ ขณะก้าวเดินอีก ๖ ก้าว

๑๕. สูดลมหายใจเข้าให้เต็มที่ กลั้นลมหายใจ ๕ วินาที แล้วจึงระบายลมหายใจออกอย่างแรงผ่านทางปากเหมือนกับเวลาเป่าเทียน ซึ่งอยู่ห่างจากใบหน้าผู้เป่าระยะ ๒ ฟุต ในระยะเริ่มต้นให้ทำแบบฝึกหัดนี้จำนวน ๔ ครั้งติดต่อกัน หลังจากนั้นจึงค่อยๆเพิ่มจำนวนการหายใจไป ๘ ครั้ง ถ้าต้องการเพิ่มความแรงในการเป่าลมหายใจออกทางปาก

๑๖. สูดลมหายใจเข้าเต็มที่ในระดับปานกลาง ร้องเพลงเบาๆ โดยเปล่งเสียงเดียวให้เป็นระดับกลาง (โน้ตตัว "โด" เหมาะสำหรับเสียงคนส่วนใหญ่) ร้องเพลงในลักษณะนี้อย่างสม่ำเสมอและแผ่วเบาเป็นเวลา ๑๒ วินาที ให้เพิ่มเสียงตามโน้ตที่ยาวขึ้นเท่าที่ความสามารถในการควบคุมและกำลังของกล้ามเนื้อจะทำได้ แต่พึงระลึกไว้ว่าจะต้องรักษาระดับเสียงให้สม่ำเสมอตลอดเวลา อาการเสียงสั่นหรืออาการหายใจสั่นจะต้องไม่ปรากฏในน้ำเสียง

๑๗. ฝึกปฏิบัติเหมือนในแบบฝึกหัดก่อน แต่ค่อยๆขยายเสียงให้ดังขึ้นเรื่อยๆ และหลังจากนั้นจึงค่อยๆลดเสียงลง โดยการควบคุมระดับเสียง ใช้กล้ามเนื้อบริเวณหน้าท้องระดับเอวบังคับโดยรู้ตัวตลอดเวลา แบบฝึกหัดนี้จะเชื่อมโยงกับการฝึกปฏิบัติร้องเพลงในอนาคตด้วย นอกจากนี้ยังเป็นแบบฝึกหัดสำหรับนำทางไปสู่การมีเสียงที่ดีต่อไป

๑๘. เลือกเสียงที่ถูกใจในระหว่างกลางของปริมาณเสียงที่ผู้ฝึกการใช้เสียงมีอยู่ แล้วร้องเสียง อู อา หรือฮัม หรืออะไรอย่างหนึ่งที่เห็นว่าง่าย ทำเสียงสูงและเสียงต่ำให้ช้าๆ และค่อยๆ โดยเล่นไปด้วยเสียงของแต่ละคน เมื่อรู้สึกว่าสามารถควบคุมได้แล้ว ก็ทำเสียงร้องซ้ำ ๒ ครั้งถ้ามีลมหายใจเพียงพอ

๑๙. ร้องที่หน้าเทียนที่จุดเอาไว้โดยไม่ทำให้เปลวไฟสั่นไหว ตามที่ได้กล่าวมาแล้วว่าห้ามหายใจออกด้วยการพ่นออกมา แต่ให้เป็นไปอย่างธรรมชาติเท่านั้น ต่อจากนั้นลมหายใจจะ

กระจายออกและไหลผ่านออกมาทางปาก ไม่ใช่เป็นการบังคับให้ออกด้วยปาก ฉะนั้นเปลวไฟจะไม่สั่นไหวเลยถ้าท่านใช้เสียงอย่างเหมาะสมถูกต้อง

๒๐. ถือเทียนให้ห่างจากหน้าประมาณ ๕ นิ้ว แล้วร้องเพลงสักหนึ่งประโยค หรือทดลองทำแบบฝึกหัดง่ายๆเบาๆ พร้อมด้วยการหายใจอย่างถูกต้องเหมาะสมรองรับอยู่แล้วร้องให้ดังขึ้นบ้าง เปลวไฟจะเคลื่อนไหวอย่างเรียบๆหรือตามปกติ

เมื่อผู้ใช้เสียงพัฒนาการหายใจได้ดีแล้ว ย่อมสามารถพัฒนาอวัยวะที่เกี่ยวข้องกับการผลิตเสียงได้ในคราวเดียวกัน ส่วนการพัฒนานิสัยระหว่างการอ่าน การพัฒนาจิตใจและอารมณ์ ตลอดจนการปรับปรุงความบกพร่องของเสียง ควรหาโอกาสขอคำแนะนำจากผู้ชำนาญการเฉพาะด้าน เช่น นักภาษาศาสตร์ นักจิตวิทยา ฯลฯ เพื่อที่จะได้พิจารณาแก้ไขเป็นรายบุคคลจึงจะได้ผลในการพัฒนาอย่างแท้จริง

ระบบเสียงในภาษาไทย

เสียงซึ่งใช้อยู่ในระดับเสียงของภาษาไทย ประกอบด้วย เสียงสระ เสียงพยัญชนะ และเสียงวรรณยุกต์

ระบบเสียงสระ

เสียงสระในภาษาไทย มีเสียงแท้ ๑๘ หน่วยเสียง และเสียงประสม ๖ หน่วยเสียง รวมเป็น ๒๔ หน่วยเสียง สำหรับสระเกิน ๘ ตัว คือ อำ ไอ ใอ เอา ฤ ฤา ฦ ฦา ทางภาษาศาสตร์ไม่นับเป็นเสียงสระ เพราะลักษณะเสียงเหมือนกับนำสระที่มีอยู่แล้วมาประสมกับเสียงพยัญชนะ ทำให้มีลักษณะเหมือนคำคำหนึ่ง

เสียงสระแท้

ระดับลิ้น	ส่วนของลิ้น		
	หน้า	กลาง	หลัง
สูง	อิ - อี	อึ – อือ	อุ – อู
กลาง	เอะ - เอ	เออะ – เออ	โอะ – โอ
ต่ำ	แอะ - แอ	อะ – อา	เอาะ – ออ

เสียงสระประสม

เอียะ (อิ + อะ)	เอือะ (อึ + อะ)	อัวะ (อุ + อะ)
เอีย (อี + อา)	เอือ (อึ + อา)	อัว (อู + อา)

ระบบเสียงพยัญชนะ

พยัญชนะไทยมี ๔๔ รูป แต่มีเพียง ๒๑ หน่วยเสียง ทั้งนี้เพราะมีพยัญชนะหลายตัวที่มีเสียงซ้ำกันเมื่อมาใช้ในภาษาไทย

เสียงพยัญชนะเป็นเสียงที่เกิดจากการกล่อมเกลาเสียงของอวัยวะภายในช่องปาก พร้อมๆกับที่เส้นเสียงเกิดการสั่นสะบัด ซึ่งพยัญชนะบางเสียงที่มีการสั่นสะบัดที่สายเสียงขณะเปล่งเสียงจะเรียกว่า พยัญชนะโฆษะ หรือพยัญชนะเสียงก้อง (Voice) ส่วนพยัญชนะที่ไม่มีการสั่นสะบัดที่สายเสียงจะเรียกว่า พยัญชนะอโฆษะ หรือพยัญชนะเสียงไม่ก้อง (Voiceless)

พยัญชนะแต่ละเสียงจะมีจุดหรือตำแหน่งที่ปิดกั้นลม ที่เรียกว่า ฐานกรณ์ (Place of Articulation) ต่างกัน ซึ่งส่งผลให้มีลักษณะการออกเสียงที่ต่างกันด้วย ซึ่งสามารถสรุปเป็นตารางได้ดังนี้:

ฐานกรณ์ ลักษณะการออกเสียง	ริมฝีปากบนและล่าง	ริมฝีปากล่างและฟันบน	ปลายลิ้นหรือลิ้นส่วนหน้ากับปุ่มเหงือก	ลิ้นส่วนหน้าและเพดานแข็งส่วนหน้า	กลางลิ้นและเพดานแข็ง	ลิ้นส่วนหลังและเพดานอ่อน	เส้นเสียง
ระเบิด	บปพ		ดตท			กค	อ
เสียดแทรก		ฟ	ส				ฮ
กึ่งเสียดแทรก				จช			
นาสิก	ม		น			ง	
ข้างลิ้น			ล				
ลิ้นรัว			ร				
กึ่งสระ	ว				ย		

ลักษณะการออกเสียง

๑. เสียงระเบิดหรือเสียงกัก ((Plosive) เกิดจากการกักลมไว้ ณ จุดใดจุดหนึ่งภายในปากหรือคอหอย ทำให้ความกดดันของลมจากปอดสูงขึ้น พร้อมที่จะระเบิดออกมาทันทีที่เปิดให้ลมออก

๒. เสียงกึ่งเสียดแทรก (Affricates) เป็นเสียงที่ออกผสมระหว่างเสียงหยุด และเสียงเสียดแทรก ฉะนั้นตำราบางเล่มจัดว่าเป็นเสียงหยุด ครั้งแรกหยุดลมไว้ก่อน แล้วจึงปล่อยลมออกมาแบบเสียงเสียดแทรก

๓. เสียงเสียดแทรก (Fricatives) เป็นเสียงที่ปล่อยให้ลมออกมาได้ติดต่อกัน โดยมีการเสียดสีกับฐานกรณ์บนและฐานกรณ์ล่าง ณ จุดใดจุดหนึ่งในปาก เสียงเสียดแทรกนี้แบ่งออกเป็นสองชนิดตามลักษณะของลิ้นเมื่อใช้ในการออกเสียง คือ เสียงเสียดแทรกลิ้นแบ (Slit Fricatives) คือเวลาออกเสียงลิ้นก็แบ ในลักษณะแบนๆ ธรรมดา และเสียงเสียดแทรกลิ้นเป็นร่อง (Groove Fricatives) คือ เมื่อออกเสียงแล้วสองข้างลิ้นจะสูงขึ้น ทำให้เกิดเป็นร่องตรงรอยกลางลิ้น ได้แก่ การออกเสียงพวกเสียงคล้าย เอส ทั้งหลาย ซึ่งรวมเรียกว่า Sibilants

๔. เสียงนาสิก (Nasals) การออกเสียงนาสิกนี้ต้องลดลิ้นไก่ลง มีการกักลม ณ จุดใดจุดหนึ่งในช่องปาก และให้ออกทางช่องจมูกได้

๕. เสียงข้างลิ้น (Lateral) การออกเสียงนี้ต้องเอาปลายลิ้นแตะปุ่มเหงือก ริมฝีปากเปิดน้อยๆ ปล่อยให้ลมออกข้างๆลิ้น

๖. เสียงลิ้นกระดกหรือรัว (Flapped or thrilled) ออกเสียงด้วยการกระดกลิ้นขึ้นไปใกล้ปุ่มเหงือกที่อยู่ชิดกับเพดานแข็งแล้วกดลิ้นลงสำหรับบางคน หรือรัวลิ้นสำหรับบางคน ขณะเดียวกันปล่อยลมดันออกมาผ่านเส้นเสียงออกทางปาก

๗. เสียงอัฒสระ หรือกึ่งสระ (Semivowels) เรียกเช่นนี้เพราะเป็นเสียงที่มีลักษณะคล้ายกับเสียงสระมาก เวลาออกเสียงลิ้นยกขึ้นสูงทำนองเดียวกับสระสูง

ระบบเสียงวรรณยุกต์

เสียงวรรณยุกต์ในภาษาไทยที่ใช้เป็นภาษามาตรฐาน ได้แก่ เสียงวรรณยุกต์ในภาคกลาง มี ๕ เสียง คือ เสียงสามัญ เสียงเอก เสียงโท เสียงตรี และเสียงจัตวา และมี ๔ รูป คือ รูปวรรณยุกต์เอก รูปวรรณยุกต์โท รูปวรรณยุกต์ตรี รูปวรรณยุกต์จัตวา

เสียงวรรณยุกต์แบ่งออกเป็นสองชนิดคือ

๑. วรรณยุกต์เสียงเสมอ (Level tones) คือเสียงวรรณยุกต์ที่ไม่ขึ้นลงขณะที่ออกเสียง อย่างเช่น เสียงวรรณยุกต์เอก / \ / ในภาษาไทย

๒. วรรณยุกต์เสียงขึ้นลง (Contour tones) คือเสียงวรรณยุกต์ที่เสียงมิได้อยู่ในระดับ อาจสูงขึ้น หรือต่ำลง ก็ได้ อย่างเช่น เสียงวรรณยุกต์จัตวา / v /และวรรณยุกต์โท / ^ /

ภาษาไทยมีหน่วยเสียงวรรณยุกต์ ๕ หน่วยเสียงดังนี้

/ O / หน่วยเสียงวรรณยุกต์สามัญ จะไม่ใช้เครื่องหมายอะไรแสดง เป็นระดับเสียงกลางๆ เป็นวรรณยุกต์แบบเสียงเสมอ

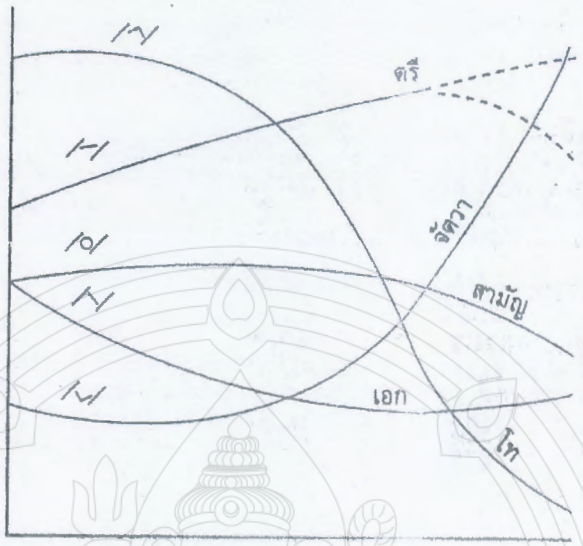
/ \ / หน่วยเสียงวรรณยุกต์เอก เป็นวรรณยุกต์แบบเสียงเสมอ ระดับเสียงอยู่ต่ำกว่า เสียงวรรณยุกต์สามัญ

/ ^ / หน่วยเสียงวรรณยุกต์โท เป็นวรรณยุกต์แบบเสียงขึ้นลง เสียงเริ่มจากระดับที่สูงกว่าเสียงวรรณยุกต์สามัญแล้วลดต่ำลงเท่ากับระดับของเสียงวรรณยุกต์เอก

/ – / หน่วยเสียงวรรณยุกต์ตรี เป็นวรรณยุกต์แบบเสียงเสมอ เสียงเริ่มจากระดับเดียวกับเสียงโท คงระดับอยู่ระยะหนึ่งแล้วตกลงมานิดหน่อยยังไม่ถึงระดับเสียงสามัญดี

/ v / หน่วยเสียงวรรณยุกต์จัตวา เป็นวรรณยุกต์แบบเสียงขึ้นลง เสียงเริ่มจากระดับต่ำเท่าเสียงวรรณยุกต์เอก แล้วขึ้นไปจนสูงเท่าเสียงวรรณยุกต์ตรี

แผนภูมิลักษณะเสียงวรรณยุกต์



ตารางการผันวรรณยุกต์

		สามัญ	เอก	โท	ตรี	จัตวา
อักษรกลาง	คำเป็น	กา	ก่า	ก้า	ก๊า	ก๋า
	คำตาย	-	กะ	ก้ะ	ก๊ะ	ก๋ะ
อักษรสูง	คำเป็น	-	ข่า	ข้า	-	ขา
	คำตาย	-	ขะ	ข้ะ	-	-
อักษรต่ำ	คำเป็น	คา	-	ค่า	ค้า	-
	คำตายเสียงสั้น	-	-	ค่ะ	คะ	ค๋ะ
	คำตายเสียงยาว	-	-	คาด	ค้าด	คาด

ข้อสังเกตเรื่องวรรณยุกต์ (ดูตารางการผันวรรณยุกต์ประกอบด้วย

๑. คำทุกคำต้องมีเสียงวรรณยุกต์ แม้จะไม่มีรูปวรรณยุกต์กำกับ เช่น ปลาจะราดพริกไหม (สามัญ-เอก-โท-ตรี-จัตวา)

๒. คำที่จะใช้รูปวรรณยุกต์ตรีได้ต้องเป็นคำอักษรกลางเท่านั้น เช่น แก๊ส จิ๊ด ตุ๊ก

๓. อักษรสูงและอักษรกลาง ถ้ามีรูปวรรณยุกต์ รูปวรรณยุกต์และเสียงวรรณยุกต์จะตรงกัน เช่น กล้า เก๋า กุ๊ก ห้าม เสี้ยม

๔. อักษรต่ำ รูปและเสียงวรรณยุกต์จะไม่ตรงกัน ถ้าใช้รูปวรรณยุกต์เอกจะเป็นเสียงโท เช่น พ่อ แม่ ถ้าใช้รูปวรรณยุกต์โท จะเป็นเสียงตรี เช่น น้า ร้าน วิดว้าย

๕. อักษรต่ำคำตาย เสียงสั้นเป็นเสียงตรีอยู่แล้ว ไม่ต้องใช้รูปวรรณยุกต์ เช่น นะคะ คิกคัก นึก พูด

๖. อักษรสูงไม่มีเสียงสามัญและเสียงตรี อักษรต่ำไม่มีเสียงเอก

ปัญหาและวิธีแก้ไขเกี่ยวกับการออกเสียงในภาษาไทย

การออกเสียงในภาษาไทยให้ถูกต้องนับได้ว่าเป็นเรื่องที่สำคัญมากเพราะทำให้คนเราสามารถติดต่อสื่อสารเข้าใจกันได้ ถึงแม้คนส่วนใหญ่จะทราบถึงความสำคัญดังกล่าว แต่เราก็ได้ยินเรื่องราวซึ่งเป็นปัญหาเกี่ยวกับการออกเสียงไม่ถูกต้องเสมอ หากเราพิจารณาปัญหาดังกล่าวให้ดี จะพบจุดสำคัญที่เป็นตัวก่อปัญหาต่างๆ เป็นต้นว่า ความไม่เอาใจใส่และไม่ระมัดระวังที่จะออกเสียงให้ถูกต้องชัดเจนของผู้ใช้เสียงแต่ละบุคคลซึ่งส่งผลให้ใช้ฐานกรณ์ในการผลิตเสียงคลาดเคลื่อนไป หรือไม่สมบูรณ์แบบตามการออกเสียงมาตรฐานในภาษา

วิธีการแก้ไขปัญหาเกี่ยวกับการออกเสียงในภาษาไทยจึงไม่ใช่เรื่องที่ยากเกินกว่าจะแก้ไข ขอเพียงผู้ใช้เสียงมีความใส่ใจที่จะศึกษาและฝึกอวัยวะที่ใช้ในการออกเสียงให้สามารถทำงานได้เต็มที่ตรงตามฐานกรณ์ของเสียงแต่ละเสียง การฝึกอวัยวะในการออกเสียงนี้ มีผู้เสนอแนวปฏิบัติไว้หลายแบบ ดังเช่น การคิด “แนวดนตรีสรีระ” ของนางอนงค์ นาคสวัสดิ์ เป็นต้น

การอ่านกลอน

ในกระบวนคำประพันธ์ที่มีอยู่หลากหลายนั้น กลอน เป็นคำประพันธ์ที่อ่านได้ง่ายที่สุด มีผู้นิยมนำมาอ่านโดยทั่วไป ดังนั้นเมื่อฝึกฝนจึงควรอ่านกลอนเป็นอันดับแรก เพื่อเป็นพื้นฐานในการอ่านคำประพันธ์ชนิดอื่นๆต่อไป ทำนองกลอนที่นิยมอ่านกันมาก คือ ทำนองกลอนนักเรียนที่อ่านกันทั่วไปในโรงเรียน ส่วนทำนองชาวบ้านนั้นก็อ่านกันบ้างแต่ไม่เป็นที่นิยมเท่ากับทำนองกลอนนักเรียน

แม้กลอนจะอ่านง่าย แต่ถ้าอ่านไม่เป็นก็ทำให้ไม่ไพเราะ จึงเป็นเรื่องที่ผู้อ่านต้องศึกษาท่วงทำนองกลอนให้ถูกต้องและแม่นยำ กลอนเน้นเรื่องสัมผัสนอกเป็นพิเศษ เมื่อผู้อ่านอ่านต้องเน้นให้ได้สัมผัสที่ถูกต้องชัดเจน

การอ่านคำประพันธ์ประเภทกลอน

ตามประวัติของคำประพันธ์ไทย “กลอน” เป็นคำประพันธ์ที่เกิดหลังสุดแต่เป็นคำประพันธ์ที่ง่ายที่สุดและแพร่หลายมากที่สุดเช่นกัน คำประพันธ์ประเภทนี้มีจังหวะ ทำนองเฉพาะตัว กลอน ๑ บท มี ๔ วรรค ได้แก่ วรรคสดับ วรรครับ วรรครอง และวรรคส่ง การอ่านกลอนควรรู้หลักว่าวรรคสดับ (วรรคที่๑) จะขึ้นเสียงสูง ส่วนวรรครอง (วรรคที่๓) จะลดเสียงต่ำลง

การอ่านขึ้นต้นบทครั้งแรกอาจหลงเสียง จึงขอแนะนำว่าควรจำแบบคำประพันธ์บทใดบทหนึ่งเป็นแม่แบบ จำการอ่านให้ขึ้นใจ จะทำให้อ่านตามแบบได้ถูกต้องไม่หลงเสียง

<u>ตัวอย่างแม่แบบ</u>

“อันโศกอื่นหมื่นแสนในแดนโลก มันไม่โศกลึกซึ้งเหมือนหึงผัว
อันเสียทองของรักสักเท่าตัว ค่อยยังชั่วไม่เสียดายเท่าชายเชือน”

(พระอภัยมณี)

เมื่ออ่านวรรคที่ ๑ และ ๒ ให้ขึ้นเสียงสูง การขึ้นต้นวรรคเสียงสูงมีข้อแนะนำคือต้องขึ้นเสียงสูงให้พอดีกับระดับเสียงของตนเอง ถ้าขึ้นเสียงมากเกินระดับเสียงของตนจะอ่านได้ไม่ตลอดหรือไม่จบบท

การแบ่งจังหวะในการอ่านกลอน

ตามปกติการอ่านกลอนนิยมแบ่งการอ่านคำประพันธ์แต่ละวรรคเป็น ๓ ช่วง ดังนี้

๑. ในกรณีที่วรรคหนึ่งๆ มี ๖ คำ ให้แบ่งจังหวะ ๒-๒-๒

00/00/00 00/00/00
00/00/00 00/00/00

๒. ในกรณีที่วรรคหนึ่งๆ มี ๗ คำ ให้แบ่งจังหวะเป็น ๒-๒-๓

00/00/000 00/00/000

00/00/000 00/00/000

๓. ในกรณีที่วรรคหนึ่งๆ มี ๘ คำ ให้แบ่งจังหวะเป็น ๓-๒-๓

000/00/000 000/00/000

000/00/000 000/00/000

๔. ในกรณีที่วรรคหนึ่งๆ มี ๙ คำ ให้แบ่งจังหวะเป็น ๓-๓-๓

000/000/000 000/000/000

000/000/000 000/000/000

แต่ในกรณีที่คำประพันธ์บางวรรคมีถึง ๑๐ คำ จำเป็นต้องรวบคำให้เป็น ๓-๓-๓ เช่นเดียวกับมี ๙ คำในหนึ่งวรรค

บทฝึกอ่านกลอนและข้อเสนอแนะ

๑) พระฟังนาง/ทางว่า/นิจจาเอ๋ย แต่ก่อนเคย/เคียงประโลม/เจ้าโฉมฉาย
ประเดี๋ยวนี้/พี่บวช/ชวดสบาย จะสอน/สายสวาทเจ้า/ให้เข้าใจ
จงฟังธรรม/คำนับ/ดับโมโห ให้โทโส/สร่างเสื่อม/ค่อยเลื่อมใส
แล้วทรงเดช/เทศนา/ภาษาไทย ด้วยความใน/โลกีย์/สี่ประการ
คือรูปรส/กลิ่นเสียง/เคียงสัมผัส ที่คฤหัสถ์/หวงแหน/ไม่แก่นสาร
ครั้นระงับ/ดับขันธ/สันดาน ย่อมสาธารณ์/เปื่อยเน่า/เสียเปล่าดาย
อย่าลุ่มหลง/จงอุตส่าห์/รักษาศีล ให้เพิ่ม/ภิญโญไป/ดังใจหมาย
อย่าฆ่าสัตว์/ตัดชีวิต/คิดอุบาย จะจำตาย/ตกนรก/อเวจี
พี่แบ่งบุญ/บรรพชา/สถาผล ส่วนกุศล/ให้สุดา/มารศรี
กลับไปอยู่/คูหา/ในวารี อย่าได้มี/ห่วงใย/อาลัยลาน
อันตัวของ/อาตมา/สานุศิษย์ ก็ไม่คิด/คืนประเทศ/เขตสถาน
จะจำศีล/ภาวนา/สมาทาน หมายวิมาน/เมืองสวรรค์/จนบรรลัย

(พระอภัยมณี ฉบับพิมพ์ พ.ศ. ๒๕๑๑ หน้า ๒๐๓)

ข้อเสนอแนะ - วรรครองในบทที่ ๓ จังหวะที่ ๒ และจังหวะที่ ๓ จะไม่แยกอย่างชัดเจน เนื่องจากทำให้ฉีกคำวรรครับ ในบทที่ ๔ ออกเสียงต่อเนื่องกันเป็น หนึ่งจังหวะ จะไม่แยกจังหวะ

๒ จังหวะชัดเจน เนื่องจากทำให้ฉีกคำ ในการใส่อารมณ์เนื้อความนี้ผู้อ่านต้องใช้เสียงเศร้าสร้อย ทอดเสียงเนิบนาบ

๒) ประเพณี/ที่อุดม/บรมจักร บำรุงรักษ์/ราไชย/มไหศวรรย์
เสวยสุข/ทุกเวลา/ทิวาวัน เพราะทรงธรรม์/ทศพิศ/วิสดาร
ประการหนึ่ง/ซึ่งรักษา/เมตตาตั้ง ให้สัตว์ทั้วปวง/เป็นสุข/ทุกสถาน
ใครยากเย็น/เข็ญใจ/จงให้ทาน อภิบาล/บำรุง/ทั้งกรุงไกร
หนึ่งคู่ครอง/ของเขา/มีเจ้าของ อย่าได้ปอง/เป็นมิตร/พิสมัย
หนึ่งสมบัติ/พัสดุ/ของผู้ใด อย่าอยากได้/ไปเอา/ของเขามา
ประการหนึ่ง/ซึ่งคำ/จะดำรัส ดำรงสัตย์/ซื่อสุทธิ์/ไม่มุสา
หนึ่งผู้ผิด/มิตรญาติ/แลอาตมา จงตรึกตรา/ตัดสินความ/ตามสัจจัง

(พระอภัยมณี ฉบับพิมพ์ พ.ศ. ๒๕๑๑ หน้า ๑๑๑๑-๑๑๑๒)

ข้อเสนอแนะ - วรรครับ ในบทที่ ๒ อ่านร่วมคำจังหวะ ๑ ให้เป็น ๔ คำ เพื่อความหมายเป็นสำคัญ แยก ๓-๓-๓ ไม่ได้เพราะเป็นการฉีกคำวรรครับในบทสุดท้าย อ่านว่า "ดำ-รง-สัด-ซื่อ-สุด/ไม่-มุด-สา" ที่อ่านให้สัมผัสกับคำหน้า คำหน้า "สุทธิ์" คำหลังจึงเป็นมุดสา เปลี่ยนเสียงของคำแตกต่างไปจากคำปกติ เพื่อให้ถูกต้องตามทำนองและได้สัมผัสตามต้องการ ลักษณะการเปลี่ยนเสียงนี้เรียกว่า "การเอื้อสัมผัส"

๓) เนินนั้นนูน/พูนนุ่ม/ชะอุ่มเอิบ เรียวหญ้าเนิบ/ชุกยอด/พลอดเมฆขาว
น้ำระริก/กระซิกไหล/หยดใสวาว แดดผ่านพราว/สวยพราย/เพียงสายเงิน
เนินนั้นนิ่ม/อิ่มลาด/สะอาดรื่น ดังพรมผืน/สดปู/สู่หาวเหิน
เป็นทางกึ่ง/ครึ่งฟ้า/ครึ่งดินเดิน เอื้ออัญเชิญ/ชีพช้า/พำนักพิง
เนินนั้นนวล/นุ่มหวาน/เหมือนความฝัน เมื่อเรืองจันทร์/รินจับ/ระยับสิง
หิ่งห้อยพร่าง/แสงพราว/เพียงดาวพริ้ง เรไรหริ่ง/ร่ำเกลื่อน/เป็นเพื่อนนอน
ลมเย็นเฉื่อย/เรื่อยไล้/ละไมละเมียด อโศกเสียด/กลิ่นเศร้า/เคล้าลมหลอน
อบฝันหอม/กล่อมกก/เกลือกอกรอน เงาบังอร/แอบพริ้ม/อยู่ริมใจ
ในเรือนน้อย/คล้อยคิด/สนิทสร้าง ใต้ร่มกลาง/ลมโกรก/อโศกใหญ่
เหมือนฝันหวาน/ผ่านกมล/ทุกคนไป ผู้ท่องไกล/มรรคา/ชีวานี้

(เพียงฝันเท่านั้นเอง ของ อุชเชนี ฉบับพิมพ์ พ.ศ. ๒๕๒๓ หน้า ๖๘)

๔) เที่ยวโลดแล่น/เลี้ยวลด/ทุกคดคุ้ง ทั่วทิวทุ่ง/แลละลาน/พิมานเหมือน
ละหานห้วย/รวยรส/สดสะเทือน เมื่อเงาเพื่อน/ทอดเฉียง/อยู่เคียงใจ
ดุจหัตถ์ทิพย์/หยิบมั่น/พู่กันจุ่ม ตรงพราวพุ่ม/ดาวแพร้ว/แววไสว
ประจงแต้ม/แต่งก้าน/ตระการใบ ละเลื่อมใผ่/พริ้วสลับ/วะวับวาว
เอาเรืองรุ้ง/ปรุงป่าย/สายน้ำตก ฝอยอุทก/แตกซ่า/ท้าลมหาว
เอาแสงแดด/แสดแดง/ระแนงพราว พรมเพรียวข้าว/ผ่องผาด/ระดาดทอง
เอานวลโสม/โลมละลาย/สายน้ำผึ้ง วาดกลีบกลึง/มะลิกราย/คลายความหมอง
เอาความพริ้ง/เพลงเพริศ/เลิศทำนอง ละเลงล่อง/หล้าล้วน/สำราญรมย์

(ภาพบนพื้นถนน ของ อุชเชนี ฉบับพิมพ์ พ.ศ. ๒๕๒๓ หน้า ๗๕)

ข้อเสนอแนะ - ทั้งสองเนื้อความนี้ ผู้อ่านต้องใช้เสียงให้เข้ากับบรรยากาศของเรื่อง คือ ความงามแห่งธรรมชาติ ต้องอ่านด้วยน้ำเสียงอ่อนหวาน นุ่มนวล เมื่อผู้อ่านถึงตอนจะจบบท จะต้องเอื้อนเสียงและทอดจังหวะให้ช้าลง ๆ จนจบบทเสมอ

เพลงและแบบฝึกเสียงพยัญชนะต้นบางเสียงที่มีปัญหา

เพลงหนูกลอย (ทำนองคางคกปากสระ)

เพลงนี้ฝึกออกเสียงพยัญชนะต้น ร และ พยัญชนะควบกล้ำ ร และ ล (สังเกตดูคำร้องและแนวจังหวะสรีระ)

แนวรับ หนูกลอยนั้น กิริยา น่ารัก
พบคนรู้จักก็ทักทาย ปราศรัย
ผู้ใหญ่กว่าก็กระพุ่มมือไหว้
เพื่อนกันก็ยิ้มให้ แล้วกล่าวคำสวัสดี
สวัสดี สวัสดี สวัสดี สวัสดี
ผู้ใหญ่กว่าก็กระพุ่มมือไหว้
เพื่อนกันก็ยิ้มให้แล้วกล่าวคำสวัสดี

แนวจังหวะสรีระ ๑ กละ กละ กละ กละ ฯ กละ กละ กละ กละ ฯ กละ กละ กละ กละ ฯ
กละ กละ กละ กละ ฯ กละ กละ กละ กละ ฯ
กละ กละ กละ กละ ฯ กละ กละ กละ กละ ฯ
กละ กละ กละ กละ ฯ กละ กละ กละ กละ ฯ

แนวสรีระจังหวะ ๒ รึ ฯ ฯ ฯ ฯ รึ ฯ ฯ ฯ ฯ รึ
ฯ ฯ ฯ ฯ รึ ฯ ฯ ฯ ฯ รึ
ฯ ฯ ฯ ฯ รึ ฯ ฯ ฯ ฯ รึ
ฯ ฯ ฯ ฯ รึ ฯ ฯ ฯ ฯ รึ
ฯ ฯ ฯ ฯ รึ ฯ ฯ ฯ ฯ รึ
ฯ ฯ ฯ ฯ รึ ฯ ฯ ฯ ฯ รึ

วิธีฝึกเพลงหนูกลอย

๑. ฝึกให้ผู้เล่นทั้งหมดออกเสียงพยัญชนะ ร

๒. ฝึกออกเสียงพยัญชนะควบกล้ำ กล (อ้าปากกว้างพอควร) ให้ผู้เล่นออกเสียง กละ ๔ จังหวะ คือ กละ กละ กละ กละ พอจังหวะที่ ๕ ให้หยุดเสียง (ดูในแผนผังจังหวะ) ขอให้สังเกตว่า กละ คำที่ ๓-๔ ต้องออกเสียงกระชั้นเร็วกว่า จังหวะที่ ๑ และ ๒ ฟังแล้วจะเป็นจังหวะแทงโกนั่นเอง คือ กละ กละ กละ กละ - (หยุดเสียง)

๓. เมื่อฝึกเสียง กละ แล้ว ให้ทั้งหมดฝึกเสียง รึ บ้าง หลังจากบริหารลิ้นจนรัวได้คล่องแล้ว ให้ออกเสียง รึ ขึ้นนาสิกเล็กน้อย ลงจังหวะที่ ๕ แล้วก็หยุดเสียงเมื่อลงจังหวะ ๑ – ๒ ๓ ๔ คือ หยุด หยุด หยุด หยุด รึ

๑ ๒ ๓ ๔ รึ

๔. เมื่อผู้ร้องทำเสียง กละ และ รึ ลงจังหวะได้ถูกต้อง ตามแผนที่ขีดเส้นเป็นหลักๆ เอาไว้แล้ว ก็เริ่มฝึกร้องทำนองเพลง ฝึกร้องพร้อมกับทำมือเป็นจังหวะเหมือนกับเมื่อร้องแนว กละ และ แนว รึ

๕. แบ่งผู้เล่นออกเป็น ๓ พวก พวกที่ ๑ ออกเสียงแนว กละ พวกที่ ๒ ออกเสียงแนว รึ และพวกที่ ๓ ร้องเพลง เริ่มเพลงให้พวกแนว กละ เริ่มก่อนว่า กละ กละ (ดูในแผนจังหวะ) แล้วพวกร้องจะเริ่มร้องคำว่า หนูกลอย ในจังหวะที่ ๓ - ๔ - ๕ คำว่ากลอนจะตรงกับพวกออกเสียง รึ พอดี ทั้ง ๓ พวก ออกเสียงไปพร้อมกับทำท่ามือให้จังหวะพร้อมๆกันไปจนจบเพลง

ท่ามือให้จังหวะ

แบมือแล้วกำมือขยับเป็นจังหวะ ๑ - ๒ - ๓ - ๔ (สี่ครั้ง) จังหวะที่ ๕ ให้เอามือทั้งสองข้างแตะที่อก ๑ ครั้ง แล้วก็เริ่มต้นกำมือเป็นจังหวะ ๑ - ๒ - ๓ - ๔ ใหม่ ทำไปเรื่อยๆ จนจบเพลง