



ห้วงอารมณ์แห่งสภาวะจิต
Deep emotional of mind

ชนทัช พ่วงอินทร์

ศิลปนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศิลปบัณฑิต
สาขาวิชาศิลปะภาพพิมพ์ ภาควิชาวิจิตรศิลป์
วิทยาลัยเพาะช่าง มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์
ปีการศึกษา 2563

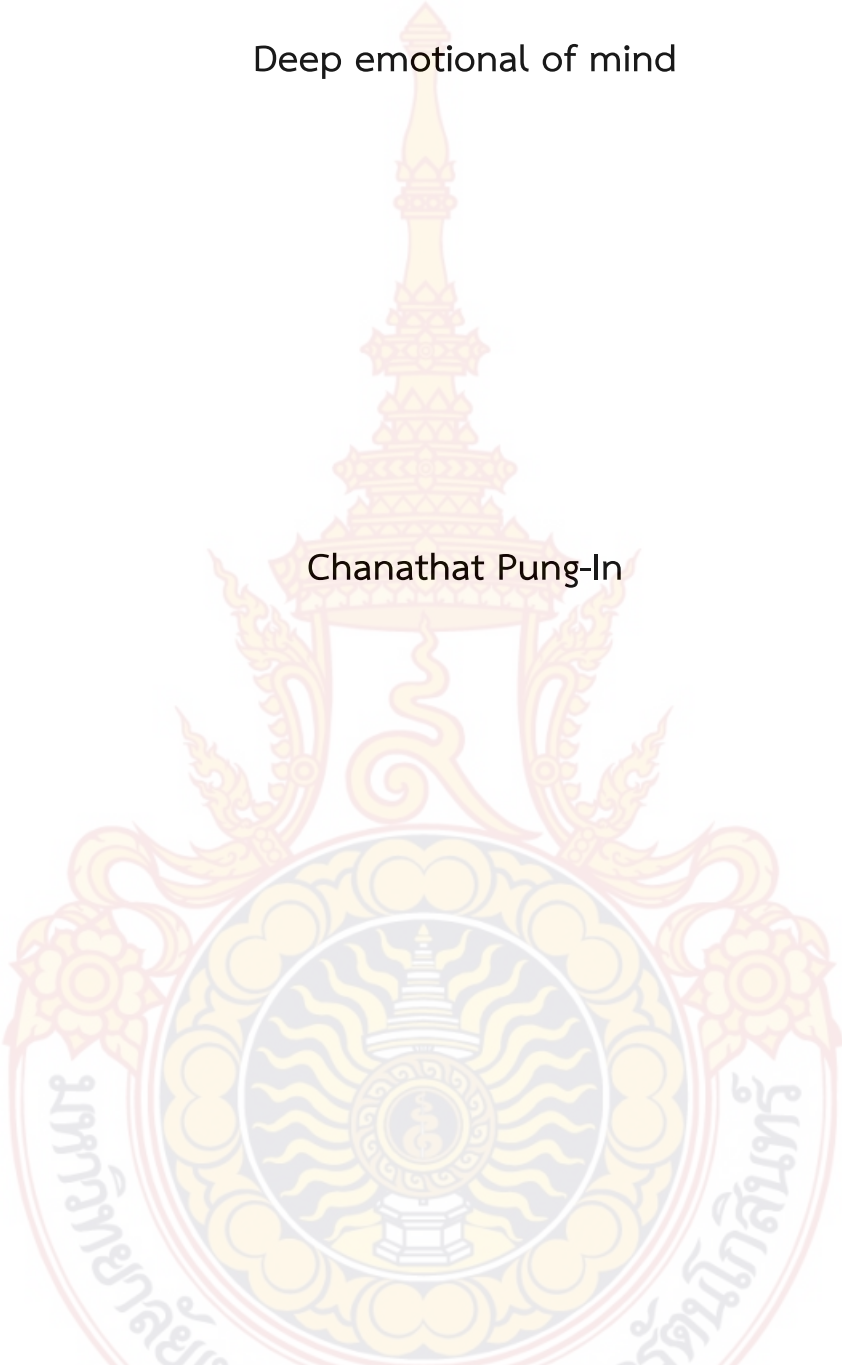
ห้วงอารมณ์แห่งสภาวะจิต

ชนทัช พ่วงอินทร์

ศิลปนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศิลปบัณฑิต
สาขาวิชาศิลปะภาพพิมพ์ ภาควิชาวิจิตรศิลป์
วิทยาลัยเพาะช่าง มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์
ปีการศึกษา 2563

Deep emotional of mind

Chanathat Pung-In



The Art Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirement
For Bachelor Degree of Fine Arts Major in Graphic Arts
Department of Fine Arts POH - CHANG ACADEMY OF ARTS
Rajamangala University of Technology Rattanakosin
2020

บทที่ 1

บทนำ

“โลกยืนยันและตอกย้ำกับมนุษย์ว่าชีวิตคือความทุกข์ แรกสุดก็ด้วยเสียงร่ำไห้ของเด็กทารกมิใช่เสียงหัวร่อ ด้วยเสียงหัวร่อนั้นเป็นพัฒนาการขั้นที่ซับซ้อนกว่าและจะเข้าใจต่อไปภายหลัง ทว่าความทุกข์เป็นสิ่งที่เข้าใจง่ายที่สุด และเป็นแม่บทของชีวิต โลกบอกให้มนุษย์เตรียมตัวเผชิญ เตรียมที่จะเข้าใจ และเตรียมตัวเพื่อที่จะผ่านพ้นขึ้นอยู่เหนือ โลกคือสถานที่พักพิงอาศัย ซึ่งมอบเงื่อนไข ปัจจัยฝ่ายโลกทั้งหมดให้เพื่อมนุษย์ได้เติบโตใหญ่และแข็งแรง พอที่จะกระโดดข้าม ไปสู่อีกมิติหนึ่ง”¹

เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคม เศรษฐกิจ และเทคโนโลยีที่มีการพัฒนาและขยายตัวอย่างรวดเร็วส่งผลกระทบต่อการดำรงชีวิตและสภาพความเป็นอยู่ที่ต้องดิ้นรนต่อสู้ท่ามกลางแรงกดดันทุกทิศทาง มีการแข่งขันทางด้านการศึกษา และการทำงาน ต่างคนต่างดิ้นรนต่อสู้เพื่อให้ชีวิตสามารถดำเนินไปได้ ความคาดหวังของตนเองที่สูงขึ้นเกี่ยวกับการศึกษาและตำแหน่งหน้าที่การงาน รวมถึงความคาดหวังจากผู้อื่น ทั้งความผิดหวังจากความรักในวัยหนุ่มสาว สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นแรงกดดันที่จะนำไปสู่ความเครียดและความวิตกกังวล ซึ่งจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ อีกทั้งการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทางสภาพแวดล้อมและสังคม จึงอาจก่อให้เกิดปัญหาทางด้านสุขภาพจิตตามมา นั่นก็คือภาวะซึมเศร้า

“ภาวะซึมเศร้าเป็นปัญหาสุขภาพจิตซึ่งเกิดได้กับทุกคนทุกโอกาส พบทั้งในคนปกติ ผู้ป่วยทางกาย และผู้ป่วยทางจิตเวช อาจเกิดขึ้นได้ ตั้งแต่เศร้าธรรมดา จนถึงภาวะเศร้าที่ผิดปกติ ลักษณะอาการของภาวะซึมเศร้าคือ มีอาการเศร้า มีความรู้สึกผิด ต่ำหนืดตนเอง รู้สึกว่าตนเองไม่มี คุณค่า ท้อแท้สิ้นหวัง หดก่าลั้งใจ หดความสนใจในสิ่งต่าง ๆ รอบตัว ความคิดจะช้าลง ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง และมีอาการทางกายร่วมด้วย เช่น น้ำหนักลด ท้องผูก เบื่ออาหาร นอนไม่หลับถ้ามีอาการทางกายมากจะบดบังอารมณ์ซึมเศร้าทำให้สังเกตไม่ได้ว่ามีภาวะซึมเศร้า เนื่องจากการแสดงออกที่คลุมเครือและแฝงภาวะซึมเศร้าไว้ซึ่งเรียกว่า “Masked Depression” ภาวะซึมเศร้าสามารถเกิดขึ้นได้ทั้งใน เด็ก วัยรุ่น ผู้ใหญ่ และทุกกลุ่มอาชีพ”²

¹พจนานันท์ จันทรสันติ, จากหนังสือ, (กรุงเทพฯ: แมวคราว, 2549), 50

²สมพร รุ่งเรืองกลกิจ, “ภาวะซึมเศร้าในผู้ชาย” ใน มองผ่านเลนส์เพศภาวะ, (กรุงเทพฯ: ศูนย์ราชการและคอนเวนชัน เซ็นเตอร์แจ้งวัฒนะ, 2559)

ความเป็นมาและความสำคัญ

“ในความมีสติตระหนักรู้เท่านั้นที่ทำให้ทุกสิ่งชะลอช้าลง ในความตระหนักรู้ที่ทำให้กลุ่มด้ายนั้นเริ่มสะสางตนเองจัดระเบียบให้แก่ตนเองอีกครั้ง และเมื่อใดที่ดวงจิตบรรลุถึงความว่าง แม้เพียงช่วงแวบหนึ่งก็เป็นไปได้ว่าโอกาสแห่งการแลเห็นความจริงจะบังเกิดขึ้น”³

ข้าพเจ้ารู้สึกถึงแรงกดดันแห่งชีวิต ที่ดำเนินอยู่บนเส้นทางแห่งการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและสิ่งแวดล้อมรอบตัว ความคาดหวังแห่งความสำเร็จตามมาตรฐานชีวิตในสภาพปัจจุบัน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องความสำเร็จในการศึกษา ความรัก อนาคตที่ดี จึงเกิดความเครียดสะสม เมื่อประสบกับความล้มเหลวในการดำเนินชีวิต สิ่งเหล่านี้ได้ส่งผ่านเข้าสู่ภายในจิตใจของข้าพเจ้า หลอมรวมจนเกิดความเครียดซ้ำๆ เกิดความวิตกกังวล ความผิดหวัง ความเจ็บปวด ซึมเศร้า และความเปลี่ยวเหงาเข้าแทรกซ้อนในภาวะทางอารมณ์ สิ่งเหล่านี้ดูตกใจความสดใสแห่งวัยของข้าพเจ้าแทบหมดสิ้น แต่ในแง่หนึ่งจากผลกระทบข้างต้นนั้น กลับก่อเกิดผลสะท้อนทางจิตใจเข้าสู่ห้วงคำนึงในตัวตน

ข้าพเจ้าระลึกถึงตัวตนภายใน อันถูกเก็บซ่อนอยู่ในห้วงอารมณ์อันแปรปรวนในส่วนลึก เมื่อข้าพเจ้าได้เฝ้าสังเกต โดยการใช้สมาธิแผ่พิจารณาความรู้สึกของตัวเอง และทบทวนเหตุการณ์สิ่งต่างๆ ที่ผ่านเข้ามา จึงเห็นธรรมชาติแห่งความจริง เห็นสิ่งที่ปรากฏเป็นเพียง ภาวะอารมณ์ที่เคลื่อนตัวแปรเปลี่ยนเหมือนสายน้ำ จากการถูกกระตุ้นทั้งจากสิ่งแวดล้อมภายนอกและภายในจิตใจของตัวเอง เป็นการเฝ้าสังเกตจากความนิ่งเงียบสงบในพื้นที่ส่วนตัวเพื่อตรวจสอบจิตและตัวตน ในห้วงเวลาที่จิตใจสงบนิ่ง ข้าพเจ้าสามารถสัมผัสได้ถึงโลกที่ดำรงอยู่ในอีกมิติหนึ่ง เป็นตัวตนที่ถูกทิ้งลืม โดดเดี่ยว และหลงทางอยู่ในพื้นที่แห่งการถูกทอดทิ้ง จากการดำรงชีวิตที่ไร้ซึ่งสติปัญญา และขาดการยั้งคิด เป็นความสับสนเข้าครอบงำคล้ายกับความมืดกำลังเดินทางเข้าสู่ความเงียบงัน

สำหรับข้าพเจ้าการสร้างพื้นที่ธรรมชาติจากความทรงจำอันเจ็บปวดผ่านจินตนาการเป็นการถ่ายทอดประสบการณ์ที่สัมผัสถึง ความล้มเหลวในหลายๆ เรื่อง ซึ่งเกิดจากความผิดหวังโดยความคาดหวังของตัวเองจนส่งผลไปสู่การกดดันตัวเอง เพื่อต้องการให้ครอบครัวและคนที่ตนรัก มีความสุขเป็นอย่างไรที่เราคาดหวังไว้ แต่เมื่อสิ่งที่ตั้งใจทำกลับไม่เป็นไปอย่างที่คิดจึงพบเจอความผิดหวัง วนเวียนในห้วงทุกข์ของความคิด คล้ายจมดิ่งนิ่งสงบอยู่ใต้บ่อน้ำ เป็นภาพแห่งการพยายามเรียนรู้ทำความเข้าใจถึงดินแดนแห่งความเงียบที่ซึ่งซ่อนความทุกข์ระทม ความเจ็บปวดแห่งโลกภายใน ดินแดนที่ยากยิ่งจะเข้าถึง ซึ่งภาพที่เกิดขึ้นนั้นขึ้นอยู่กับวิถีคิดและมุมมองที่แตกต่างกันออกไปในแต่ละช่วงสภาวะอารมณ์ทางจิตซึ่งถูกกดดันหรือเร้ากระตุ้นให้ส่งห้วงอดีตออกมาตามสถานการณ์ ข้าพเจ้าคิดว่ามนุษย์จำเป็นต้องเรียนรู้ทำความเข้าใจชีวิตและจิตใจภายในตนเองให้ลึกซึ้งเพื่อสร้างความเข้าใจแท้จริงในความเป็นมนุษย์

ข้าพเจ้าทำงานศิลปะบนความเชื่อที่ว่า “ศิลปะเป็นอันหนึ่งเดียวกันกับชีวิต” ผลงานศิลปะของข้าพเจ้าเป็นสิ่งตรวจสอบ และทำความเข้าใจตัวตนภายในของตัวเอง เรียนรู้ชีวิตผ่านการทำงานศิลปะผ่านประสบการณ์ของชีวิต เปรียบเสมือนการสร้างบทสนทนากับตัวเองเพื่อคลี่คลายปัญหาและปมบางอย่างที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ มองเหตุการณ์เหล่านั้นใหม่ด้วยความเข้าใจและความจริง ค้นหาความหมายและการดำรงอยู่เพื่อคืนความสมดุลให้กับชีวิต สร้างความสงบนิ่งให้กับจิตใจเพื่อที่จะให้

³พจนานันท์ จันทรสันติ, อวัจนภาว, (ประจวบคีรีขันธ์: แมวคราว, 2551), 161

เห็นความเคลื่อนไหวและเปลี่ยนแปลงของอัตตา ที่เกิดขึ้นตลอดเวลาเป็นการมองของชีวิตแบบองค์รวมมากกว่าที่จะมองแบบแยกส่วน และถึงที่สุด “เราจะเข้าใจว่าปัญหาทั้งหมดมีอยู่เพื่อให้เราค้นหาและทำความเข้าใจ มิใช่เพื่อพยายามแก้ปัญหา แต่เพื่อทำความเข้าใจและมองให้ลึกซึ้งถึงแก่นราก”⁴

จากที่มาของปัญหาและความสำคัญที่ศึกษา ที่กล่าวมาข้างต้น ข้าพเจ้าต้องการนำเสนออารมณ์ความรู้สึกภายในของตัวข้าพเจ้าเอง ผ่านกระบวนการทำงาน ศิลปะภาพพิมพ์แม่พิมพ์โลหะ (Etching) ภายใต้หัวข้อ “ห้วงอารมณ์แห่งสภาวะจิต”

จุดมุ่งหมายในการสร้างสรรค์

1. เพื่อถ่ายทอดและแสดงความรู้สึกทางอารมณ์ภายในจิตใจ ที่เจ็บปวดผ่านจินตนาการของตัวเอง
2. เพื่อเป็นการปลดปล่อยปมปัญหาในชีวิตเข้าสู่ภาวะแห่งความสมดุลด้วยการแสดงออกผ่านผลงานศิลปะรูปแบบกึ่งนามธรรม (Semi-Abstract)
3. เพื่อสร้างสรรค์ผลงาน โดยผ่านกระบวนการภาพพิมพ์ร่องลึก ด้วยเทคนิคภาพพิมพ์โลหะ (Etching)

ขอบเขตแห่งการสร้างสรรค์ผลงาน

ขอบเขตด้านเนื้อหา สร้างสรรค์ผลงานจากอารมณ์ ความรู้สึกภายใน และแรงบันดาลใจ จากสิ่งที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ ที่มีผลต่อทั้งด้านความคิดและด้านศิลปะ รวมทั้งการดำเนินชีวิตของข้าพเจ้า ความล้มเหลวในชีวิตและการลาจากของคนรักทำให้ข้าพเจ้าผิดหวัง เจ็บปวด และรู้สึกโดดเดี่ยวจึงก่อให้เกิดเป็นความทุกข์ ตัวผลงานแสดงถึงเรื่องราวของอารมณ์ ความเศร้า ความเจ็บปวดและภาพการดำรงอยู่ของโลกภายในจิตใจของตัวเอง

ขอบเขตด้านรูปแบบ เป็นการสร้างสรรค์ผลงานในลักษณะสองมิติ การแสดงออกถึงอารมณ์ภายในจิตใจที่ข้าพเจ้ารู้สึก โดยนำหลักทัศนธาตุ (Visual Elements) เช่น จุด เส้น สี รูปร่าง รูปทรง น้ำหนัก พื้นที่ว่าง และพื้นผิว รวมถึงการนำหลักองค์ประกอบศิลป์ (Composition) มาใช้ในผลงาน เช่น เอกภาพ ดุลยภาพ จุดเด่น ความกลมกลืน และสิ่งรอบตัวทางธรรมชาติ ได้แก่ บรรยากาศ ภูเขา เส้นขอบฟ้า แม่น้ำ ดอกกุหลาบ และโหนดสีน้ำเงิน เพื่อต้องการสร้างความรู้สึกที่เป็นบรรยายกาศ อันอยู่รอบตัว โดยใช้พื้นที่ว่างและโหนดสี แสดงความรู้สึกในแต่ละชั้นผลงาน เช่น ความหม่นเศร้า ความเจ็บ ความอ้างว้าง โดดเดี่ยว ซึ่งสอดคล้องกับความรู้สึกที่ข้าพเจ้ากำลังดำเนินอยู่ในความคิด จึงนำมาประกอบผสานเกิดขึ้นเป็นรูปแบบงานเฉพาะตัวผ่านอารมณ์ของข้าพเจ้าเอง

ขอบเขตด้านเทคนิค แสดงผลงานผ่านกระบวนการภาพพิมพ์ร่องลึก เทคนิคภาพพิมพ์โลหะ (Etching) เนื่องจากเทคนิคนี้สามารถสร้างน้ำหนักขาวดำ ที่โดดเด่น รวมทั้งการขูดขีดและการสร้างพื้นผิว ที่น่าสนใจตอบสนองต่อตัวผลงานและความคิด เป็นตัวช่วยในการสร้างบรรยากาศและอารมณ์ ให้สอดคล้องกับสิ่งที่ต้องการแสดงออกถึงความทุกข์ และความโดดเดี่ยว

⁴พจนานันท์ จันทรวงศ์, *กวีนิพนธ์*, (ประจวบคีรีขันธ์: แมวคราว, 2551), 106

บทที่ 2

พื้นฐานความคิด และอิทธิพลในการสร้างสรรค์

ที่มาของแนวคิดและแรงบันดาลใจ

มนุษย์ย่อมต่างเคยพบกับความทุกข์และความเครียดซึ่งเป็นเหตุขึ้นพื้นฐานแห่งการดำเนินชีวิตในโลกใบนี้ อารมณ์ความรู้สึกผิดหวังและเศร้าหมองย่อมเกิดขึ้น เมื่อเราเผชิญกับความสูญเสียหรือการเปลี่ยนแปลงที่ไม่ได้เตรียมตัวเตรียมใจ ความรู้สึกเหล่านี้เป็นเรื่องปกติหากเกิดขึ้นเพียงชั่วคราว แต่ถ้าความเครียดความเศร้าเหล่านี้ดำเนินติดต่อกันเป็นระยะเวลาอันยาวนานและมีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิต อาจเป็นสัญญาณบ่งบอกว่าคนๆ นั้น กำลังอยู่ใน ภาวะซึมเศร้า สิ่งที่จะช่วยบรรเทาคือการกลับเข้าหาพื้นที่ของตัวเองโดยผ่านการเรียนรู้ และจัดสมดุลแห่งสภาวะทางจิตใจใหม่

“กระบวนการในการเรียนรู้ของมนุษย์ทุกชั้นตอนน่าจะนำไปสู่การย้อนรำลึก มิใช่การค้นพบแต่เป็นการจดจำรำลึกถึงสิ่งที่เราหลงลืมไปเนิ่นนาน เป็นความทรงจำอันเก่าแก่เกี่ยวกับที่มาและต้นกำเนิดของชีวิต และจุดหมายของการมีชีวิตอยู่บนผืนพิภพนี้ ในการเรียนรู้และค้นหาซึ่งปรัชญาญาณ เราได้เรียนรู้สิ่งใดใหม่หรือค้นพบสิ่งใด เราเพียงแต่หวนกลับไปค้นหาเพื่อประจักษ์แจ้งถึงสิ่งที่เราได้หลงลืมมาเนิ่นนาน เรามีชีวิตเพื่อสืบสายย้อนรอยเพื่อจดจำรำลึกอดีตอันเก่าแก่ของตน”⁵

แรงบันดาลใจมาจากประสบการณ์ ที่ข้าพเจ้าผ่านพบกับตัวเอง มีปัจจัยมาจากสิ่งแวดล้อมภายนอก เข้ามามีบทบาทอิทธิพลทางความรู้สึก ที่อ่อนไหวของจิตใจภายใน เมื่อภายในของข้าพเจ้าถูกการเร้ากระทบเกิดขึ้น ปฏิกริยาทั้งทางกายและทางอารมณ์ ไม่ว่าจะเส้นทางลบหรือทางบวก ร่างกายและความคิดจึงต้องการแสดงผลสะท้อนในส่วนที่รับเข้ามา แล้วจึงนำผลที่ได้รับ แปรเปลี่ยนออกมาเป็นกระบวนการลำดับขั้นตอนในเชิงความคิด ผ่านการคัดสรรคัดออกมาในรูปแบบของงานศิลปะ ซึ่งได้ช่วยบรรเทาความเจ็บปวด และความกดดันภายใน ให้ได้ระบายออกมา เป็นสิ่งที่สัมผัสและจับต้องได้ ผ่านมโนสำนึกทางอารมณ์ส่วนตัว

โดยข้าพเจ้าได้รับอิทธิพลจากสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัวข้าพเจ้า จากการศึกษา ค้นคว้า การสังเกต มีอิทธิพลดังต่อไปนี้

⁵พจนานุกรม จันทรสันติ, ภูวรงค์ภาวะ, (ประจวบคีรีขันธ์: แมวคราว, 2551), 53

อิทธิพลที่ได้รับจากสังคม

สังคมเมืองในปัจจุบัน วิถีชีวิต ค่านิยม บริบททางสังคมนั้นได้เปลี่ยนไปจากสังคมก่อนหน้านี้ จากอดีตที่สังคมเมือง ครอบครัวนั้นมีส่วนสำคัญที่จะอยู่รวมกันในบ้านหลังเดียวกันเป็นครอบครัวใหญ่ เกิดความสัมพันธ์ในครอบครัวเป็นกิจกรรมที่ทำร่วมกัน และมีพื้นที่ว่างสำหรับความคิดด้านลบน้อย แต่เมืองสังคมได้เปลี่ยนผ่าน วิถีชีวิต ค่านิยม เศรษฐกิจด้านการเงินทำให้รูปแบบการเรียนการทำงาน เปลี่ยนไป จนไม่มีเวลาให้กับพื้นที่แห่งจิตวิญญาณภายในของตัวตน ไร้อารมณ์ความรู้สึกด้วยสติ ปัญญาที่ ถูกต้อง เมื่อได้รับความเครียดความทุกข์ ความรู้สึกนั้นไม่ได้รับการระบายออกหรือทำความเข้าใจต่อ อารมณ์ความทุกข์ที่เกิดขึ้น เมื่อความเครียดความผิดหวังนั้นได้ก่อตัวขึ้นในช่วงเวลานานติดต่อกัน จึง ส่งผลกระทบต่อความคิด สุขภาพภายนอก และสุขภาพทางจิตภายใน เกิดเป็นสภาวะด้านอารมณ์ที่ ซึมเศร้า รู้สึกไร้คุณค่า ความเบื่อหน่ายในการใช้ชีวิตที่ตัวเองคิดว่าไม่มีเป้าหมาย ขาดความหวังในการ ดำเนินชีวิต จากที่ข้าพเจ้าได้ค้นคว้าหาข้อมูลเกี่ยวกับสภาวะที่เกิดขึ้นเช่นนี้ ขอยกตัวอย่าง อาการของ ผู้ที่เป็นโรคซึมเศร้าต่อไปนี้

คุณ วรดา เอลส์โตว (เมย์) อายุ 24 ปี คุณ เมย์ เปิดเผยข้อมูลความคิดในช่วงที่เธอเกิดสภาวะ ซึมเศร้า ที่มองว่าตัวเองไร้ค่าจนอยากฆ่าตัวตาย ไว้ในบทสัมภาษณ์ในรายการ “ภัยรอบตัว”

“ความเครียดมาจากความกดดัน คือเรากดดันตัวเอง อย่างเราเรียนอยู่ในมหาลัยมีชื่อในคณะมี ชื่อ เราไม่ยอมที่จะปล่อยให้ตัวเองไม่เก่ง ต้องไม่ยอม ต่อให้ที่บ้านไม่กดดันแต่เราก็จะกดดันตัวเอง จิตใจจะวนเวียนอยู่กับการหาค่า หาคุณค่าให้ตัวเอง พอถึงจุดหนึ่งคิดว่าชีวิตเราไม่มีประโยชน์กับใคร ที่จุดประกายว่าเราควรจะตายตลอดเวลา เราไม่ควรมีชีวิตอยู่ ถึงจุดหนึ่งเราทรมานเราเหนื่อย เราจึง ปรีกษาหมอ”⁶



ภาพที่ 1 คุณ วรดา เอลส์โตว (เมย์) ให้สัมภาษณ์

ที่มา : ภัยรอบตัว : ฉันเป็นโรคซึมเศร้า (19 ธ.ค. 59) เข้าถึงเมื่อ 27 กันยายน 2563.

Direct

เข้าถึงได้จาก <https://www.youtube.com/watch?v=f4AR4LWcMnw>

ประเทศไทยตอนบน เงินเดือนสแกนบาทต่อเดือน แต่สุดท้ายความเครียดจากการทำงานทำให้คุณฟอร์ด ต้องป่วยเป็นโรคซึมเศร้า ซึ่งคุณฟอร์ด ได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับสภาวะที่ตัวเองพบกับอาการซึมเศร้า ได้ให้ สัมภาษณ์ต่อรายการ พื้นที่ชีวิต เอาไว้ว่า

⁶ ภัยรอบตัว. ฉันเป็นโรคซึมเศร้า (19 ธ.ค. 59). [ออนไลน์]. จากช่องยูทูปของThai PBS เว็บไซต์:

<https://www.youtube.com/watch?v=f4AR4LWcMnw>. (สืบค้นข้อมูล: 27 กันยายน 2563).

“ด้วยธรรมชาติของงานโฆษณาเครียดอยู่แล้ว มันทำงานแข่งกับเวลาเพราะเวลาหมายถึงเงิน เวลาที่มีค่าในโลกโฆษณา เป็นสิบ ๆ ล้านเป็นร้อยล้าน ซึ่งตรงนี้ที่เราแบกอยู่ มีจุดเปลี่ยนคือเราออกจากบริษัทเพราะความมีอีโก้ (Ego) ตามอารมณ์ของตัวเอง บวกกับเลิกกับแฟนก็เริ่มเศร้า เรารู้สึกไร้ค่า ทุกคนจะมีจุดเปลี่ยนเมื่อรู้สึกที่เราสูญเสีย ความรู้สึกที่เกิดขึ้นก็คือเราเบื่อไม่อยากทำอะไร อยากจะนอน ไม่อยากตื่น อยากจะฆ่าตัวตาย เพราะได้ยินเสียงในหัวตลอดเวลาว่ามึงตายเหอะจนเสียงนี้มันเข้าไปอยู่ในฝันเรา จนทนไม่ไหวเราจึงเลือกไปหาหมอ”⁷



ภาพที่ 2 คุณ กิตตินันต์ สวัสดิ์ (ฟอร์ด) ให้สัมภาษณ์
ที่มา : พื้นที่ชีวิต : สตี..บَابัดซิมเศร่า (29 มี.ค. 61) เข้าถึงเมื่อ 15 เมษายน 2564.
เข้าถึงได้จาก <https://www.youtube.com/watch?v=KKFakLBAIw8&t=1663s>.

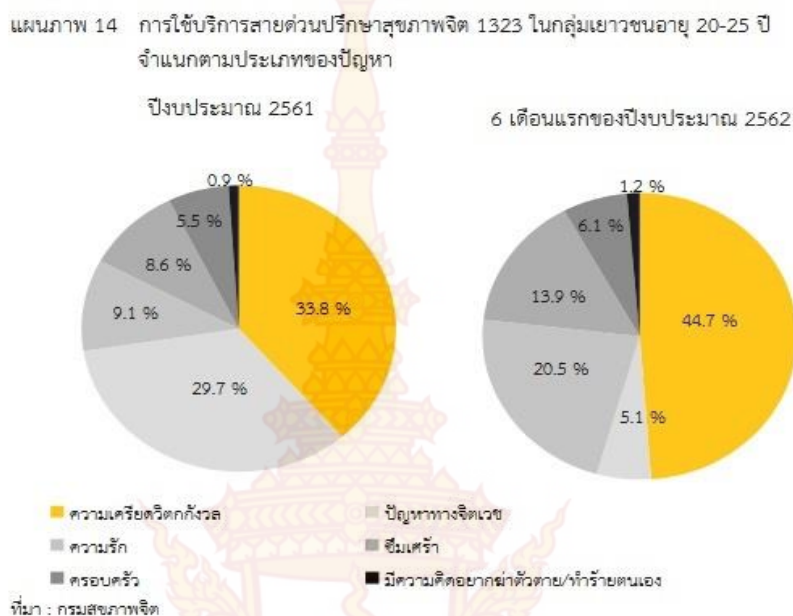
จากข้อมูลข้างต้นที่ข้าพเจ้าได้รับขององค์การอนามัยโลก ระบุว่าแต่ละปีมีเยาวชนอายุ 10-24 ปีทั่วโลกตายสูงถึง 2.6 ล้านคน โดย 1 ใน 3 มีสาเหตุจากการฆ่าตัวตายที่มีความสัมพันธ์กับโรคซึมเศร้า

สำหรับประเทศไทยจากข้อมูลกรมสุขภาพจิต พบว่า ในแต่ละปีจะมีคนพยายามฆ่าตัวตายปีละ 53,000 คน เฉลี่ยชั่วโมงละ 6 คน โดยจะมีคนฆ่าตัวตายสำเร็จอยู่ที่ประมาณ 4,000 ราย ในปี 2561 อัตราการฆ่าตัวตายอยู่ที่ 6.11 เพิ่มขึ้นจากอัตรา 6.03 ในปี 2560 โดยเพศชายมีอัตราการฆ่าตัวตายสูงกว่าเพศหญิงกว่า 4 เท่า ช่วงอายุที่มีจำนวนการฆ่าตัวตายสูงสุดของเพศชายอยู่ที่ 35-39 ปี ส่วนเพศหญิงจำนวนการฆ่าตัวตายสูงสุดอยู่ที่ช่วงอายุ 50-54 ปี

สำหรับกลุ่มเยาวชนอายุ 20-24 ปี แม้การฆ่าตัวตายจะไม่สูงมาก แต่มีแนวโน้มเพิ่มขึ้น โดยมีอัตราการฆ่าตัวตายเพิ่มขึ้นจากอัตรา 4.94 ต่อประชากรแสนคนในปี 2560 เป็นอัตรา 5.33 ต่อประชากรแสนคนในปี 2561 ขณะที่กลุ่มเยาวชนอายุ 15-19 ปี มีอัตราการฆ่าตัวตายอยู่ที่ 2.59 ต่อ

⁷พื้นที่ชีวิต. สตี..บَابัดซิมเศร่า (29 มี.ค. 61). [ออนไลน์]. จากช่องยูทูปของThai PBS เว็บไซต์: <https://www.youtube.com/watch?v=KKFakLBAIw8&t=1663s>. (สืบค้นข้อมูล: 15 เมษายน 2564.).

ประชากรแสนคน และกลุ่มเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปี มีอัตราการฆ่าตัวตายอยู่ที่ 0.5 ต่อประชากรแสนคน⁸



ภาพที่ 3 แผนภาพ 14 การใช้บริการสายด่วนปรึกษาสุขภาพจิต

ที่มา : สำนักข่าวอิศรา (08 มิถุนายน 2562) เข้าถึงเมื่อ 18 เมษายน 2564.

เข้าถึงได้จาก <https://www.isranews.org/thaireform/thaireform-documentary/77277-nesdb-77277.html> เป็นกลุ่มเด็กอายุ 11-19 ปี 10,298 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 14.6 และเบนกลุ่มเยาวชนอายุ 20-25 ปี 14,173 ครั้ง คิดเป็นร้อยละ 20.1

5 อันดับปัญหาที่พบมากที่สุดในกลุ่มเด็กและเยาวชน คือ ปัญหาความเครียดหรือวิตกกังวล ปัญหาทางจิตเวช ปัญหาความรัก ปัญหาซึมเศร้า และปัญหาครอบครั้ว

สำหรับในช่วง 6 เดือนแรกของปีงบประมาณ 2562 มีผู้โทรเข้ามาใช้บริการทั้งสิ้น 40,635 ครั้ง เป็นกลุ่มเด็กและเยาวชนอายุ 11-25 ปี จำนวน 13,658 ครั้ง เมื่อจำแนกตามประเภทของปัญหาพบว่า สัดส่วนของเด็กและเยาวชนที่มีปัญหาความเครียดหรือวิตกกังวล ปัญหาความรัก ซึมเศร้า และมีความคิดหรือความพยายามฆ่าตัวตายมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น

นอกจากนี้ จากการสำรวจเรื่องสุขภาพจิตของโครงการยูริฟอร์ตประเทศไทย ในช่วงเดือนกันยายน 2561 พบว่าในกลุ่มเยาวชนอายุ 15-24 ปี การเรียน/การสอบเป็นเรื่องที่สร้างความกดดัน

⁸ เยาวชนไทยเสี่ยงเป็นภาวะซึมเศร้า-ฆ่าตัวตายแนวโน้มสูงขึ้น (08 มิถุนายน 2562). [ออนไลน์]. จาก สำนักข่าวอิศรา เว็บไซต์: <https://www.isranews.org/thaireform/thaireform-documentary/77277-nesdb-77277.html>. (สืบค้นข้อมูล: 18 เมษายน 2564.).

ทำให้รู้สึกเครียดหรือกังวลมากที่สุด โดยกว่าครึ่งตอบว่า 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาเคยรู้สึกหดหู่ เศร้า สิ้นหวัง ท้อแท้และ 1 ใน 4 เคยคิดทำร้ายตัวเองหรือฆ่าตัวตาย⁹

สาเหตุ การเกิดโรค

- การเกิดโรคซึมเศร้ามีความซับซ้อน เกิดจาก Interaction ของBio-psycho-social
- การเปลี่ยนแปลงของชีวเคมีในสมอง (Serotonin, Nor-epinephrine, dopamine) ทำให้เกิดอาการ Depression และพบบ่อยว่าปัจจัยทางสังคมจิตใจเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว
- ปัจจัยทางพันธุกรรมจะเอื้ออำนวยให้คุณคนมีแนวโน้มที่จะเกิดโรคซึมเศร้า แต่ ณ ปัจจุบันยังไม่ทราบยืนยันเฉพาะที่ก่อโรคนี้



The Brain

Locus ceruleus
Lateral tegmental NA cell system
Rostral raphe nuclei
Caudal raphe nuclei
Noradrenergic (Nor-epinephrine) pathways in green
Serotonergic (Serotonin) pathways in yellow

ภาพที่ 4 สาเหตุ การเกิดโรค

ที่มา : คณะผู้จัดทำหลักสูตรการอบรมระบบบริการผู้ป่วยโรคซึมเศร้า (ปี 2558) เข้าถึงเมื่อ 15 เมษายน 2564.
เข้าถึงได้จาก file:///C:/Users/October/AppData/Local/Temp/vt_58.pdf.

เกิดสภาวะที่นำไปสู่โรคซึมเศร้าและควรปฏิบัติอย่างไร นายแพทย์ ยงยุทธ์ วงศ์ภิรมย์ศานติ ที่ปรึกษากรมสุขภาพจิต ได้บอกถึงกระบวนการเกิดของสภาวะซึมเศร้าไว้ว่า



ภาพที่ 5 นายแพทย์ ยงยุทธ์ วงศ์ภิรมย์ศานติ ให้สัมภาษณ์

ที่มา : พื้นที่ชีวิต : สด..บ่าบัดซึมเศร้า (29 มี.ค. 61) เข้าถึงเมื่อ 15 เมษายน 2564.
เข้าถึงได้จาก <https://www.youtube.com/watch?v=KKFakLBAw8&t=1663s>.

⁹ เยาวชนไทยเสี่ยงเป็นภาวะซึมเศร้า-ฆ่าตัวตายแนวโน้มสูงขึ้น (08 มิถุนายน 2562). [ออนไลน์]. จาก สำนักข่าวอิศรา เว็บไซต์: <https://www.isranews.org/thaireform/thaireform-documentary/77277-nesdb-77277.html>. (สืบค้นข้อมูล: 18 เมษายน 2564.).

“เวลาเราพูดถึงการรักษา เราต้องหาต้นเหตุก่อน โรคซึมเศร้ามีเหตุที่สำคัญอยู่ 2 เหตุ เหตุแรกกรรมพันธุ์ เหตุอีกด้านคือเรื่องของประสบการณ์ชีวิต ถ้าเรามีความเครียดเรื้อรัง ทำให้เกิดสภาวะจิตที่คิดว่าไม่มีใครช่วยเหลือ เราไม่มีความหวังสองสภาวะนี้ จึงทำให้สมองเกิดโปรแกรมจิตที่เศร้าและเป็นโรคซึมเศร้า เศร้าต่อเนื่องไม่ต่ำกว่า 2 สัปดาห์ แล้วอารมณ์เศร้าได้เข้าไปมีผลต่อชีวิตของเขา เช่นกินไม่ได้ นอนไม่หลับ ทำอะไรเชื่องช้า มีผลต่อความคิดไม่มั่นใจในตัวเอง รู้สึกตำหนิตัวเอง ตัวเองไม่มีค่าหรือกระทั่งรู้ว่าตัวเองไม่ควรมีชีวิตอยู่ สิ่งนี้คือการนำไปสู่การฆ่าตัวตาย”¹⁰



ภาพที่ 6 ปัจจัยที่มีผลต่อการป่วยเป็นโรค ซึมเศร้า

ที่มา : คณะผู้จัดทำหลักสูตรการอบรมระบบบริการผู้ป่วยโรคซึมเศร้า (ปี 2558) เข้าถึงเมื่อ 15 เมษายน 2564. เข้าถึงได้จาก file:///C:/Users/October/AppData/Local/Temp/vt_58.pdf.

จากข้อมูลข้างต้นคุณหมอ ยงยุทธ์ วงศ์ภิรมย์ศานติ ได้กล่าวถึงการบำบัดโรคซึมเศร้าทางจิตใจโดยการใช้สติบำบัด ซึ่งเป็นแนวทางที่ข้าพเจ้าสนใจ คุณหมอได้ให้รายละเอียดไว้ว่า

“สติบำบัดมันเป็นรูปแบบของการรักษา ซึ่งรากศัพท์ของสตินั้นมาจากพุทธธรรม แต่ปัจจุบันได้พัฒนาให้มาเป็นสิ่งที่ไม่เกี่ยวข้องกับศาสนานำมาใช้ฝึกตามหลักจิตวิทยาศึกษาโดยมีงานวิจัยรับรองศึกษาถึงขั้นการทำงานของสมอง เมื่อเราได้ฝึกสติและเรามีสติเป็นสภาวะของเรา พวกนี้ได้ออกมาเป็นเราเรียกใช้ว่าทางโลก ไม่เกี่ยวข้องกับศาสนาเป็นเวลานานพอจนได้มาตรฐานในระดับโลก”¹¹

¹⁰ พื้นที่ชีวิต. สติ..บำบัดซึมเศร้า (29 มี.ค. 61). [ออนไลน์]. จากช่องยูทูปของThai PBS เว็บไซต์: <https://www.youtube.com/watch?v=KKFakLBAw8&t=1663s>. (สืบค้นข้อมูล: 15 เมษายน 2564.).

¹¹ พื้นที่ชีวิต. สติ..บำบัดซึมเศร้า (29 มี.ค. 61). [ออนไลน์]. จากช่องยูทูปของThai PBS เว็บไซต์: <https://www.youtube.com/watch?v=KKFakLBAw8&t=1663s>. (สืบค้นข้อมูล: 15 เมษายน 2564.).



ภาพที่ 7 การบำบัดจิตด้วย สติบำบัดในต่างประเทศ
ที่มา : พื้นที่ชีวิต : สติ..บำบัดซึมเศร้า (29 มี.ค. 61) เข้าถึงเมื่อ 15 เมษายน 2564.
เข้าถึงได้จาก <https://www.youtube.com/watch?v=KKFakLBAw8&t=1663s>.

ขั้นตอนเข้าสู่การรักษาด้วยวิธี “สติ บำบัด” ดังนี้

สัปดาห์ที่ 1 การหยุดและจัดการความคิด

โดยใช้ลมหายใจเป็นตัวสังเกตด้วยเหตุผลที่ว่าลมหายใจมีคุณสมบัติสังเกตได้ยาก เราต้องหยุดทุกอย่างไม่ทำอย่างอื่นเลย เพื่อจะทำให้ตัวเราหยุดคิด เราถึงจะมีสมาธิ คือจดจ่ออยู่กับลมหายใจอย่างเดียว และประเมิณผล

สัปดาห์ที่ 2 สติ คืออะไร

เราจะเรียนรู้เรื่องสติ ขณะเดียวกันสมาธิเรายังฝึกอยู่ ฝึกสติเพิ่มขึ้น ทานข้าว ขับรถใช้ชีวิตประจำวัน อย่างมีสติและลงบันทึกประเมิณ

สัปดาห์ที่ 3 การปล่อยวางทางอารมณ์

เป็นการฝึกสำรวจร่างกาย หรือเรียกว่า Body เป็นการฝึกรู้ทันความคิดการปล่อยวาง เรียนรู้เทคนิค การตัดปายความคิด รู้ทันความคิดและการปล่อยวาง มีการคิดถึงเหตุการณ์อะไรที่ยุ่งยากใจที่ผ่านมา ฝ้าดูและเข้าไปตัดปายความคิดที่เกิดขึ้น

สัปดาห์ที่ 4 เมตตา

คือการให้อภัยกับตัวเองคนอื่นและสรรพชีวิต โดยการระลึกถึงเหตุการณ์โดยใช้คำพูดที่เป็น 4 ข้อความ เช่น ขอให้มีความสุข ขอให้สงบ ขอให้ไม่มีมิตรไมตรี ขอให้เป็นอิสระต่อความคิดทั้งปวงและใน กระบวนการจะมีการขอบคุณร่างกายตัวเอง ขอบุณสรรพชีวิต¹²

จากข้อมูลทำให้ข้าพเจ้าอยากทราบถึงกระบวนการความคิดในทางสมองและทางจิตภายในว่า การบำบัดทางจิตด้วยวิธี สติบำบัดนั้น มีส่วนช่วยทางด้านความคิดอย่างไรซึ่งคุณหมอได้ให้ข้อมูลถึง สภาวะทางจิตที่เกิดขึ้นต่อมาว่า

“เวลาที่เรามีอาการเศร้าจิตของเราจะคล้อยตามอารมณ์เศร้านี้-นไปยึดติดกับอารมณ์เศร้า ว่า มันเป็นจริงจิตเขาเชื่อตามสภาพะจิต ความคิดลบและอารมณ์ที่เกิดขึ้นสติสอนให้เราเผชิญกับจิตของเราด้วยการมีสติสังเกตเห็น แทนที่เราจะไหลไปตามความคิดความรู้สึกนั้น เราฝึกที่จะเป็นผู้สังเกตตัวเราอารมณ์และความคิดของเรา เราก็จะเห็นว่าที่เรารู้สึกแย่เป็นเพียงแค่มันไม่ได้เป็นจริงมันเป็นแค่ สภาวะจิตทางอารมณ์ของเราความคิดลบ ที่มันเกิดขึ้นและมันก็เปลี่ยนแปลงไป พอเราไม่ไปตามเราก็

¹²⁻¹³ พื้นที่ชีวิต. สติ..บำบัดซึมเศร้า (29 มี.ค. 61). [ออนไลน์]. จากช่องยูทูปของThai PBS เว็บไซต์: <https://www.youtube.com/watch?v=KKFakLBAw8&t=1663s>. (สืบค้นข้อมูล: 15 เมษายน 2564.).

จะมีใจที่เป็นกลาง คือปล่อยวาง พอเราปล่อยวางความคิดลบได้ เราก็จัดการปัญหาคนละแบบนี้ เป็นปัจจัยสำคัญที่จะหายจากความซึมเศร้าด้วยสติ ซึ่งตัวนี้จะต้องค่อย ๆ ฝึกฝนเดิมเราไม่มีมาก่อน การฝึกฝนคือ การสร้างโปรแกรมใหม่ขึ้นมาในสมอง กระบวนการนี้ต้องค่อย ๆ ฝึกและต้องฝึกทุกวันเราเรียกว่าการฝึกจิตมันสร้างวงจร ซ้ำ ๆ ขึ้นมาเป็นกระบวนการที่นำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้”¹³



ภาพที่ 8 ทำอย่างไร เมื่อเป็นโรคซึมเศร้า

ที่มา : คนไทยป่วยโรคซึมเศร้า 1.5 ล้านคน(26 ธันวาคม 2560) เข้าถึงเมื่อ 18 เมษายน 2564.

เข้าถึงได้จาก <https://news.thaipbs.or.th/content/268858>.

สรุป จากข้อมูลข้างต้นทนายหาพบเจาทราบวาอาการทางความคิดทางความรุสเกิดจากสารเคมีในสมองหลังสารเคมีน้อยผิดปกติทำให้เกิดอาการฟุ้งซ่าน หรือซึมเศร้าโดยไม่สามารถบังคับหรือหยุดอาการเหล่านั้นได้ แต่เมื่อได้เรียนรู้เข้าใจ จึงทำให้ข้าพเจ้ารับรู้ และมีสติรับมือกับผลกระทบที่เกิดขึ้นให้บรรเทาลงได้โดยการ ฝึกใช้สมาธิและทบทวนการดำเนินชีวิตให้เพิ่มมากขึ้นจนอาการต่าง ๆ ได้ดีขึ้น ทั้งจากการเจริญสติ สติแห่งการกลับเข้ามารับรู้ ถึงการมีอยู่ของร่างกายและอารมณ์ เรียนรู้ความคิดนั้นเปลี่ยนแปลง บังคับให้เป็นไปตามที่เราต้องการไม่ได้ รวมถึงการออกกำลังกาย และผ่อนคลายตัวเองผ่านการทำงานศิลปะ เป็นการระบายอารมณ์เยียวยาตัวเอง และถ่ายทอดความรู้สึกของตัวเองออกไปโดยไม่ต้องใช้การรับประทานยา

อิทธิพลจากทฤษฎีที่ใช้ในการศึกษา

จากการที่ศึกษาข้อมูล เพื่อสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมในภาวะซึมเศร้าให้มากขึ้น โดยภาพเจ้าศึกษาจากทฤษฎี ซึ่งมีผลงานวิจัยหลายท่าน แต่จะขอหยิบทฤษฎีที่ใช้ในการศึกษาของเบลเซอร์ (Blazer.) ซึ่งได้กล่าวถึงบททฤษฎีทางจิตวิทยา เกี่ยวกับทฤษฎีจิตวิเคราะห์ มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ทฤษฎีทางจิตวิทยา

ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic Theory) ทฤษฎีนี้กล่าวถึงว่า ภาวะซึมเศร้าเป็นภาวะหมดหวัง ไร้ที่พึ่งพิง ไร้อำนาจ ซึ่งเกิดหลังการเจ็บป่วย ล้มเหลว หรือโดดเดี่ยว โดยทฤษฎีนี้ให้ความสำคัญขององค์ประกอบที่กระตุ้น ให้เกิดภาวะซึมเศร้าตั้งแต่แรกเกิดจนตลอดชีวิต ของบุคคล ทั้งการแสดงออก ผลกระทบต่อความ รู้สึกนึกคิด อารมณ์ ตลอดจนความขัดแย้งต่าง ๆ ที่เป็นเหตุแห่งความไม่สมหวังในชีวิต เมื่อบุคคลประสบกับการสูญเสีย ไม่ว่าจะ เป็นการสูญเสียจริงหรือการสูญเสียที่ผู้ป่วยเข้าใจ ไปเอง มีผลทำให้ตัวตน (ego) ลดต่ำ ลงหรือถูก ทำลายลงไป ซึ่งตัวตนเป็นตัวกลางในการแสดงออกของบุคลิกภาพ เป็นที่ตั้งของสติและเป็น สื่อกลางระหว่างสัญชาตญาณกับสิ่งแวดล้อมภายนอก ซึ่งประกอบด้วย การรับรู้ (perception) ความจำ (memory) การตัดสินใจ (judgement) ความมีเหตุผล (reasoning) การแก้ปัญหา (problem solving) และการตัดสินใจในการ กระทำ (decision making) ซึ่งเกี่ยวข้องกับ ความ มีเหตุผล (logical) และความถูกต้องเหมาะสม (correct) เมื่อตัวตนลดต่ำ ลงหรือถูกทำลาย จึง ทำให้ไม่สามารถที่จะคิดปลดปล่อยตนเองออกจาก ภาวะซึมเศร้า และความรู้สึกสูญเสียเกิดการ ยับยั้งไม่ให้มีการต่อสู้เพื่อปกป้องตนเอง รู้สึกผิด และบันดาลโทษะ ขาดความสามารถในการ ควบคุมตนเอง ไม่สามารถคิดจัดการกับการ เปลี่ยนแปลงครั้งสำคัญ¹⁴

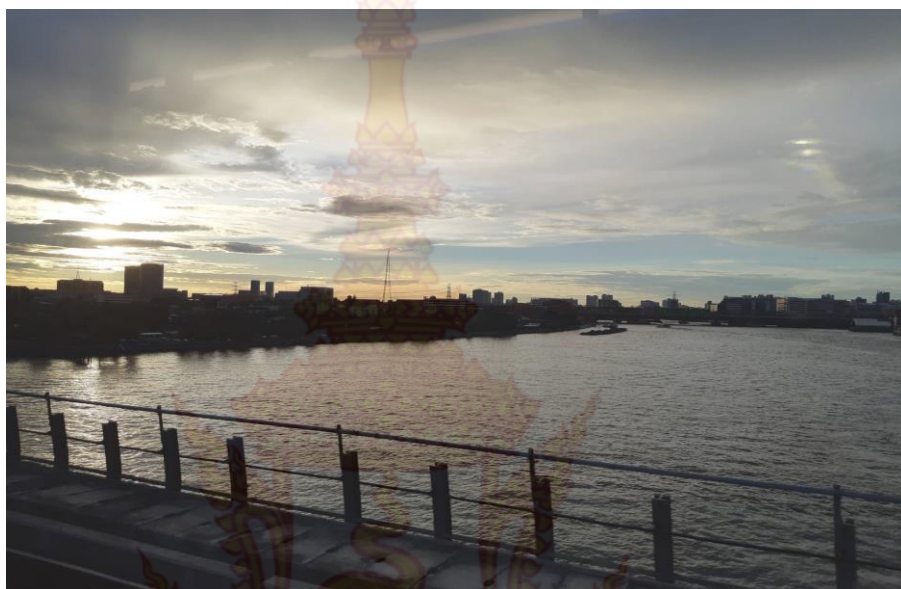
จากทฤษฎีที่ใช้ในการศึกษาของ เบลเซอร์ (Blazer.) ทำให้ข้าพเจ้าเข้าใจเชิงรูปแบบของมนุษย์ และสาเหตุบางประการที่ถูกแบ่งส่วนจากการมีที่มาของเหตุและปัจจัยที่เกิดขึ้น ล้วนมีทฤษฎีรองรับของผลวิเคราะห์ ทำให้ข้าพเจ้ารับทราบข้อมูลและสามารถรู้เหตุผลของตัวเอง จึงหาหนทางแก้ปัญหาของตัวเองในสิ่งที่เกิดขึ้นและเรียนรู้ได้

อิทธิพลที่ได้รับจากสภาพแวดล้อม

จากสภาพแวดล้อม ที่ข้าพเจ้าได้สัมผัสสิ่งรอบตัว กลายมาเป็นต้นแบบของความหมายและความงามสูงสุด (Sublime) และเป็นเป้าหมายของการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะ เพื่อสื่อสารถึงธรรมชาติแห่งสภาวะจิตทางอารมณ์ เป็นประสบการณ์ การรับรู้ที่ข้าพเจ้าสั่งสมมาตลอดเวลา จากการได้พบเห็น โดยใช้สติและสมาธิสัมผัสความสงบของธรรมชาติรอบตัว และสิ่งแวดล้อม ต้นไม้ใบหญ้าที่โอนอ่อนเมื่อต้องสายลม ต้นไม้สลัดใบเมื่อเข้าสู่ฤดูหนาว บรรยากาศแห่งน้ำฝนเมื่อไหลรินตกลงจากพากฟ้าถึงไอน้ำของความเหงาของคนเมือง นับตั้งแต่วัยเด็ก ณ ดินแดนที่เคยได้อยู่อาศัยติดริมแม่น้ำเจ้าพระยา ข้าพเจ้าสามารถหวนรำลึกถึงความทรงจำ แม้กระทั่งกลิ่น และแสงแดดที่สะท้อนระยิบระยับบนผิวน้ำที่ไหลทอดยาวลึบตา เมื่อได้นั่งเฝ้ามองแล้วปล่อยห้วงอารมณ์คำนึงออกไป เป็นความรู้สึกทางอารมณ์เมื่อข้าพเจ้าได้ใกล้ชิดหรืออยู่ใกล้กับแม่น้ำ คล้ายดั่งว่าข้าพเจ้าได้รับบทเรียน

¹⁴ นันทิรา หงส์ศรีสุวรรณ, “ภาวะซึมเศร้า,” วารสาร มจร.วิชาการ, ฉบับที่ 38 (19 มกราคม - มิถุนายน 2559):

ความหมายและการซึมซับพลังอันยิ่งใหญ่ ที่บางครั้งเงียบสงบและเจียมตัวเพื่อแผ่ประโยชน์ให้กับทุกสรรพชีวิต แต่ภายใต้ความสงบของผิวน้ำเบื้องบน กระแสน้ำเบื้องล่างกลับไหลลึกและเชี่ยวแรงเกินต้านทาน เมื่อข้าพเจ้าได้พบความทุกข์เมื่อใด ก็มีเพียงสายน้ำแห่งวัยเยาว์ ที่ช่วยโอบอุ้มชโลมจิตใจ ที่มีความทุกข์ร้อนให้คลายเบาบาง และเย็นลงทำให้เกิดสติรู้ตัวตนภายใน



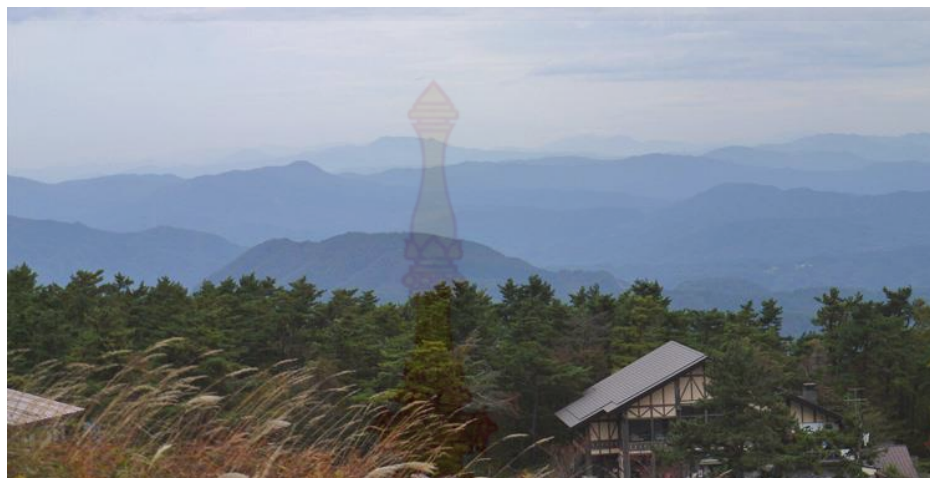
ภาพที่ 9 อิทธิพลจากสภาพแวดล้อม

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน



ภาพที่ 10 อิทธิพลจากสภาพแวดล้อม

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน



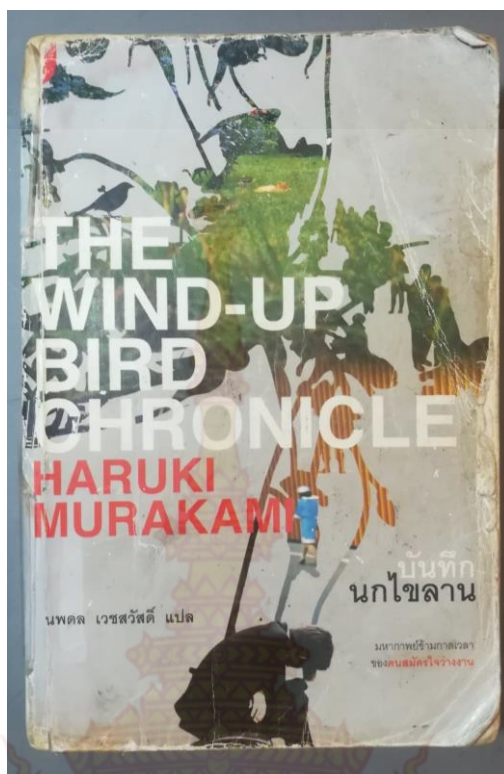
ภาพที่ 11 อิทธิพลจากสภาพแวดล้อม

ที่มา : ที่มา : talonjapan – 60 ที่เที่ยวสุดฮิต เข้าถึงเมื่อ 26 กันยายน 2563.
เข้าถึงได้จาก <https://www.talonjapan.com/mount-daisen/>.

อิทธิพลจากสภาพแวดล้อม นนมนสวนสาครุตอระบบเชิงความรับรู้ ความรู้สึกภายนอกของข้าพเจ้าอย่างมาก กระทบต่อประสาทความรู้สึกภายใน เชื่อมโยงถึงสภาวะจิต ถ่ายทอดออกมาในรูปแบบผลงานศิลปะ มีการตัดทอนสร้างบรรยายการของความมืด ความเหงา ความอ่อนไหว ความเว้งว่างของความว่างที่ดำรงอยู่ในทุกสรรพสิ่ง

อิทธิพลจากหนังสือ

วรรณกรรมนวนิยายของ ฮารุกิ มูราคามิ ทำให้ข้าพเจ้าได้รับประสบการณ์ในการเดินทางท่องเที่ยวไปในโลกอีกใบหนึ่ง ที่ดูเหมือนว่าครั้งหนึ่งมันเคยเป็นโลกแสนธรรมดาที่เราเห็นและเป็นอยู่จนชิน แต่มูราคามิ กลับทำให้โลกใบนี้กลายเป็นดินแดนลึกลับมหัศจรรย์ผ่านจินตนาการส่วนตัวของข้าพเจ้าผสมกับหนังสือ ที่ส่งผ่านความสับสนแห่งช่วงวัย ความโดดเดี่ยว ความเศร้าของการสูญเสียความทรงจำอันเจ็บปวด และความเงิบงัน ที่ยังตะโกนก้องคร่ำครวญอยู่ในตัวของข้าพเจ้า จึงได้นำอิทธิพลส่วนนี้มาเป็นข้อมูลในการทำงาน



ภาพที่ 12 หนังสือเรื่อง The wind – up Bird chronicle (บันทึกนกไขลาน)
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

นักเขียนอีกท่านหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อข้าพเจ้าคือ คาลิล ยิบราน งานเขียนของ คาลิล ยิบราน ข้าพเจ้ารับรู้สัมผัสได้ว่าในความสวยงามนั้นมีความเจ็บปวดบาดลึกอยู่เสมอ ห้วงอารมณ์ที่ได้รับจึงเป็นอารมณ์หนาวๆ ผสมกันอย่างแยกไม่ออก คล้ายหตุหตุ แต่ก็อึมอึมภายใน คล้ายปีบคั่นแต่ก็มีความหวัง คล้ายจะไม่สมหวังแต่ก็ได้บทเรียนอันมีค่า จึงทำให้ข้าพเจ้าเกิดแรงบันดาลใจขณะอ่านผ่านห้วงสำนึกทางอารมณ์ที่มีประสบการณ์ส่วนตัวร่วมผสานกับผลงานของผู้เขียน

“ข้าแต่พระเจ้าผู้เป็นเจ้าของ พระองค์ได้เปิดดวงตาข้าน้อย ด้วยความรัก และก็ทรงทำให้ข้าน้อยบอดมืดด้วยความรักนั้น พระองค์ได้จุ่มพิตข้าน้อยด้วยริมฝีปากของพระองค์ และตบข้าน้อยด้วยอุ้งหัตถ์อันแข็งแรงของพระองค์ พระองค์ได้ทรงปลุกกุหลาบขาวไว้ในกลางดวงใจของข้าน้อย แต่ก็ได้สร้างรั้วหนามคมไว้รอบกุหลาบนั้นด้วย พระองค์ได้ทรงผูกพันปัจจุบันของข้าน้อยไว้กับ จิตวิญญาณของชายหนุ่มผู้เป็นที่รักแห่งข้าน้อย แต่ก็ผูกพันชีวิตของข้าน้อยไว้กับร่างกายของชายผู้ที่ข้าน้อยไม่รู้จัก ขอพระเจ้าผู้เป็นเจ้าของได้ทรงพระมหากรุณาช่วยเหลือข้าน้อยด้วยเถิด เพื่อให้ข้าน้อยมีพลังแรงที่จะต่อสู้ และได้โปรดช่วยให้ข้าน้อย ดำรงสั่งจะและคุณธรรมตราบเท่าชีวิตหาไม่ ขอทุกสิ่งจงเป็นไปตามพระประสงค์เถิด”¹⁵

¹⁵คาลิล ยิบราน, ปีกหัก (กรุงเทพฯ: ผีเสื้อ, 2536), 70



ภาพที่ 13 หนังสือเรื่อง ปีกหัก

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

อิทธิพลจากภาพยนตร์

ในปัจจุบันสื่อภาพยนตร์เข้ามามีบทบาทและส่งอิทธิพลต่อรสนิยม การตัดสินใจและความงามและวิถีชีวิตของผู้คน อีกทั้งสร้างแรงบันดาลใจและก่อให้เกิดแนวคิดตามมา ซึ่งภาพยนตร์ที่ให้แรงบันดาลใจแก่ข้าพเจ้า มีการสร้างบรรยากาศและสื่ออารมณ์ภาพที่น่าสนใจ และเป็นไปในทิศทางเดียวกัน อันได้แก่ ผลงานการกำกับภาพยนตร์ของ ชุนจิ อิวาอิ (Iwai Shunji) ได้ส่งอิทธิพลสู่การสร้างอารมณ์ที่ปรากฏในผลงานของข้าพเจ้า ซึ่ง ชุนจิ อิวาอิ (Iwai Shunji) มีความยอดเยี่ยมในการควบคุมอารมณ์ของภาพยนตร์ให้มีความเหงา ความอ้างว้าง ความเงียบ ห้วงอารมณ์ที่โหยหาอดีต ด้วยการวางองค์ประกอบภาพที่ใช้พื้นที่ว่าง(Space)และโทนสีที่บ่งบอกในความหมายที่ซ่อนเร้นทางความรู้สึกภายใน เป็นแบบอย่างที่ดีในการใช้สีและจัดองค์ประกอบภาพที่ให้ความสำคัญกับพื้นที่ว่าง(Space)



ภาพที่ 14 ฉากหนึ่งในภาพยนตร์เรื่อง Love Letter 1995
ที่มา : LOVE LETTER: เมื่อหัวใจที่ตายด้านเย็นชากลับมามีชีวิตและพบความทรงจำ เข้าถึงเมื่อ 26 กันยายน 2563.
เข้าถึงได้จาก <https://adaybulletin.com/life-review-movie-love-letter/47422>

คนรักความทรงจำอันแสนอบอุ่นของอดีตที่ยังคงวนเวียน ก่อเกิดเป็นห้วงอารมณ์ที่ถูกตราตรึงขณะรับชม สะท้อนอารมณ์ กลั่นเป็นความคิดสร้างสรรค์ รวมทั้งการได้รับอิทธิพล เรื่องของการจัดองค์ประกอบและทัศนศิลป์ ที่อยู่ในฉากของภาพยนตร์ เช่น โทนสี การวางองค์ประกอบให้ดูอ้างว้างโดดเดี่ยว และแนวความคิดจากเนื้อเรื่องภาพยนตร์ นำเอาอารมณ์จากภาพยนตร์มาผสมผสานสร้างสรรค์ผลงานศิลปะของข้าพเจ้าขึ้นมา

อิทธิพลจากผลงานศิลปกรรม

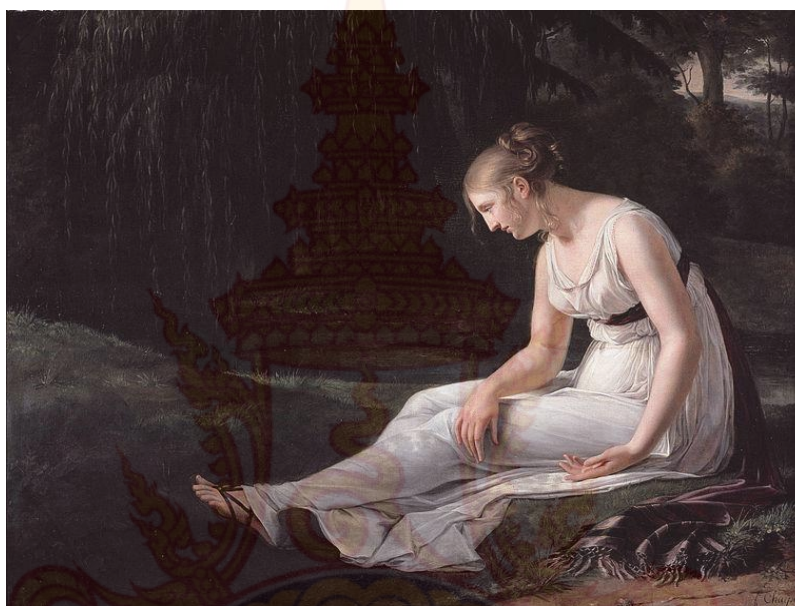
กงสต็องซ์ มารี ชาร์ป็องติเยร์ (Constance Marie Charpentier)

กงสต็องซ์ มารี ชาร์ป็องติเยร์ เป็นจิตรกรชาวฝรั่งเศสมีซึ่งถนัดในการวาดรูปชีวิตประจำวัน และรูปผู้คน โดยรูปที่ยกมานี้จิตรกรถ่ายทอดรูปวาดออกมาในตัวละครงามท่าทางครุ่นคิด ผลงานชิ้นนี้สะท้อนสิ่งที่เป็นตัวแทนของทรรศนะที่คนในสมัยของเธอมิต่อความป่วยไข้ทางใจนี้ เสื้อผ้าและใบหน้าด้านข้างของหญิงในภาพมีความเป็นโรมันอย่างเห็นได้ชัด เป็นการสดงให้เห็นพื้นเพในสายนี้โอคลาสสิกของชาร์ป็องติเยร์ กับมโนทัศน์ที่ว่าความโศกสลดเป็นห้วงอารมณ์อันสุขุมสูงส่งและเป็นศิลปะนอกเหนือจากแนวคิดแบบโรแมนติกเกี่ยวกับความโศกสลดที่ว่านี้ไหลที่ลู่ลง มีอันอ่อนเปลี้ย สีหน้าซึมเซาของตัวละครในภาพก็เป็นสัญลักษณ์ทางกายภาพที่บ่งบอกถึงภาวะซึมเศร้าได้อย่างชัดเจน¹⁶

¹⁶รติพร ชัยปิยพร, 1001 ภาพเขียนที่ต้องเห็นก่อนตาย, (กรุงเทพฯ: เดอะเกรทไฟน์อาร์ท), 360

¹⁰กิตติพล สรัคคานนท์, โรแมนติก เดวิด เบลนี บราวน์, (กรุงเทพฯ: เดอะเกรทไฟน์อาร์ท), 380

ศิลปินหญิงเหล่านี้คือผู้ค้นพบวิธีการในการนำเสนอความโศกเศร้าของชนรุ่นที่ถูกทอดทิ้ง ในรูปแบบของอุปมาที่ศน์ แบบกวีนิพนธ์ (Poetic allegory) แต่ภาพของม้านดูจะส่งเสริมการเหมารวมของเพศชาย ที่ว่าด้วยพันธะของเพศหญิง มากกว่าจะเป็นการแสดงสิทธิความเป็นเอกเทศของผู้หญิง ด้วยผลงาน *Melancholy* (ความอาดูร) ของ กงสต็องซ์ ชาร์ปองติเยร์ (Constance Charpentier, ค.ศ. 1767-1849) ที่ปรากฏในซาลงปี ค.ศ. 1801 ซึ่งแสดงภาพของเด็กสาวที่นั่ง อยู่อย่างโดดเดี่ยว และเศร้าซึมในฉากที่ดูราวกับป่า พลากรุ่นคิดถึงคนรักที่จากไป จินตภาพอันเปี่ยมไปด้วยจิตวิญญาณ และเร้าอารมณ์¹⁷



ภาพที่ 15 ผลงานของ กงสต็องซ์ มารี ชาร์ปองติเยร์ (Constance Charpentier)

ชื่อผลงาน : Melancholy

เทคนิค : Oil on canvas

ขนาด : 51 x 64 cm / 130 x 165 cm

ปี : 1801

ที่มา : File:Charpentier, Constance Marie – Melancholy – 1801.jpg เข้าถึงเมื่อ 26 กันยายน 2563

เข้าถึงได้จาก:https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Charpentier,_Constance_Marie_-_Melancholy_-_1801.jpg

ข้าพเจ้าได้รับอิทธิพล เรื่องของการจัดวางองค์ประกอบศิลป์และทัศนธาตุ การวางองค์ประกอบที่ให้พื้นที่ว่างค่อนข้างมาก และการวางท่าทางของตัวแบบ ที่แสดงถึงการเหม่อลอยไร้จุดหมาย ดูไร้เรี่ยวแรง และโทนสีที่เข้มไปทางมืดสีกลับ ดูหม่นเศร้าในฉากหลังที่ตัดกับแสง ส่องสู่ตัวแบบแสดงออกถึง ความกลัว ความเหงา ความเศร้า ความเจ็บงัน เย็นชา หรือแม้แต่ความว่างเปล่า

ซัลบาโด ดาลี (Salvado Dali)

ซัลบาโด เป็นจิตรกรชาวสเปนที่มีชื่อเสียงจากผลงานภาพวาดแนวเหนือจริง (Surrealism) เซอร์เรียลลิสม์ เป็นขบวนการหรือลัทธิทางศิลปะวรรณกรรมที่แยกตัวออกมาจากลัทธิดาดาถือกำเนิดขึ้นอย่างเป็นทางการในยุคปารีสในสงครามโลกครั้งที่ 1 ใน พ.ศ. 2467 โดยมีองแตร์ เนรตง กวีชาวฝรั่งเศสเป็นผู้นำกลุ่ม สมาชิกของกลุ่มมีทั้งศิลปินและกวีที่มีชื่อเสียงจากหลายประเทศในยุโรปและสหรัฐอเมริกา อุดมการณ์ของลัทธินี้ คือ ขบถต่อ ขนบ กฎเกณฑ์ เหตุผล ค่านิยมศีลธรรม จริยธรรม และหลักสุนทรียศาสตร์ที่คนส่วนใหญ่ยอมรับนับถือ เพื่อสร้างสรรค์วิถีชีวิตและผลงานแนวใหม่ ด้านการแสดงออกซึ่ง “ความจริงสูงสุด” อันได้แก่ พลังของจิตที่ถูกเก็บกด (ความฝัน จิตใต้สำนึก ฯลฯ ตามนัยของฟรอยด์) ล้วน ๆ หรือผสมผสานกับโลกภายนอกในทุกรูปแบบอย่างเสรีฉับพลัน โดยปลอดจากการควบคุมใด ๆ ทั้งสิ้น¹⁸



ภาพที่ 16 ผลงานของ ซัลบาโด ดาลี (Salvado Dali)

ชื่อผลงาน : ภาพฉากการออกแบบสำหรับภาพยนตร์ เรื่อง สเปนบาวด์ (Dali – Spellbound Study)

เทคนิค : Oil on Canvas

ขนาด : 89 x 113.8 cm 35 x 44 cm

ปี : 1945

ที่มา : Design For Spellbound by Dali เข้าถึงเมื่อ 26 กันยายน 2563.

เข้าถึงได้จาก <https://printmasterpieces.com/products/design-for-spellbound-dali>

¹⁸ สดชื่น ชัยประสาธน์ม. จิตรกรรมและวรรณกรรมแนวเซอร์เรียลลิสม์ในประเทศไทย พ.ศ. 2507-2527, (กรุงเทพฯ: สยามสมาคมในพระบรมราชูปถัมภ์, 2539), หน้าบรรณาธิการ



ภาพที่ 17 ผลงานของ ซัลวาโด ดาลี (Salvado Dali)

ชื่อผลงาน : ภาพฉากการออกแบบสำหรับภาพยนตร์ เรื่อง สเปนบาวด์ (Spellbound)

เทคนิค : Oil on table

ขนาด : 30 x 21 cm.

ปี : 1945

ที่มา : Michael Hegedus | Dali – Spellbound Study เข้าถึงเมื่อ 10 กุมภาพันธ์ 2564.

เข้าถึงได้จาก <https://hegedusart.com/portfolio-item/dali-spellbound-study/>.

ศิลปะแนวเซอร์เรียลลิสม์นั้น ให้อิทธิพลแก่ข้าพเจ้าในการแสดงออกทางภาษาภาพ การใช้ภาพพื้นที่ที่แปลกประหลาด กึ่งจริง กึ่งฝัน อ่างว่าง ดำมืด บางครั้งดูไร้เหตุผลไร้ที่มาที่ไป แต่เป็นการใช้จินตภาพในการสร้างอารมณ์ ที่รวมเอาลักษณะความเป็นจริง เข้ากับความเร้นลับของความคิดฝัน หรือประสบการณ์ส่วนตัว ถ่ายทอดบรรยายอารมณ์ทางธรรมชาติที่เหนือกว่าความเป็นจริง

คามิน เลิศชัยประเสริฐ (Kamin Lertchaiprasert)

คามิน เลิศชัยประเสริฐ ศิลปินร่วมสมัยที่มีผลงานมากมายในปัจจุบันและส่วนใหญ่เป็นงานศิลปะเชิงแนวคิดหรือ (Conceptual Art) คามินเคยให้สัมภาษณ์ในรายการ เป็น อยู่ คือ ไว้ว่า มักจะทำงานศิลปะด้วยวิธีเน้นกระบวนการ¹⁹ ด้วยเหตุนี้ผลงานของคามินส่วนใหญ่จึงเป็นงานที่นำเสนอในเรื่องของกระบวนการและแนวความคิดมากกว่า ผลของงานหรือตัวชิ้นงาน ซึ่งนับว่าเป็นการนำเสนองานศิลปะที่แปลกใหม่ในปัจจุบัน ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีการสร้างสรรคแบบศิลปะเชิงแนวคิดหรือ (Conceptual Art) อีกทั้งคามินยังมีการสร้างสรรค์พื้นที่ทำงานศิลปะ ไม่ว่าจะเป็ น อุโมงค์ศิลปะธรรม และ The Land ซึ่งเป็นพื้นที่ ที่ให้ผู้ชมมีส่วนร่วมในกระบวนการการสร้างสรรค งาน

ในช่วงแรกผลงานที่สมบูรณ์เรื่องรูปแบบ และเนื้อหา คือ ภาพพิมพ์โลหะ ชุด “เจ็บปวด (Suffering)” เทคนิคภาพพิมพ์รูปถ่าย (Photo Etching) ผสมกับวัสดุผุกร่อนและร่องรอยชุดชีวิตการ แสดงออกด้วยภาพถ่ายร่างกายมนุษย์ในท่าบิดเกร็งสะท้อนความรู้สึกเจ็บปวด ทุกข์และทรมาน ซึ่ง ผลงานชุดนี้สร้างขึ้นก่อนที่คามินจะเดินทางไปสหรัฐอเมริกา จะเห็นได้ว่าเป็นเรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับ ร่างกายมนุษย์ ความรู้สึกภายในของบุคคลแต่ละคนในช่วงนั้นคามินสนใจเรื่องของการถ่ายภาพจึง ผสมผสานการทำงานที่เรียกว่าเทคนิคภาพพิมพ์รูปถ่ายลงในผลงาน ซึ่งเป็นช่วงที่เรียนอยู่ที่ มหาวิทยาลัยศิลปากร คามินได้ศึกษาวิชาการถ่ายภาพด้วยตัวเองเนื่องจากที่มหาวิทยาลัยไม่ได้มีการ สอนโดยตรง คามินเป็นบุคคลที่มีความพยายามและมุ่งมั่นที่จะเป็นศิลปิน และมีความพยายามที่จะ ขวนขวายหาความรู้ด้วยตนเอง

การแสดงแนวคิดของคามินในระยะนี้เป็นการนำเสนอเรื่องราวเกี่ยวกับความเจ็บปวดและ เจ็บปวดภายในจิตใจของตนเองซึ่งเกิดจากปัญหาที่เกิดขึ้นในวัยเด็ก และการสูญเสียแม่ไปอย่าง กะทันหัน ทำให้ความเจ็บปวดและสับสนนี้ถูกถ่ายทอดออกมาในลักษณะงานจิตรกรรมและถ่ายทอด ในรูปแบบภาพคนที่มีอิริยาบถต่าง ๆ เน้นการแสดงอารมณ์ท่ามกลางบรรยากาศที่วังเวงถือเป็นการ เล่าเรื่องราวอย่างตรงไปตรงมาคล้ายกับศิลปินส่วนใหญ่ที่ทำงานจิตรกรรม ความเจ็บปวดที่เกิดขึ้นในวัย เด็กนั้นมีอิทธิพลต่องานของคามินอย่างมากเพราะผลงานส่วนใหญ่ในช่วงนี้ของคามินนั้นเกี่ยวข้องกับ ความเจ็บปวดและความตาย

¹⁹Aoeitube. เป็น อยู่ คือ คามิน เลิศชัยประเสริฐ (Video file). [ออนไลน์]. จาก <https://www.youtube.com/watch?v=77848dO0ByY>. (สืบค้นข้อมูล: 12 กุมภาพันธ์ 2564).



ภาพที่ 18 ผลงานของ คามิน เลิศชัยประเสริฐ

ชื่อผลงาน : Self – portrait

เทคนิค : Photo – etching

ขนาด : 71 x 73 cm.

ปี : 1985

ที่มา : Art Database Rama IX Art Museum เข้าถึงเมื่อ 10 กุมภาพันธ์ 2564.

เข้าถึงได้จาก : <http://www.rama9art.org/artisan/artdb/artists/home.php?p=profiles&name=Kamin%2>



ภาพที่ 19 ผลงานของ คามิน เลิศชัยประเสริฐ

ชื่อผลงาน : Suffering

เทคนิค : Photo – etching

ขนาด : 51 x 61 cm

ปี : 1983

ที่มา : Art Database Rama IX Art Museum เข้าถึงเมื่อ 10 กุมภาพันธ์ 2564.

เข้าถึงได้จาก : <http://www.rama9art.org/artisan/artdb/artists/home.php?p=profiles&name=Kamin%2>

มาจากกันบั้งภายในแสดงถ่ายทอด จากประสบการณ์อันแสนเจ็บปวดและกดดัน ในช่วงวัยเด็กของศิลปิน โดยเลือกใช้เทคนิค (Photo – etching) ในการแสดงระบายความอัดอั้นทางอารมณ์ และความทรงจำส่วนตัวออกมา

บทที่ 3

กระบวนการสร้างสรรค์ เทคนิค วิธีการ และขั้นตอนการทำงาน

ในการสร้างสรรค์ศิลปนิพนธ์ในชุดนี้ข้าพเจ้า ได้นำข้อมูลจากความรู้สึกส่วนตัวผ่านประสบการณ์ที่ได้รับความทุกข์ พบเจอความล้มเหลวในด้านต่างๆ ทั้งด้านการศึกษา ครอบครัวและคู่รัก จึงทำให้เกิดความผิดหวังจากความคาดหวัง สู่ความกดดันปีบครั้นต่อสภาวะอารมณ์ภายในจิตใจ ก่อเกิดเป็นอารมณ์ซึมเศร้า และรู้สึกถึงเกิดความโดดเดี่ยว เกิดความเหงา จึงต้องการถ่ายทอดความรู้สึกทางจิตใจ ระบายลงสู่ผลงาน เพื่อปลดปล่อยตัวตนให้หลุดพ้นจากวิถีแห่งความซึมเศร้า จึงได้นำเรื่องราวประสบการณ์เหล่านี้ นำมาสร้างสรรค์เป็นผลงานที่ประกอบไปด้วยความรู้สึก จินตภาพภายในและการจัดองค์ประกอบผ่านกระบวนการภาพพิมพ์ร่องลึก (Intaglio Process)

การกำหนดรูปแบบและวิธีการสร้างสรรค์

เนื้อหา แนวคิดที่มีต่อการสร้างสรรค์ข้าพเจ้าได้นำประสบการณ์ส่วนตัว ณ ช่วงวัยหนึ่งเป็นการบันทึกอารมณ์ความรู้สึกที่กำลังเกิดขึ้นในช่วงวัยนี้ของข้าพเจ้า จากความรู้สึกสับสน อ้างว้าง ซึมเศร้า และโดดเดี่ยว ผ่านการถ่ายทอดออกมาเป็นสัญลักษณ์ที่แสดงโดยตัวของข้าพเจ้าเองที่อยู่ในบริบท ต่างๆ แสดงออกเป็นพื้นที่แห่งธรรมชาติอันอ้างว้างในความมืดที่เดียวดาย ภายในงานข้าพเจ้าให้ความหมายของ “น้ำ” เป็นสิ่งสำคัญเปรียบเทียบกับน้ำเป็นดังอารมณ์ของมนุษย์ มีการไหลเวียนและเปลี่ยนแปลงได้เสมอ เมื่อมันไหลจากต้นน้ำลงสู่ท้องทะเลอันกว้างใหญ่ คล้ายราวความอ่อนไหวทางอารมณ์ที่ซ่อนอยู่ภายในจิตของข้าพเจ้าเมื่อถูกกระตุ้นเร้าจากภายนอก กระทบเข้าสู่ภายใน

รูปแบบผลงาน ข้าพเจ้าสร้างสรรค์ผลงานรูปแบบสัญลักษณ์เหมือนจริงจากตัวข้าพเจ้าเองที่ผสมเข้ากับ ความเหนือจริงกึ่งนามธรรม (semi abstract) ทางด้านอารมณ์ โดยใช้สัญลักษณ์แทนความหมายและความรู้สึก คือ ตัวของข้าพเจ้าเอง น้ำ ต้นหญ้า โทสนีน้ำเงิน และพื้นที่ว่าง แสดงออกถึงอารมณ์ที่ถูกซ่อนไว้จากส่วนลึกภายในจิตใจของข้าพเจ้า

เทคนิค การใช้ทัศนธาตุสร้างให้เกิดผลงานบอกเล่าอารมณ์ความรู้สึกตามจินตนาการและรูปแบบการสร้างสรรค์ ผลงานของข้าพเจ้าได้ใช้ ผ่านกระบวนการภาพพิมพ์ร่องลึก ด้วยเทคนิคภาพพิมพ์โลหะ(Etching) เป็นเทคนิคที่เหมาะสมกับภาพร่างที่ข้าพเจ้าสร้างขึ้นมาอยู่ในรูปแบบ 2 มิติ นำมาสร้างสรรค์ผลงานที่สื่ออารมณ์ผ่านกระบวนการ ในการใช้น้ำกรดเพื่อสร้างค่าน้ำหนักแสดงถึงอารมณ์ความรู้สึก งานที่ออกมาก็จะมีน้ำหนักที่ประจวบกับความทุกข์ที่ข้าพเจ้าได้รับยังพบเจอกับความเสียใจมาก ความทุกข์ก็ตั้งเช่นสีด้าอันปรากฏในผลงาน

แหล่งข้อมูลการสร้างสรรค และการหาข้อมูลสำหรับการสร้างสรรค

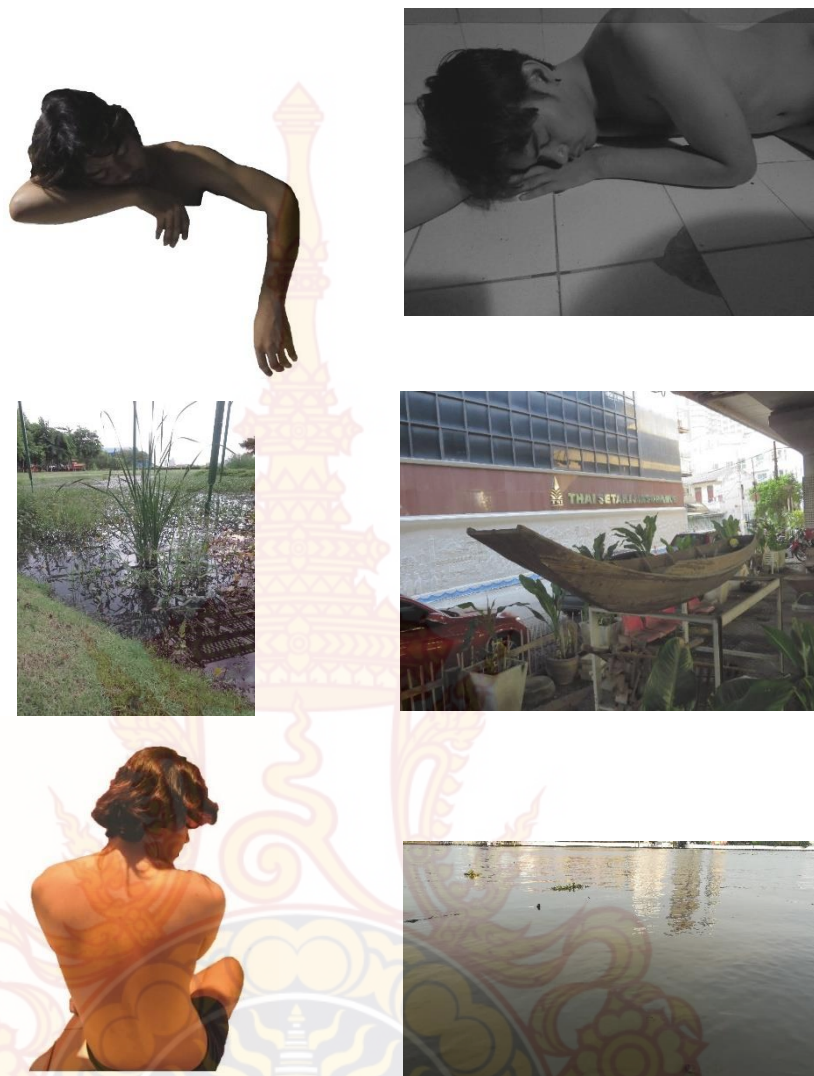
ข้อมูลที่ข้าพเจ้านำมาสร้างสรรคผลงานศิลปะส่วนใหญ่จะเกิดจากการใช้ชีวิตประจำวันที่มีผลกระทบต่าง ๆ จนทำให้เกิดเป็นความรู้สึกบางอย่างจนเกิดความหมกหมุ่นอยู่กับความรู้สึกนั้น โดยศึกษาภาวะจิตใจของตนเองทั้งอารมณ์ความรู้สึก ของห้วงเวลาที่ต้องการจะถ่ายทอดออกมาในผลงาน ดังนั้น ในการสร้างสรรคผลงานในแนวทางเฉพาะตัว ข้อมูลส่วนสำคัญจึงได้มาจาก ประสบการณ์การใช้ชีวิต การสังเกต การมองเห็นการเป็นไปต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิต มีรายละเอียดดังนี้

1. วิเคราะห์ปัญหา ความหวังคือสิ่งที่มนุษย์ควรมี แต่หากความคาดหวังนั้นไปผูกพันรั้งเชื่อมโยงกับผู้อื่นย่อมเป็นสิ่งที่ยากแก่การควบคุม เมื่อเกิดความเป็นผิดพลาดต่อความคาดหวังย่อมเป็นทุกข์จากการไม่ได้เตรียมใจและอารมณ์ไว้รองรับ เมื่อปัญหาเหล่านี้เกิดขึ้นจึงส่งผลต่อสภาวะอารมณ์ของตัวเองไปในทางหม่นเศร้า และรู้สึกในเชิงความคิดทางแง่ลบ แต่เมื่อเหตุการณ์ได้ผ่านกาลเวลา สิ่งต่างๆ จึงเริ่มนิ่งเข้าสู่การทบทวนเรื่องราวต่าง ๆ โดยใช้สมาธิปัญญาแห่งตัวของตัวเองพิจารณาแยกแยะเรื่องราว ด้วยเหตุผลตามความเป็นจริงแห่งโลก เห็นการแปรเปลี่ยนไม่อาจคงอยู่ได้วันรันดร์ ดังเช่นคำพูดของ เฮราคลิตุส ที่ว่า "ไม่มีใครเคยเหยียบย่างลงบนแม่น้ำสายเดิมเป็นครั้งที่สอง เพราะมันไม่ใช่สายน้ำเดิม"

2. การรวบรวมข้อมูล ข้อมูลรวบรวมมาจากประสบการณ์ทางส่วนตัว จากเหตุการณ์การเลิกรา จากคู่รัก ความล้มเหลวทางการเรียนความกดดันของตัวเองในการคาดหวังไว้สูงจนเกินไป ข้อมูลจัดอยู่ในรูปแบบทางความทรงจำ ภาพกาลเวลาที่ถูกบันทึกผ่านตัวเองที่เชื่อมโยงต่อบุคคลที่ให้ความสำคัญ จนกลั่นกรองนำเรื่องราวความรู้สึก มาตีความสอดคล้องไปในหลักแห่งความจริงในธรรมชาติของโลก และของมนุษย์ จึงเกิดกระบวนการเชิงความหมายนัยยะสัญลักษณ์ลงสู่ผลงาน

3. การบันทึกภาพ บันทึกภาพจากตัวแบบซึ่งเป็นภาพตัวเอง แสดงออกถึงห้วงอารมณ์ การจัดท่าทางแสดงแสงเงาโดยบ่งบอกถึงความเศร้า ความโดดเดี่ยว และภาวะความอ่อนแรงต่อความทุกข์ที่ได้รับ รวมถึงภาพบรรยายภาคต้นหญ้าและวัตถุ เช่น ต้นหญ้า เรือ เป็นแรงบันดาลใจในการนำมาสร้างผลงานสอดคล้องกับแนวความคิด

4. ศึกษาข้อมูลเพิ่มเติม ศึกษาด้านทฤษฎีทางจิต รวมถึงข้อมูลเกี่ยวกับทางด้านศาสนาพุทธ เพื่อทำความเข้าใจ สภาวะทางอารมณ์ที่ก่อตัวขึ้นเหตุและผลในการเกิด เพื่อเป็นการเยียวยาสุภาพจิตตัวเอง รวมถึงศึกษาผลงานศิลปะในรูปแบบที่มีความคล้ายคลึงต่ออารมณ์ความรู้สึกที่เศร้าซึม จาก โทเนสส์และการจัดวางองค์ประกอบศิลป์ การใช้สัญลักษณ์บอกถึงอารมณ์ที่โดดเดี่ยวหม่นหมอง



ภาพที่ 20 ภาพข้อมูลในการร่างภาพสเก็ต
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน



1. ขั้นตอนกระบวนการสร้างสรรค์ กระบวนการภาพพิมพ์ร่องลึก เทคนิคภาพพิมพ์โลหะ

เทคนิคภาพพิมพ์โลหะ เป็นหนึ่งในกระบวนการภาพพิมพ์ร่องลึก โดยการใช้น้ำกรดกัดเซาะบนผิวแม่พิมพ์ เพื่อสร้างร่องรอย พื้นผิว ผ่านแผ่นสังกะสี โดยการเริ่มสร้างรูปแบบภาพร่างผลงานที่สมบูรณ์ ถ่ายทอดผ่านเทคนิคภาพพิมพ์ร่องลึก จึงขอยกกระบวนการของผลงาน “ห้วงอารมณ์แห่งจิต” ปีที่สร้าง พ.ศ. 2563 ขนาด 45 x 80 เซนติเมตร เป็นกรณีตัวอย่างขั้นตอนที่ใช้ในการสร้างผลงาน

1.1 วัสดุอุปกรณ์สร้างสรรค์ผลงาน ภาพพิมพ์ร่องลึก

1. แผ่นสังกะสี	Zinc Plates
2. กระดาษทรายน้ำเบอร์ 1,000-1,500-2,000	Waterproof Abrasive Paper
3. วานิชดำ	Black Varnish
4. เหล็กปลายแหลม	Scriber, Etching scriber
5. ทินเนอร์	Thinner
6. น้ำมันสน	Turpentine
7. น้ำยาล้างจาน	Dishwashing liquid
8. เศษผ้า	Remnant of cloth
9. พู่กัน	Paint brush
10. กรดไนตริกประสีว	Nitric acid
11. ผงเลือดมังกร	Dragon Blood Resin Extract
12. สีสเปรย์	Spray Paint
13. ดินสอไฮ	Dermatograph pencil
14. ตุ้โรยผงเลือดมังกร	Aquatint Box
15. เทปกระดาษกาวน้ำ	Gummed paper tape
16. ตะไบ	Rasp
17. กระดาษซับหมึก (กระดาษลอกลาย)	Tracing paper
18. หมึกพิมพ์	Etching Ink
19. อ่างไฟเบอร์	Fiber tub
20. กระดาษบรูฟ	Proof Paper
21. กระดาษสำหรับพิมพ์	Etching Paper (Fabriano)
22. เตาไฟฟ้า	Roaster
23. แท่นพิมพ์โลหะ	Etching Press
24. ผ้าสักหลาด	Printing felt
25. ลูกกลิ้งยาง	Rubber Roller
26. กระบอกฉีดน้ำแรงดัน, ฟ็อกกี้	Foggy
27. แผ่นพลาสติกใส	Clear plastic sheet
28. เทปกาว	Adhesive tape
29. เกียง	Scrapers

ภาพอุปกรณ์ในการสร้างสรรค์ผลงานภาพพิมพ์ร่องลึก



หมึกพิมพ์ (Etching Ink)

ผ้าสักกะหลาดสำหรับพิมพ์ (Printing Felt)

ภาพที่ 21 ภาพอุปกรณ์ทำงานเทคนิคภาพพิมพ์ร่องลึก

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน





กระดาษ ฟาบรียาโน่ (Fabriano)



กระดาษบรู๊ฟ (Proof paper)



กระดานไม้ใช้งาน (Wooden Board)



กรดดินประสิว (Nitric Acid)



วานิชดำ (Black Vanish)



อ่างไฟเบอร์ (Fiber Tub)

ภาพที่ 22 ภาพอุปกรณ์ทำงานเทคนิคภาพพิมพ์ร่องลึก
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน



ทินเนอร์และน้ำมันสน (Thinner and Turpentine)



น้ำยาล้างจาน (Dish Washing Liquid)



เทปกาวใช้น้ำ (Gummed paper tape)



กระดาษซับหมึก (Tracing paper)



ปากกา (pan)



พู่กัน (paintbrush)

ภาพที่ 23 ภาพอุปกรณ์ทำงานเทคนิคภาพพิมพ์ร่องลึก
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน



ลูกกลิ้ง()



สีสเปรย์ (Spray paint)



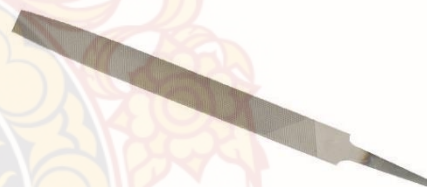
เตาไฟฟ้า (Roaster)



ไดร์เป่าผม (Hair dryer)



ดินสอสี (soft coloured pencils)



ตะไบ (Rasp)

ภาพที่ 24 ภาพอุปกรณ์ทำงานเทคนิคภาพพิมพ์ร่องลึก
ที่มา : ผู้เขียน



ผงเลือดมังกร(Dragon Blood Resin Extract) เหล็กปลายแหลม (Scriber, Etching scriber)



เกียง (Scraper)



แผ่นพลาสติกใส (Clear plastic sheet)



แปรงสี (Paint brush)



เศษผ้า (Remnant of cloth)

ภาพที่ 25 ภาพอุปกรณ์ทำงานเทคนิคภาพพิมพ์ร่องลึก

ที่มา : ผู้เขียน



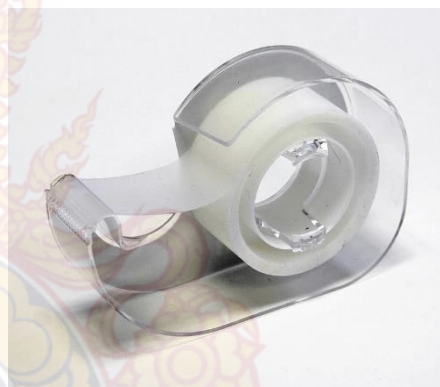
กระบอกฉีดน้ำแรงดัน, ฟ็อกกี้ (Foggy)



กระดาษทรายน้ำเบอ์ (Waterproof Abrasive Paper)



ตู้โรยผงเลือดมังกร (Aquatint)

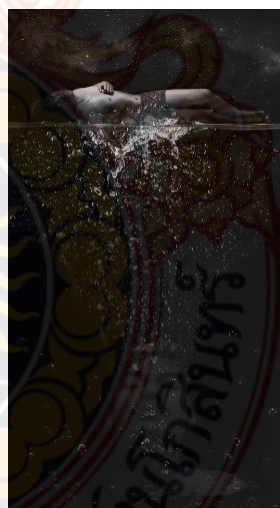


เทปกาว (Adhesive tape)

ภาพที่ 26 ภาพอุปกรณ์ทำงานเทคนิคภาพพิมพ์ร่องลึก
ที่มา : ผู้เขียน

1.2 ขั้นตอนการสร้างภาพร่าง

เมื่อได้แนวความคิดหลักแล้ว จึงพิจารณาคิดทบทวน ค้นหาข้อมูลทั้งในรูปของสภาพแวดล้อม หรือจากวัตถุรอบ ๆ ตัวที่ใกล้ซิด นำมาประมวลหาสิ่งที่เป็นประเด็นที่รู้สึกสนใจ เก็บเป็นข้อมูลและบันทึกไว้ เพื่อนำมาสร้างผลงานแยกออกไปในแต่ละชิ้น เพื่อที่จะแสดงรายละเอียดของความคิด อารมณ์ความรู้สึก ค้นหาความหมายในเชิงสัญลักษณ์ที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหา บันทึกข้อมูลด้วยการจดบันทึก ถ่ายภาพ หรือร่างภาพผลงานคร่าวๆ ด้วยดินสอ ลงบนกระดาษ จะขอยกตัวอย่างการสร้างภาพผลงานชิ้นที่ชื่อว่า หัวงอารมณ์แห่งสภาวะจิตหมายเลข 6 เริ่มจากหาข้อมูลและแนวความคิดที่มาจากสภาวะอารมณ์ข้างในของตัวเอง บันทึกภาพถ่ายด้วยกล้องถ่ายรูปดิจิทัลจากต้นแบบตัวเอง มีการจัดแสงให้ความรู้สึกถึงความเปลี่ยวเหงา และการวางท่าทางที่แสดงออกถึงความเหนื่อยล้าของร่างกาย เมื่อได้ภาพต้นแบบแล้ว จึงนำไฟล์ภาพไปทำการตัดต่อเพิ่มเติมตามแนวความคิดที่ได้ร่างไว้ ด้วยโปรแกรม Photoshop ในคอมพิวเตอร์ โดยการเพิ่มพื้นที่ของท้องฟ้าและในส่วนของฟองอากาศใต้น้ำ และเพิ่มแสงเงาเพื่อสร้างความรู้สึกถึงการจมดิ่งภายใต้มวลน้ำแห่งอารมณ์ เมื่อเสร็จสิ้นกระบวนการจึงทำการเซฟไฟล์ภาพเป็นไฟล์ เพื่อภาพที่คมชัดเมื่อถูกขยายใหญ่ลงสู่กระดาษ ที่จะทำการลอกต้นแบบลงสู่แม่พิมพ์ในขั้นตอนต่อไป ซึ่งในการสร้างสรรค์ผลงานภาพร่างนั้นได้แบ่งออกเป็น 2 ระยะด้วยกัน คือ ภาพร่างผลงานระยะก่อนศิลปินิพนธ์ และภาพร่างผลงานศิลปินิพนธ์ มีรายละเอียดภาพร่าง ดังนี้



ภาพที่ 27 ภาพขั้นตอนการสร้างภาพร่าง

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

ภาพร่างผลงานระยะก่อนศิลปินพจน์ (Sketch Terminal Project)

ในการสร้างสรรค์ภาพร่างระยะแรกได้ใช้วิธีการร่างภาพแบบปกติคือ ร่างภาพด้วยดินสอลงบนกระดาษ 100 ปอนด์ และลงน้ำหนักแสงเงา ลงสีด้วยสีไม้ ต้องการแสดงออกถึงสภาวะทางอารมณ์ที่ถูกเก็บซ่อนอยู่ภายใต้จิตใจ โดยใช้สัญลักษณ์แห่งสภาพแวดล้อมอันใกล้ตัวทางธรรมชาติเป็นตัวอธิบายความหมายแฝง นำเปรียบเทียบเหมือนการเปลี่ยนแปลง ประหนึ่งข้าพเจ้าจมอยู่ภายใต้การเปลี่ยนแปลง โดยมีนัยยะแห่งต้นหญ้าอันอ่อนไหวไปตามแรงลม คล้ายความรู้สึกภายในของอารมณ์ที่อ่อนไหว ท่ามกลางความมืดมิดและโดดเดี่ยว

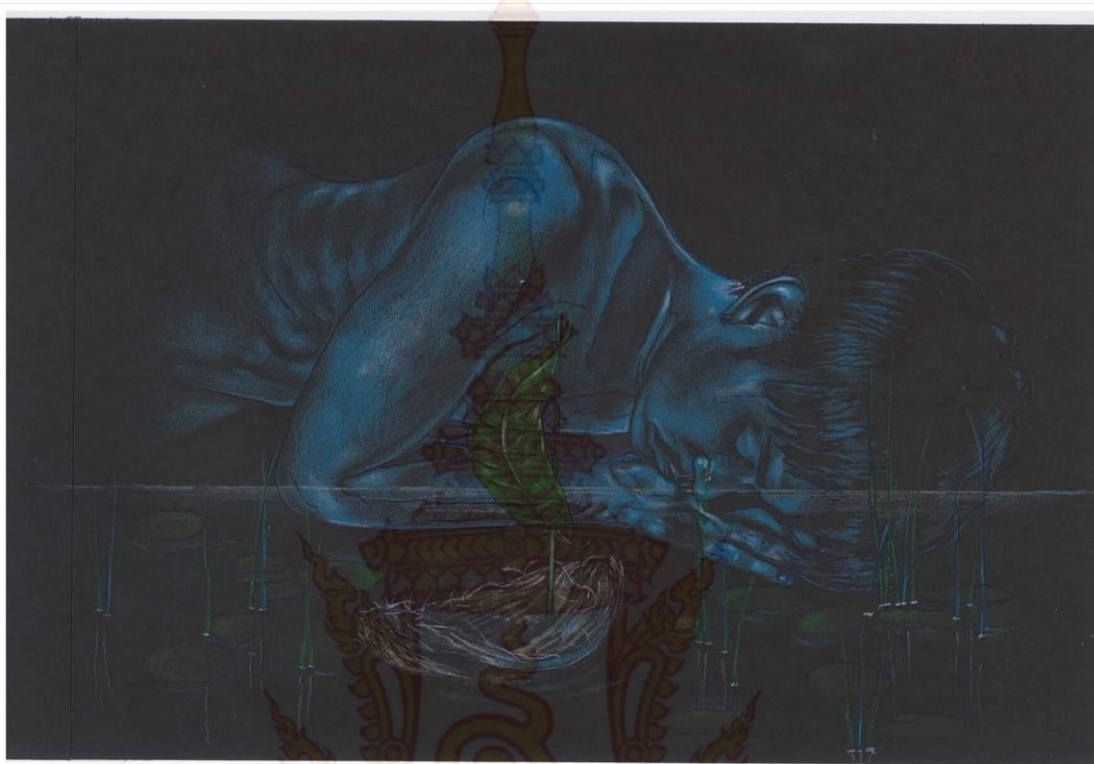
ภาพร่างผลงานระยะก่อนศิลปินพจน์หมายเลข 1



ภาพที่ 28 ภาพร่างผลงานก่อนศิลปินพจน์หมายเลข 1

ที่มา: ข้อมูลจากผู้เขียน

ภาพร่างผลงานระยะก่อนศิลปนิพนธ์หมายเลข 2



ภาพที่ 29 ภาพร่างผลงานก่อนศิลปนิพนธ์หมายเลข 2

ที่มา: ข้อมูลจากผู้เขียน



ภาพร่างผลงานระยะก่อนศิลปินพจน์หมายเลข 3



ภาพที่ 30 ภาพร่างผลงานก่อนศิลปินพจน์หมายเลข 3
ที่มา: ข้อมูลจากผู้เขียน



ภาพร่างผลงานระยะก่อนศิลปินพจน์หมายเลข 4



ภาพที่ 31 ภาพร่างผลงานก่อนศิลปินพจน์หมายเลข 4
ที่มา: ข้อมูลจากผู้เขียน



ภาพร่างผลงานระยะก่อนศิลปะนิพนธ์หมายเลข 5

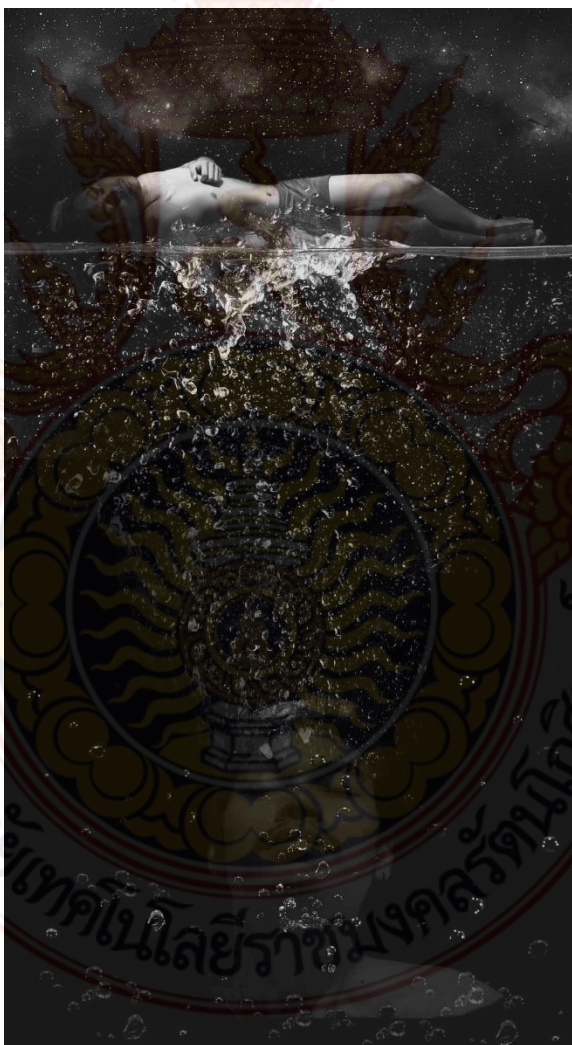


ภาพที่ 32 ภาพร่างผลงานก่อนศิลปะนิพนธ์หมายเลข 5
ที่มา: ข้อมูลจากผู้เขียน

ภาพร่างผลงานศิลปนิพนธ์ (Sketch Thesis Project)

ในการสร้างสรรค์ภาพร่างผลงานในช่วงศิลปนิพนธ์ เป็นการบันทึกภาพถ่ายด้วยกล้องถ่ายรูป ดิจิตอลจากต้นแบบตัวเอง มีการจัดแสงให้ความรู้สึกถึงความเปลี่ยวเหงา และการวางท่าทางที่แสดงออกถึงความเหนื่อยล้าของร่างกาย เมื่อได้ภาพต้นแบบแล้ว จึงนำไฟล์ภาพไปทำการตัดต่อเพิ่มเติมตามแนวความคิดที่ได้ร่างไว้ ด้วยโปรแกรม Photoshop ในคอมพิวเตอร์ โดยการเพิ่มพื้นที่ของท้องฟ้าและในส่วนของฟองอากาศใต้น้ำ และเพิ่มลดแสงเงาเพื่อสร้างความรู้สึกถึงการจมดิ่งภายใต้มวลน้ำแห่งอารมณ์ต้องการแสดงออกถึงสภาวะของการจมน้ำที่แทนความหมายของน้ำเปรียบดั่งอารมณ์ที่จมอยู่ด้วยความเหนื่อยล้าของความรู้สึกผิดหวังซ้ำแล้วซ้ำเล่า โดยให้บริบทของตัวข้าพเจ้าหลับตาพิจารณาอารมณ์ที่อยู่ภายใต้จิตใจ จนออกมาเป็นภาพร่างผลงานศิลปนิพนธ์ชุดนี้

ภาพร่างผลงานศิลปนิพนธ์หมายเลข 1



ภาพที่ 33 ภาพร่างผลงานศิลปนิพนธ์หมายเลข 1

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

ภาพร่างผลงานศิลปนิพนธ์หมายเลข 2



ภาพที่ 34 ภาพร่างผลงานศิลปนิพนธ์หมายเลข 2

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน



ภาพร่างผลงานศิลปนิพนธ์หมายเลข 3



1.3 ขั้นตอนการนำภาพร่างไปขยายใหญ่ด้วยเครื่องถ่ายภาพเอกสาร

เมื่อแบบร่างเสร็จสมบูรณ์นำไฟล์รูปภาพงานไปร้านขยายแบบเพื่อขยายงานเท่าขนาดของแม่พิมพ์โลหะ 50 x 90 เซนติเมตร และปรับต้นแบบให้กลับจากซ้ายเป็นขวา เพราะว่าเมื่อนำมาพิมพ์ผลงานจะได้ตรงตามต้นแบบที่กำหนดไว้ ขั้นตอนนี้เสร็จเรียบร้อยก็นำต้นแบบที่ถ่ายเอกสารมาแล้วนำไปลอกถ่ายลงบนแม่พิมพ์

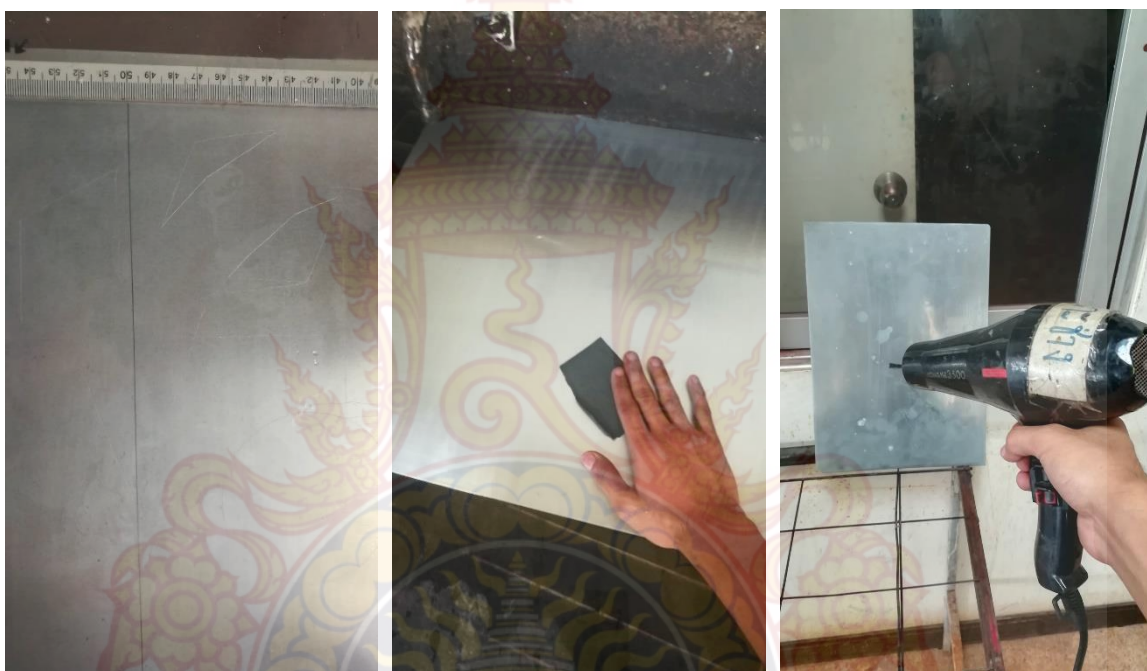


ภาพที่ 36 ขั้นตอนการขยายภาพร่าง
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

1.4 ขั้นตอนและกระบวนการสร้างสรรค์ผลงานเทคนิคภาพพิมพ์โลหะ

ขั้นตอนการเตรียมแม่พิมพ์

ขั้นตอนการเตรียมแม่พิมพ์แผ่นโลหะสังกะสี เพื่อทำการถ่ายแบบจากแผ่นขยายลงสู่แม่พิมพ์โลหะ เริ่มจากการวัดขนาดแผ่นโลหะให้ได้ขนาดตามที่กำหนด 50 x 90 เซนติเมตร ทำการขีดเส้นระบุตำแหน่งที่จะตัดแผ่นโลหะ นำแผ่นโลหะเข้าเครื่องตัดโลหะตามเส้นที่กำหนด เมื่อตัดเรียบร้อยแล้วจึงนำแผ่นโลหะมาทำความสะอาดโดยการขัดผิวหน้าแผ่นแม่พิมพ์ โดยใช้กระดาษทรายเบอร์ 1,000,1,500,2,000 ทำการขัดรวมกับน้ำเปล่า เพื่อขจัดสิ่งสกปรกและความมันที่ติดค้างอยู่ที่หน้าแผ่นโลหะ เสร็จแล้วนำไปเป่าไตร้อนให้แห้ง



ภาพที่ 37 ขั้นตอนการเตรียมแม่พิมพ์

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

1.5 ขั้นตอนการสร้างแม่พิมพ์ขั้นตอนการลอกลาย

นำวานิชดำผสมเข้ากับน้ำมันสน จนมีความเหลวมาก ใช้แปรงหน้ากว้างขนาด 5 นิ้ว จุ่มวานิชดำที่ผสมจนเหลวนำมาทาบนผิวหน้าแม่พิมพ์จนทั่วทั้งแม่พิมพ์ ทาให้เป็นแผ่นบาง ๆ เป็นเพียงชั้นฟิล์มเคลือบเท่านั้นเพื่อง่ายต่อการทำฮาร์ดกราว ปล่อยให้วานิชดำแห้งตัวจนติดผนังเข้ากับแม่พิมพ์ต่อมาเมื่อวานิชดำแห้งสนิท นำแบบที่ขยายจากร้านมาวางทาบบนแม่พิมพ์ให้แนบสนิทกับแผ่นแม่พิมพ์ให้มุมเท่ากันตามที่กำหนด จากนั้นติดเทปกาวยึดแบบกับแม่พิมพ์ตามมุมเพื่อไม่ให้แบบคลาดเคลื่อนออกไป นำปากกาชนิดเขียนหนังสือ เขียนกดทับตามเส้นแบบรูปภาพที่ได้ขยายมาเพื่อให้ร่องรอยจากการเขียน ถ่ายทอดไปยังแม่พิมพ์ซเมื่อทำการร่างภาพถ่ายแบบจนครบรายละเอียดตามแบบแล้ว แกะกระดาษแบบออกจนเห็นเพียงเส้นที่ปรากฏอยู่บนผิวหน้าของแม่พิมพ์

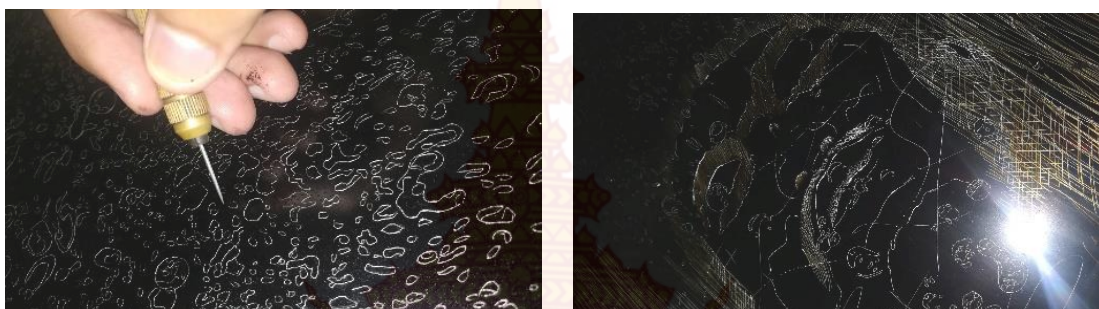


ภาพที่ 38 ขั้นตอนการลอกลาย

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

1.6 ขั้นตอนการฮาร์ดกราด (Hard Ground)

เป็นขั้นตอนการให้เหล็กแหลมขีดซ้ำบริเวณที่เส้นปากกาได้กวาดไว้ เพื่อเปิดทางให้เห็นพื้นผิวหน้าของแม่พิมพ์ชัดเจนขึ้น เมื่อขีดเสร็จปิดเศษสกปรกออก แล้วนำแม่พิมพ์ไปแช่ในน้ำกรด (ใช้น้ำกรดไนตริกในอัตราส่วน กรดไนตริก 1 ส่วน น้ำ 30 ส่วน) เมื่อเปิดผิวหน้าแม่พิมพ์ตามต้องการจนหมด โดยแช่ในอ่างพลาสติกที่ผสมน้ำกรดไว้ นำไปแช่น้ำกรดเป็นเวลา 10 นาที ครอบกำหนดเวลา ยกแม่พิมพ์ออกจากอ่างน้ำกรดและใช้น้ำเปล่าล้างทำความสะอาดแม่พิมพ์ เป่าให้แห้งโดยใช้ไดร์



ภาพที่ 39 ขั้นตอนการฮาร์ดกราด
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

1.7 ขั้นตอนการทำเรลียฟซิ่ง (Relief Etching)

เมื่อทำการกัดเส้นให้เกิดร่องลึกเรียบร้อยแล้ว ต่อมาจึงเข้าการพื้นผิวเพื่อให้ตัวงานมีความน่าสนใจ โดยสร้างพื้นผิวที่มีลักษณะคล้ายการไหลของน้ำ เพื่อสอดคล้องกับตัวชิ้นงานและอารมณ์กับแนวความคิด โดยทำการล้างวานิชดำ (Black Vanish) ออกบางส่วน ใช้น้ำมันสนเช็ดล้างออกในส่วนที่ต้องการสร้างพื้นผิว ในงานชิ้นนี้จะทำการสร้างพื้นผิวในส่วนพื้นหลังของตัวชิ้นงาน ทำการความสะอาดจนเห็นผิวเนื้อโลหะสะอาด นำสีอะคริลิก (Acrylic) สีขาว นำพู่กันผสมสีกับน้ำเปล่า คนให้เข้ากันจนเนื้อสีเหลวผสมไปกับน้ำ ใช้พู่กันจุ่มสีอะคริลิก (Acrylic) มาระบายลงบนผิวหน้าแม่พิมพ์จนทั่วพื้นหลัง ปล่อยให้แห้งสนิท เพื่อให้เกิดตะกอนของเนื้อสีจับตัวบนหน้าแม่พิมพ์ แล้วจึงนำแม่พิมพ์ไปแช่กรดในอ่างพลาสติก ทิ้งไว้เป็นเวลา 5 นาที แล้วยกขึ้นมาล้างน้ำเปล่า เป่าไดร์ให้แห้ง ทำกระบวนการเดิมซ้ำอีก 1 รอบ



ภาพที่ 40 ขั้นตอนการทำเรลียฟซิ่ง (Relief Etching)

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

1.8 ขั้นตอนการล้างแม่พิมพ์หลังจากการทำพื้นผิว

การล้างแม่พิมพ์ด้วย น้ำมันสน ทินเนอร์ และน้ำยาล้างภาชนะ (ซันไลน์) เพื่อล้างวานิชดำและคราบสิ่งตกปรกที่ติดตามแม่พิมพ์ออกจนหมด เพื่อเตรียมพร้อมสำหรับเทคนิคอะควาทินทีในขั้นต่อไป



ภาพที่ 41 ขั้นตอนการล้างแม่พิมพ์
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน



1.9 ขั้นตอนการทำเทคนิคอะควาทินท์ (Aquatint)

เทคนิคนี้เป็นเทคนิคที่สามารถสร้างน้ำหนักอ่อนแก่ในงานภาพพิมพ์โลหะได้ดี และสามารถสร้างบรรยากาศของภาพได้อย่างสมบูรณ์ ขั้นตอนเกิดจากการโรยผงฝุ่นของเลือดมังกรโรยบนหน้าแม่พิมพ์ ซึ่งผ่านกระบวนการทำ ดังนี้

1. ขั้นตอนต่อมาคือการโรยผงอะควาทินท์ โดยนำเอาก้อนเลือดมังกร มาทำการตำในครกหิน เพื่อให้ก้อนเลือดมังกรบดละเอียดเล็กลงจนเป็นผง เมื่อตำจนละเอียดแล้วนำผ้าตาข่ายรูเล็กขนาดเบอร์ผ้า 120 มาขึงให้ตึงเข้ากับภาชนะที่เป็นทรงกระบอก แล้วเทผงเลือดมังกรลงไป ทำการเขย่าเพื่อกรองผงฝุ่นเลือดมังกรที่เล็กเป็นผงหลุดรอดลงมาจากช่องตาข่าย ทำกระบวนการตำและกรองด้วยผ้าจนได้ผงฝุ่นมากพอสำหรับใช้ในการโรยในตู้โรยผงอะควาทินท์



ภาพที่ 42 ขั้นตอนการทำเทคนิคอะควาทินท์ (Aquatint)

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

2. นำผงที่ได้จากการกรองเอาแค่ฝุ่นละเอียดนำเข้าสู่โรยอะควาทินท์ ใช้เครื่องเป่าลม เป่าผงฝุ่นเพื่อให้ผงเลือดมังกรลอยขึ้นสู่อากาศ ทิ้งไว้ 15-50 วินาที แล้วจึงเปิดตู้โรยอะควาทินท์ นำแม่พิมพ์เข้าไปในตู้ เพื่อให้ฝุ่นเลือดมังกรตกลงบนพื้นผิวหน้าของแม่พิมพ์ ทิ้งไว้ 15-30 นาที ครบกำหนดเวลาจึงนำแม่พิมพ์ออกมาจากตู้อย่างเบามือมาพักคอยไว้ (ทำขั้นตอนนี้ 3-4 ครั้ง) ก็จะได้ผงอะควาทินท์ติดอยู่บนผิวหน้าของแผ่นแม่พิมพ์ที่โรยด้วยเลือดมังกรที่อัตราส่วนพอดี



ภาพที่ 43 ขั้นตอนการทำเทคนิคอะควาทินท์ (Aquatint)

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

3. เมื่อทำการโรยผงเลือดมังกรเสร็จแล้วขั้นตอนต่อไปคือการย่างแม่พิมพ์ คือ การให้ความร้อนขึ้นไปแม่พิมพ์เพื่อให้ผงเลือดมังกรละลายจนติดตลกผลึกเข้ากับผิวหน้าแม่พิมพ์ ทำการตัดเตาไฟฟ้าแล้วรอให้เกิดความร้อนจัด นำแม่พิมพ์มาวางบนตะแกรงอย่างเบามือ เพื่อไม่ให้ผงเลือดมังกรที่ลอยอยู่ด้านบนแม่พิมพ์กระจายตัว นำเตาไฟฟ้าเลื่อนเข้ามาใต้แม่พิมพ์เพื่อให้ความร้อน โดยการเลื่อนให้ทั่วแม่พิมพ์เป็นการอุ่นแม่พิมพ์ เพื่อป้องกันการบิดงอเมื่อแผ่นโลหะเจอความร้อน ต่อจากนั้นจึงทำการให้ความร้อนแก่แม่พิมพ์ไล่จากมุมด้านหนึ่งไปยังมุมอีกด้านหนึ่งจนทั่วทั้งแม่พิมพ์ และทำการวนมาให้ความร้อนซ้ำมุมเดิมอีกครั้งที่ 2 เป็นการย้ำให้ผงเลือดมังกรละลายติดกับแม่พิมพ์ทนต่อการโดนน้ำกรดกัดมากขึ้น เมื่อเสร็จกระบวนการปล่อยให้แม่พิมพ์หายร้อน รอกระบวนการต่อไป



ภาพที่ 44 ขั้นตอนการทำเทคนิคอะควาทินท์ (Aquatint)

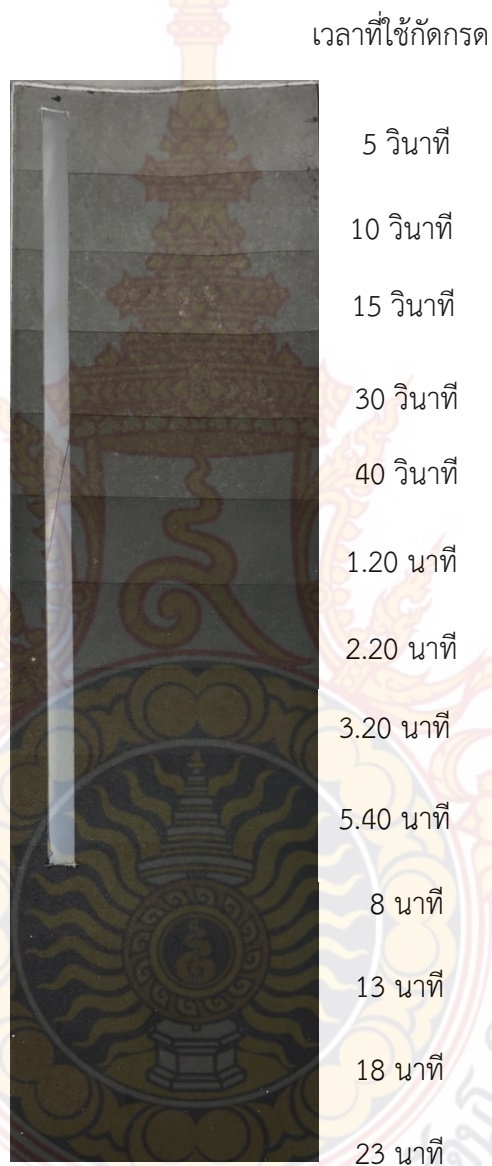
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

4. เมื่อเสร็จกระบวนการอย่างแม่พิมพ์ ต่อมาคือการเขียนดินสอไขหรือกั้นด้วยวานิชดำ เป็นการกั้นน้ำกรดไม่ให้ น้ำกรดกัดในส่วนที่เราต้องการไม่ให้กัดและเป็นการสร้างน้ำหนักที่ได้สร้างไว้ในภาพร่าง นำไปกัดกรดตามตารางเวลา ขั้นตอนนี้ละเอียดอ่อนมากดังนั้นจึงต้องทำชาร์จน้ำหนักสำหรับการเขียนน้ำหนักจากเทคนิคนี้



1.10 ขั้นตอนการเขียนไข

การเขียนน้ำหนักรด้วยดินสอไข เป็นตัวกั้นน้ำกรดไม่ให้กัดเซาะส่วนที่ต้องการน้ำหนัก ขาว เทาดำ ส่วนที่ไม่ต้องการให้น้ำกรดกัดก็ปิดวานิชดำ เนื่องจากวานิชดำจะเป็นตัวปิดกั้นน้ำกรดที่แน่นอนมากกว่าดินสอไข โดยการใช้ น้ำกรด 1 : 30 ทำให้เกิดน้ำหนักที่ต้องการ



ภาพที่ 45 แผ่นชาร์จน้ำหนัก
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

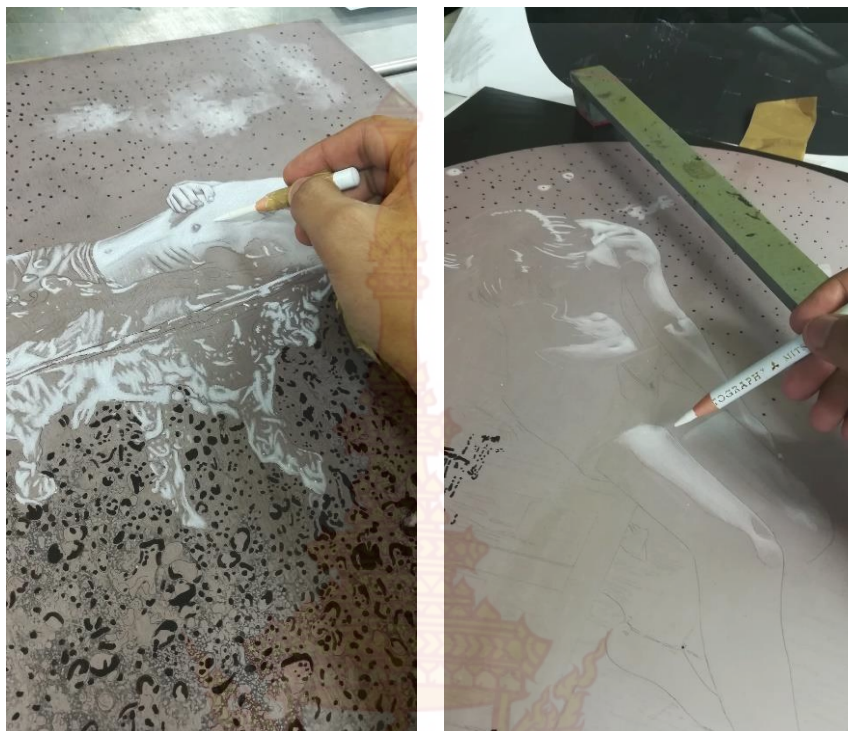
กรดไนตริกในอัตราส่วน 1:30 (กรด 1 ส่วน ต่อน้ำ 30 ส่วน)

ครั้งที่	เวลา / นาที	เวลารวมในแต่ละครั้งที่กัดกรด
1	0.5	0.05
2	0.5	0.10
3	0.5	0.15
4	0.15	0.30
5	0.10	0.40
6	0.40	1.20
7	1.00	2.20
8	1.00	3.20
9	2.20	5.40
10	8.00	25.00
11	3.20	8.00
12	5.00	13.00
13	7.00	18.00
14	7.00	23.00
15	7.00	30.00
16	23.00	1.00.00

ภาพที่ 46 ตารางแสดงเวลาที่ใช้กัดกรด

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน





ภาพที่ 47 ขั้นตอนการเขียนดินสอและนำไปกัดกรด
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

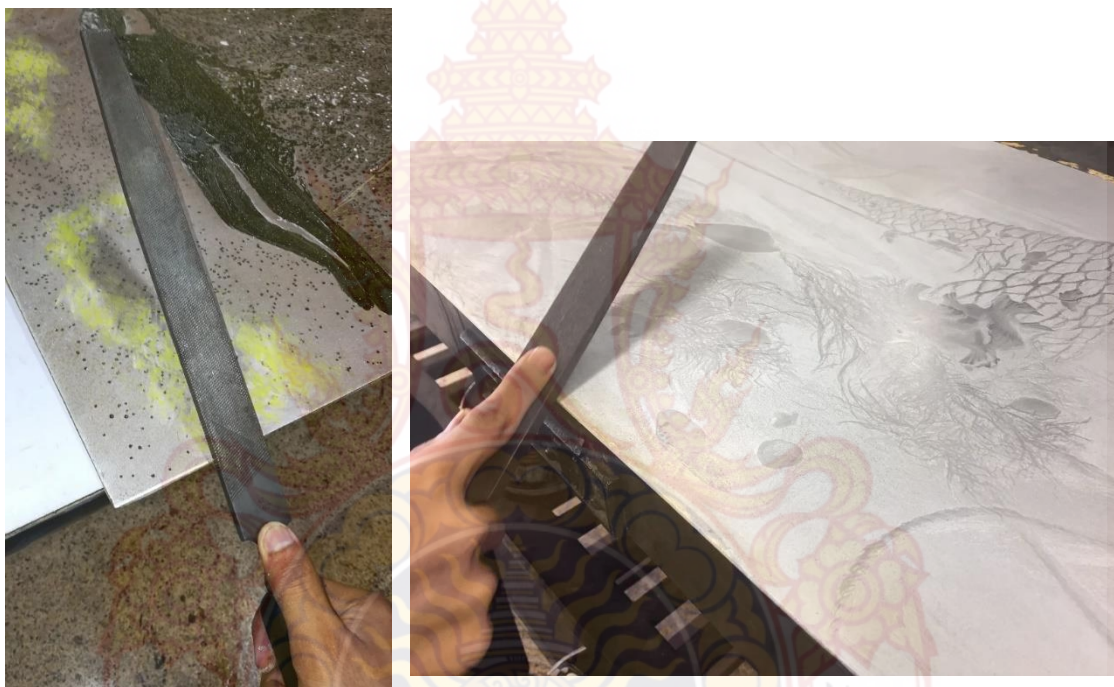
5. เมื่อเสร็จสิ้นกระบวนการเขียนดินสอไขแล้ว จึงทำการล้างทำความสะอาดแม่พิมพ์ ให้สะอาดด้วยน้ำมันสน ทินเนอร์และน้ำยาล้างภาชนะ (ซันไลน) จนแม่พิมพ์กลับมาสะอาดอีกครั้ง แต่สามารถสังเกตการเปลี่ยนไปจากก่อนหน้าที่แม่พิมพ์มีความเรียบลื่น แต่หลังจากผ่านกระบวนการข้างต้นแล้ว สามารถมองเห็นภาพของแม่พิมพ์ที่เกิดจากรูพรุนของผงเลือดมังกรได้ เมื่อทำความสะอาดจนเรียบร้อยนำไปเป่าไดร์ร้อนจนแห้งสนิท



ภาพที่ 48 การล้างทำความสะอาดเมื่อเขียนดินสอไขเสร็จ
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

1.11 ขั้นตอนการตะไบขอบแม่พิมพ์

การตะไบขอบของแม่พิมพ์ เป็นขั้นตอนหนึ่งที่ต้องทำก่อนที่จะนำผลงานเข้าแทนพิมพ์ โดยการ ใช้ตะไบเหล็กทำการตะไบทั้งสี่ด้านของแม่พิมพ์ ให้เอียงตะไบในระดับองศา 45 องศา เพื่อให้ขอบนั้น มีความมนลงเมื่อทำการพิมพ์ผลงานลงกระดาษจะไม่ทำให้ขอบโลหะที่มีความแข็งนั้นทำกระดาษที่มีความเปราะบางนั้นขาด และควรตะไบมุมของเหลี่ยมของแม่พิมพ์ให้มีความมน เพื่อไม่ให้เป็นอันตราย เวลาถ่ายย้ายผลงานไปจุดอื่น และยังทำความสะอาดขอบแม่พิมพ์ในส่วนที่เลอะสีเช็ดออกด้วยผ้าได้ง่าย



ภาพที่ 49 ขั้นตอนการตะไบขอบแม่พิมพ์

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

1.12 ขั้นตอนการอัดหมึกพิมพ์และการเซ็ดหมึกพิมพ์

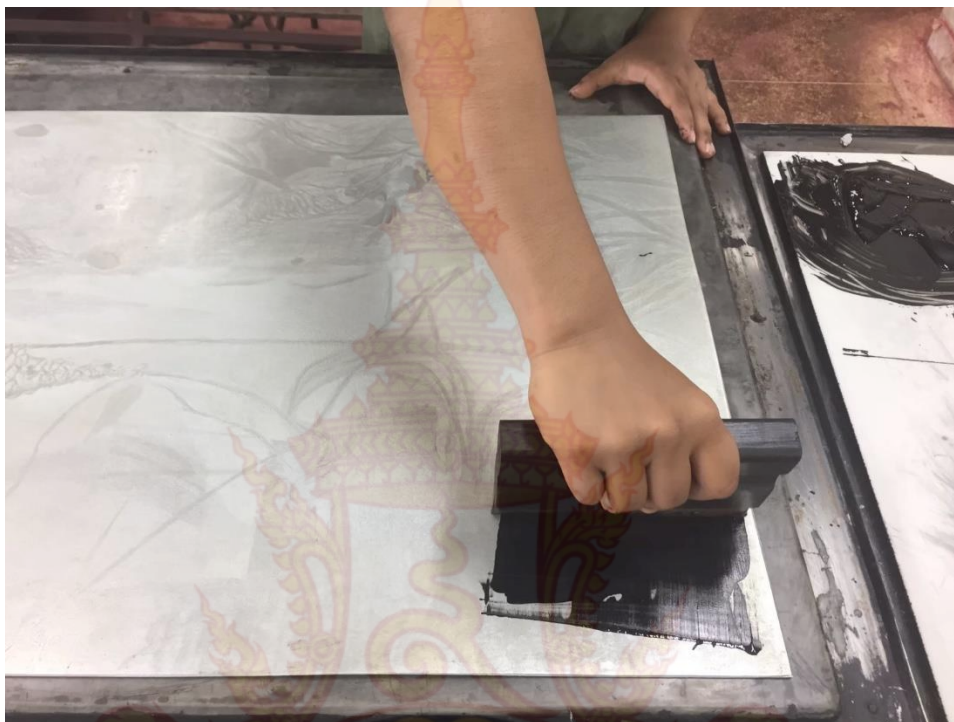
เมื่อเขียนน้ำหนักร ขาว เทา ดำ จนเสร็จ ทำการล้างแม่พิมพ์ เพื่อเตรียมสำหรับการพิมพ์บรู๊ฟ เพื่อดูน้ำหนักของผลงานทั้งหมด มีขั้นตอนดังนี้

1. ผสมหมึกพิมพ์สำหรับการพิมพ์ อัตราส่วนพอเหมาะกับการพิมพ์แต่ละครั้ง โดยใช้สีดำนำเอาจากกระปุกโดยใช้เกียงผสมสีตัก ใช้เกียงตีสีเพื่อให้เนื้อสีผสมเข้ากัน จากนั้นตักสีไปวางบนผิวหน้าแม่พิมพ์ ที่วางไว้บนโต๊ะพื้นราบ



ภาพที่ 50 ผสมหมึกพิมพ์สำหรับการพิมพ์
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

2. ใช้ยางปาดสีให้ทั่วแม่พิมพ์ จากนั้นใช้นิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้างเกลี่ยหมึกพิมพ์อัดสีลงไปบนผิวหน้าแม่พิมพ์ที่เป็นรูปพรุนจากการโดนน้ำกรดกัด วนให้ทั่วแม่พิมพ์ เพื่อให้แม่พิมพ์รับหมึกได้เต็มที่ น้ำหนักที่ออกมาจะได้ไม่เพี้ยนจากที่เรากำหนดไว้



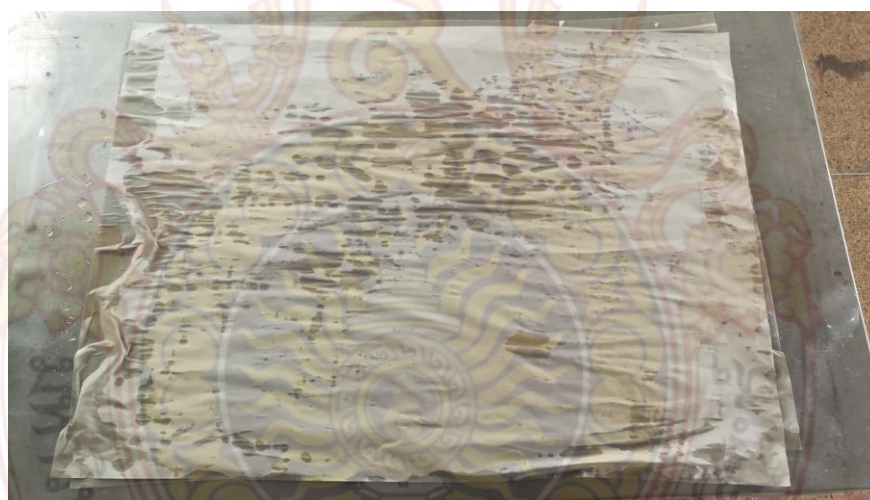
3. นำกระดาษบรูฟ มาวางแล้ววางทับไปที่แม่พิมพ์แล้วใช้ลูกกลิ้งซบดึงหมึกพิมพ์ที่เป็นส่วนเกินออกจากแม่พิมพ์ ทำเช่นนี้สามครั้งจนหมึกที่อยู่บนหน้าแม่พิมพ์นั้นลดน้อยลง ต่อด้วยการเช็ดด้วยผ้าซับใน ทำการม้วนเป็นลักษณะลูกประคบกลมๆ นำมาวนเช็ดหมึกส่วนเกินจนทั่วทั้งแม่พิมพ์จนหมึกลดน้อยลง ต่อด้วยกระดาษลอกลายหรือกระดาษไข ขั้นตอนนี้เพื่อต้องการให้หมึกพิมพ์ออกจากผิวหน้าแม่พิมพ์ควรเปลี่ยนกระดาษลอกลายหรือกระดาษไขบ่อย ๆ โดยวิธีการเช็ด ให้วางฝ่ามือลงบนแผ่นกระดาษลอกลายหรือกระดาษไข เช็ดวนไปในทิศทางเดียวกัน เช็ดให้สะอาดจนไม่ปรากฏสีหมึกพิมพ์อยู่บนแม่พิมพ์ ส่วนที่หมึกพิมพ์จะเหลือคือส่วนที่อยู่ในรูพรุนที่เกิดจากการกัดกรุด



ภาพที่ 52 ขั้นตอนการเช็ดหมึก
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

1.13 ขั้นตอนการทำกระดาษขึ้น

นำกระดาษสำหรับพิมพ์ กระดาษฟาเบรียโน (Fabriano) วางบนแผ่นพลาสติกใส ใช้กระบอกลูกปืนฉีดน้ำแรงดัน ฉีดน้ำให้ทั่วทั้งด้านหน้า ด้านหลัง ปิดด้วยแผ่นพลาสติกใสด้านบน เพื่อไม่ให้กระดาษโดนอากาศ ซึ่งจะทำให้กระดาษแห้งและไม่พร้อมสำหรับการพิมพ์ในขั้นตอนต่อไป (ขั้นตอนนี้กระดาษควรชุ่มน้ำอย่างน้อย 30 นาที ก่อนนำเข้าสู่กระบวนการพิมพ์) ต่อมาทำการซับน้ำออกจากกระดาษ นำกระดาษขึ้นมาจากการแช่น้ำ แล้วใช้กระดาษปูลูฟขนาด A0 มากางแผ่ทับไปที่กระดาษ แล้วใช้ฝ่ามือลูบกระดาษ เพื่อเป็นการซับน้ำที่ขังอยู่ในกระดาษออกจนเหลือเพียงความชื้นที่อยู่ในเยื่อกระดาษเท่านั้น



ภาพที่ 53 ขั้นตอนการทำกระดาษขึ้นและกราช้บกระดาษ
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

1.4 ขั้นตอนการพิมพ์แทนพิมพ์

1. กำหนดเครื่องหมายบอกตำแหน่งการพิมพ์ เพื่อบอกตำแหน่งแม่พิมพ์ และกระดาษพิมพ์ให้อยู่ตรงกลางแผ่นเพลตแทนพิมพ์
2. วางแผ่นแม่พิมพ์ที่ทำการอัดหมึกพิมพ์และเช็ดเรียบร้อยแล้ว ให้หงายแม่พิมพ์ด้านที่ถูกอัดหมึกพิมพ์ไว้ วางลงบนแผ่นเพลตแทนพิมพ์



ภาพที่ 54 ขั้นตอนการพิมพ์
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

3. นำกระดาษสำหรับพิมพ์ ที่ผ่านการทำขึ้นกระดาษไว้แล้ว 30 นาที และซับน้ำจนเหลือเพียงความชื้น วางทับลงบนแม่พิมพ์ให้ตรงตำแหน่งที่กำหนดไว้ ตามด้วยกระดาษปรู๊ฟ 2 แผ่น วางทับกระดาษพิมพ์ และสุดท้ายตามด้วยแผ่นสีกหลายวางทับกระดาษปรู๊ฟอีกทีหนึ่ง



4. ปรับน้ำหนักของแท่นพิมพ์ให้อยู่ในระดับ 7.4 ทั้งสองด้าน หมุนลูกกลิ้งแท่นพิมพ์ เพื่อให้ลูกกลิ้งแท่นพิมพ์กดทับบนแม่พิมพ์ และหมึกที่อัดอยู่ในร่องถูกความชื้นของกระดาษดึงหมึกพิมพ์ขึ้นมา หมุนลูกกลิ้งแท่นพิมพ์ให้เคลื่อนที่จากด้านหนึ่งไปอีกด้านหนึ่งจนสุดแผ่นลงเบสเพรตของแท่นพิมพ์



ภาพที่ 55 ขั้นตอนการพิมพ์แท่นพิมพ์

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

5. เมื่อทำการหมุนแท่นพิมพ์จนสุดแผ่นเพลตจึงทำการคลายล็อกมือจับแท่นพิมพ์ เลื่อนแผ่นเพลตกลับเข้าตำแหน่งเดิม แล้วจึงม้วนแผ่นสีกหลายยกออก ยกแผ่นกระดาษปรู๊ฟออก แล้วจึงค่อยๆ ยกแผ่นผลงานออกจากตัวแม่พิมพ์อย่าเบามือ จนเห็นภาพที่ปรากฏบนกระดาษเป็นผลงานที่กลับด้านซ้าย-ขวา มาตรงตำแหน่งภาพต้นแบบ



ภาพที่ 56 ขั้นตอนการหมუნแทนพิมพ์เสร็จสิ้น
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน



1.15 ขั้นตอนการติดเทพกาวน้ำ

เนื่องจากการพิมพ์เทคนิคภาพพิมพ์โลหะ กระจกที่พิมพ์ต้องชุ่มน้ำ หลังจากการพิมพ์เสร็จแล้ว ถ้าปล่อยให้แห้งเองตามธรรมชาติกระจกจะไม่เรียบ อาจทำให้ผลงานเสียหายได้ ดังนั้นหลังจากพิมพ์ให้นำกระจกที่พิมพ์เสร็จแล้วออกจากแท่นพิมพ์ วางบนแผ่นไม้ที่มีความเรียบ โดยวางหงายผลงาน ขึ้น จัดตำแหน่งให้อยู่กึ่งกลางกระดานไม้ ฉีดน้ำลงบนเทพกาวน้ำ กางออกเป็นเส้นติดรอบกระจกที่พิมพ์ผลงานมาทั้ง 4 ด้าน ติดขอบกระจกระหว่างขอบกระจกกับเนื้อไม้อย่างละครึ่ง เมื่อกระจกแห้งสนิทกระจกฟาเบียโนจะเรียบตึง (เพื่อให้กระจกเรียบตึงนานที่สุดควรติดไว้อย่างน้อย 3 วัน หรือ 1 อาทิตย์ จะดีมาก)



ภาพที่ 57 ขั้นตอนการซึ่งกระจกผลงานที่พิมพ์
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

1.16 ขั้นตอนการตัดกระดาษและการเซ็นชื่อกำกับผลงานที่พิมพ์

เมื่อกระดาษที่ซึ่งติดกับกระดาษแห้งสนิทแล้วจึงทำการตัดกระดาษผลงานออกโดยการใช้ไม้บรรทัดวัดจากตัวขอบผลงานออกมาความห่าง อย่างต่ำ 5 เซนติเมตร วัดจนครบ 4 มุม โดยการวัดด้วยดินสอ จากนั้นนำไม้บรรทัดทาบตามตำแหน่งแล้วใช้คัตเตอร์ กรีดกระดาษจนขาดครบทั้ง 4 ด้าน นำผลงานที่ได้ มาวางไว้บนโต๊ะพื้นราบ แล้วทำการเซ็นชื่อกำกับใต้ผลงานด้วยดินสอ 2B เสร็จสิ้นกระบวนการทั้งหมด



ภาพที่ 58 ขั้นตอนการตัดกระดาษและการเซ็นชื่อกำกับผลงานที่พิมพ์
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน



ภาพจิตร หมายเลข 6 เทคนิค Etching

ขนาด 50 x 90 เซนติเมตร ปีที่สร้าง พ.ศ.2563

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

บทที่ 4

การวิเคราะห์และการพัฒนาผลงาน

การสร้างสรรคผลงานระยะศิลปนิพนธ์ “ห้วงอารมณ์แห่งสภาวะจิต” การสร้างสรรคของข้าพเจ้านั้นได้นำเสนอ สภาวะของห้วงอารมณ์ของดวงจิตที่เกิดความทุกข์ขึ้นในช่วงหนึ่งของชีวิตที่พบเจอกับประสบการณ์ของความผิดหวัง ความเศร้า ความกดดัน โดดเดี่ยวและสับสน เข้าครอบงำในทางความคิดความรู้สึกเป็นความทุกข์ ที่ต้องการใช้พื้นที่ว่างในการใช้สติแห่งสติปัญญา พิจารณาสิ่งที่เกิดขึ้นเพื่อคลี่คลายปมปัญหาแห่งอดีตอันฝังตัวตกลึก อยู่ภายใต้ดวงจิตใต้สำนึก เป็นการค้นหาโลกภายในของจิตใจเบื้องลึก ผ่านศิลปะซึ่งเป็นเครื่องมือทางจิตวิญญาณ ที่ช่วยนำไปสู่ความเข้าใจ ถ่ายทอดความหมาย นัยยะ สัญลักษณ์ แทนคำวัตถุที่ปรากฏบนผลงานด้วยสิ่งของจากความทรงจำ จากประสบการณ์ที่ได้รับการสัมผัสจากทั้งทางกายและทางจิตใจ เพื่อเป็นการสังเกต ฝ้าดู การเคลื่อนที่เปลี่ยนแปลงทางความรู้สึกอารมณ์ที่เกิดขึ้น และเป็นการเปิดพื้นที่ได้ซ่อมแซมบำบัดเยียวยา สภาวะจิตตนเองให้ดีขึ้น



การสร้างสรรค์ผลงานระยะก่อนศิลปนิพนธ์ (Terminal project)

ภาคการศึกษาที่ 1 ปีการ ศึกษา 2563

ผลงานระยะก่อนศิลปนิพนธ์หมายเลข 1

ข้าพเจ้าต้องการสื่อถึงความรู้สึกที่ซ่อนอยู่ภายในจิตใจของข้าพเจ้า โดยสร้างรูปทรงของข้าพเจ้าที่อยู่ในบริบทของผู้ที่กำลังนอนหลับไหล โดยใช้โครงสร้างเส้นแนวนอนเพื่อแสดงความรู้สึกถึงการพักผ่อน เจริญ สงบ กำลังจมดิ่งอยู่ในน้ำนิ่ง ใช้สีฟ้ากับรูปทรงซึ่งให้ความรู้สึกถึงความโดดเดี่ยว ความเศร้า โดยมีส่วนประกอบของธรรมชาติมาเน้นเนื้อหาผ่านต้นหญ้าและใบบัว โดยใช้เส้นโค้งของริ้วใบหญ้าแสดงความอ่อนไหวของจิตใจ ซึ่งประสานเข้ากับเส้นรูปทรงแนวนอนของตัวรูปทรงหลักที่เป็นลักษณะโค้งลื่นไหล ใช้สีข้างเคียงในวงจรัสเขียวและสีฟ้าสร้างความกลมกลืนเพื่อให้เกิดความมีเอกภาพของสี และความกลมกลืนทางอารมณ์ที่แผ่ความทุกข์ ระทมอันเยือกเย็นเปล่าเปลี่ยว มีการวางองค์ประกอบแบบอสมมาตร แต่ยังคงมีความสมดุล ใช้พื้นที่ว่างสอดคล้องไปกับเนื้อหาความอ้างว้างและลึกลับ ใช้สีบรรยากาศเป็นสีดำเพื่อขับเน้นรูปทรงให้เด่นชัดและแสดงถึงความลึกลับภายในจิตใจของข้าพเจ้า



ชื่อผลงาน : ห้วงอารมณ์แห่งสภาวะจิต หมายเลข 1

ขนาด : 70 x 100 cm.

เทคนิค : woodcut

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

ผลงานระยะก่อนศิลปินพจน์หมายเลข 2

ในส่วนของชั้นที่ 2 ยังคงรูปแบบอยู่กับรูปทรงตามธรรมชาติ รูปแบบยังคงใกล้เคียงกับชั้นที่ 1 แต่มีการเพิ่มแสงตัดทอนสัญลักษณ์ให้เข้ากับเนื้อหาทางอารมณ์ รูปทรงแทนตัวข้าพเจ้าเองซึ่งยังคงนอนหลับไหลอยู่บนผิวน้ำที่นิ่งสงบ ใช้สีฟ้าเพื่อสร้างปริมาตรให้แก่รูปทรงเพื่อสร้างอารมณ์สงบ เยียบ และซึมเศร้า มีการเพิ่มรูปทรงของเรือกาบมะพร้าวซึ่งแทนความหมายของอดีตที่กำลังล่องลอยอยู่เหนือผิวน้ำและกำลังจากไป ใช้เส้นคลื่นของริ้วน้ำเพื่อแสดงถึงการเคลื่อนที่ออกไป มีการวางจังหวะของใบบัวที่ปริ่มน้ำเพื่อไม่ให้พื้นที่ดูขาดสมดุลจนเกินไป ยังคงใช้สีเดียวกับสีฟ้าเพื่อความประสานและกลมกลืนของรูปทรงให้เข้ากันและเชื่อมโยงเข้ากับเนื้อหา มีการไล่น้ำหนักอ่อนแก่และแสงสว่างในบางจุดเพื่อขับเน้นรูปทรง การจัดวางยังคงอยู่ในระนาบแนวนอนเพื่อแสดงถึงความนิ่งสงบ และอารมณ์ภายในจิตใจ



ภาพที่ 61 ผลงานระยะก่อนศิลปินพจน์หมายเลข 2

ชื่อผลงาน : ห้วงอารมณ์แห่งสภาวะจิต หมายเลข 2

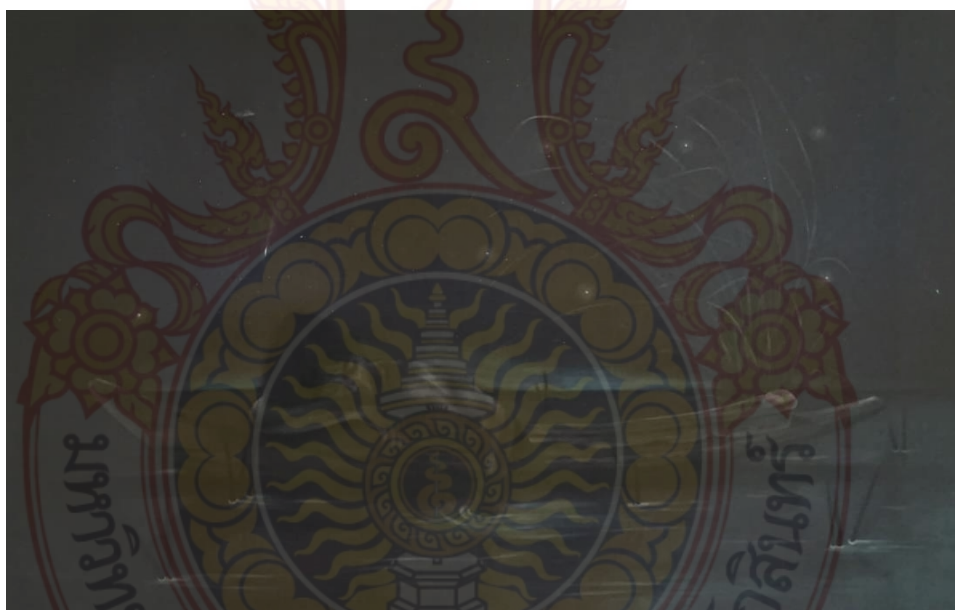
ขนาด : 50 x 70 cm.

เทคนิค : Etching

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

ผลงานระยะก่อนศิลปินพจน์หมายเลข 3

ชั้นที่ 3 มีการปรับและเพิ่มเติมในส่วนของสัญลักษณ์และองค์ประกอบ แต่ยังคงใช้งานรูปทรงตามธรรมชาติวางโครงสร้างในแนวนอน มีการเพิ่มเติมเรือที่ลอยอยู่บนผิวน้ำ ให้ความหมายถึงเรือเป็นพาหนะที่สามารถพาตัวเราที่กำลังเกาะกอบเรือด้วยความเหนื่อยล้าจากการจมอยู่กับความทุกข์ เป็นจิตใต้สำนึกของการต้องการสิ่งช่วยเหลือ ให้นำไปสู่จุดหมายโดยอยู่เหนือสภาวะทางอารมณ์ ซึ่งแทนเรือเป็นจิตใจที่จะพาเราล่องไปหาจุดหมายใหม่ท่ามกลางความอ้างว้างแห่งห้วงน้ำทางอารมณ์ ไกลออกไป ยังใช้รูปทรงของใบหญ้าที่ลู่ลมแสดงถึงความอ่อนไหว มีความหมายเดียวกับงานชั้นที่ 1 เหนือห้วงน้ำยังคงเห็นจิ้งหะระลอกของสะเก็ดดาวที่เป็นจุดดำเ็นอยู่ทั่วท้องฟ้า และมีดาวหางที่กำลังตกลงมาจากท้องฟ้า ต้องการสื่อว่าดวงดาวเป็นดั่งแสงสว่างและเครื่องช่วยนำทางแก่ข้าพเจ้า ดังเช่นชาวประมงในอดีตที่ออกเรือไปสู่ทะเลลึกและอาศัยดวงดาวเป็นเครื่องนำทาง มีการสร้างเอกภาพจากการสร้างน้ำหนักแสงเงาให้เกิดความกลมกลืน นุ่มนวลแผ่กระจายหายไปในความลึกลับของภาพ ใช้โทนสีดำกับน้ำเงินเพื่อเพิ่มความรู้สึกที่นิ่งสงบ ความอ่อนล้าและอ้างว้าง และความลึกลับให้กับตัวงาน ผสานเข้ากับเนื้อหาภายในจิตใจ



ภาพที่ 62 ผลงานระยะก่อนศิลปินพจน์หมายเลข 3

ชื่อผลงาน : ห้วงอารมณ์แห่งสภาวะจิต หมายเลข 3

ขนาด : 50 x 80 cm.

เทคนิค : Etching

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

ผลงานระยะก่อนศิลปะนิพนธ์หมายเลข 4

ชั้นที่ 4 มีการพัฒนารูปแบบเพิ่มมากขึ้น มีการวางองค์ประกอบอยู่ในรูปทรงเลขาคณิตวงกลม โดยยังมีประธานเป็นตัวข้าพเจ้ายืนหันหลังอยู่ในน้ำ ซึ่งมีส่วนที่ขาดหายไปบริเวณลำตัวแทนความรู้สึกที่ขาดหายว้าวแหงไป และใช้สัญลักษณ์เรือกาบมะพร้าว 2 ลำที่บรรทุกดอกไม้เพื่อสื่อถึงความรัก ความสัมพันธ์ในอดีตที่ยังคงลอยวนเวียนผ่านความรู้สึกและตัวของข้าพเจ้า ในส่วนของท้องฟ้ายังคงใช้หมู่ดาวซึ่งสื่อความหมายถึงการปรากฏตัวของแสงแห่งอดีต เมื่อตัวผลงานอยู่ในรูปทรงของวงกลมจึงมีความเอกภาพ จากการจัดวางตัวประธานให้อยู่กึ่งกลางและเรือกาบมะพร้าว 2 ลำเป็นตัวสร้างความสมดุลให้กับงาน มีเส้นริ้วของน้ำที่แสดงความเคลื่อนไหวอย่างเจียบ ๆ เกิดขึ้นภายในงาน มีการใส่แสงและเงาที่ตัดกันรุนแรงเพื่อแสดงอารมณ์ความรู้สึกเนื้อหาของตัวงานที่มีความทุกข์และความเจ็บปวดซ่อนอยู่ มีการสร้างความผสมกลมกลืนของโทนสีฟ้าและสีน้ำเงินของน้ำ ให้เกิดการผสมกลมกลืนซึ่งกันและกัน จึงมีความเอกภาพเกิดขึ้นในตัวงาน และสร้างพื้นที่ว่างให้ความรู้สึกถึงความอ้างว้างเข้ากับเนื้อหาของงาน



ภาพที่ 63 ผลงานระยะก่อนศิลปะนิพนธ์หมายเลข 4

ชื่อผลงาน : ห้วงอารมณ์แห่งสภาวะจิต หมายเลข 4

ขนาด : 50 x 50 cm.

เทคนิค : Etching

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

ผลงานระยะก่อนศิลปะนิพนธ์หมายเลข 5

ผลงานชิ้นที่ 5 นี้ มีองค์ประกอบ (Composition) เน้นจุดเด่นวางอยู่กลางภาพเพื่อสร้างเอกภาพโดยรวมให้กับผลงาน เป็นรูปทรงของตัวเองยื่นหันหลังเปิดพื้นที่ว่าง (Space) แสดงความหมายของความเว้าแหว่งทางความรู้สึก มีการใช้สัญลักษณ์ของดอกกุหลาบ อันหมายถึงความรักที่เก็บซ่อนไว้ในความรู้สึก สร้างแสงและเงาเพื่อให้ความกลมกลืน ของวัตถุได้เชื่อมเข้าหากันและจุด (Point) ของดวงดาวที่ประกายแสงแห่งอดีตสร้างจังหวะให้กับตัวผลงาน เส้นริ้วน้ำวนแสดงถึงการเคลื่อนไหว สอดคล้องกับความทรงจำที่ยังคงวนเวียนผ่านกาลเวลา ปล่อยพื้นที่ว่าง แสดงความโดดเด่น และความเหงาอันอ้างว้าง กับเส้นดาวตกที่วิ่งเป็นโค้งตกลง ให้ความรู้สึกถึงความอ่อนล้า และสงบนิ่ง ใช้โทนสีดำกับฟ้าให้ความรู้สึกที่นุ่มนวลเป็นความฝันในจินตนาการที่รู้สึกเศร้าและเจ็บปวด



ภาพที่ 64 ผลงานระยะก่อนศิลปะนิพนธ์หมายเลข 4

ชื่อผลงาน : ห้างอารมณ์แห่งสภาวะจิต หมายเลข 5

ขนาด : 51 x70 cm.

เทคนิค : Etching

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

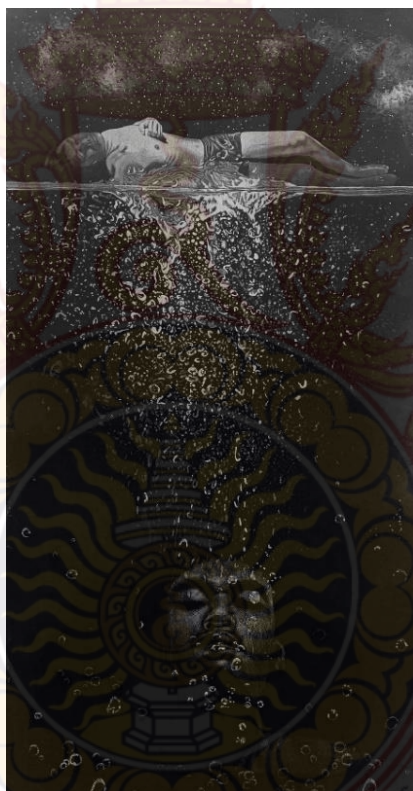
การสร้างสรรค์ผลงานศิลปนิพนธ์ (Thesis) ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563

การสร้างสรรค์ผลงานศิลปนิพนธ์ “ห้วงอารมณ์แห่งสภาวะจิต” ในส่วนของระยะศิลปนิพนธ์ มีการพัฒนารูปแบบ เพิ่มมิติของตัวผลงานให้ผสานสอดคล้องกับเนื้อหาแนวความคิดมากที่สุด สดการใช้สีลงมีเพียงสีขาวและดำ ตัดทอนรายละเอียดที่ไม่จำเป็นออกไป คงเหลือไว้ซึ่งรูปทรงที่ต้องการ สื่อสารทางอารมณ์ความรู้สึกที่ชัดเจน แสดงความทุกข์ การกดดัน ความเศร้าและสภาวะจิตภายใน แสดงความตรงไปตรงมาของสัญลักษณ์แทนค่าความหมายทางสากล แต่ยังคงนัยยะทางธรรมชาติที่แฝงความหมาย ผสานรูปทรงกลมกลืนเข้ากับสภาพแวดล้อมและบรรยากาศ เพื่อบ่งบอกเชิงความหมายแห่งธรรมที่แฝงซ่อนอยู่



ผลงานศิลปนิพนธ์หมายเลข 1

ผลงานชิ้นนี้มีให้เรื่องของความทุกข์สภาวะทางอารมณ์ที่ถูกขังซ่อนไว้ ต้องการแสดงออกถึงสภาวะของการจมน้ำที่แทนความหมายของน้ำเปรียบดั่งอารมณ์ที่จมอยู่ด้วยความเหนียวล้าของความรู้สึก โดยหลับตาพิจารณาอารมณ์ที่อยู่ภายใต้จิตใจ มีการวางโครงสร้างทางดุลยภาพ (Balance) ของเส้นที่มองไม่เห็น (Structural line) ในลักษณะของตัวอักษรภาษาอังกฤษตัว T ซึ่งเป็นโครงสร้างคล้ายกับไม้กางเขน แสดงในนัยยะถึงการจ้องจำในสภาวะจิต โดยการใช้รูปทรง (Form) ของตัวเอง แสดงอารมณ์ผ่านการจัดวางท่าทาง ที่เหนียวล้าและใบหน้าที่อยู่ใต้น้ำ สร้างน้ำหนักอ่อนแก่ของแสงและเงา (Tone) ไปในทางบรรยายภาคมืดดำให้ความรู้สึกที่ลึกลับมีเพียงแสงอ่อนๆ ตกกระทบสู่ใบหน้าใต้น้ำเท่านั้น เพื่อบ่งบอกความแน่นชัดว่ารูปทรงได้จมอยู่ใต้ผิวน้ำและมีการสร้างพื้นที่ว่าง (Space) ให้ความรู้สึกถึงอารมณ์อันถูกเก็บซ่อนไว้ ในความอ้างว้างโดยมีจังหวะ (Rhythm) ฟองอากาศและจุด (Point) ของควงดาวบนฟ้ามีการซ้ำอย่างมีเอกภาพ สร้างการเชื่อมต่องานเข้าสู่อันให้ความรู้สึกถึงการเคลื่อนไหวภายในผลงาน



ภาพที่ 65 ผลงานศิลปนิพนธ์หมายเลข

ชื่อผลงาน : ห้วงอารมณ์แห่งสภาวะจิต หมายเลข 6

ขนาด : 50 x 90 cm.

เทคนิค : Etching

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

ผลงานศิลปนิพนธ์หมายเลข 2

ต้องการแสดงออกถึงสภาวะอารมณ์ของตัวเองที่ได้รับความทุกข์ความสับสนที่แบกรับเอาความรักที่ผิดหวังเจ็บปวดเอาไว้ โดยแทนด้วยดอกกุหลาบ ภายใต้มวลน้ำความทรมานอันสับสนทางอารมณ์ของตัวเอง ภายในโลกวงที่วนเวียนไม่มีสิ้นสุด มีการวางองค์ประกอบ (Composition) ภายในรูปร่าง (shape) วงกลมใช้รูปทรง (Form) ของตัวเองอยู่ในพื้นที่ของผลงานส่วนใหญ่ทำให้เกิดความมีเอกภาพของผลงานโดยรวม มีการให้พื้นที่ว่าง (Space) น้อยเพื่อต้องการสร้างความรู้สึกที่อัดอัดเพื่อสอดคล้องกับแนวคิด ของการแบกรับความทุกข์ สร้างนัยยะจากดอกกุหลาบที่วางอยู่บนฝ่ามือนั้นแบกรับการยึดติด ความรักความเจ็บปวด ของรักที่ผิดหวัง เน้นน้ำหนักอ่อนแอก (Tone) ในบางจุดของรูปทรงที่มีการซ้อนทับกัน แสดงถึงตัวตนความคิดที่สับสนของตัวเองเป็นความทุกข์ทางสภาวะอารมณ์ที่ต้องแบกรับ สร้างจังหวะลีลา (Rhythm) จากฟองอากาศใต้น้ำเพื่อให้ความรู้สึกถึงการเคลื่อนไหว และเชื่อมต่อกับภาพรวมของผลงานเข้าสู่กันเป็นเอกภาพ



ภาพที่ 66 ผลงานศิลปนิพนธ์หมายเลข 2

ชื่อผลงาน : หวังอารมณ์แห่งสภาวะจิต หมายเลข 7

ขนาด : 50 x 50 เซนติเมตร

เทคนิค : Photo - Etching

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

ผลงานศิลปนิพนธ์หมายเลข 3

ต้องการแสดงออกถึงสภาวะทางอารมณ์ที่ซ่อนไว้อยู่ภายในจิตใจของตัวเอง โดยผ่านสัญลักษณ์ของความทรงจำและความรักที่หลุดขาดออกจากโลกของตัวเอง ผลงานชิ้นนี้มีการสร้างองค์ประกอบ (Composition) ที่แยกออกจากกันเป็น 2 ส่วน แต่ยังให้ความรู้สึกถึงการเชื่อมเข้าหากันด้วยเส้นที่มองไม่เห็น (Structural line) จากทิศทาง หัวเรือกระดาศวิ่งไปสู่ปลายดอกกุหลาบ ซึ่งมีกลีบดอกหลุดออกจากตัวดอก แสดงถึงความรักที่หลุดขาดออกจากกันเป็น กลีบกุหลาบสีดำของความผิดหวังความทุกข์ของความรัก ในส่วนของชิ้นงานวงกลม มีการเน้นของรูปทรงตัวเอง ที่นั่งบนเก้าอี้วางอยู่บนผิวน้ำ โดยการวางท่าทางที่อ่อนแรง พุบใบหน้าลงกับแขน เพื่อต้องการแสดงถึงความรู้สึกภายในที่เป็นทุกข์และไม่กล้าเผชิญกับความจริง โดยสร้างสัญลักษณ์ทางความคิดที่มีความหมายของดอกกุหลาบ ที่มีน้ำไหลออกจากตัวดอกเปรียบกับความเสียใจกับการผิดหวังของความรัก และเรือกระดาศเป็นตัวแทนของความทรงจำอันเปราะบางที่ยังเก็บไว้และยังลอยวนผ่านความคิด ดวงดาวกับดาวตกที่เป็นลักษณะเป็นจุด (Point) เชื่อมผสานกับหยดน้ำ และฟองอากาศด้านล่างของผิวน้ำ มีนัยยะถึงอดีตที่ปรากฏตัวอยู่อยู่เสมอ ให้พื้นที่ว่าง (Space) ได้ทำงานแสดงความอ้างว้างของความรู้สึกที่ทอดยาวไกลไปถึงทิวเขาด้านหลัง มีการสร้างน้ำหนักและแสงเงา (Tone) ในส่วนของรูปทรงเป็นเพียงแสงตกกระทบสะท้อนในบางส่วนของร่างกาย และความมืดทั่วทั้งงานเพื่อให้อารมณ์ของความลึกซึ้งของสภาวะจิตที่ถูกซ่อนอยู่ใต้เบื้องอารมณ์ จนมีเอกภาพของรูปทรงและน้ำหนักแสงเงาจังหวะที่เชื่อมถึงกันไปในทิศทางความหมายความหมาย





ภาพที่ 67 ผลงานศิลปนิพนธ์หมายเลข 3

ชื่อผลงาน : หวังอารมณ์แห่งสภาวะจิต หมายเลข 8

ขนาด : 50 x 70 เซนติเมตร

เทคนิค : Etching

ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน



บทที่ 5

บทสรุป

ข้าพเจ้าสร้างสรรค์ศิลปนิพนธ์ชุดนี้จากความรู้สึกภายใน และแรงบันดาลใจจากสิ่งที่เกิดขึ้นภายในจิตใจที่มีผลต่อทั้งด้านความคิดและด้านศิลปะ รวมทั้งการดำเนินชีวิตของข้าพเจ้า ความล้มเหลวในชีวิตและการลาจากของคนรักทำให้ข้าพเจ้าผิดหวัง เจ็บปวด และรู้สึกโดดเดี่ยวจึงก่อเกิดเป็นความทุกข์ ทำให้ข้าพเจ้าได้เรียนรู้ว่าชีวิตล้วนต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เรื่องราวและเหตุการณ์สลับซับซ้อนเปลี่ยนแปลง เช่น ฤดูกาลอันอ่อนโยนและรุนแรง ในธรรมชาติ โดยวันเวลาจะนำพาให้เราพบเจอกับเรื่องราวต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาให้เราได้เรียนรู้เป็นประสบการณ์ เมื่อกาลเวลาผ่านไปนานมากพอที่ความคิดและความรู้สึกได้ตกตะกอนและจมสู่ก้นบึ้ง เราจึงมองเห็นตัวเองบนผิวน้ำที่ใสและนิ่งสงบ มองบาดแผลที่เกิดขึ้นในมุมมองใหม่ เห็นเป็นความงามที่แฝงไว้ซึ่งเชิงปรัชญา การเรียนรู้จากดวงจิตสู่อะณูจิต และพัฒนาทัศนคติในการดำเนินชีวิตและศักยภาพในการสร้างสรรค์ผลงานศิลปะไปพร้อมๆ กัน ด้วยรูปแบบการนำเสนอแนวทางด้านศิลปะแบบกึ่งนามธรรม

จากการสร้างสรรค์ผลงาน 2 ระยะเวลา คือ ระยะเวลาอนศิลปนิพนธ์ และระยะเวลาศิลปนิพนธ์ สามารถตอบสนองความรู้สึกต่อเหตุการณ์ จินตนาการที่เกิดขึ้นและตรงกับบุคลิกลักษณะส่วนตัวของข้าพเจ้า ทั้งในด้านของการสร้างจินตภาพรวมเอาลักษณะที่เป็นจริงเข้ากับความคิดฝัน ทั้งการสร้างสิ่งต่างๆ ที่ไม่มีอยู่ในโลกของความจริงให้เกิดขึ้นตามความคิด ซึ่งผสานเข้ากันอย่างกลมกลืน แต่ในการทำงานก็ได้พบปัญหา และผ่านการชี้แนะจากอาจารย์ในสาขาวิชาศิลปะภาพพิมพ์ จนเกิดการแก้ไขพัฒนาผลงานออกมาได้อย่างสมบูรณ์ทั้งรูปแบบและแนวคิด โดยเชื่อมโยงเอาความรู้สึกต่างๆ ให้สอดคล้องประสานไปกับการแสดงออกผ่านรูปทรงและพื้นที่ว่างทางธรรมชาติ ผ่านกระบวนการภาพพิมพ์ร่องลึก ด้วยเทคนิคภาพพิมพ์โลหะ (Etching) ซึ่งตลอดเวลาในการดำเนินงานชุดนี้ทำให้ข้าพเจ้ามีเวลาขบคิดถึงบางแง่มุมของชีวิต ได้ใช้เวลาและทบทวนทัศนคติและอารมณ์ความรู้สึกของตัวเอง มีเวลาให้กับตัวเองได้คลี่คลายปมปัญหาที่เกิดขึ้นทั้งภายนอกและภายใน จนเกิดเป็นผลงานศิลปนิพนธ์ ชุด “ห้วงอารมณ์แห่งสภาวะจิต” และที่สำคัญสิ่งที่ไม่อาจละเลยหรือมองข้ามคือความรักจากครอบครัว จากเพื่อน รวมทั้งคำแนะนำและทัศนคติที่ดีจากท่านคณาจารย์ผู้สอน จึงทำให้ทุกสิ่งที่ผ่านมาเป็นประสบการณ์ที่มีค่าซึ่งข้าพเจ้าได้รับจาก ศิลปนิพนธ์ชุดนี้

บรรณานุกรม

หนังสือภาษาไทย

- พจนานา จันทรสันติ. (2549). *จากห้วงลึก*. กรุงเทพฯ: แมวคราว.
- _____ . (2551). *ภวังค์ภาวะ*. ประจวบคีรีขันธ์: แมวคราว.
- สดชื่น ชัยประสาธน์. (2539). *จิตรกรรมและวรรณกรรมแนวเซอร์เรียลลิสม์ในประเทศไทย พ.ศ. 2507-2527*. กรุงเทพฯ: สยามสมาคมในพระบรมราชูปถัมภ์.

สารสนเทศภาษาไทย

- กิตตินันต์ สวัสดิ์(ฟอร์ด). (2561). *พื้นที่ชีวิต ตอน สติ..บำบัดซึมเศร้า*. [รายการ]. กรุงเทพฯ: ไทยพีบีเอส. จาก <https://www.youtube.com/watch?v=KKFakLBAIw8&t=1663s>.
- วรดา เอสโตว์(เมย์). (2559). *ภัยรอบตัว ตอน ฉันเป็นโรคซึมเศร้า*. [รายการ]. กรุงเทพฯ: ไทยพีบีเอส. จาก <https://www.youtube.com/watch?v=f4AR4LWcMnw>.
- คามิน เลิศชัยประเสริฐ. (2556). *เป็น อยู่ คือ*. [รายการ]. กรุงเทพฯ: ไทยพีบีเอส. จาก <https://www.youtube.com>.
- ทรรคนะ หาญเรื่องเกียรติ. (2563). *Love letter: เมื่อหัวใจที่ตายด้านเย็นชากลับมามีชีวิตอีกครั้ง*. [ออนไลน์]. วันที่ค้นข้อมูล 26 กันยายน 2563. จาก <https://adaybulletin.com/life-review-movie-love-letter/47422>.
- Cozy. (2551, 20 พฤศจิกายน). *Norwegian Wood-ชีวิตเหมือนกล่องช็อกโกแลต*. โอเคเนชั่น. สืบค้นจาก: <http://oknation.nationtv.tv/blog/kakalot/2008/11/20/entry-1>
- Thaireform (2562). *เยาวชนไทยเสี่ยงเป็นภาวะซึมเศร้า-ฆ่าตัวตายแนวโน้มสูงขึ้น*. [ข่าวออนไลน์]. กรุงเทพฯ: สำนักข่าวอิศรา จาก <https://www.isranews.org/thaireform/thaireform-documentary/77277-nesdb-77277.html>.

หนังสือแปล

- คาลิล ยิบราน. (2543). *ปีกหัก*. [The Broken wing]. (ระวี ภาวิไล, แปล). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ผีเสื้อ.
- สตีเฟน ฟาร์ธิง. (2560). *1001ภาพเขียนที่ต้องเห็นก่อนตาย*[1001 Painting You must before you die]. (รติพร ชัยปิยะพร, แปล). กรุงเทพฯ: เดอะเกรทไพนธ์อาร์ท.
- ฮารุกิ มูราคามิ. (2559). *ด้วยรัก ความตาย และหัวใจสลาย* [Norwegian Wood]. (นพดล เวชสวัสดิ์, แปล). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ก้ามเหยี่ยว.

วารสารแบบเล่ม

- นันทิรา หงส์ศรีสุวรรณ. (2559, มกราคม-มิถุนายน). *ภาวะซึมเศร้า(Depression)*. วารสาร มฉก. วิชาการ, ปีที่19 (ฉบับที่ 38), 105.



ภาคผนวก

ภาพบรรยากาศการแสดงผลงานในนิทรรศการศิลปนิพนธ์

การจัดแสดงนิทรรศการศิลปนิพนธ์

“ I'M FINE (ART) ”

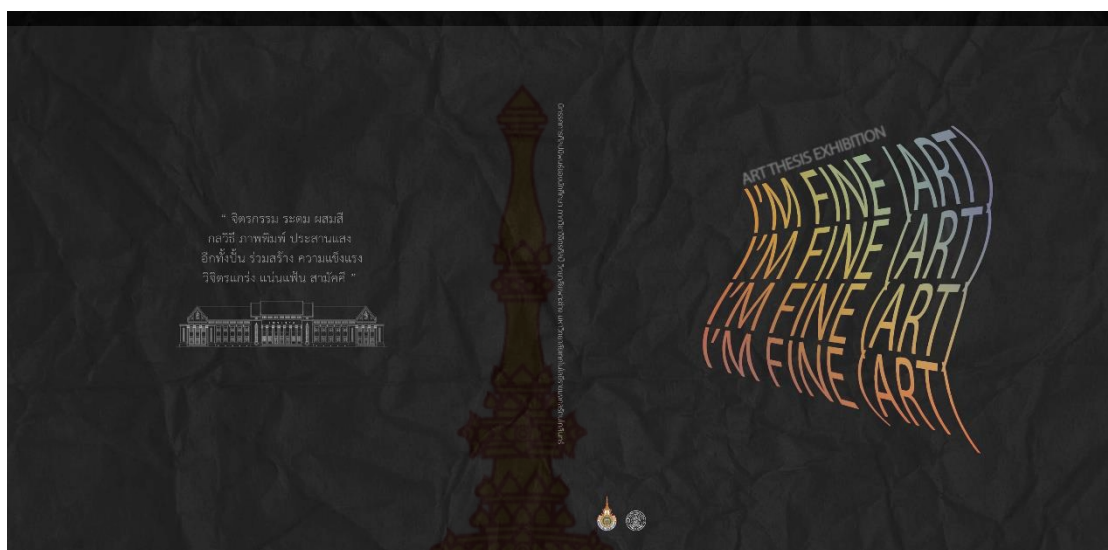
ของนักศึกษาชั้นปีที่ 4 สาขาวิชาจิตรกรรม สาขาวิชาประติมากรรม สาขาวิชาศิลปะภาพพิมพ์

ภาควิชาจิตรศิลป์ วิทยาลัยเพาะช่าง มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์

ณ Bacc หอศิลป์วัฒนธรรมแห่งกรุงเทพมหานคร

ระหว่างวันที่ 6 เมษายน - 25 เมษายน 2564





ภาพที่ 69 ภาพหน้าปกสูจิบัตรนิทรรศการแสดงผลนิพนธ์
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน





ภาพที่ 70 ภาพบรรยากาศการจัดนิทรรศการศิลปนิพนธ์
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน



ภาพที่ 71 ภาพบรรยากาศการจัดนิทรรศการศิลปนิพนธ์
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน



ภาพที่ 72 ภาพบรรยากาศการจัดนิทรรศการศิลปินพันธ์
ที่มา : ข้อมูลจากผู้เขียน

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-นามสกุล	นายชนทัช พ่วงอินทร์
วัน เดือน ปี เกิด	4 ธันวาคม 2536
ที่อยู่	36/2 หมู่ 2 ตำบล บางกรวย อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี 11130 โทร. 0953962563 chon.ph.36@gmail.com
ประวัติการศึกษา	<p>2557 –2564 สาขาวิชาศิลปะภาพพิมพ์ ภาควิชาวิจิตรศิลป์ วิทยาลัยเพาะช่าง มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์</p> <p>2554 –2556 วิทยาลัยเทคโนโลยีไทยวิจิตรศิลป์อาชีวะ</p> <p>2551 –2553 โรงเรียนวิมุตยารามพิทยากร</p>
ประวัติการแสดงผลงาน	<p>2561 ร่วมแสดงนิทรรศการ ดินเปื้อนหมึกครั้งที่ 10 ตอน ทศนิยม 0.1</p> <p>2564 การจัดแสดงนิทรรศการศิลปะนิพนธ์ “I’M FINE (ART)” ของนักศึกษาชั้นปีที่ 4 สาขาวิชาจิตรกรรม สาขาวิชาประติมากรรม สาขาวิชาศิลปะภาพพิมพ์ ภาควิชาวิจิตรศิลป์ วิทยาลัยเพาะช่าง มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์</p>

