

เอกสารประกอบการสอนในรายวิชา MUS2309 ทักษะดนตรี3

สาขาวิชาดนตรี คณะศิลปกรรมศาสตร์ ม.ราชภัฏสวนสุนันทา

ผู้สอน อ.อวัสดากานต์ ภูมิ

การฝึกร้องเพลงให้ถูกวิธี

ปัจจุบันการร้องเพลงให้ถูกต้องตามหลักทฤษฎีเป็นสิ่งจำเป็นในการออกงานสังคม มาก เช่น ข้าราชการชั้นผู้ใหญ่มักถูกเชิญขึ้นไปร้องเพลงในงานเลี้ยงที่เป็นทางการของ หน่วยงานต่าง ๆ หรือแม้แต่ในงานเลี้ยงสังสรรค์ระหว่างเพื่อนฝูง ซึ่งมักจะหลีกเลี่ยงไม่ได้ การร้องเพลงเป็นจะช่วยให้อายุผู้อื่น นอกจากนั้นยังก่อให้เกิดประโยชน์เป็นอย่างมากในด้านการผ่อนคลายอารมณ์ตึงเครียดจากการงาน และยังเป็นการออกกำลังกายที่ดีอย่างหนึ่งด้วย และหากร้องเพลงได้ไพเราะยังสามารถนำไปประกอบอาชีพสร้างรายได้ให้แก่ตนเอง ดังนั้นการฝึกร้องเพลงจำเป็นต้องปฏิบัติให้ถูกต้องตามหลักทฤษฎี มีดังนี้

1. ท่าทาง การปฏิบัติที่ถูกต้องควรจะให้เป็นไปโดยอัตโนมัติ คือยืนตรง เท้าวางห่างกันประมาณ 1 ฟุต เท้าขวาอยู่หน้าเล็กน้อย ให้รู้สึกว่าการกระดูกสันหลังรับน้ำหนักทั้งหมด ฝึกหัดยกหัว เียดหน้า ไหล่ตรง แขนงวักทอดสะโพก หลังตรง ไม่เกร็งตัว วางตัวตามสบายแต่ให้อยู่ในลักษณะที่ถูกต้อง ควรยืนห่างจากไมโครโฟนประมาณ 12 – 15 นิ้ว ออกเสียงแต่พอควรไม่เบาหรือดังจนเกินไป สำหรับผู้ใช้เสียงจากลำคอต้องยืนใกล้ไมโครโฟนมาก เพราะเสียงจะออกกังวานต่ำ และเบาแผ่ว จึงจำเป็นต้องยืนใกล้ไมโครโฟนเหมือนผู้ใช้เสียงจาก นาสสิก สำหรับผู้ใช้เสียงจากท้องเสียงจะดังมากไม่ต้องอยู่ใกล้ไมโครโฟนเกินไป ซึ่งการฝึกหัดกับกระจกเป็นสิ่งสำคัญ เพราะจะได้เห็นและแก้ไขสิ่งบกพร่องต่างๆ ให้ดีขึ้น และช่วยให้อายุได้

2. การหายใจ การร้องเพลงให้เสียงดีนั้นขึ้นอยู่กับวิธีการหายใจที่ถูกต้อง ขณะหายใจลมจะผ่านหลอดเสียงเกิดเป็นเสียงต่าง ๆ ขึ้น ถ้าการหายใจสม่ำเสมอเสียงร้องเพลงก็น่าจะสม่ำเสมอด้วย

ในส่วน ของร่างกายที่ช่วยบังคับลมหรือการหายใจเรียกว่ากระบังลม กระบังลมเป็นกล้ามเนื้อผืนใหญ่อยู่ใต้ปอด และอยู่เหนือกระเพาะอาหารทางด้านหน้า ถ้าปอดแฟบแสดงว่าไม่มีอากาศ กระบังลมจะมีลักษณะเหมือนขามคว่ำ ขณะที่หายใจออกกระบังลมจะตั้งขึ้นไปดันปอดทำให้อากาศกลับออกมาผ่านไปตามลำคอกระทบกับหลอดเสียงทำให้เกิดเสียงขึ้น นอกจากการขยายกระบังลมแล้ว ผู้ร้องยังใช้อีกวิธีหนึ่งที่จะช่วยขยายโพรงอกคือการพองตัวทำให้ซี่โครง กางออก

การฝึกหายใจ เริ่มด้วยการยืดอกและยืนตัวตรงให้แขนแนบลำตัว ไม่ควรยกไหล่ หายใจเข้าทางปาก ครั้งหนึ่ง จมูกครั้งหนึ่งพร้อม ๆ กันจะทำให้ไม่เกิดเสียงดัง โดยกระบังลมจะทำหน้าที่ชะลอลมหายใจให้ออกช้าๆ ผู้ร้องจะต้องฝึกหัดหายใจเข้าออกอย่างรวดเร็วแล้วปล่อยออกช้าๆ ให้นานที่สุด ข้อสำคัญก็คือ การ

หายใจเข้า ท้องจะป่องเพื่อเก็บลมและ การหายใจเข้าจะต้องหายใจก่อนเริ่มร้องพอดี พยายามรักษาสุขภาพอย่าให้เป็นหวัด เจ็บคอหรือต่อมทอมซินอักเสบ ไม่ควรขากเสมหะแรงๆ หรือสู่งน้ำมูกแรงๆ อย่าดื่มสุราหรือสูบบุหรี่จัดจะทำให้ปอดและหลอดลมอักเสบ

3. การใช้เสียงและเข้าจังหวะ ต้องปฏิบัติตามขั้นตอนดังนี้

3.1 นึกเสียงที่จะร้องในใจ หมายถึงระดับเสียง เสียงสระความดังเบา

3.2 หายใจเข้าลึกๆ ช้าๆ เตรียมพร้อมที่จะเปล่งเสียงออกมา

3.3 ริมฝีปาก แก้ม และขากรรไกรปล่อยตามสบาย

3.4 ลิ้นไม่กระดกหรือเกร็ง ปล่อยตามสบาย ให้ปลายลิ้นแตะกับฐานฟันล่างเล็กน้อย

3.5 การส่งลม การปรับลดเสียง การบังคับปากและการร้องจะเกิดขึ้นวินาทีเดียวกัน

4. คุณภาพของเสียง ขึ้นอยู่กับหลอดเสียง กล่องเสียง ลำคอ กระพุ้งปาก ลิ้นและศรีษะ เมื่อสูดอากาศออกอากาศจะผ่านหลอดเสียงทำให้หลอดเสียงสั่นเกิดเป็นเสียงขึ้นมา และเสียงก็จะผ่านลำคอและปาก ดังนั้นทั้งในปากและในศรีษะจะทำหน้าที่เป็นช่องขยายเสียง

ในขณะที่ ร้องเพลงจะรู้สึกเสียงพุ่งไปข้างหน้า และมี ?จุด? ที่เสียงรวมกันอยู่ที่หนึ่งที่ไคบนใบหน้า พยายามให้จุดนี้ อยู่ที่แถวฟันเหนือปลายลิ้น ไม่ควรให้อยู่ในลำคอหรือโคนลิ้น เพราะจะทำให้กล้ามเนื้อแถวนั้นเกร็งและเสียงที่ออกมาจะไม่น่าฟัง การร้องเพลงควรคิดถึงบรรยากาศที่สวยงามเบิกบานใจ อย่าเกร็งคอหรือหน้า อย่าเกร็งลิ้นหรือกระดกลิ้นขึ้นเพราะจะไปบังลำคอ ทำให้เสียงที่ออกมาเกร็ง ฟังไม่ชัดและไม่ไพเราะ คือเสียงไม่มีคุณภาพนั่นเอง

5. การออกเสียงของสระและพยัญชนะ ในการร้องเพลง

ผู้ร้องต้องคำนึงถึงองค์ประกอบทั้งสอง คือการออกเสียงสระและพยัญชนะ ถ้าปราศจากอันหนึ่งอันใดจะร้องเพลงไม่ได้ดีถึงแม้จะมีเสียงไพเราะก็ตาม สำหรับการออกเสียงพยัญชนะ ผู้ร้องอาจจะปฏิบัติดังนี้คือ พยายามร้องสระให้ยาวที่สุดและร้องพยัญชนะให้สั้นที่สุดแต่ชัดเจน

หลักการร้องพยัญชนะ แบ่งออกเป็น 5 ข้อคือ

- (1) ถ้าคำใดขึ้นต้นด้วยพยัญชนะ ควรร้องพยัญชนะตรงจังหวะ อย่าร้องซ้ำกว่าจังหวะ
- (2) ควรจะเปล่งเสียงพยัญชนะ เช่น เซอะ พัก ก่อนจังหวะของมันเล็กน้อย เมื่อจังหวะของมันมาถึงเสียงที่ร้องจะได้ตรงจังหวะพอดี แล้วร้องสระของคำนั้นทีหลัง (พยัญชนะจะออกเสียงจากไรฟันและช่องข้างลิ้น)
- (3) เนื่องจากสระเป็นส่วนสำคัญยิ่งในการร้องเพลง ควรร้องพยัญชนะแต่ละตัวให้สั้น
- (4) เปล่งเสียงพยัญชนะทางส่วนหน้าของปาก เพราะสะดวกในการเปล่งเสียงมากกว่าที่อื่น และเพื่อให้ชัดเจน อย่าออกเสียงพยัญชนะจากโคนลิ้น
- (5) ออกเสียงพยัญชนะทุกตัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกรณีที่พยัญชนะเป็นตัวเดียวกันสองตัว เช่น หนักแน่น

หลักการร้องเพลงเสียงต่ำ แบ่งออกเป็น 6 ข้อคือ

- (1) ใช้เลียนแบบเช่นเดียวกับการพูด เสียงจะอยู่ที่ริมฝีปาก พยัญชนะและสระอยู่ที่ริมฝีปากไม่ใช่อยู่ในคอ
- (2) เมื่อจะเริ่มร้องเสียงต่ำจะต้องเริ่มคิดเสียงสูงไว้
- (3) ยิ่งเสียงลงต่ำช่องในปากจะเล็กลง ถ้าปากกว้างไปเสียงจะไม่มีกำลัง
- (4) เวลาร้องเสียงต่ำไม่ควรร้องเสียงดัง
- (5) บังคับลมและกำลังไว้ไม่ให้พลังออกมามากพร้อมกับเสียง เพราะจะทำให้เสียงหนักเกินไป
- (6) ให้เสียงต่ำมีลักษณะก้องหรือสะท้อนกังวานออกมากคล้ายเสียงฮัม

หลักการร้องเพลงเสียงสูง แบ่งออกเป็น 5 ข้อคือ

- (1) ใช้สมองหรือใช้ความคิดช่วยในการร้องเสียงสูง เช่น จะร้องเสียงซอลสูง ให้สมมุติว่าจะร้องเสียงสูงเท่ากับที่เคยร้องมาก่อน
- (2) การร้องเสียงสูงต้องใช้พยัญชนะเร็วและชัด โดยใช้พลังของลมจากพยัญชนะถึงสระ
- (3) การร้องเสียงสูงให้ปล่อยเสียงออกมาตามสบายโดยไม่ต้องบังคับ

(4) เมื่อร้องเสียงสูงให้ปล่อยขากรรไกร ปล่อยลิ้นตามสบาย อ้าปากกว้างไม่ต้องเงยหน้าและไม่เกร็ง

(5) ใช้พลังของลมจากกล้ามเนื้อที่หน้าท้อง เอวและสะโพก แต่ใช้กล้ามเนื้อที่คอเปล่งหรือบังคับเสียง

6. อักขระ เป็นสิ่งสำคัญในการร้องเพลง โดยเฉพาะ

คำ ควบกळा คำสั้นยาว แต่ละคำล้วนมีความหมาย เพราะบทเพลงแต่ละเพลงที่ถ่ายทอดจากจินตนาการของนักแต่งเพลง ล้วนมีความหมายและอารมณ์อยู่ในตัวของมันเอง ผู้ร้องคือผู้ถ่ายทอดจินตนาการของบทเพลงนั้นๆ ถ้าไม่พิถีพิถันด้านอักขระจะทำให้เพลงนั้นหมดความหมายและอารมณ์ทันที เช่น ฉันรักเธอ เป็น ฉันรักเธอ เธอ ชีควายชมจันทร์ เป็น ชีฟายชมจันทร์ หนัก เป็น หนัก หรือ เพลง เป็น เพง

จากความรู้เรื่องการร้องเพลงที่กล่าวมานี้เป็นเพียง หลักที่ต้องนำไปฝึกหัดและปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง ซึ่งเป็นเพียงส่วนหนึ่งเท่านั้น เพราะยังมีความรู้ในด้านอื่นๆ อีกเป็นส่วนประกอบ เช่น สัดส่วนของคำควรจะร้องอย่างไรสำหรับจังหวะนั้น ๆ การฝึกเอื้อน ฝึกลูกคอ การโหนเสียง ความรู้ในการรักษาเสียง ความรู้ในการใช้ไมโครโฟน วิธีการถือไมโครโฟนเป็นอย่างไร การเลือกเพลงที่เหมาะสมกับสถานการณ์ สถานที่ และบุคลิกของตัวเอง รวมทั้งควรมีความเชื่อมั่นในตัวเอง

เครื่องหมายและสัญลักษณ์ทางดนตรีสากล

1. เครื่องหมายและสัญลักษณ์ทางดนตรีสากล

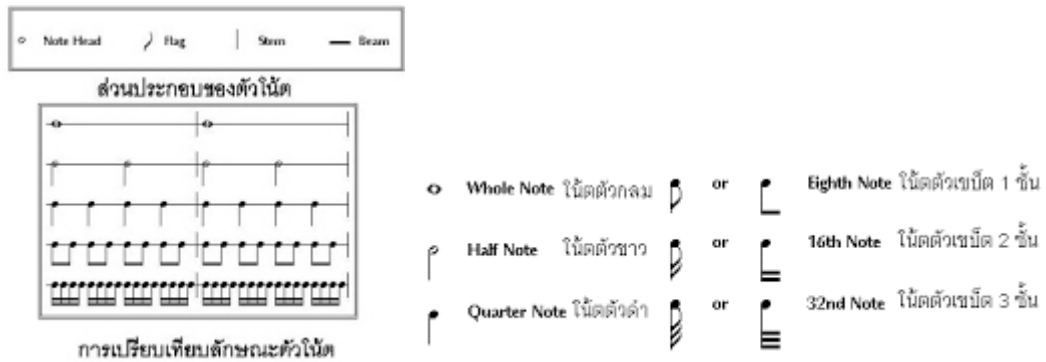
การอ่านโน้ตดนตรีหรือบทเพลงต่างๆ ก็เฉกเช่นเดียวกับการอ่านหนังสือโดยทั่วไป กล่าวคือผู้เรียนหรือผู้อ่านจะต้องจดจำสัญลักษณ์หรือพยัญชนะเบื้องต้นที่ใช้แทนเสียง เช่น ก,ข,ค,.....ฮ. หรือสระต่าง ๆ แล้วจึงนำสิ่งเหล่านั้นมารวมกันแล้วสะกดเป็นคำๆ จึงจะมีความหมาย ที่เราสามารถใช้ในการแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดต่างๆ และเป็นการติดต่อสื่อสารกับผู้อื่น

ในทางดนตรีก็เช่นกันความคิดของผู้ประพันธ์เพลง(Composer) ที่แต่งเพลงออกมาจะถูกบันทึกไว้ด้วยตัวโน้ต เพื่อให้นักดนตรีได้เล่นและถ่ายทอดอารมณ์ออกมาให้ผู้ฟังได้โดยที่นักดนตรีผู้นั้นไม่เคยรู้จักมาก่อนได้ ตัวโน้ตที่ใช้บันทึกในลักษณะต่างๆนั้นจะกลายเป็นไวยากรณ์ของผู้ฟัง

1.1 ตัวโน้ต

เป็นระบบการบันทึกแทนเสียงดนตรีที่มีมาตั้งแต่ศตวรรษที่11 โดย กีโด เดอ อเรซีโซต่อมาได้มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องจนกระทั่งสมบูรณ์อย่างที่เราได้พบเห็นและใช้ กันในปัจจุบัน ตัวโน้ตสามารถบอกหรือสื่อให้นัก

ดนตรีทราบถึงความสั้น – ยาว, สูง – ต่ำ ของระดับเสียงได้ เราจึงควรมีความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับลักษณะของตัวโน้ตดนตรี (Music Notation) พอสังเขปดังนี้



จากภาพข้างต้นสามารถอธิบายได้ว่า

โน้ตตัวกลม 1 ตัว	ได้ตัวขาว 2 ตัว หรือได้ตัวดำ 4 ตัว
โน้ตตัวขาว 1 ตัว	ได้ตัวดำ 2 ตัว
โน้ตตัวดำ 1 ตัว	ได้ตัวเข็มนิดหนึ่งชั้น 2 ตัว
โน้ตตัวเข็มนิดหนึ่งชั้น 1 ตัว	ได้ตัวเข็มนิดสองชั้น 2 ตัว

1.2 ตัวหยุด

ตัวหยุด คือ สัญลักษณ์ที่ใช้บันทึกเพื่อให้เสียงดนตรีหรือเสียงขับร้องเงียบเสียงลงชั่วขณะตามอัตราของตัวหยุด ตัวโน้ตทุกลักษณะมีตัวหยุดที่มีลักษณะเฉพาะทุกตัวโน้ต ดังนั้นชื่อเรียกตัวหยุดและอัตราความยาวของตัวหยุดจึงมีลักษณะที่สัมพันธ์กับตัวโน้ต ดังตารางที่แสดงต่อไปนี้

ลักษณะตัวหยุด	ชื่อเรียกภาษาไทย	ชื่อเรียกภาษาอังกฤษ	เขียนเสียงเท่ากับจอร์จลิวโด้
	หยุดตัวกลม	Whole rest	
	หยุดตัวขาว	Half rest	
	หยุดตัวดำ	Quarter rest	
	หยุดตัวเข็มนิด 1 ชั้น	Eighth rest	
	หยุดตัวเข็มนิด 2 ชั้น	Sixteenth rest	
	หยุดตัวเข็มนิด 3 ชั้น	Thirty - second rest	
	หยุดตัวเข็มนิด 4 ชั้น	Sixty - fourth rest	

1.3 วิธีเพิ่มค่าตัวโน้ตและตัวหยุด

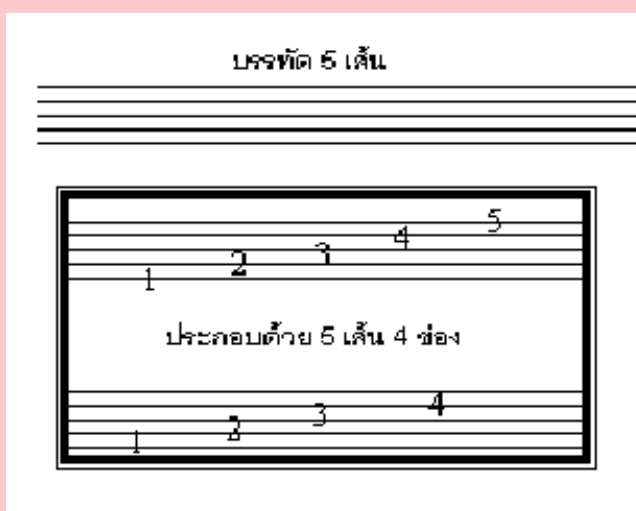
หากต้องการเพิ่มค่าให้กับตัวโน้ตและตัวหยุด สามารถกระทำได้2วิธี คือ

1.เส้นโยงเสียง (Ties) คือ การเพิ่มอัตราจังหวะโดยการใช้เส้นโยงเสียงที่มีลักษณะเป็นเส้นโค้ง ใช้กับตัวโน้ตที่มีระดับเสียงเดียวกันเท่านั้น ใช้ได้ 2 กรณี คือ ใช้โยงเสียงตัวโน้ตภายในห้องเดียวกันหรือโยงเสียงต่างห้องก็ได้ มีความหมายคล้ายกับเครื่องหมายบวก (+) การเขียนเส้นโยงเสียงให้เขียนเส้นโยงที่ตำแหน่งหัวตัวโน้ต ส่วนตัวหยุดไม่ต้องใช้เครื่องหมายโยงเสียง เช่น มีเครื่องหมายอีกลักษณะหนึ่งที่คล้ายกับการโยงเสียงคือเครื่องหมายสเลอ (Slur) เครื่องหมายสเลอเป็นเส้นโค้งมีไว้สำหรับเชื่อมกลุ่มตัวโน้ตที่ต่างระดับกันหรือคนละเสียงเพียงเพื่อต้องการให้เล่นโน้ตที่มีเครื่องหมายสเลอนี้ คล่อมอยู่ให้เสียงต่อเนื่องกัน โดยการเล่นแบบลากเสียงยาว

2.โน้ตประจุด คือโน้ตสากลที่มีความยาวเป็น $\frac{3}{2}$ เท่าของโน้ตปกติ หรือเรียกได้ว่ามีความยาวมากขึ้นอีกครึ่งหนึ่งของค่าตัวโน้ตเดิม เขียนโดยกำกับจุดไว้ข้างๆ หัวโน้ต ตัวอย่างเช่น โน้ตตัวกลมเมื่อประจุด whole note. จะมีค่าเท่ากับโน้ตตัวกลมบวกโน้ตตัวขาว whole note+half note ซึ่งจุดนั้นมีค่าเท่ากับโน้ตตัวขาวซึ่งมีค่าเป็นครึ่งหนึ่งของโน้ตตัวกลม ส่วนเข็บบทหนึ่งชั้นประจุด eighth note. จะมีค่าเท่ากับโน้ตเข็บบทหนึ่งชั้นบวกโน้ตเข็บบทสองชั้น eighth note+sixteenth note เป็นต้น นอกจากตัวโน้ตแล้ว ตัวหยุดก็สามารถประจุดได้เช่นกันโดยใช้หลักการเดียวกันกับข้างต้น เช่น quarter rest. มีความหมายเหมือนกับ quarter rest+eighth rest เป็นอาทิ

การประจุดอาจกระทำได้มากกว่า 1 จุด โดยแต่ละจุดจะมีค่าเป็นครึ่งหนึ่งของจุดก่อนหน้านั้น ตัวอย่างเช่น โน้ตตัวกลมประจุด 3 จุด whole note... จะมีค่าเท่ากับโน้ตตัวกลมบวกโน้ตตัวขาวบวกโน้ตตัวดำและบวกโน้ตเข็บบทหนึ่งชั้น whole note+half note+quarter note+eighth note ในทำนองเดียวกัน ตัวหยุดก็สามารถประจุดมากกว่า 1 จุดได้เช่นเดียวกัน

1.4 บรรทัด5เส้น



1.5 กุญแจประจำหลัก



1.6 เครื่องหมายแปลงเสียง

