



KADIR HAS ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
SANAT TASARIM ANABİLİM DALI

**OYUNCULUKTA DUYU BELLEĞİ ÇALIŞMALARININ
SİNİRBİLİMİN BULGULARI IŞIĞINDA YENİDEN
DEĞERLENDİRİLMESİ**

KUBRA MADAK YEŞİLAY

YÜKSEK LİSANS TEZİ

İSTANBUL, NİSAN, 2022

OYUNCULUKTA DUYU BELLEĞİ ÇALIŞMALARININ SİNİRBİLİMİN BULGULARI IŞIĞINDA YENİDEN DEĞERLENDİRİLMESİ

KUBRA MADAK YEŞİLAY

DANIŞMAN: DOÇ.DR. ZEYNEP GUNSUR YUCEİL

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Film ve Drama Anabilim Dalı Film ve Drama Programı'nda yüksek lisans derecesi için gerekli kısmi Őartların yerine getirilmesi amacıyla Kadir Has Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü'ne teslim edilmiştir.

İstanbul, Nisan, 2022

ONAY

KÜBRA MADAK YEŞİLAY tarafından hazırlanan **OYUNCULUKTA DUYU BELLEĞİ ÇALIŞMALARININ SİNİRBİLİMİN BULGULARI IŞIĞINDA YENİDEN DEĞERLENDİRİLMESİ** başlıklı bu çalışma jürimiz tarafından **YÜKSEK LİSANS TEZİ** olarak kabul edilmiştir.

Doç. Dr. Zeynep Günsür Yüceil (Danışman) Kadir Has Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Özlem Hemiş Kadir Has Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi Oğuz Arıcı İstanbul Üniversitesi
Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

Onay Tarihi: ...

ARAŞTIRMA ETİĞİ VE YAYIN YÖNTEMLERİ BİLDİRİMİ

Ben, KÜBRA MADAK YEŞİLAY;

- Hazırladığım bu Yüksek Lisans Tezinin tamamen kendi çalışmam olduğunu ve başka çalışmalardan yaptığım alıntıların kaynaklarını kurallara uygun biçimde belirttiğimi;
- Bu Yüksek Lisans Tezinin başka bir eğitim kurumunda bir derece veya diplomaya sunulan veya kabul edilen herhangi bir materyal içermediğini;
- "Yükseköğretim Kurulu Etik Davranış İlkeleri" uyarınca hazırlanan "Kadir Has Üniversitesi Akademik Etik İlkeleri"ni takip ettiğimi onaylıyorum.

Buna ek olarak, bu çalışma ile ilgili ortaya çıkabilecek herhangi bir usulsüzlük iddiasının, üniversite mevzuatına uygun olarak disiplin işlemi ile sonuçlanacağını kabul ediyorum.

Kübra Madak Yeşilay

TEŞEKKÜR

Oyunculğu, çocukluğumdan bu yana hiç değişmeyen hayalim, hiç eksilmeyen aksine katlanarak artan sevgim diye tanımlayabilirim. Küçük bir çocukken oynadığım oyunlardan bugüne kadar değişmeyen tek şey oynarken hissettiğim tarifsiz mutluluktur. Bu mutluluk, farklı bir disiplinde geçen lisans öğrenimim ardından, tiyatro ve oyunculuk alanında eğitimler almama, 2015 yılında bir tiyatronun kapısını aralayarak oyunculuk yapmaya başlamama ve en sonunda büyük bir heyecan ve istekle Kadir Has Üniversitesi Film ve Drama Oyunculuk Programına dahil olmama vesile oldu. Eğitimime başladığım ilk günden son gününe kadar, beraber eğlendiğim, beraber öğrendiğim tüm sınıf arkadaşlarıma bu yolculukta geçirdiğimiz güzel günler için minnettarım. Bu süreçte bana pek çok şey öğreten, ilham veren ve değerli bilgileriyle beni aydınlatan değerli hocalarım; akademik danışmanım Özlem Hemiş, Dr. Öğretim Üyesi Oğuz Arıcı, Bülent Emin Yarar ve Prof. Dr. Dikmen Gürün'e sonsuz ilgileri ve bana kattıkları her şey için teşekkür ederim.

2015 yılından bu yana, sahnede ve kuliste yan yana olmaktan, tanımaktan mutluluk duyduğum hocalarım Haldun Dormen, Göksel Kortay ve Can Gürzap'a öğrettikleri her şey için, tiyatro deneyimlerime ve yaşamıma ortak olan sevgili dostlarım, Onur Gökhan Dost, Dr. Öğr. Gör. Burcu Akyürek, Ufuk Serbest, Esra Erişen, Mehmet Baran Erdoğan, Sera Muratyan, Şengün Çevik, Önder Helvacıoğlu ve Öğr. Gör. Çiğdem Helvacıoğlu'na her zaman yanımda oldukları için minnettarım. Gösterdikleri ilgi ve sevgi için, güler yüzleri ve sonsuz destekleri için yaşamın bana kazandırdığı ikinci ailem Mine Narinses ve Nazlı Yılmaz'a, sonsuz teşekkür ederim. İyi ki varsınız.

Kadir Has Üniversitesi'ne adım attığım günden başlayarak her anımda, her derste, oyunculuk eğitimimde ve tez çalışmam süresince, verdiği kıymetli bilgilerle zihnimi aydınlatan, farklı bakış açıları kazandıran ve her zaman sonsuz desteğini hissettiğim saygıdeğer hocam Prof. Dr. Çetin Sarıkartal'a bana kazandırdığı her şey için teşekkürü bir borç bilirim.

Tez çalışmamın bütün zorlu ve heyecanlı anlarında yanımda olan, pozitif enerjisi ve güler yüzüyle benden desteğini hiç esirgemeyen tez danışmanım Doç. Dr. Zeynep Günsür Yüceil'e teşekkürlerimi sunarım.

Hayatımın her anında yanımda olan, cesaret ve umut veren sevgili ailem; hep elimden tutan ve her koşulda yanımda olan canım ablalarım Zümra ve Nurper Madak'a, var olmamı ve ben olmamı sağlayan babam Zekeriya Madak'a, tükenmeyen sevgisi, cesareti, fedakarlıkları ve emekleriyle yaşamıma ışık saçan, benzemekten onur duyduğum güzel annem Esinur Madak'a, varlığıyla yaşamımı güzelleştiren, bütün iniş çıkışlarıyla yaşam yolculuğunda hep el ele olmak istediğim, sevgisini ve desteğini hiçbir zaman benden esirgemeyen biricik eşim, hayat arkadaşım Efe Yeşilay'a gönülden teşekkür ederim. Varlığınız en büyük mutluluğumdur.



OYUNCULUKTA DUYU BELLEĞİ ÇALIŞMALARININ SİNİRBİLİMİN
BULGULARI IŞIĞINDA YENİDEN DEĞERLENDİRİLMESİ

ÖZET

Konstantin Stanislavski'nin oyuncu eğitiminin ve performansının sistematik egzersizlerle 'içsel' ve 'dışsal' olarak çalışılmasını amaçlayan 'sistem', tiyatro anlayışına ve ilkelerine gerçekçi bir yaklaşım getirmiştir. 'Duyu belleği' çalışmaları, 'sistem'in bilimsel temellere dayanarak oluşturulmuş bir unsurdur. Lee Strasberg'in meydana getirdiği Metot Oyunculuğu ise 'duyu belleği' çalışmalarını temel alarak Stanislavski 'sistem'inin devamı niteliğinde bir yöntemdir. Bu iki oyunculuk kuramcısı, uygulayıcısı ve oyunculuk yöntemi araştırmacısının birbirleriyle etkileşimleri başta Amerika ve Avrupa olmak üzere dünyanın pek çok yerinde oyunculuk yaklaşımı anlamında önemli bir değişime sebep olmuştur. Bu tez, dayanağını bilimden alan bu yöntemlerdeki 'duyu belleği' çalışmalarının çağdaş sinirbilim araştırmalarının insan beyni, zihni ve doğasına ilişkin son bulguları ışığında, incelenmesini amaçlamaktadır.

Anahtar Sözcükler: Oyunculuk, Konstantin Stanislavski, Lee Strasberg, Duyu Belleği, Sinirbilim

RE-EVALUATION OF AFFECTIVE MEMORY EXERCISES IN THE LIGHT OF
NEUROSCIENCE EVIDENCES

ABSTRACT

Konstantin Stanislavski's 'system', which aims to practice actor training and performance 'internally' and 'externally' through systematic exercises, has brought a realistic approach to the understanding and principles of theater. 'Affective Memory' exercises are an element of the 'system' based on scientific foundations. The Method Acting created by Lee Strasberg, on the other hand, is a continuation of the Stanislavski 'system' based on 'affective memory' exercises. The interaction of these two acting theorists, theatre practitioners and researchers on acting methodologies with each other has caused a significant change in terms of acting approach in many parts of the world, especially in America and Europe. This thesis aims to examine the "affective memory" exercises in these methods, in the light of the latest findings of contemporary neuroscience research on the human brain, mind and nature.

Keywords: Acting, Konstantin Stanislavsky, Lee Strasberg, Affective Memory, Neuroscience

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	iv
ÖZET	vi
ABSTRACT	vii
GİRİŞ.....	1
1. OYUNCULUKTA DUYU BELLEĞİ ÇALIŞMALARININ GELİŞİMİ VE UYGULAMASI.....	5
1.1. Stanislavski Öncesi Oyunculuk Yaklaşımları.....	5
1.2. Stanislavski, Sistem ve Duyu Belleği Çalışmaları.....	15
1.3. Strasberg ve Metot Oyunculuğu	32
2. SİNİRBİLİMİN BEDEN-ZİHİN ÜZERİNE BULGULARI.....	48
2.1. Bilinç ve Benlik	48
2.2. Hafıza ve Anılar	56
2.3. Duygu - His Ayrımı ve Hislerin Oluşumu	61
3. DUYU BELLEĞİ EGZERSİZLERİNİN SİNİRBİLİMİN BULGULARI İŞIĞINDA YORUMLANMASI	65
3.1. Stanislavski'nin Duyu Belleği Egzersizlerinin Sinirbilimin Bulguları İşığında Yorumlanması	65
3.2. Strasberg'in Duyu Belleği Egzersizlerinin Sinirbilimin Bulguları İşığında Yorumlanması	72
3.3. Değerlendirme ve Yorumlar.....	78
3.3.1. Gerginlik	78
3.3.2. Sahne gerçekliği	79
3.3.3. İmgeler	80
3.3.4. Verili koşullar	81
3.3.5. Duyu belleği	82

3.3.6. Karakter yaratma.....	83
SONUÇ	85
KAYNAKÇA.....	89
ÖZGEÇMİŞ	94



GİRİŞ

Konstantin Stanislavski, tiyatro sanatında devrim niteliğinde değişimler meydana getirerek, oyuncunun yaratıcılığını, sahne üzerinde eylemlerinin gerçekliğini içsel olarak yaratmasını, oyuncu eğitiminin bu sanatta temel ilke olarak görülmesini ve oyunculuk icrasının her aşamasının sistematik bir çalışmayla salt esine dayalı ve rastlantısal olmaktan uzaklaşmasını sağlayacak ‘sistem’ini oluşturarak bu alanda öncü olmuştur. Oyunculunun içsel ve dışsal olarak çalışılması ile yaratıcılığı ortaya çıkarmayı hedef alan ‘sistem’, dayanağını insan doğasına özgü bilimlerden almış ve Stanislavski tarafından bu bilimsel verilerin oyunculuk icrasına uyarlanması ile meydana gelmiştir. Bilimin bulgularıyla harmanlanmış olan ‘sistem’in unsurları yalnız kuramsal bir altyapı olmakla kalmamış, denenmiş ve pratik çalışmalarla desteklenmiştir. ‘Sistem’in ilk döneminin odak noktasında bulunan ‘duyu belleği’ çalışmaları, çağının bilimsel bulgularından biri olarak Stanislavski tarafından oyuncu çalışmasına uyarlanmış ve oyunculuk icrasında olumlu bir etki yarattığı görülmüştür. Bu etki, Stanislavski Sistemi’nin ve ‘duyu belleği’ çalışmalarının, dönemin oyuncu, yönetmen, eğitimci ve kuramcılara örnek teşkil etmesine, ilham kaynağı olmasına sebep olmuştur. Bu kişilerden biri olan Lee Strasberg, ‘duyu belleği’ çalışmalarını ‘Metot’ adıyla bilinen oyunculuk yönteminin merkezine yerleştirmiş, kendi deneyim ve araştırmaları doğrultusunda düzenlemiş ve günümüzde hala kullanılmakta olan bir yöntem halini almasını sağlamıştır. Stanislavski döneminin bilimsel argümanları, gelişen teknoloji ve bilimsel araştırmaların ulaştığı yeni bulgularla günümüze gelene değin ciddi aşamalar kaydederek ilerlemiştir. Bunun yanında Stanislavski Sistemi’nin de oluşturulmasından yaklaşık yüz yıl sonra dahi geçerliliğini koruduğu ve ‘Metot oyuncululuğu’nun da günümüzde hala uygulanmakta olduğu gerçeği düşünüldüğünde bu iki oyunculuk yönteminin ve ortak noktası olan ‘duyu belleği’ çalışmalarının sinirbilimin yeni bulgularıyla birlikte değerlendirilebilirliği sorusu gündeme gelmektedir. Bu çalışmada, bu sorunun perspektifinden, çağdaş sinirbilim araştırmacılarının ulaştığı yeni verilerle iki oyunculuk yöntemine ait unsurlar ve ‘duyu belleği’ çalışmaları incelenmektedir.

‘Sistem’in özüne doğayı yerleştiren Stanislavski, oyuncululuğu “psikofiziksel” bir süreç olarak tanımlamış, çağın bilim ve felsefedeki bulgularından faydalanarak oluşturduğu yönteminin amacını ise “bilinç yoluyla bilinçaltına ulaşmak” olarak nitelendirmiştir. Oyuncunun sahne üzeri deneyimine ilişkin gerçekliği içsel ve dışsal olarak sağlaması gerektiğine olan inancı ile oyuncunun gerçek duygular hissederek, gerçek düşüncelere bağlı gerçek eylemlerde bulunarak sahnede tamamen organik bir yaşantı yaratmasını elzem olarak görmüştür. İlk dönem çalışmalarının meyvesi olan “duyu belleği” çalışmaları da işte bu yaratıcılığı

ortaya çıkaracak bir yol arayışının sonucu olmuştur. Fransız Psikolog Theodule Ribot'nun *Problèmes de Psychologie Affective*¹ isimli eserinden edindiği hastaların iyileşmesinde irade ve isteğin önemi ve sinir sistemimizin “duyu hafızası”nda geçmiş deneyimlerimizin izlerini kaydettiği ve bir uyararla yeniden oluşan bu izler sayesinde kişinin geçmiş deneyimine ilişkin duyguları yeniden yaşamasının mümkün olduğu bulguları Stanislavski'nin “duyu belleği” çalışmalarının dayanağıdır (Benedetti, Stanislavski: Bir Giriş, 2012, s. 46). Bu bulgular sayesinde Stanislavski, oyuncunun yaratıcı hali ortaya çıkarmak için irade ve istek sahibi olması gerektiğini ve rol kişinin metnin gerektirdiği duyguları kişinin kendi anılarını anımsaması yoluyla yaşayabileceğini düşünmüş ve “duyu belleği” çalışmasını oluşturmuştur. ‘Sistem’e dair oluşturduğu aşamaları, Nemiroviç- Dançenko ile kurmuş oldukları Moskova Sanat Tiyatrosu'nda öğrencileri ve yönettiği oyunlardaki oyuncularıyla çalışmalarında deneysel olarak uygulayan Stanislavski'nin ve ‘sistem’in ünü önce kendi ülkesi olan Rusya'da sonra yapılan turneler aracılığıyla, Amerika ve Avrupa'da yayılmış ve oyuncu çalışması anlayışının değişimine öncülük etmiştir. Öğrencileri Richard Boleslavski ve Maria Ouspenskaya, Amerika'ya yaptıkları turnede gördükleri yoğun ilgi üzerine oraya yerleşerek kurdukları Amerikan Laboratuvar Tiyatrosu'nda Stanislavski Sistemi'ni Amerikalı oyunculara öğretmiştir. Boleslavski ve Ouspenskaya'nın öğrencilerinden biri olan Lee Strasberg, Stanislavski'nin yolundan ilerleyerek bugün Amerika'nın pek çok ünlü oyuncusunun benimsediği ve “Metot Oyunculuğu” adıyla tanınan kendi oyunculuk yöntemini oluşturmuş, “duyu belleği” çalışmalarını yönteminin merkezine yerleştirmiştir (Özüaydın, 2015/1, s. 31). Profesyonel anlamda oyunculuk yapmaya Moskova Sanat Tiyatrosu'nun Amerika turnesindeki oyunlarını izledikten sonra karar veren Strasberg, bu kararının ardından yaşamının sonuna dek bu alanda çalışmalar yapmıştır. Öncelikle Harold Clurman ve Cheryl Crawford ile kurdukları Grup Tiyatrosu'nda Rus oyunculuk araştırmalarını deneyimlemiş, ardından Elia Kazan ve Robert Lewis'in birlikte kurduğu Aktör Stüdyo'ya dahil olmasıyla yaşamının sonuna dek bu kurumun Genel Sanat Yönetmeni olarak görev yapmıştır. Aktör Stüdyo'da yöntemini son haline ulaştırmış ve birçok sanatçıyı orada eğitmiştir.

Gerçekçi oyunculukta hedeflenen, sahne deneyiminde gerçek duyguların yaşanması ve oyun metnine dair yaşamın organik bir bütünlüğe sahip olmasını sağlamaktır. Stanislavski'nin bu maksatla kullandığı ‘duyu belleği’ çalışmaları ‘sistem’in içten-dışa olarak adlandırılan ilk dönem ürünüdür. Stanislavski, yaşamı boyunca yöntemini geliştirmeyi sürdürmüş ve yaşamının sonuna yakın yeni araştırmalarının neticesinde

¹ Jean Benedetti, Stanislavski'nin ‘Duyu Belleği’ kavramını bu eserden öğrendiğini belirtmektedir. Stanislavski'nin kütüphanesinde Theodule Ribot'nun *Les Maladies de la Volonté, Psychologie de l'Attention, Les Maladies de la Mémoire, L'Évolution des Idées Générales, and La Logique des Sentiments* isimli eserlerine de rastlanılmıştır. (Benedetti, Stanislavski: An Introduction, 2005, s. 46)

dıştan-içe olarak tanımlanan ‘Fiziksel Eylem Yöntemi’ni oluşturmuştur. Bu yeni yöntemin sebebi, Stanislavski’nin ‘Fiziksel Eylem Yöntemi’nin ‘duyu belleği’ çalışmalarına oranla daha hızlı sonuç verdiğini keşfetmiş olmasıdır (Karaboğa, 2018, s. 60). Lee Strasberg’in metodunda ise, ‘duyu belleği’ çalışmaları her zaman merkezde olan yerini korumuştur, ancak Strasberg bu egzersizleri değiştirmiş, geliştirmiş ve son haline getirmiştir (Karaboğa, 2018, s. 79). Tiyatro anlayışının çağlar boyunca birbirine bağlı bir gelişim sergilemesi ve oyunculuk yaklaşımlarının bu anlayış bağlamında değişim göstermesi göz önüne alınarak, oyunculuk icrasının dönemin tiyatro atmosferinde edindiği konum önem arz etmektedir. Bu sebeple, Stanislavski’nin geliştirdiği oyunculuk yaklaşımının ve meydana getirdiği devrim niteliğindeki değişimlerin anlaşılması, Stanislavski öncesi tiyatro atmosferinin ve oyunculuk icrasının değerlendirilmesine bağlı durumdadır. Bu araştırmanın birinci bölümünde on dokuzuncu yüzyıl oyunculuk yaklaşımları değerlendirilecek; Stanislavski’nin ‘duyu belleği’ çalışmaları ve yöntemi doğuran, geliştiren koşulların anlaşılması amacıyla ‘sistem’ Stanislavski’nin yaşamı ekseninde araştırılacak; Lee Strasberg, ‘Metot Oyuncululuğu’ ve bu yöntemin özü olan ‘duyu belleği’ çalışmaları ayrıntılarıyla incelenecektir.

Oyunculukta, bilhassa “duyu belleği” çalışmaları sırasında, insan beyninin, bedeninin ve zihninin; duyu ve hislerin oluşumu, hafıza sistemleri sayesinde anıların depolanması, anımsanarak geri çağırılması, hayal gücü ve imgelem ile zihinde oluşan görüntüler, benlik duygusunun ve bilincin varlığı gibi kabiliyetlerinden faydalanılmaktadır. Çağdaş sinirbilim ve psikoloji araştırmacılarının, uzun yıllardır hastaları üzerinde yaptıkları incelemeler, birtakım deneyler ve araştırmalar sonucunda ortaya koyduğu verilerle, beyin patolojisinin duygular üzerindeki etkilerine, duyu- his, anılar-hafıza, benlik-bilinç sorularına birtakım cevaplar verebildikleri görülmektedir. Bu çalışmanın ikinci bölümünde, bu başlıklar altında sinirbilimin bulguları incelenecek, üçüncü bölümünde ise Stanislavski’nin ve Strasberg’in yöntemleri ve ‘duyu belleği’ çalışmaları bu bulgular ile bir arada değerlendirilerek oyunculuk sırasında oyuncuda meydana gelen fizyolojik ve psikolojik süreçler açıklanmaya çalışılacaktır. Bilimin verilerinin oyunculuk sanatına yansması olarak Stanislavski tarafından başlatılan geleneğin devam ettirilmesi ve bu çalışmadan önce bilimle oyunculuğu harmanlayan araştırmaları farklı açılardan gerçekleştiren araştırmacıların “oyuncu ben”de yarattığı etkiyle, oyunculuğa başka bir perspektifle yaklaşmayı olası kılan bu çalışmaların pek çok oyuncuya, yönetmene, oyunculuk kuramcısına ve tiyatro araştırmacılarına faydalı olması umudunu beslemekteyim.

1. OYUNCULUKTA DUYU BELLEĞİ ÇALIŞMALARININ GELİŞİMİ VE UYGULAMASI

1.1. Stanislavski Öncesi Oyunculuk Yaklaşımları

Oyunculuk sanatının yüzlerce yıllık bir süreç içinde pek çok evreden geçtiği bilinmektedir. Antik Yunan'dan günümüze uzanan yolculuğında çağların düşünürleri, kuramcıları ve uygulayıcıları tarafından incelenmesi, tartışılması ve dönüşümlerden geçerek günümüzdeki halini almasında en önemli etken oyunculuk sanatının doğası gereği insana özgü olan yaşamı aktarması ve insan aracılığıyla icra edilir olmasındandır. Başlangıç olarak kabul edilen Antik Yunan Tiyatrosu'ndan itibaren çağlar boyunca icracı olan oyuncu için, icra edilen eser için kuralların belirlenmesi ve eserin sergilenmesiyle ilgili hususların düşünülmesi oyunculuk sanatına başlangıcından itibaren verilen önemi gözler önüne sermektedir. Amacı ya da uygulayış biçimi çağdan çağa değışiklik göstermiş olsa da tiyatro sanatının değışmez iki ögesi oyuncu ve seyirci olmuştur. Oyun metnine dair olayların, durumların ve duyguların dekor, aksesuar, kostüm, teknik donanımlar gibi ögelerin desteğiyle oyuncu aracılığıyla seyirciye aktarılması tiyatronun ana olgusudur. Tiyatro sanatına dair, yazarlar ve düşünürler tarafından en çok tartışılan olgu tiyatronun vazifesinin halkı eğitmek ya da haz vermek olduğu üzerinde yoğunlaşmıştır. Bunun yanı sıra, bu uzun yolculukta, on dokuzuncu yüzyıla değin, oyunculuk icrasının çoğunlukla taklide dayalı olduğu görülmektedir. On dokuzuncu yüzyılda oyunculuk yaklaşımında meydana gelen değışim, oyuncunun sahne üzerinde gerçek bir yaşantı yaratarak, gerçek hislere bağlı gerçek eylemler icra etmesini sağlamak ve bu doğallığı her oyunda yineleyerek karakterlere organik bir bütünlük kazandırmak amaçlarıyla oyuncu çalışmasını bir yöntem haline getiren Konstantin Stanislavski tarafından gerçekleştirilmiştir. Çağların düşünme biçimlerinin, bakış açılarının dünyanın içinden geçmekte olduğu siyasi, ekonomik, bilimsel ve toplumsal koşullara bağlı olarak geliŐtiĐi düşünüldüğünde, Stanislavski'nin yarattığı devrim niteliğindeki dönüşümlerin ve 'sistem'in tiyatro tarihindeki öneminin anlaşılması dönemin tiyatro atmosferi içinde değerlendirilmesini gerekli kılmaktadır. Stanislavski öncesi on dokuzuncu yüzyıl tiyatro ve oyunculuk yaklaşımları, on sekizinci yüzyıl düşünme biçimlerinden etkilenerek oluşmuş bir alışkanlığın devamı niteliğindedir.

Özgürlük, adalet, eşitlik kavramlarının merkezde olduğu Aydınlanma Çağı'nı ve feodal toplum yapısının sonunu getiren Fransız Devrimi'ni kapsayan on sekizinci yüzyılın oyunculuk anlayışı, oyuncuyu sahnede

mekanik bir varlık olarak görmektedir. Bunun sebebi on yedinci yüzyıl bilim ve felsefesinin ortak düşüncesi gereği, evrenin, özü aynı maddeden gelen birer küçük makine olan insan ve hayvanların doldurduğu, hareket halindeki büyük bir makine olarak kabul edilmesidir. Bu düşünürlerden biri olan Descartes'e göre, insan bedeni bir makine, hareket edebilen bir heykeldir ve Descartes bu mekanikliği makine-ruh düalizmi ile açıklamaktadır. 1649 yılında basılan *Ruhun Tutkuları* adlı eserinde bu mekanik felsefesini, duyguların deneyimlenmesi ve dışavurumu üzerinden anlatırken, merak, aşk, nefret, arzu, neşe, üzüntü olmak üzere, altı duygu tanımlayıp bu duyguları mekanik eylemlerle somutlaştırmış ve bu duyguların otomatik dışavurumlarını aktararak açıklamıştır (Roach, 1993 , s. 60-63). Aydınlanma Çağı düşünürleri ve kuramcıları bu vesileyle insan bedenini, doğal bir göstergeler bütünü olarak algılamaktadır. Bu algının bir sonucu olarak da on sekizinci yüzyıl oyuncusunun sahne üzerindeki bedeni bu anlamda kullanılmaya başlanmıştır. Dönemin oyuncularından, metnin içerisindeki duyguların dışsal göstergelerini sergilemeleri beklenmiştir. Franciscus Lang'ın 1727 yılında yayımlanan *Dissertatio de actione scenica* isimli kitabı bu durumu kanıtlar niteliktedir. Lang bu kitapta, oyuncuların sahne üzerinde uymaları gereken kuralları aktarmıştır. Bu kurallara göre oyuncu, öncelikle daima seyirciye yüzü dönük olacak şekilde durmalı ve her zaman seyirciye bakmalıdır. Her duygunun ve durumun belirli bir poz; postürü ve duruşu bulunmaktadır ve oyuncu istisnasız her seferinde o duyguya ilişkin poz uygulamalıdır. Seyirci, her bir pozun hangi duyguyu ifade ettiğini ezbere bilmektedir ve bu sembolik sistem seyirci ve oyuncu arasında kesinlik kazanmıştır (Lichte, 2002, s. 127). On sekizinci yüzyıl oyunculuk yaklaşımını anlamak için önemli faktörlerden bir diğeri, dönemin önemli düşünürlerinden Denis Diderot'nun, *Aktörlük Üzerine Aykırı Düşünceler* adlı eserinde vurgulanmaktadır. Diderot, Lang gibi belirli duruş kalıplarından bahsetmez ancak oyuncunun sahnede gerçek duygular yaşamaması, defalarca kez prova edilerek ezberlenmiş eylemleri sahnede gerçekleştirirken tamamen duyguların dışsal göstergelerini gerçeğine benzetmesi gerektiğini aktarmıştır:

(...) nasıl olur da şu annenin bağrından kopan ve benim içimi sızlatan o acıklı çığlıklar, o andaki duygusundan dolayı olmaz? Bunların esen kaynağı, o anda duyulan üzüntü ve umutsuzluk değil midir? Elbette değildir. Kanıtı da şu ki, bunlar ölçülüdür; bir ezgili okuma yöntemine uyarlar; bir çeyrek tonun yirmide biri oranında daha pes ya da daha tiz olurlarsa falsolu olurlar, bir birlik yasasına boyun eğerler; müzikte olduğu gibi hazırlanmış ve düzenlenmişlerdir; (...) bu çığlıklar doğru koparılınsın diye yüz kez prova edilmiştir ve bu sık provalara karşın yine falso yapıldığı olur. Zaire ağlıyorsunuz! ya da Oraya geleceksin, kızım! demeden önce, oyuncu, uzun uzun kendi kendisini dinlemiştir; bizi heyecana düşürdüğü anda bile, yine kendi kendisini dinler ve becerisi, sandığımız gibi duyumsatmak değil, duygunun dış belirtilerini, sizi aldatacak kadar, tıpkı tıpkısına

belirtmek olur. (Diderot, 2000, s. 18)

Diderot'nun bu görüşleri dönemin sanatçıları tarafından ortak olarak kabul gören görüşler olmasa da on sekizinci yüzyıl oyunculuk anlayışında geliştirilen yaklaşım sonucu oyuncuların karakterlerini canlandırırken doğallıktan uzak oldukları anlaşılmaktadır. Oyuncunun sahnede, belirli duruşlar ve jestler ile, duyguların dışsal göstergelerini taklit etmek yoluyla performans sergilediği bilinmektedir. Oyuncu seyirciye sesini duyurmak ve eylemlerini göstermek maksadı taşıdığından, doğallıktan uzak, abartılı bir oyunculuk uygulaması mevcuttur. Bunun yanı sıra, bu süreçte yıldız oyuncu sistemi de ciddi bir ivme kazanmıştır.

On dokuzuncu yüzyılın başlangıcında, 1803 yılında Goethe'nin hazırladığı oyunculuk uygulamasına ilişkin doksan madde oyunculukta doğallık dışı anlayışın sürmekte olduğunu kanıtlar niteliktedir. Bu maddelerde Goethe, oyuncunun sahne üzerinde uygulayacağı temel kuralları belirlemekle oyuncuyu bir robot gibi davranmaya yönlendirmiştir (Nutku, 2002, s. 222). Oyunculukta bu anlayış, yüzyılın tarihsel, ekonomik ve sosyolojik yapısının bilim, sanat ve düşünce biçimine etkileriyle değişmiştir. Sanayileşmenin toplumlar ve ülkeler üzerindeki etkilerinden bazıları; buharlı makinelerin icadıyla makineleşme sonucunda köylerden kentlere göçler ve bu işçilerin kentlerdeki zor yaşam koşulları, siyasi blokların oluşması, toplumun değer yargılarının değişmesidir. Böylelikle edebiyatın odağı da yön değiştirmiş *"romantik yazmı etkilemiş olan birey dertleri, aşk acıları, ince duygular önemini yitirmiştir. Aydınlar, sanatçılar yaşam savaşının çetin koşulları üzerinde düşünmeye başlamışlardır. Yazarlar toplumun yaygın sorunlarına el atarlar. Sömürüye, ezici tutkulara, ahlak değerlerinin yitirilmesine karşı tepki gösterilir. XIX. yüzyılın ortalarından başlayarak dram sanatı da yaşam savaşımını tüm acımasızlığı içinde yansıtmaya başlar"* (Şener, 2008, s. 167). Toplumların yaşayış biçimlerini etkileyen pek çok icadın, bilim ve felsefedeki yeni düşünme biçimlerinin, toplumlarda siyasi, ekonomik ve kültürel dönüşümlerin olduğu böyle bir zaman diliminde sanatın bu değişimin dışında kalması mümkün değildir. Romantik akımın karşısına, çağın bilimsel, toplumsal ve ekonomik değişimleri sebebiyle çıkmış olan gerçekçi akımın sanatın her alanına olduğu gibi oyunculuğa, sahne düzenine, yönetmenliğe, tiyatronun her alanına etkisi olmuştur. Berna Moran, romantizm akımının uzun süren hakimiyetinin ardından bu akıma karşı tepki olarak beliren Stendhal, Balzac, Zola ve Flaubert gibi romancıların geliştirdiği gerçekçi akımda yansıtma ilkesinin benimsendiğini ve bu yazarlar için sanat eserinin bir aynaya benzediğini belirtirken Batı'da gerçekçiliğin özellikle romanda sürdüğünü ve psikolojik gerçekçiliğin romanda beliren akımın önemli bir yönü olduğunu vurgulamıştır. *"Batı'dakinin yanı sıra Rusya'da da başka bir yönde gelişen gerçekçilikle karşılaşıyoruz. On dokuzuncu yüzyıl ortalarında gerçekçilik Rusya'da belirmiş, Tolstoy, Çehov ve Gorki gibi yazarlar büyük eserler vermişlerdir"* (Moran, 2018, s. 41). Çehov, Gorki, Tolstoy gibi yazarların metinlerine işlemiş olan gerçekçi akımın başlıca

özelliklerinden biri sanatın seyirciyi eğitmesi gerektiği düşüncesidir. Sanatın seyirciyi eğitme sorumluluğu ile kastedilen, alışlagelmiş tiyatro anlayışının aksine seyirciye yaşam gerçeğinin tümünün gösterilmesi, yaşamın zorlu yönlerinin altının çizilmesiyle tiyatronun seyirciyi eğlendirmeye değil düşünmeye yönlendirmesidir. *“Realizmin eğiticilik anlayışını, öğreticilik olarak tanımlamak daha doğru olur. Önemli olan seyircinin bir görüşü, bir yorumu, bir değeri benimsemesi değil, gerçeği tüm çıplaklığıyla görüp, onun hakkında rahatça düşünemesidir”* (Şener, 2008, s. 185).

Çağın tiyatro anlayışını etkileyen önemli bir etken de bilim ve felsefedeki gelişmelerdir. 1859’da Charles Darwin’in evrim kuramını açıkladığı *Türlerin Kökeni* isimli kitabı, *“türlerin kökeni, insanın evrimi, kalıtım yasaları ve doğal ayıklama ile ilgili kuramları, yazarları büyük ölçüde etkilemiştir”* (Şener, 2008, s. 167). Yaygın olarak kabul görmüş olan insanların Tanrı tarafından yaratıldığı görüşüne karşıt olarak gelişen bu kuramıyla Darwin yalnızca bilim dünyasının düşünce yapısını etkilemekle kalmamıştır. *“Darwin’in kuramı sayesinde Pavlov ve çağdaşları hayvan incelemelerinden insanlar hakkında bulgular elde edebileceklerini düşünmekteydi. 1872’de bilimin oyunculuk kuramı üzerindeki etkisiyle ilişkide önemli bir aşama sayılan İnsan ve Hayvanlarda Beden Dili yayımlandı ”* (Whyman, 2012, s. 27). Wilhelm von Schelling’in, *“Doğa görünür Tin, Tin de görünmez doğadır. ”* görüşü doğanın üstünlüğünü dile getiren bir doğa felsefesi oluştururken, Auguste Comte’un “pozitivizm” felsefesi ile nesnel gerçekliğin yalnızca deney yoluyla elde edilebileceğini savunması insan üzerine araştırmalar yapılmasının yolunu açmıştır. Hippolyte Taine ise doğaya ait tüm parçaların nedensellik bağı ile birbirine bağlandığı fikrini gündeme getirmiş, “ırk, ortam, zaman” kuramını bu nedensellik bağına insanların bulunduğu çevreye, çağa ve dönemin özelliklerine her anlamda bağlı olması, yapısal ve düşünsel özelliklerini bu verilere bağlı olarak edinmesi durumunu açıklamak için kullanmıştır. Bilimin ve deneyselliğin bu ilerleyişinin yarattığı ortamda yükselen gerçekçilik akımı ile sanata da bilimsel bir yaklaşım geliştirildiği görülmektedir.

Bütün bu unsurların birleşimi, on dokuzuncu yüzyılın tiyatro anlayışında bir değişim ihtiyacını yaratan etkenler olarak karşımıza çıkmaktadır. Alışlagelmiş tiyatro atmosferinde, yıldız oyuncu sistemine olan bağlılık ve romantik oyunculuğun abartılı, kalıplaşmış, mekanik düzeni yüzyıl sonlarına doğru değişmeye başlayarak yirminci yüzyıl tiyatrosunun gelişimini hazırlamıştır. Saxe- Meiningen Dükü II.Georg’un tiyatro anlayışı ve sahnelemeye olan katkıları bu değişimin başlangıcı olarak kabul edilebilir. Dük, tiyatro topluluğu ile hazırladığı oyunlarda, yanılsamanın yaratılması için oyunculuk, dekor, aksesuar, kostüm ve sahne düzenini titizlikle en ince ayrıntısına kadar planlayarak, uzun süren prova süreçlerinde kalabalık sahnelerin bile kargaşadan uzak doğal bir akış içinde gerçekleşmesi için gayret etmiştir. Bunun yanı sıra, metinlerin sansür

amaçlı kesilmesi, yıldız oyuncuların kendilerini bağımsız ya da tiyatro topluluğunun üstünde hissetmesi ve o şekilde davranması, sahne ve kostüm tasarımının metnin gerekliliklerinden bağımsız olarak yapılması gibi tiyatro alışkanlıklarından önüne geçmek istemiştir. Dük, oyun metnine bağlı olarak her detayın titizlikle çalışılması, oyuncuların kendilerini yıldız oyuncu olarak değil topluluğun bir parçası olarak görmesi ve her oyuncunun her provaya katılım sağlaması kurallarını benimseyerek hazırladığı temsillerle tüm Avrupa’da ve Rusya turnelerinde pek çok kez temsillerde bulunmuş, bu vesileyle Meiningen topluluğu, 1880’lerin sonunda ortaya çıkan sanat tiyatrosu hareketinin öncüsü konumunda olmuştur ve tiyatrodaki sahneye koyuculuğun ilk örneğini vermiştir (Lichte, 2002, s. 244). Topluluğun bu turneler aracılığıyla tiyatro anlayışına kazandırdığı en büyük değerlerden biri örnek oluşturmalarıdır. Tiyatro anlayışında gerçekçi ve doğalcı yaklaşımı, Meiningen Dükü II. Gerorg’un ardından, Fransa’da Andre Antoine’ın 1887’de kurduğu *Theatre Libre* ve Almanya’da Otto Brahm’ın 1889’da kurduğu *Freie Bühne*’de geliştirdiği görülmektedir (Nutku, 2002, s. 232). Stanislavski de tüm bu gelişmelerin yanında, kendi araştırma ve deneyimleri ile çağın tiyatro anlayışında önemli değişiklikler yaparak; oyuncunun içsel ve dışsal gerçekliği sağlamasına imkan sağlayan ‘sistem’i ortaya koymuştur.

Doğumu yüzyılın üçüncü çeyreğine denk gelen Stanislavski’nin devrim niteliğindeki çalışmalarını meydana getirdiği ülkesi Rusya İmparatorluğu da on dokuzuncu yüzyılda, dünyanın birçok ülkesinde olduğu gibi değişime ayak uydurmaktadır. Yüzyılın başı, ekonomik, sosyal, kültürel ve siyasi olayların yaşanmakta olduğu, anayasal düzenleme ve serilerin özgürlüğüne kavuşması isteğiyle ayaklanmaların meydana geldiği bir dönemdir. Dönemin önemli iki olayı; 1812 yılında meydana gelen Anayurt Savaşı² ve 1825 tarihli Dekabrist Ayaklanması³ olmuştur (İlca, 2016, s.

² 1812 Anayurt Savaşı, Rusya’da verilen isimdir. (İlca, 2016, s. 111) Başka kaynaklarda Napolyon’un Rusya seferi olarak karşımıza çıkmaktadır. Rusya’nın zaferiyle sonuçlanmıştır. (Brockett & Hildy, 2016, s. 294)

³ “Ayaklanmanın Aralık ayında gerçekleşmesi sebebiyle, ayaklanmaya destek veren subaylar Rusçada *Aralıkçı* anlamına gelen *Dekabrist* sözcüğü ile nitelendirilirler. [...] Dekabristlerin önemli bir bölümünü şair ve yazarlar oluşturur.” (İlca, 2016, s. 111)

111). Avrupa'daki aydınlanma sürecinden cesaretlenen Rus entelektüellerinin desteği ile çıkan Dekabrist Ayaklanması, tıpkı 1848'lere kadar Avrupa'da yaşanan ayaklanmalar gibi başarısız olmuş, serilerin özgürleşmesi arzuları ancak 1861 yılında gerçekleşmiştir. Rose Whyman, Stanislavski'nin 1938'e kadar süren yaşamını, önemli tarihi olaylarla bağdaştırarak *"1861 'de serflerin özgürlüğüne kavuşması Stanislavski 'nin yaşamının başlangıcında insancıl ilerlemenin simgesiyken, yaşamının sonlarına doğru Stalin 'in temizlik hareketinin başlaması acımasızlığın simgesi oldu"* (Whyman, 2012, s. 24). demiştir. Rus toplumu, 1917 Ekim devrimine değin yönetimin ciddi baskı ve sansürü altında huzursuz bir şekilde feodaliteyle ve sınıf farklılıklarıyla savaşımını sürdürmüştür (Kadioğlu, 2016, s. 140). Marksizmin etkileriyle, işçi sınıfının başrolünde olduğu Ekim

Devrimi Rusya'da monarşinin sonunu getirerek sosyalizme doğru giden yolu açmıştır. David North, *"Marksizm, işçi sınıfına, bir parçası olduğu tarihsel sürece ilişkin bir kavrayış sundu ve böylece, bu sınıfı tarihin nesnesinden, bilinçli öznesine dönüştürdü. İşçi sınıfının Marksist eğitimi, 1847'de başladı. Yetmiş yıl sonraki Ekim Devrimi, bu büyük aydınlanma sürecinin ürünüydü "* (North, 2019, s. 15). sözleriyle devrimin uzun süreli bir yapısal değişikliğin sonucu olarak meydana geldiğini belirtmiştir. Devrimden sonraki yıllarda, Bolşeviklerin iktidara gelmesiyle Marksist ideolojinin ve devrim isteğini yaratan ideal koşulların; toplumda sınıfsal farklılıkların olmadığı bir düzenin sağlanması ve sosyalist rejimin kurulması için çalışmalar yapılmaktadır. Sanatın da bu isteğin bir parçası olması tiyatro anlayışını etkilemiştir. 1919 yılında tiyatroların devletleştirildiği ve repertuvarların halka devrim propagandası yapmak maksadıyla devletin kontrolünde oluşturulduğu görülür. *"Diğer yönetmenler gibi Stanislavski de hükümetin Sovyet toplumunda amaçlarına ilişkin görüşlerine uygun bir repertuvar bulma baskısı altındaydı"* (Whyman, 2012, s. 59) sözleriyle Whyman, dönemin tiyatro anlayışının devlete hizmet etme maksadıyla dönüşmek mecburiyetinde kaldığını belirtmektedir. 1920'lerin sonunda Stalin'in hükümetin başına geçmesiyle baskı yönetimi farklı bir boyut kazanmış, ağır sansürlerin uygulandığı bir hal almıştır. 1953 yılında Stalin'in ölümüne dek Rus toplumu ve Rus Tiyatrosu, bu baskı ve korku perdesinin altında bir yaşam sürmüştür (Gürsoy, 2016, s. 287-299).

Toplumsal olayların ve sanatın birbirine koşut olarak ilerlediği düşünüldüğünde tüm bu süreçlerin, on dokuzuncu yüzyıl başından yirminci yüzyıl ortalarına kadar, Rus tiyatrosunu meydana getiren

egemen görüşlerin, Stanislavski'nin sanatsal kimliğinin oluşmasında da etkili olduğu görülmektedir. On sekizinci yüzyılın son çeyreğinde, yönetim tarafından yapılan reformların neticesinde serilerin toprak sahiplerine mutlak bağlılığının oluşması, "serf tiyatrosu" geleneğinin ortaya çıkmasına sebebiyet vermiştir. Dönemin eğlence anlayışını keskin bir şekilde etkilemiş olan serf tiyatroları, şehirlerde soyluların, taşrada toprak sahiplerinin, gündüzleri çocuklarına bakıcılık yapan ya da tarlalarında çalışan serilerine akşamları evlerinde kurdukları sahnelerinde tiyatro oyunları sergiletmeleri şeklinde tanımlanabilir (Özberk, 2016, s. 73-89). Serilerin zorlu koşullar altında çalıştıkları bu gelenek kısa zaman içinde Rus tiyatro anlayışının odak noktası haline almıştır. Şehirdeki ya da taşradaki serf tiyatrosu sahiplerinin bazılarının serilerine eğitim aldirmaları, tiyatrolarının kostüm ve dekorlarına yüklü miktarlarda harcama yapmaları tiyatroya verdikleri önemi kanıtlar nitelikte olsa da yetenekli serf aktörlerin alınıp satılması, kötü performans sergiledikleri takdirde kırbaçlanmaları ve pek çok insani haktan mahrum bırakılmaları sanatın insancıl ve hümanist taraflarından uzak kalındığının göstergesi olarak kabul edilebilir. Stanislavski *Sanat Yaşamında* serf tiyatrolarından bahsederken bu geleneğin tiyatronun gelişimine faydalı olması ile insani haklardan uzak olmalarına dair bu ikilemi aktarmıştır:

Bu esin perisinin köleleri o zamanlar gerçekten çetin koşullar altında yaşamaktaydılar. Bakarsınız, efendileri bir gün göklere çıkarır onları, ertesi gün ahırda çalışmaya yollar; üçüncü gün de öküz, inek gibi satıverirdi. (...) Bununla birlikte, Rus tiyatrosu gelişme yönünden, bu yerli ve yerel topluluklara çok şey borçludur. Zengin efendiler, kölelerinin eğitimi amacıyla dış ülkelerden öğretmenler getirmişler; sahneye koydukları piyeslerin niteliği ve görkemi bakımından birbirleriyle yarışarak köle oyuncularının yeteneklerinin gelişmesine çalışmışlardır. (Stanislavski K. , *Sanat Yaşamım*, 2011, s. 8)

1824 yılında, daha sonra Stanislavski'nin 'benim üniversitem' diyerek adlandıracağı Maly Tiyatrosu kurulmuştur. Rus tiyatrosu için önemli bir yere sahip olan Maly Tiyatrosu'nun Stanislavski için böyle bir unvan kazanmasının sebebi, Rus tiyatrosunun önemli oyuncularından Mihail Şepkin'in tiyatronun kuruluşundan ömrünün sonuna kadar çalıştığı, çağdaşlarının ilerisinde olan oyunculuk anlayışını oluşturduğu ve öğrencileri aracılığıyla sonraki nesillere aktardığı kurum olmasıdır. Mihail Şepkin'in Rus tiyatrosu için - ve sonradan Stanislavski için de- önemli olmasının gerekçesi ise, Şepkin'in oyunculuk anlayışının temelinde olan gerçekçilik arayışıdır. Bir serf olarak dünyaya gelmiş olan Şepkin, 1822 yılında hayranlarının özgürlüğünü satın almasıyla özgür bir aktör olmuş ve 1824 yılında Maly Tiyatrosu'nun açılış gösterisinde rol aldıktan sonra kırk yıl boyunca bu tiyatrodaki çalışmıştır, böylelikle bu tiyatro 'Şepkin Evi' olarak anılmaya başlanmıştır (Benedetti, Stanislavski: Bir Giriş, 2012, s. 25). Şepkin'in oyunculukta doğallık arayışı sırasında yaşadığı süreç ile Stanislavski'nin yaklaşık yarım yüzyıl sonra geçtiği süreçler arasındaki benzerlik

dikkat çekmektedir. Döneminin oyunculuk anlayışının yozlaşmış halinden duyduğu rahatsızlık, izlediği başka oyuncuların sahnedeki doğallığından etkilenmesi sonucu kendi oyunculuğunu sorgulaması ve üzerinde çalışarak ulaştığı doğal oyunculuğu ve çağdaşı olduğu yazarlardan gerçekçiliği benimsemiş olanlarla kurduğu bütünleşme Stanislavski ile paralel bir yönelim izlemiştir. Maly Tiyatrosu'nun kurulmasına doğru, 1823'te, Puşkin tiyatrodaki gerçeğe uygunluk sorunuyla mücadele içindedir. Sahne kullanımında henüz dördüncü duvar fikri gündeme gelmemişken ve oyun sırasında seyircilerin bulunduğu bölüm de aydınlıkken Puşkin'in aklında seyircinin oyunun dünyasına nasıl gireceği ve tiyatrodaki gerçekliğin nasıl yaratılacağı soruları bulunmaktadır. 1830 yılında kaleme aldığı, ancak ölümünden sonra yayımlanan bir makalesinde Puşkin, bu soruların çözümünü oyun yazarlarının metinlerinde gerçekçiliği yaratmalarıyla sağlanabileceğini belirtmiştir: “*Tutkulara ait gerçeklik, verili koşullarda deneyimlenen duygulardaki gerçeğe benzerlik, zekamızın bir oyun yazarından talep ettiği şey budur*” (Benedetti, Stanislavski: His Life and Art, 1999, s. 15). Çağdaşı Gogol de tıpkı Puşkin gibi tiyatrodaki gerçekliğin peşine düşerken ünlü oyunu *Müfettiş*i oynayacak oyunculara tavsiyeler vermiş, oyunculukta doğallığın önemini şu sözleriyle aktarmıştır:

Zeki aktör... rolünün amacını, karakterin yaşamını yönlendiren, aklına kazınmış ve zihnini sürekli meşgul eden temel, başlıca kaygılarını yansıtmalıdır. Bunu kavradıktan sonra, aktör onu o kadar iyi özümsemelidir ki, karakterin düşünceleri ve davranışları kendisine aitmiş gibi olur ve performans süresince zihninden ayrılmaz. (Benedetti, Stanislavski: His Life and Art, 1999, s. 15)

Puşkin ve Gogol'ün tiyatro anlayışı ve oyunculuk hakkındaki görüşleri, Maly Tiyatrosu'nun çağa uygun, sağlam temellerle yolculuğuna başlamasını sağlayan etken olarak kabul edilebilir. Bu temelde büyük bir payı olan Şepkin'in de hem çağın oyunculuk anlayışında bir kırılmaya yol açması hem de eğittiği öğrencileri aracılığıyla sonraki nesillere ışık tutması ile dolaylı olarak yirminci yüzyıl tiyatrosunu etkilemiş olduğu söylenebilir. “*Rus tiyatrosuna sadeliği ve yaşama uygunluğu ilk o getirmiş, öğrencilerine duyguların gerçek yaşamda dile getiriliş yolunu ilk o öğretmiştir*” (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 9). sözleri ile Stanislavski bu etkiyi doğrulamaktadır. Stanislavski'nin bu sözlerindeki ‘sadelik’ ve ‘yaşama uygunluk’ tanımlarının gelişigüzel kullanılmış tanımlar olmadığını Benedetti'nin Şepkin'in *Hatıralar'ından* yaptığı aktarımla anlamak mümkündür.

Kimsenin doğal bir sesle konuşmadığı zamanlardı; oyunculuk abartılı ve çirkin hitabetten oluşur, sözcükler olabildiğince yüksek sesle söylenir, hemen her söze bir jest eşlik ederdi. Özellikle aşk sahnelerinde öyle yüksek sesle konuşulurdu ki hatırladıkça gülerim; aşk, tutku, ihanet sözcükleri insanın ulaşabileceği en yüksek ses seviyesinden haykırılırdı. Henüz, oyuncuya yardım edecek herhangi bir yüz oyunu yoktu, oyuncunun sahneye ilk girişinde takındığı doğal olmayan, gergin yüz ifadesi bütün oyun boyunca devam ederdi. Ve bir de, bir oyuncu güçlü bir konuşmayı sonlandırıp sahneden çıkacağı vakit, sağ elini havaya kaldırmasından anlaşılır ve böylelikle sahneyi terk ederdi. (Benedetti, Stanislavski: Bir Giriş, 2012, s. 23)

Şepkin böyle bir tiyatro atmosferinde, doğal oyunculuğa dair arayışını gerçekleştirmiştir. Tiyatro yaşamına

serf-aktör olarak başlaması, özgürlüğüne kavuşması, gözlem ve deneyimleri sonucu kendine has bir estetik anlayışı geliştirmesi oyunculukta doğallığın, oyuncunun sahnede birtakım duygulan hissediyormuş gibi yapmasındansa gerçekten hissetmesinin önemini fark etmesine sebep olmuştur.

Mekanik oynamak çok daha kolaydır; bunun için tek ihtiyacın mantıktır. Mantık, taklidin doğaya yaklaşabileceği kadar seni sevince ve kedere yakınlaştırır. Ancak duygu odaklı bir oyuncu için bu durum oldukça farklıdır. O işe her şeyden önce kendi kişiliğini yok etmekle başlar... ve yazarın olmasını amaçladığı karakter olur. Yazarın istediği gibi yürür, konuşur, düşünür, hisseder, ağlar, güler. Onun çabalarının nasıl daha anlamlı hale geldiğini görürsün. İlk oyunculuk tarzında sadece yaşıyormuş gibi yapman gerekir, ikicisinde ise gerçekten yaşamak zorundasın. (Benedetti, Stanislavski: His Life and Art, 1999, s. 16)

Rus tiyatrosunda psikolojik gerçekçiliğin merkezi olan Maly Tiyatrosu bu önemli şahısların bu kurumda, aynı zamanda, bir arada olması şansından faydalanmıştır. Puşkin'in, Gogol'un, Tolstoy'un, Gorki'nin eserlerine incelikle işlemiş oldukları gerçeklik duygusu dönemin etkisi altında olduğu gerçekçilik akımıyla ilişkilidir. Stanislavski'nin oyunculuk anlayışı ve daha sonra geliştirdiği yöntemin temeli incelendiğinde, Şepkin'in görüşlerinin yankılarıyla karşılaşmak mümkündür. Stanislavski'nin gelişim sürecinde toplumcu gerçekçiliğe, sonradan sosyalist gerçekçiliğe evrilerek devam etmiş olan akım Rusya'da sanatta etkisini uzun süre sürdürmüştür. *"Stanislavski yaklaşımını Puşkin ve Gogol 'ün fikirleri ve gerçekçilik tanımlarına dayandırmıştır. Çağdaşları onun, Maly 'nin altın çağındaki gerçekçi geleneği yirminci yüzyıla taşıyacağına inanmıştır "* (Benedetti, The Art of the Actor, 2007, s. 109).

Tiyatronun yirminci yüzyıl ve günümüzdeki anlayışının oluşumuna olanak sağlayan bütün bu süreçlerin, özellikle Aydınlanma sonrasında kazandığı ivmenin büyük katkısı olmuştur. Tiyatronun toplum yaşantısında, haz vermenin yanında halkı bilinçlendirmek, eğitmek ve dünyanın değişen koşullarına uyum sağlamasını mümkün kılmak gibi roller edinmesi tiyatro yazarları, kuramcıları ve oyuncularını tarafından görev kabul edilmiştir. Aydınlanma çağının sonuna değin bu görev yazarlar tarafından benimsenmiş, tiyatrodaki romantizm akımının benimsenmesi itibarıyla oyunculara ve son olarak on dokuzuncu yüzyılda gelişen koşulların sonucu olarak ortaya çıkan natüralizm ve realizm akımlarının etkisiyle yönetmene devredilmiştir. Yönetmen kavramının ortaya çıkması, oyun metni aracılığıyla yazarı, oyun metninin hayata geçirilmesini ve doğru aktarılmasını sağlaması sebebiyle oyuncuyu, oyun metninde yazar tarafından kurulan dünyanın bir portresinin yaratılması anlamında sahne tasarımını, dolayısıyla bütüncül bir yaklaşımla tiyatrosunun değer kazanmasına olanak sağlamıştır.

1.2. Stanislavski, Sistem ve Duyu Belleği Çalışmaları

Oyuncunun sahne üzeri deneyimini esine dayalı ve rastlantı olmaktan kurtarmak adına bir yaşam boyu çalışmış olan Konstantin Sergeyeviç Alekseyev Stanislavski, doğadan ilham alarak ve bilimi sanatıyla harmanlayarak gerçekçi oyunculuğun yöntemselleşmesini sağlamış, sanatını çağının ilerisine taşımıştır. ‘Stanislavski Sistemi’ adıyla bilinen oyunculuk yöntemi, hep daha iyisini başarma umuduyla kendi deneyim ve gözlemleri ile oluşmuş, yazdığı notları ve eserleri sayesinde günümüze ulaşarak oyunculuk sanatının gelişimini sağlayan oyuncu, yönetmen ve eğitmenlere ilham vermiş, öncülük etmiştir. *“Bir oyuncu yaşamı boyunca çalışmalı, zihnini işlemeli, yeteneklerini yöntemlice eğitmeli, karakterini geliştirmelidir; hiçbir zaman umutsuzluğa kapılmamalı -sanatını bütün gücüyle ve özveriyle sevmek amacından sapmamalıdır ”* (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. xi) diyerek kendi yaşamının da merkezinde yer alan oyunculuk sevdasını kalbinde taşıyan her oyuncuya çalışmayı ve sanatını daha ileriye götürecek yolları kendi deneyimlerinden yaratmayı öğüt vermiştir. Kendi araştırmaları sonucu bir oyunculuk yöntemi yaratan her eğitmen, kendi sahne deneyimini iyileştirme maksadı taşıyan her oyuncu ve bu alanda kuramsal çalışmalar yürütmekte olan her tiyatro araştırmacısı ve kuramcısı Stanislavski’nin ektiği tohumların yeşerdiğinin canlı örnekleri ve kanıtlarıdır. Oyuncu, yönetmen ve eğitmen olarak Stanislavski, sistemi aracılığı ile yalnız ülkesi Rusya’da değil başta Amerika ve Avrupa olmak üzere dünyanın birçok yerinde oyunculuk sanatının ilerleyişini değiştirmiş, oyunculuğun her evresinin içsel ve dışsal olarak sistematik bir şekilde çalışılmasıyla oyuncunun yaratıcılığını tetikleme yoluyla sahnede organik bir yaşantı kurulmasını hedeflemiştir. *“Stanislavski’nin kariyeri; sahne tutkunu bir çocuğun, olgun, sorumluluk sahibi bir oyuncu ve eğitmene sancılı evrimi şeklinde tanımlanabilir”* (Benedetti, Stanislavski: An Introduction, 2005, s. 1).

Konstantin Sergeyeviç, 1863 yılında Moskova’da varlıklı bir ailenin çocuğu olarak dünyaya gelmiştir. Çocukluğundan itibaren tiyatroya ve oyunculuğa olan ilgisi, anne ve babasının sayesinde izleme olanağı bulduğu tiyatro oyunları, operalar ve sirk gösterileri, evlerinin bitişiğinde babası tarafından oluşturulan küçük tiyatrolarında amatör oyunculuk deneyimlerine sahip olması Stanislavski’ye tiyatro ve oyunculuk hakkında erken başlayan düşünceler aşılamıştır. Stanislavski *Sanat Yaşamım’da* evlerinin bitişiğinde babası tarafından kurulan tiyatrolarında ilk amatör oyunculuk tecrübelerinden bahsetmektedir. Henüz on dört yaşındayken edindiği bu deneyimlerde oyunculuk yöntemi tamamen taklide dayalı olmuştur. *Bir Bardak Çay* ve *İhtiyar Matematikçi* isimli birer perdelik iki piyesteki rollerinin hazırlık aşamalarını ve sonuçlarını aktarmıştır. Maly Tiyatrosu’nda sevdiği bir aktörün taklidiyle oynadığı *Bir Bardak Çay* piyesinde, seyirci karşısında büyük bir sanatsal heyecan duyduğunu belirtmiş, tıpkı her hareketini ve vurgusunu yansıladığı aktör gibi güzel bir

oyunculuk sergilediğini düşündüğü sırada, konuşmalarının kısık ve anlaşılmaz olduğu, hızlı ve aşırı hareketli olması sebebiyle oyununun başarısız olduğu eleştirisini aldığı söylemiştir. *İhtiyar Matematikçi* piyesinde ise taklit edebileceği tek bir aktör olmaması gerekçesiyle oyunu beğendiği farklı farklı aktörlerin taklitleriyle hazırladığını belirtmiş, rolünü parça parça beğense de bir bütün olarak ortaya çıkan sonuçtan memnun olmamıştır. 1877 yılında edindiği bu deneyimlerin sonuçları olarak, “*Sahne üzerindeyken oyununuzun salonda yarattığı izlenimle, sizin kendi izlenimleriniz arasında ne büyük fark var!*” (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 59) diyerek oyuncu ve seyircinin deneyimlerinin farklı olabileceğini anladığını belirtmiştir. “*Bir rolü oynarken, o rolün aktörün içine girmemesi sonucunda duyulan azaptan daha büyük bir azap olamaz; rolü sadece oynamak yetmez*” (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 60). sözleri ise, gelecekte sistemin çıkış noktasını oluşturacak olan oyuncunun rolünü yaşaması gerekliliğini fark ettiğini göstermektedir. Stanislavski, çocukluk yıllarında benzer pek çok deneyim yaşamış ve bu deneyimlerden yola çıkarak oyuncunun role hazırlık sürecinde ve sahne üzerinde yapması ya da yapmaması gerekenlere ilişkin düşünmeye, yaşadığı benzer deneyimlerden keşfettiği yeni sorunlara ve karşılaştığı problemlere çözümler aramaya başlamıştır. “*İzlenimlerini, yaşadığı zorlukları analiz ettiği ve tasarladığı çözümlerini kaydettiği bir not defteri taşımaya başlamış ve bu çalışmaya yaşamı boyunca devam etmiştir*” (Benedetti, Stanislavski: An Introduction, 2005, s. 3). Stanislavski'nin genç yaşlarından itibaren sahne üzeri deneyimlerine ilişkin sorunları irdelemeye ve problemlerini çözmeye yönelik arzusu, oyuncunun sahne gerçekliğini sağlayacak bir yöntem bulma isteğine öncülük etmiştir. “*Stanislavski 'doğuştan yetenekli ' olsaydı, bir oyuncu olarak yeteneği - kimilerine göre dehası- dolaysız ve kendiliğinden bir çıkış yolu bulmuş olsaydı, 'sistem ' diye bir şey olmayacaktı. Büyük yeteneklerini özgürce dışa vurmasını engelleyen bariyerleri ortadan kaldırmak yıllar süren ısrarlı ve aralıksız çabasının sonucu gerçekleşti* ” (Benedetti, Stanislavski: Bir Giriş, 2012, s. 17). Stanislavski, oyunculuk yaşamı boyunca engel olarak tanımladığı pek çok sorunla karşılaşmıştır. Amatör deneyimlerinde kendi yaşadığı zorluklar ve konuşmasının anlaşılmaması, sahne üzeri heyecanını dizginleyememesi, hareketlerini kontrolsüz bir biçimde aşırıya kaçarak yaptığı ve doğru ölçü duygusuna sahip olmadığı şeklinde eleştiriler alması ile bir çıkmazı ve çözümünü; “*Bir aktörün yaratıcılığıysa, sesi ve bedeni, boyun eğen bir çalgı gibi, bir virtüözün güvenilir ellerinde bulunmakla birlikte, ruhundan doğmalıdır. Bir kemanda yanlış bir ses çıkarsa, işte o zaman dert baş gösterir. Kemancı ne kadar iyi hissederse etsin, hissettiklerini yorumlayamaz. Akortsuz bir çalgı, sanatçının yorumlayıcı yaratıcılığını baştan sona bozacak, berbat edecektir. Bizim çalgımız -seyredenlerin de kabul ettiği gibi, sesimizle bedenimiz- akortsuzdu*” (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 69). diyerek açıklamıştır. Deneyimlerinin haricinde Stanislavski için ilerlemenin kaynağı sayılabilecek bir önemli etken de çok sayıda oyun izleme şansına erişmesi ve izlediği

oyuncular üzerinde yaptığı gözlemlerdir.

Rus oyuncuların sahneye çıkmalarının yasak olduğu Lent döneminde, Moskova’da sahneye çıkan Salvini ve Duse gibi yabancı oyuncularını da seyretme olanağı buldu. Dahı oyuncuların rahatlığı, doğallığı ve akışkanlığı ile kendisinin hem anlaşılmaz konuşmaları ya da bağırtıları hem de gerginlikten katılaşıp ya da istemsizce sallanan kollarıyla gerçekleştirdiği umutsuz çabası arasındaki çelişki üzerinde derin bir etki bıraktı. Onlar *yaratmışlardı* o ise sadece başkalarının daha önce yaptıklarını sadece şöyle böyle taklit edebilmekteydi. İçinden ‘sistem’in büyüüp gelişeceği tohum, onun büyük oyuncularında var olan “doğallığı” keşfetmeye uğraşmasında saklıdır. (Benedetti, Stanislavski: Bir Giriş, 2012, s. 19)

Buradan hareketle, Stanislavski’nin ilk tecrübelerinden ve gözlemlerinden çıkardığı sonuçların; oyuncunun doğallığı yakalaması ve doğru ölçüyü bulabilmesi için ses ve beden eğitiminin olması gerekliliği yönünde olduğu kabul edilebilir. Eğitim almanın faydalı olacağını düşünen Stanislavski 1885 yılında bir tiyatro okulunun seçmelerine girmiş ve okula kabul edilmiştir. Ancak oradaki eğitimin niteliğini beğenmediği ve okula düzenli devam edemediği gerekçesiyle bu eğitimini üç hafta sonunda sonlandırmıştır. Bu okulu, oyunculuk yapmak isteyen öğrenciye bir yöntem sunmaması ve hocaların bu sanatı öğretmekten ziyade öğrenciyi eğitimi taklit etmeye yönlendirmesi gibi sebeplerle eleştirirken *“Bir tek şey düşünmeye başladım: kendi kendim olarak kalmak, olabileceğim ve olmam gerektiği kadar doğal olmak, hiçbir profesörden öğrenemeyeceğim, kendi kendime de öğretemeyeceğim şeyi yalnız doğadan ve zamandan öğrenmeye çalışmak”* (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 89) sözleriyle oyunculuğunu geliştirecek ve eksikliklerini giderecek etmenleri doğada arayacağını belirtmiştir.

Stanislavski’nin, drama okulu tecrübesinden sonra kendini ve oyunculuğunu geliştirme isteğiyle çalıştığı, fiziksel engellerine dair farkındalık kazandığı ve bu engelleri ortadan kaldırmanın bir yolu aradığı dönemde Maly Tiyatrosu ile çalışması, geliştirdiği sanat anlayışı için önemli bir etkidir. Oyunculuğunda bariz bir şekilde bir yöntemin eksikliğini hissettiği ve sanatsal formunu oluşturmaya ihtiyaç duyduğu bu dönemde, 1888 yılında Maly Tiyatrosu’ndan oyuncularla birlikte bir yardım gösterisinde yer almıştır. Burada, 1889 yılında evleneceği hayat arkadaşı *Lilina* ile tanışması ve Şepkin’in öğrencilerinden Aleksandr Fedotov ve eşi Glikeria Fedotova’yla birlikte çalışmış olmaları yaşamının dönüm noktalarından biri olmuştur. Bu birlikteliğin bir sonucu olarak Stanislavski ve Fedotov, uzun yıllar çalışacakları, Stanislavski’nin pek çok oyunculuk deneyimi yanında sanat yönetmenlik deneyimleri kazanmasını ve sanat çevrelerinde tanınmasını sağlayacak Sanat ve Edebiyat Derneği’ni 1888 yılında kurmuşlardır. Oynadığı rollerde, rolün hazırlık süreçlerine ilişkin, Sanat Yaşamım’da aktardığı üzere çoğunlukla vücudundaki, kaslarındaki gerginlik, karakter yaratma konusundaki düşünceleri ve Fedotov ile Fedotova’nın bu süreçlerdeki destekleri sayesinde oyunculuk hakkında dönüşen fikirleri baskındır. *“Fedotov ile çalıştıktan sonra, Stanislavski eski yollara asla geri dönemeyeceğini, amatör yöntemlerin asla haz vermeyeceğini anlamıştır”* (Benedetti, Stanislavski: His Life and Art, 1999, s. 27). 1891 yılında ilk yönetmenlik deneyimi ise, Fedotov’un yönetmenlik anlayışına ve Saxe-Meiningen oyuncularının Rusya turnesinde şahit olduklarına benzer, aşırı kuralcı mizansenlerle, her şeyin dakika dakika planlandığı sıkı sıkıya bir çalışmayla neredeyse diktatör bir yönetmen olmasıyla gerçekleşmiştir (Merlin, 2003, s. 10). Daha sonra edindiği başka bir yönetmenlik tecrübesinin ardından *“Bu yönetmenlik deneyimi, oyuncuya dışardan nasıl yardım edilebileceği konusundaki bilgimi daha da artırdı ”* (Stanislavski K. , Sanat

Yaşamım, 2011, s. 245) sözleri ise Stanislavski’nin Sanat ve Edebiyat Derneği’ndeki

çalışmalarının gelişimini ne kadar önemli bir yönde etkilediğinin altını çizmektedir.

Teatral olmakla, hakiki olmak arasında gidip geldiği her prova aşaması, Stanislavski’ye yeni sorulara yeni cevaplar bulması gerektiğini göstermiştir. Sisteme doğru giden yolda

önemli adımlar olan bu deneyimler sayesinde, Stanislavski daha sonra sıklıkla

kullanacağı 'oyunculüğün grameri' kalıbını ilk kez bu dönemde söylemiştir.

Sorun yaşamı aktarmaktı, klişeye düşmeden gerçeği sahneye getirmek ve aynı zamanda gerçek anlamda teatral olmak. Bu gelişme kaydetmek istiyorsa çözmesi gereken bir problemdi. Basit bir yöntem elde etmesi gerektiğini hissetti, kendi deyimiyle temel bir 'gramer'. Oyuncu sahnede ve seyircinin karşısında evinde gibi hissetmelidir. Özgüven kazanabilmek için kaslarını kontrol edebilmeye ihtiyacı vardır. (Benedetti, Stanislavski: His Life and Art, 1999, s. 34)

Sanat ve Edebiyat Derneği'nde geçen on dört yılın ardından, 1897 yılında ünlü Rus oyun yazarı ve tiyatro eğitmeni Nemiroviç-Dançenko tarafından gelen bir davetle Rus tiyatrosu için çok önemli bir kurum olacak olan Moskova Sanat Tiyatrosu'na doğru giden yol açılmıştır. Nemiroviç- Dançenko, anılarında anlattığı üzere, Stanislavski'ye buluşma talebi için yazdığı mektubunda yeni bir tiyatro kurma hayalini ve amaçlarını aktarırken "*Kendilerine yuva bulamayan Çehov, Hauptmann ve diğerlerinin önde gelen eserlerine yuva olan, gençlerin yetişeceği, yeteneklerin büyüyeceği ve son olarak da yeni bir yolda gidecek bir tiyatro kurma olasılıkları üzerinde* " (Ceylan, 2016, s. 206) konuşmak istediğini belirtmiştir ve Stanislavski'den hızla gelen cevapla görüşme gerçekleşmiştir. On sekiz saat süren görüşmede kuracakları tiyatronun temel prensiplerine ilişkin detayları konuşan Stanislavski ve Nemiroviç-Dançenko, özellikle çağın tiyatro anlayışına karşı duydukları ortak rahatsızlık sebebiyle reform niteliğinde kabul edilebilecek kararlara varmıştır.

- Küçük roller yoktur, yalnızca küçük oyuncular vardır ya da bugün Hamlet, yarın figüran ama önemli olan, figüran olarak da sanatçı olmak.
- Şair, oyuncu, sahne tasarımcısı, terzi, sahne işçisi, hepsi yalnız bir amaca, şairin yapıtına temel aldığı fikre hizmet eder.
- Tiyatronun yaratıcı yaşamına yapılan her tecavüz suçtur.
- Geç kalmak, tembellik, kapris, huysuzluk, dengesizlik, entrikalar, rolünü bilmemek, verilen talimatı birkaç kez yinelemek; bunların hepsi çalışmalar için aynı ölçüde zararlıdır; acımasızca kökten yok edilmelidir. (Cevher, 2017, s. 21)

Bu kararları verdikleri günden bir yıl sonra 1898 yılında Moskova Sanat Tiyatrosu'nun ilk provasında Stanislavski'nin oyunculara yaptığı konuşma tiyatronun halk için önemini ve her üyesiyle bir ekip tiyatrosu yarattıklarını kanıtlar niteliktedir.

Bu benim için uzun zamandır beklediğim, mutluluk kaynağımı oluşturacak bir çocuğa sahip olmak gibi bir şey. Bu çocuğu bekliyor olmamızın nedeni, maddi kazanç sağlamak istememiz değil... Unutmayın, amacımız, yoksul sınıfın karanlık yaşamını aydınlatmak, bu insanlara, çevrelerini sarmış karanlık içinde mutluluğu, estetik duygular tadabilecekleri dakikalar armağan etmektir. Akılcı, ahlak değerlerini savunan, herkese açık ilk tiyatroyu kurmak için çabalıyor, yaşamımızı bu yüce amaca adıyoruz. (...) Parolamız, 'her konuda iş birliği' olsun. (Çalışlar, 1996, s. 15)

Nemiroviç-Dançenko da Stanislavski de çağlarının yozlaşmış tiyatro anlayışının getirisi olan 'yıldız-oyuncu sistemi'ne ve yıldız oyuncuların keyfi hareketlerine bağlı gelişen prova ve oyun düzenine, provalara geç kalan, repliklerini ezberlemeden gelen ve yönetmeni hiçe sayan oyuncularla disiplinsizlik içinde geçen tiyatro ortamına karşı durmuşlardır. Bu tiyatro atmosferinde, rollerin basmakalıp ve klişelerle örülü olması, yazarın metnine ilişkin detaylar ve yönetmenin anlayışı önemsenmemektedir. Keza yönetmenler de oyunları oyun

metninin anlamına ve ne anlatmak istediğine önem vermeden, oyuncuların sahnede amaçsızca hareket etmelerine sebep olacak mizansenler ile yönetmektedirler. Bu koşullardan uzaklaşmak isteyen Stanislavski ve Nemiroviç- Dançenko, Moskova Sanat Tiyatrosu kadrosunun yıldız oyuncularından oluşmayacağı, oyunların dramatik yapısına önem verilerek yönetileceği, herkesin bütününe yararına ve nihayetinde toplumun yararına çalışacağı konularında titizlik gösterilecek bir tiyatro meydana getirmişlerdir.

Moskova Sanat Tiyatro'sunun açılışının aylar öncesinde repertuvar belirlenmiş ve Puşkino'da bir ambarda provalara başlanmıştır. Henüz hiçbir personeli olmayan tiyatrodaki bulunan tüm ekip mekânın temizliği, yemek ve prova düzeniyle ilgili konularda hep birlikte çalışmıştır. Bu provalar sırasında ekibin bir parçası olan Olga Knipper, *"Birbirimize yabancı değildik, çünkü hepimiz yürekte tek bir amaç için çalışıyorduk. Her türlü zorluğa ve engele göğüs germeye hazırдық. Uğruna bir araya geldiğimiz ve hazırlandığımız bu göreve inanıyorduk..."* (Çalışlar, 1996, s. 16) sözleriyle bu önemli amaç uğruna bir bütününe parçası gibi hissettiğini belirtmiştir. Stanislavski, oyuncularla dört beş oyunu birden çalışmaktadır ve bu provalar sırasında kullandığı alışılmışın dışındaki çalışma yöntemi herkesi şaşırtmıştır. Nemiroviç-Dançenko şahit olduğu çalışmalardan etkilenerek *"Aleksyev yetenekli değildir, hayır, o bir dahi, bir yönetmen-egitmen... Bu nasıl bir bilgi dağarcığı, bu nasıl bir hayal gücüdür..."* (Benedetti, Stanislavski: His Life and Art, 1999) diyerek yeteneği karşısındaki hayranlığını dile getirirken, okullu oyuncularından biri olan Vladimir Lanskoï bir provada üç yıllık okul eğitiminden daha fazla şey öğrendiğini belirtmiştir (Benedetti, Stanislavski: His Life and Art, 1999).

İlk sezon için planlanan oyunlar arasında belki de en önemlisi Anton Pavloviç Çehov'un *Martı* isimli piyesidir. Stanislavski'nin 'prodüksiyon plan'ı hazırlayarak çalıştığı *Martı* oyunu, Stanislavski'nin Rus tiyatrosunda yapmak istediği devrimlerin, gerçekçi oyunculuğun, sahne düzenlemesinin, dekorun, sesin, efektlerin ve ışığın kullanımıyla doğalcılığın bir sembolü olmakla kalmamış, Moskova Sanat Tiyatrosu'nun ve

Stanislavski'nin Çehov'la bir bütün halinde anılmasının da başlangıcı olmuştur.

Stanislavski'yi oyunculuk konusunda önemli keşiflere - yani, bir rolün temsil edilmesinin değil, sahne üzerindeki bir rolde yaşamın yaratılmasının önemine, set, kostüm ve efektte otantiklik yoluyla aktörlerin dışsal gerçekliği hissetmelerini sağlamanın bir yolu olarak 'duygudurum'un yaratılmasının oyunculukta içsel gerçeğin ortaya çıkacağına- yönlendiren, Anton Çehov'un oyunları üzerindeki çalışmalar oldu. MST'nin başarısı kesinlikle Anton Çehov'la bağlantılıydı. Stanislavski, 1898'de *Martı*'yla başlayan Çehov oyunlarına izleyici ve aktör için gerçeği yaratma çabasıyla doğalcılık ayrıntıları egemen oldu. (Whyman, 2012, s. 51)

Stanislavski'nin *Martı* deneyimi sahne donanımının kullanımı, dekor, kostüm ve aksesuardaki gerçekçi yaklaşımı, ses ve efekt kullanımı gibi yeniliklerle dolu olması anlamında değişimin simgesi olmuş olsa da, esas önemli dönüşüm oyunculuğa dair gerçekçi etmenlerin arayışında meydana gelmiştir. Stanislavski, daha önceki deneyimlerinden ve tiyatro anlayışında değişimin mutlaka gerçekleşmesi gerektiğine inandığı kısımlardan metne bağımlı bir

sahneleme yaratımı için özellikle gayret sarf etmiştir. Oyunculuk özelinde yaratıcılığın doğmasını sağlayacak yollar aramış olsa da dışsal öğelerin içsel bir hareketlenme yaratmada yeterli olmadığını farkına varacağı

süreç özellikle Moskova Sanat Tiyatrosu'nun 1906'ya kadarki prodüksiyonları sırasında olmuştur. Yaratıcılığın pek çok gayrete rağmen rastlantıya dayalı olmasından duyduğu

rahatsızlığı, *Sanat Yaşamım'da "...yaratıcılığımızı rastlantıya bırakmak, yeteneklerimizle yetilerimiz üzerine dayamak, şans kuramına bağlamak doğru muydu?*

Biz imge peşinde koşuyorduk" (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 336) sözleriyle

henüz tiyatronun açılış temsilinde dahi taşımakta olduğunu belirtmiştir. Bu sebeplerle,

Martı prodüksiyonu nasıl Moskova Sanat Tiyatrosu'nun geleceği için önemli bir

noktaysa, Stanislavski için ve onu sisteme götürecektir, oyunculukta yaratıcılığı sağlamaya

yönelik arayışı için de aynı öneme sahip olmuştur.

Stanislavski'nin öğretilerinde yer alan kavramlar için en ideal uygulama alanı gibi görünen Çehov'un oyunları, aynı zamanda bu kavramların üretilmesine yol açan dramaturgiyi yansıtır. Çehov'un oyunlarındaki fiziksel hareketten çok ruhsal durumlar, fiziksel eylemlerle doldurulması gereken diyalog boşlukları, adeta kendileri birer duygu belleği göndermesi gibi geçmişte yaşayan kişiler, Stanislavski yönteminin karşılığı olan özelliklerdir. (Candan, 2003, s. 35)

Candan'ın bu yorumundan yola çıkılarak Stanislavski'nin yaratıcılığı ilhamdan uzaklaştırarak,

isteğe bağlı olarak ortaya çıkarma arzusu, oyunculunun sahnede yaşamın yaratılmasına bağlı oluşu

ile oyun metninin ve sahnelemenin bir bütünlük oluşturmasına sıkı sıkıya bağlıdır. Stanislavski,

Martın dramaturgisini, sahne düzeni, ses, efekt, dekor ve kostümleri ile bir bütün olarak

tasarlarken, kendisinin deyimleriyle ne yaptığının farkında olmasa da gerçek yaşamın sahnede

yaratılmasını sağlayacak etmenleri oluşturmuştur.

Bu genellikle aktörlerin ruhları üzerinde etki gösterdi. Dışsal gerçeği gördüler ve kendi yaşamlarından bununla bağlantılı anılar canlanıp onlarda Çehov'un sözünü ettiği duyguları gün yüzüne çıkardı. O zaman o sanatçı rol yapmayı bırakıp oyunun yaşantısını yaşamaya başladı, o dramdaki kişi haline geldi. (Whyman, 2012, s. 52)

Böylece, Çehov'un yazımındaki gerçeklik, sahnede Stanislavski'nin yarattığı gerçeklikle

bütünleşerek oyuncuların o anı ve duyguları yaşamasını mümkün kılmıştır. Çehov'un

metinlerine yerleşmiş olan sessiz anları, Stanislavski'nin içsel gerçeklikle doldurması,

Rus sahnesinde eş görülmemiş bir anlayışın oluşmasına ve seyirci üzerinde gerçeklik

etkisinin yoğunlaşmasına sebebiyet vermiştir.

Bunu bir kez görünce asla unutamazdınız, Kostia'nın odasından gelen o belli belirsiz müziği duyduğunda, Masha'nın neredeyse mekanik vals dönüşleri, o derin üzüntüsü, o sarsılma hissi, adeta yüreğinin ölümü, keskin bir umutsuzluk, bunlar o sessizliğin sonuçlarıydı. Basitçe müziği duydu ve ritme göre birkaç dönüş yaptı... Hepsi bu kadar... ama onun varlığının beyhudeliğine karşı duyduğunuz acı o birkaç sessiz dakikadan daha güçlü olamazdı. (Benedetti, Stanislavski: His Life and Art, 1999, s. 77)

Moskova Sanat Tiyatrosu, 1906 yılına kadar başarılı ve yenilikçi prodüksiyonlar sahnelemiştir, ancak bu, tiyatronun mali anlamda başarı kazanmasını sağlamaya yetmemiştir. Bu süreçte, Çehov'un *Vanya Dayı*, *Üç Kızkardeş* piyesleri sahnelenmiş ve büyük ilgi görmüştür. 1901-1902 yıllarına gelindiğinde ülkenin bir devrime doğru gitmekte olan siyasal ve toplumsal koşulları

tiyatroları da bu çizgide piyesler hazırlamaya doğru itmiştir. Stanislavski, piyeslerin gerçekçi yaklaşımlarını ve rollerin içsel çizgisini sürdürmeye özenle gayret etmiştir, ancak, sansürün ve baskının artan etkisiyle, tiyatronun bir propaganda aracı halini alması sebebiyle bu gayretin

kesintiye uğrayacağı endişesini taşımıştır. Ona göre:

Siyasal, yararcı eğilimlere, sanat dışı yollarla yaklaşan gerçek sanatın rengi solar. Sanatta eğilim, kendi düşüncelerini sanatın içinde eritmeli, coşkuya dönüşmeli, oyuncunun içtenlikli bir çabası ve ikinci doğası haline gelmelidir. Söz konusu eğilim ancak o zaman oyuncuda, rolde ve piyeste insanın ruhuna yerleşebilir. Yerleşebilir, ama o zaman da eğilim, eğilim olmaktan çıkar, kişisel bir inanç haline gelir. Seyirci tiyatrodan aldığı verilere göre kendince sonuçlar çıkarıp kendi eğilimini yaratabilir. Doğal sonuç, seyircinin ruhunda ve zihninde, oyuncunun yaratıcı çabalarıyla ortaya koyduğu verilerden doğar. Bu gerekli bir koşuldur ve ancak bu koşul var oldukça tiyatrodaki toplumsal ve siyasal nitelikli piyesler sahnelenebileceği düşünülebilir. (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 389)

Düşüncesi tiyatronun tek amacının sanat üretimi olduğu yönünde olsa da çağının gerekliliklerine uyum sağlayan Stanislavski, Nemiroviç-Dançenko ile, Moskova Sanat Tiyatrosu'nda 'toplumsal ve siyasal nitelikli piyesler' olarak adlandırdığı prodüksiyonları seyirciye sunmuştur. Ancak bunu gerçekleştirirken temel maksadı olan oyun metninin ruhsal içeriğini anlamak ve oyuncuların tam bir yalınlıkla rollerini oynamalarıyla, sahnede yaşamın yaratılması amacından uzaklaşmamıştır. Bu süreçte repertuvara Çehov'un "...bir muhripter, tahrip edilmesi gereken her şeyi tahrip etmelidir. Onun bütün gücü bu doğrultuda odaklanmıştır, yaşam da kendisini bunun için bu dünyaya çağırmıştır" (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 393) diyerek tanıttığı Maksim Gorki'nin piyesleri alınmıştır.

Stanislavski, Gorki'nin *Ayaktakımı Arasında* isimli piyesinde *Satin* karakterini canlandırdığı sırada rolün içsel çizgisini yakalamaktan uzaklaştığını, eski yöntemlerine döndüğünü fark etmiştir. Bu başarısızlığın sebebini daha sonradan İbsen'in *Bir Halk Düşmanı* isimli piyesinde Doktor Stockman rolünü oynadığı sırada anlamıştır. *Bir Halk Düşmanı* piyesi de Stanislavski'ye göre 'toplumsal ve siyasal nitelikli piyesler' kategorisinde sayılmakla beraber, Stanislavski bu rolü için "Oyunculuk yaşamımda kendimi, sahnede, repertuvarımdaki bütün öteki rollerden daha çok, *Stockman* rolünde evimdeymişim gibi hissetmişimdir. Bu rolde içgüdüsel olarak duyguların sezgisel çizgisini izledim (...)" (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 403) diyerek rolün içsel yaşantısını yarattığını, "Duyguların sezgisinden, doğal olarak, bütün özellikleri ve ayrıntılarıyla içsel imgeye geçtim" (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 403) sözleriyle içsel imgeye

ulaştığını, “*Duyguların sezgisinden dışsal imgeye geçtim; içsel imgenin doğal bir sonucu bu. Böylece, ruhça ve bedence Stockman-Stanislavski organik birliği meydana geldi*” (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 404) sözleriyle ise, karakteriyle bütünleşmeyi başardığını belirtmiştir.

Bu prodüksiyonda, edindiği yetenekleri bir araya geldi; Çehov’un oyunlarını yansıtmak için öğrendiği samimiyet ve kalabalığı yönetme kapasitesi. Oyunun ‘mesaj’ı ise, İbsen’e bırakılmıştı. Bu bilinçli olarak gerçekleşmedi. Roller ve olayları metinde olduğu gibi, ‘verili koşullara’ göre ortaya koymak için harcadığı çaba, gerçeği ortaya çıkarttı. Realist estetik açısından bu ulaşılmış bir hedefti. (Benedetti, Stanislavski: His Life and Art, 1999, s. 109)

Benedetti’nin belirttiğine ve Stanislavski’nin Satin ve Stockman rollerine ilişkin karşılaştırmasına göre, Stanislavski’nin başarısını etkileyen durum, rollere karşı edindiği farklı yaklaşımları olmuştur. “*Oyuncunun biricik kaygısı, sanatlı eylem yaratmaktır* ” (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 405) sözünden yola çıkılarak, toplumsal ve siyasal nitelikli de olsa, oyuncunun piyesin aktarmak istediği mesajdan öne, karakterin içsel imgesini koyması, bu imgeyi ve içsel çizgiyi takip ederek rolün içsel yaşantısını sahneye taşıması bir zorunluluktur. “*Stockman’da piyesin ne politikasını düşündüm, ne eğilimini; böyle olduğu içindir ki, onlar da kendi kendilerini yarattılar. Satin ’deyse, piyesin toplumsal ve siyasal önemini öne aldım* ” (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 405). Oyuncunun kendi karakterinin içsel yaşantısını yaratmasının bir sonucu olarak, piyesin aktarmak istediklerinin seyirciye iletilmesinin mümkün olduğunun bulgusunu bu sözleriyle belirten Stanislavski için Stockman rolünün özel bir önemi olduğu düşünülebilir. Bu önemin bir diğer sebebi ise, 1906 yılına gelindiğinde Stanislavski’nin uzun zamandır içinde gelişmekte olan sistem ihtiyacını canlandırma vazifesinin yine Stockman rolünde gizli olmasıdır.

Stanislavski tüm yaşamını oyunculuğunu iyileştirmeye, kendi bariyerlerinden kurtulmaya ve oyunculuğu çağının yozlaşmış anlayışından uzaklaştırarak sahnede gerçek bir yaşantı yaratmaya adanmış olsa da tüm birikiminin ve sanat hayatında edindiği tecrübenin bir yöntem haline gelmesi 1906 yılından sonraki çabalarıyla gerçekleşmiştir. 1906 yılına gelindiğinde, oyunculuğundaki eksik yönler, provalar sırasında yaratım sancıları çekerek ortaya çıkardığı karakterlerin zamanla içsel yönlerini kaybedip sahnede dışsal olanla yetinmek durumunda kalması ve yaratım sürecinin verdiği hazzı artık yaşayamıyor olması sebepleriyle bir krizin eşiğine gelmiştir. Oyunculuk yaptığı sırada, ruhunda oluşan boşluk hissini, özellikle kariyerinin en önemli rollerinden olan Doktor Stockman karakterinde hissettiğini Jean Benedetti “*Kasları otomatik biçimde karakterin dışsal görünümünü oluşturuyordu, bedeni önceden yarattığı eylemleri mekanik olarak tekrar ediyordu, ama ne içsel itki, ne duygu, ne yeniden yaratım hissi ne de hayat vardı eylemlerinde*” (Benedetti, Stanislavski: Bir Giriş, 2012, s. 42). sözleriyle açıklamıştır. Oyunculuğunda ortaya çıkan bu

ruhsuzluğun yanı sıra, 1904 yılında Çehov'u kaybetmiş olmanın verdiği mutsuzluk ve Nemiroviç- Dançenko ile uzun zamandır sanatsal anlamda anlaşmazlık içinde olmaları da bu krizi körükleyen sebeplerdir. Bu düşüncelerle ve ruh haliyle, 1906 yılında yaz tatili için Finlandiya'ya giden Stanislavski, orada tüm kariyerini, not defterlerini ve oyunculuk anlayışını gözden geçirerek 'sistem'in oluşumu için ilk adımı atmıştır.

Finlandiya tatili, Stanislavski için pek çok soru işareti ve çözülmesi gereken sorunlarla sonlanmış, sistemini geliştirmek için çok çalışacağı, gözlem, deney ve araştırma yapacağı yeni bir sürecin başlangıcı olmuştur. Moskova'ya dönüşünde, sahnede farkına vardığı ilk bulgusu, sonradan 'yaratıcı hal' olarak tanımlayacağı durum olmuştur.

Birçok kez oynadığım bir rolü gene bir temsilde yinelerken, hiçbir belirli neden olmaksızın, birden, nicedir bildiğim bir gerçeğin içsel anlamını kavradığımı hissettim. Bu gerçek, sahne üzerinde yaratıcılığın özel bir koşula, daha uygun bir terim buluncaya dek yaratıcı ruh durumu diyebileceğim bir ortama bağlı oluşuydu. (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 458)

Stanislavski'nin 'yaratıcı hal' kavramını, oyuncunun sahne üzerinde ulaşması gereken bir hal olarak benimseyerek oyuncuyu bu hale geçirecek etmenlerin arayışına girmiştir. Oyuncunun performansını olumlu yönde etkileyen bu halin koşullarını bulmak için deneyimlerin ve deneylerin yanında psikolojik dayanağını sağlamak için kuramsal araştırmalar da yapmıştır. Oyunculuk icrası, oyuncunun kişisel dertleri, günlük telaşları ve geçim kaygısını bir yana bırakmasını ve rol kişinin tasalarını, düşüncelerini ve duygularını benimsemesini gerektirmektedir. Bu 'olma' hali ise, 'yaratıcı hal'e bağımlıdır. Stanislavski bu hedefe ulaşmanın yollarını bulma düşüncesiyle odağını, özellikle gençlik yıllarında hayranlıkla izlediği ünlü oyuncular üzerinde yaptığı gözlemlere ve kendi deneyimlerine çevirmiştir. Ünlü oyuncuların sahnedeki rahatlıklarının açıklamasını "*Bu oyuncuların bedenleri, kendi içsel istekleriyle istençlerinin buyrukları altındaydı*" (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 460)

diyerek yapmış, kendi deneyimi ise sistemde önemli bir aşamaya ulaşmasını sağlamıştır.

Hareketlerim dikkatimi bedenimin üzerinde yoğunlaştırdığı, aynı zamanda ramp ışıklarının ötesinde, ön sahne çerçevesinin kara ve dehşet verici boşluğunda, yani salonda olup bitenlerden kurtardığı için sahnede bu derece rahat ve keyifli olduğumu anladım. Giderek seyirciden korkmaz oldum, hatta zaman zaman sahnede olduğumu bile unuttum. Özellikle böyle anlarda yaratıcı ruh durumunun en hoşnutluk verici düzeyde olduğuna dikkat ettim. (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 461)

Dikkat ve konsantrasyonun oyuncunun yaratıcı çalışması açısından öneminin farkına varan Stanislavski'nin sisteminde bu iki kavramla sıklıkla karşılaşmaktadır. Stanislavski'ye göre bu öğeler, oyuncunun sahne üzerinde gerginlikten kurtulmasının ve aynı zamanda 'yaratıcı hal'e geçmesinin anahtarıdır. Bu aşamada Stanislavski'nin bir diğer bulgusu, oyuncunun sahnede olanlara karşı inancı ile ilgili olmuştur. Metnin 'verili koşullar'ı altında, oyuncunun eylemleri, düşünceleri, konuşmaları ve davranışlarındaki gerçeklik duygusu,

oyuncunun sahne üzeri gerçekliğine koşulsuz inanmasına bağlı olmaktadır. Bu ilk bulgular, sistemin temelini oluşturan yapıtaşlarını oluştururken, Stanislavski bu temel üzerinde çalışma ve araştırmalarını sürdürmüştür. Bu araştırmalara, ihtiyaç duyduğu bilimsel altyapıyı Fransız deneysel Psikolog Théodule Ribot'nun eserleri⁴ sağlamıştır. Ribot'nun bu eserlerinde aktardığı, irade ve isteğin hastaların iyileşmesinde olumlu bir etkisi olduğu, insanların duyu hafızalarının geçmiş anıların izlerini kaydettiği ve bu izlerin uygun bir uyarıcı sayesinde yeniden yaratılması ile kişilerin o anıları canlandırarak o anılara ilişkin duyguları yeniden yaşayabileceklerine ilişkin kuramları Stanislavski'nin sisteminin gelişimini sağlayacak bilimsel veriye ulaşmasını sağlamıştır (Benedetti, Stanislavski: An Introduction, 2005, s. 46). Stanislavski, irade faktörünü, oyuncunun yaratıcı hale geçişi için 'yaratıcı istek' olarak değerlendirmenin, duyu hafızası kuramını ise oyuncunun metnin 'verili koşulları'na uygun olacak şekilde yaşamından anılar kullanarak sahne gerçekliğini yaratmasını ve sahnede yaşanacak duygunun gerçekliğini sağlamanın bir yolu olarak tiyatroya uyarlamıştır. Bu bulguların gelişimi ile, 1909 yılına gelindiğinde 'sistem'in açıklanan ilk parçası olarak, uzun süredir üzerinde çalıştığı altı aşamalı hazırlık sürecine ilişkin bildirisini 8 Mart'ta bir tiyatro konferansına iletmiştir.

- İlk hazırlık süreci, 'irade', oyuncunun kendisini gelecek yaratıma hazırladığı süreçtir. Yazarın çalışmasını tanımaya başlar, bu konuda heveslenir ya da kendisini hevesli hale getirir ve böylece yaratıcı yeteneği uyanır, başka bir deyişle, yaratma arzusu kışkırtılır.
- İkinci süreç, 'araştırma' sırasında kendisine ve çevresine yaratım için ihtiyaç duyduğu psikolojik malzeme açısından bakar.
- Üçüncü, 'deneyim' sürecinde, oyuncu kendisi için, görünmez bir şekilde yaratır. Hayallerinde sergilemesi gereken karakterin içsel ve dışsal imgesini yaratır... kendisini bu yabancı dünyaya adapte etmeli ve kendini buraya ait hissetmelidir.
- Dördüncü süreç olan 'fizikselleştirme' sürecinde, oyuncu gözle görünür biçimde, kendisi için yaratır.
- Beşinci, 'sentez' sürecinde, oyuncu deneyim süreci ile fizikselleştirme sürecini bütünsel bir sentez noktasına getirmelidir. Bu iki süreç eşzamanlı ilerlemeli, birlikte başlamalı, birbirlerine yardım edip birbirlerini geliştirmelidir.
- Altıncı süreç seyirci üzerindeki etkidir. (Benedetti, Stanislavski: Bir Giriş, 2012, s. 51)

Stanislavski'nin araştırmaları sonucu ortaya çıkan hazırlık süreçleri, aşamalara bölünmüştür. Stanislavski'nin *"Eğer onu birden ve bütünüyle elde etmek olanaksızsa, o zaman, oluşması için çeşitli öğelere başvurup bu öğeleri parça parça birleştirerek elde etmenin çaresine bakılmalıdır"* (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 459) sözlerinden yola çıkılarak, yaratıcı ruh durumunun bir anda ulaşılabilecek bir durum olmadığı düşünmesi bu bölünmenin sebebi olarak görülebilir. 1906 yılında, oyunculuk süreçlerine ilişkin yaklaşımlarında meydana gelen kırılma, 'prodüksiyon planı' tekniğinin 'masa başı analizleri'ne dönüşmesine sebep olarak, karakterlerin, mizansenin ve dolayısıyla sahne üzeri gerçekliğinin sorumluluğunu oyuncuya yüklemektedir. Masa başında, yönetmenin liderliğinde oyunun ve karakterlerin uzun süren incelemeleri sonucunda, oyuncu inandığı ve kendi yaratımı olan içsel ve dışsal eylemleri sahneye taşımaktadır. Bu açılarından bakıldığında, hazırlık süreçlerinin başlangıç aşamaları ile masa başı analizleri bağlantılı olarak

⁴ Bkz. Giriş Bölümü sy.9

gelişim göstermiştir. Hazırlık süreçleri, oyuncunun yaratıcılığını kısırtacak, inancını kuvvetlendirecek ve sahnede yaşantının yaratılmasını mümkün kılacaktır.

İlk aşama olan *'irade* oyuncu için yazarın yarattığı dünyayla ilk tanışma niteliğindedir.

Oyuncuda yaratıcılığı ortaya çıkaracak şevki ve isteği bu aşama meydana getirmektedir.

Stanislavski, oyuncuya ilk izlenimlerini vermesi açısından hayati önem taşıyan ve

sanatsal şevki canlandırarak yaratıcı süreci başlatan bu süreci şöyle açıklar:

Oyuncuların dilinde anlamak, hissetmek anlamına geldiği için, oyun ve rolle ilk tanışma sırasında sadece aklın değil, yaratıcı hislerin de serbest bırakılması gerekir. Oyuncu kendi hislerinin sıcaklığı ve hayatın heyecanı ile oyunu ne kadar canlandırabilirse, kağıt üzerindeki soğuk sözler de onun duygularını, yaratıcı iradesini, zekasını ve duyu belleğini o kadar uyandırır; oyuncunun hayal gücü görsel, işitsel ve diğer imajlar, resimler duygusal hatıralarla uyanır. (Stanislavski K. , Bir Rol Yaratmak, 2010, s. 136)

İlk okumanın, oyuncunun imgelemine harekete geçirmesi, duygularını canlandırması ve sanatsal şevk yaratması gibi etkiler doğuracağını düşünen Stanislavski bu başlangıç aşamasına gerekli önemin verilmesini öğütlemiştir. Vasili Toporkov'un *Stanislavski Provada* isimli kitabında da görüldüğü üzere, bu aşama yaşamının son yıllarında dahi önemini sürdürmüştür. Toporkov, Moskova Sanat Tiyatrosu'nun prodüksiyon hazırlık evrelerine, yönetmenlerin kendilerini zor görevlerle meşgul etmelerine olan şaşkınlığını *"Masa başı provaları da bunlardan biriydi. Kadro bu provalarda, yönetmenin liderliğinde, oyunun her bölümünü analiz eder, hatta oynamanın farklı yollarını arardı"* (Toporkov, 2017, s. 39) sözleriyle belirtmiştir. İkinci aşama ise, oyuncunun hayal gücünü ve kendi geçmiş yaşantısını oyunun 'verili koşulları' için kullanılmak üzere araştırdığı süreçtir. Bu süreçte oyuncu, 'verili koşullar' için deneyimlerini, duygularını, anılarını araştırır, rolün gelişimi için, yaratıcı sürecin ilerleyişi ve karakter ile oyuncunun bütünleşeceği bir sonraki aşama için oyuncu kendi içinde ve dışında detaylı bir analiz yapar. Ortaya çıkan bulgular, *"canlı, kişisel hatıraları içerir; bunların arasında beş duyumuzdan elde edilen, sanatçının duyu belleğinde saklanan hatıralar, sanatçının entelektüel belleğinde depolanan bilgilerden türetilenler ve sanatçının hayat deneyiminden elde edilen hatıralar "* (Stanislavski K. , Bir Rol Yaratmak, 2010, s. 140) yani oyuncunun kendi birikimleridir. Bunu takip eden, üçüncü aşama, 'deneyimleme' sürecidir. Oyuncu, bu deneyimlemeyi zihninde gerçekleştirir ve oyun metninin sahnelerini, karakterin isteklerini, amaçlarını, arzularını ve eylemlerini zihninde canlandırır. Bu canlandırma, zihinsel olarak eylemleri ve arzularıyla karakterin yaşamını hayal gücünün yarattığıyla ortaya koymaktır. 'Fizikselleştirme' aşamasında ise, hayal gücünün yarattığı bu zihinsel deneyimleme, fiziksel bir hal alır. Rolünün içsel etkilerine, arzularına ve eylemlerine zihninde aşına olmuş oyuncu, karakterini harekete geçirmektedir. Beşinci aşama olan 'sentez' aşaması, rolün seyirciyle buluşacak hale gelmesini sağlayan aşamadır. Bu ana kadar oluşturulmuş olan karakterin bütün formu, bir araya gelir ve son aşama olan seyirciyle karşılaşma meydana gelir. Bu deneyim, her seferinde yeniden yaratılacak, canlı ve organik bir bütünlüğe

ulaşmıştır.

Stanislavski, 1909 yılında oluşturduğu bildirinin ardından, 'sistem'in ilerleyişine temel olacak deney ve araştırmaları yapabilmek için bir yere ihtiyaç duymuştur. Bu vesileyle, 1912 yılında Birinci Stüdyo kurulmuştur. Stüdyonun başına Leopold Sulerzhitski geçmiş, ilerde Stanislavski'nin izinden giderek, oyunculuğa dair arayışları sonucu kendi yöntemlerini yaratacak olan Mikhail Çehov ve Vakhtangov da Stüdyo'ya dahil olmuştur. Moskova Sanat Tiyatrosu'nda, 1916'da İkinci, 1920'de Üçüncü, 1921'de Dördüncü Stüdyolar kurulmuştur (Whyman, 2012, s. 57).

Moskova Sanat Tiyatrosu'nda ve Stüdyolarda geçen zaman içinde sistemin temel kavramları kesinlik kazanmış amacı ve mantığı yerleşmiştir. Oyuncunun yaratıcılığını kısırtacak, karakterin yaratılması ve sahne üzerinde gerçek bir yaşantının meydana getirilmesi maksadıyla sistematik bir çalışma yöntemi olan 'sistem' oyuncuların karşılaştığı sorun ve zorlukların üstesinden gelmek için tasarlanmıştır. 'Sistem'in ilk aşamasının merkezinde yer alan 'duyu belleği' çalışmaları, diğer egzersizlerle birleşerek, rolün psikolojik yapısının içsel ve dışsal olarak yaratılmasını mümkün kılmaktadır. Oyuncu, kendi iradesi ve isteği aracılığıyla ulaşamadığı bilinçaltına bu egzersizler sayesinde ulaşabilmektedir. Stanislavski'nin, psiko-fiziksel olarak tanımladığı sisteminin yegâne gayesi, 'bilinç yoluyla bilinçaltına ulaşmak'tır.

Tiyatro sanatının sürekliliği düşünüldüğünde, oyuncunun sorumluluğu, yarattığı karakterin sürekliliğini sağlamak üzerinde olmaktadır. Bu süreklilik, canlılığını yitirmeden, her seferinde aynı doğallıkla yeniden deneyimlenmeli, her deneyim de metnin gerektirdiği duygular yaşanmalı, eylemlerin her biri yeniden amaç ve görev altyapılarıyla dolmalıdır. Bu zorlu görev karşısında,

'sistem'in, belirli kurallara olan bağlılığı oyuncunun yaşantısını tesadüfe, taklide ya da içsel bir desteği olmayan dışsal eylemlere dayalı olmasını önlemesi beklenmektedir. İnanç ve gerçeklik duygusu kavramları, bu anlamda, sistemde önemli bir konumda bulunmaktadır. *"Aktör her şeyden önce, sahne üzerinde yer alan olaylara, kişilere ve kendi yaptıklarına kesinkes inanmalıdır "*

(Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 463). Oyuncunun bu inancı yaratabilmesi ve beslemesi,

gerçeğe olan yaklaşımıyla gerçekleşebilir ve bu sayede bir rolün yaşanması sağlanabilmektedir.

Bir rolü yaşamak demek, oyuncu ile rolünün ortak duygular içerisinde olması demektir. Stanislavski açısından sanatlı bir yaratım, oyuncunun, gündelik hayatta üzerinde uzun uzadıya düşünmeksizin sergilediği doğal davranış dizgesinin (zihin, duygu ve eylem arasındaki organik bağlantının) bir benzerini sahnede üretebilmesidir. Sahne üstünde organik, canlı ve mantıklı bir akışı olan bir yaşam var edebilmek; bütün öğeler kendi içlerinde bu yönelimi taşırlar. Bu yönelimlerde kilit kavram "Ben"dir; role canlılık veren kendi benliğimiz. (Karaboğa, 2018, s. 74)

Oyuncunun sahnede gerçekleştirenlere ve kendi eylemlerine olan inancı, bu "ben" kavramının özünde meydana

gelmektedir. Stanislavski, gerçeklik ile sahne gerçekliği arasında bir ayrım bulunduğunun altını çizerken, *“Ancak ben başka tür bir hakikatten bahsediyorum, hissettiklerimin ve duyumsadıklarımın hakikatinden, ifade bulmak için her şeyi göze alan içsel yaratıcı itkinin hakikatinden”* (Benedetti, Stanislavski: Bir Giriş, 2012, s. 48) diyerek oyuncunun sahne üzeri gerçekliğini içsel olarak yaratması ve bu yaratıya duyduğu inancın gerçek yaşantıyı oyuncu, rol arkadaşları ve seyirci için oluşturmasının mümkün olduğunu belirtmiştir. Stanislavski’ye göre, bu içsel yaratı için “ben”in kullanacağı kaldıraç, yaratıcı ‘eğer’ kavramıdır. Yaratıcı ‘eğer’ kalıbının kullanımı, karakterin eylemini gerçeklik seviyesine ulaştırabilmesi için kullanılan bir yoldur. Oyuncu kendine ‘eğer... koşullarda kalsaydım, ne yapardım?’ diye sorarak bir alternatif gerçeklik üretir, hayal gücünün ve inancın etkisiyle yaratıcılığını harekete geçirir. Ancak ‘eğer’ kalıbının kullanımında dikkat edilmesi gereken unsur, ‘eğer ... o karakter olsaydım, ne yapardım?’ sorusunun değil, ‘eğer, o koşullar altında kalsaydım, ne yapardım?’ sorusunun sorulmasıdır. *“Örneğin, Hamlet’in babasının hayaletini gördüğü sahnede kendisine soracağı soru, ‘Eğer Hamlet olsaydım ’ değil, ‘Eğer kısa bir süre önce kuşku uyandırıcı biçimde ölen babamın hayaletiyle karşılaşıyordum ’ sorusudur ”* (Karaboğa, 2018, s. 64). Yaratıcı ‘eğer’ kalıbının bu türde kullanımıyla, verili koşullara göre oyuncunun hayal gücü harekete geçecek ve gerçeklik duygusunun yaratılması sağlanacaktır.

Oyuncu içsel yaratıcılığın bütün süreçlerinde kendi kişiliğine, geçmiş deneyimlerine, alışkanlıklarına ve bunların yanı sıra gözlemlerine ihtiyaç duymaktadır. Duyu belleği çalışmaları

da bu süreçlerden biri olarak sistemin odağında yer almıştır. Sahnede gerçek bir yaşamı yaratmak, oyuncunun hisleriyle sıkı bir bağlılık içindedir. Duyu belleği çalışmaları, Ribot’nun duyu hafızasının kişisel deneyimlerin izlerini kaydettiği ve bu izlerin beş duyu aracılığıyla algılanacak bir uyarıcı sayesinde harekete geçerek kişinin o deneyimi yeniden yaşamasını olanaklı hale getireceği kuramından yola çıkılarak oluşturulmuştur.

Eskiden hissettiği duygulan yeniden canlandırılan tipteki hafızaya biz duyu hafızası diyoruz. Tıpkı görsel hafızamızın unutulmuş bir şeyin, bir yerin ya da bir kişinin içsel imgesini yeniden canlandırabilmesi gibi, duyu hafızanız da daha önceden deneyimlemiş olduğunuz hisleri yeniden duymanızı sağlayabilir. Her ne kadar o hisler hatırlanamaz izlenimi uyandırsa da, bir ima, bir düşünce, tanıdık bir nesne ansızın onları olduğu gibi hatırlamanıza zemin hazırlayabilir. (Stanislavski K. , Bir Aktör Hazırlanıyor, 2012, s. 174)

Stanislavski, duyu hafızasının egzersizlerle geliştirilmesiyle, oyuncunun içsel yaratımını sağlayacak psiko-tekniki belirlemiştir. Rolün yaşantısının bağımlı olduğu verili koşullara, oyuncunun belleği ve deneyimlerinin aktarılması, oyuncuya gerekli malzemeyi sağlamaktadır.

Ancak, yaratıcılığın ve gerçekliğin bağlı olduğu bu malzemenin isteğe bağlı olarak ulaşılabilir olması oyuncunun çalışmasına bağlıdır. *“Hafızanızdaki arşivler çeşitli bölümlere ve alt bölümlere ayrılmıştır. Bazılarına ulaşmak diğerlerine ulaşmaktan daha kolaydır. Sorun, bir zamanlar meteor*

gibi parlayıp kayarak gözden kaybolmuş olan duyguyu yeniden yakalamaktır ” (Stanislavski K. , Bir Aktör Hazırlanıyor, 2012, s. 180). Stanislavski’ye göre, oyuncu, zihninin, beyninin, bedeninin ve duygularının kontrolünü elinde tutmalıdır. Sahne üzerinde, gerekli olan amaca hizmet etmesi amacıyla kullandığı içsel malzemeleri ve tekniği doğru bir şekilde kullanmalı ve sanatsal yaratımı birincil vazife olarak belirlemelidir. Oyuncunun bedeni ve zihni üzerinde kontrol sağlayabilmesi, yaratım sürecini de kontrol edebilmesini sağlamaktadır. Stanislavski, bu konuda bir deneyimini aktarmıştır:

Bu deneyim, uyandırılmış olan duygudan, o duyguyu ortaya çıkaran asıl itkiye geri giderek çalışma yönteminin bir örneğidir. Bir oyuncu bu yöntemle başvurarak, arzu ettiği bir duyguyu dilediği kadar çok yaşayabilir, çünkü tesadüfi olarak ortaya çıkan hissin kökenini, onu uyaran sebebe kadar izleyebilir ve bu sayede uyarandan his’in kendisine doğru aynı yolu gerisin geri takip edebilir. (Stanislavski K. , Bir Aktör Hazırlanıyor, 2012, s. 193)

Duyu belleği, yaratıcı ‘eğer’ ve dikkat ve konsantrasyon kavramları oyuncunun içsel hazırlığının unsurlarıdır. Stanislavski, ‘sistem’de, oyuncunun role hazırlığında bu unsurların dışında rolün bütünselliğini sağlayacak, fizikselliğini ortaya çıkaracak ve dışsal karakterizasyon için önemli olan bazı unsurlar sunar. Bu unsurlar, ‘verili koşullar’a bağlı olan, karakterin metin boyunca tüm eylemlerini kapsayan, kısacası rolün yaşantısı olan unsurlardır. Stanislavski, öncelikle, her bir sahnenin her bir repliğini parçalara ayırarak, eylem ‘skor’larını belirleyerek işe başlar.

Oyuncunun, tek tek sahneleri için yürüttüğü uzun süreli detaylandırma ve analiz çalışmalarının sonuçları kaydedildiğinde, Stanislavski’nin eylem *skoru* adını verdiği şey meydana gelir. Her seferinde hatırlanarak icra edilecek bu skor, oyuncunun oynadığı rol kişinin oyunun başından sonuna kadar götüreceği içsel ve gövdesel bütün eylemleri kapsar. (Karaboğa, 2018, s. 70)

Oyuncunun içsel veya dışsal her eylemi, birer birim olarak ayrılır. Bu birimlerin birleşimi kesintisiz eylem çizgisini oluşturur. Kesintisiz eylem çizgisi ise, ‘üstün amaç’ı ortaya çıkartır. Oyuncunun, içsel ve dışsal yaratımı tamamıyla bu kesintisiz eylem çizgisine ve üstün amacına bağlıdır. “*Üstün amacınızı ve bütünsel eylem akışınızı her şeyin üstünde tutun. Ana temaya yabancı kalan bütün dışsal eğilimlerle amaçlardan uzak durun ”* (Stanislavski K. , Bir Aktör Hazırlanıyor, 2012, s. 291). Üstün amacın doğru belirlenmesi ve bu amaca yönelik eylemlerin eğilimlerinin doğruluğu, oyuncunun diğer tüm unsurları doğru kullanabilmesinin, doğru tempoyu ve ritmi sağlayabilmesinin ve sahnede gerçek bir yaşantı yaratabilmesinin kesin bir yoludur.

‘Sistem’, Stanislavski’nin yaşamının son yıllarında oyuncunun içsel yaratımını hızlandıracağına inandığı Fiziksel Eylem Yöntemi’nin de eklenmesiyle son halini almıştır. Stanislavski’nin o güne dek role yaklaşımında başlangıç olarak belirlediği ‘içten dışa’ gerçekleşen hazırlık sürecinin, ‘dıştan içe’ olarak değiştiği Fiziksel Eylem

Yöntemi’nde, oyuncunun oynayacağı sahnenin duygusunu edinmesi, basit fiziksel aksiyonlarla

gerçekleşmektedir. “Stanislavski ’nin ‘sistem ’inde yaptığı bu yön değişikliği, psikotekniğin bütünüyle değiştirilmesini gerektirmiyordu, ister içten dışa, isterse dıştan içe doğru olsun, ulaşılan nokta oyuncunun bir rol karakteri içinde, oynadığı rolü yaşayarak canlandırmasıydı ” (Karaboğa, 2018, s. 60). Stanislavski bu yeni yöntemin çalışılması için bir prodüksiyon hazırlamayı planlamış olsa da bu çalışmayı tamamlayamadan 1938 yılında hayatını kaybetmiştir.

‘ Sistem’in bütün unsurları, tek bir ortak amaca, sahne üzerinde organik gerçekliği yaratma amacına hizmet eder. Her biri, bir diğerini destekler ve oyuncunun yaratıcılığının gelişmesine, eylemlerin doğru ilerleyişiyle, doğru duyguların doğmasına ve doğru bütünlüğün oluşmasına yardımcı olurlar. Stanislavski, yaşamının son gününe kadar, ülkesinin toplumsal, siyasal, ekonomik ve sosyal koşulları altında, sanatını sürdürmeye, iyileştirmeye gayret etmiş ve bu gayretin bir meyvesi olan ‘sistem’i üzerinde yaşamının son gününe değin çalışmalarını sürdürmüştür. Kendinden sonra bu görevi devralacaklara ise her daim sanatlarını iyileştirmenin yöntemlerini aramayı öğütlemiştir.

1.3. Lee Strasberg ve Metot Oyunculugu

Lee Strasberg, 1901 yılında Polonya’da dünyaya gelmiş ve 1909 yılında ailesi ile Amerika’ya yerleşmiştir. Strasberg’in çocukluk dönemi, hatta gençlik dönemi tiyatrodan ve oyunculuktan uzaktır, ancak, oyunculukla ilişkisi başladıktan sonra tüm yaşamı oyunculukla, kendisinin oyunculugu nitelendirdiği deyişle, “tutkunun düşü”⁵ ile geçmiştir. Oyunculukla geçen bu yaşamın sonunda, 1982 yılında yaşama veda ettiğinde ardında, çoğu Amerika’nın ünlü oyuncularını ve yönetmenleri olmuş birçok öğrencisini ve Amerikan oyunculuk anlayışını kökten değiştiren, oyunculugun planlanmış egzersizler bütünü aracılığıyla gerçekliği yaratmasını amaçlayan ve gelişimini sağlayan yöntemini bırakmıştır. Strasberg’in yaşamında bir dönüm noktası olan ve profesyonel oyunculuga başlamasını sağlayan 1923 yılında gerçekleşen Moskova Sanat Tiyatrosu’nun Amerika turnesinin ve Konstantin Stanislavski’nin üzerinde yarattığı etkidir. Strasberg bu turnede izlediği oyunlardan, tıpkı bir zamanlar Stanislavski’nin Saxe-Meiningen oyuncularını izleyip, ansambl oluşlarından etkilendiği gibi etkilenmiş, oyuncuların sahnede yarattıkları hakikat zaman içinde oyunculuga dair arayışlarının merkezine yerleşmiştir. Amerika turnesinin ardından, Stanislavski’nin öğrencileri Richard Boleslavski ve Maria Ouspenskaya’nın orada kalarak Stanislavski Sistemi’ni öğretme kararı almış olmaları, Strasberg’in tutkusunun peşine düşmesi için karşısına çıkan bir fırsat niteliğindedir. Bu iki önemli eğitmenin 1923 yılında kurduğu Amerikan Laboratuvar Tiyatrosu, Amerikan tiyatro anlayışında büyük bir değişimi başlatmış, Strasberg, Stella Adler gibi birçok önemli oyuncunun eğitim aldığı ve Stanislavski Sistemi’ni öğrendiği okul olmuştur.

Moskova Sanat Tiyatrosu’nun Amerika’daki oyunculuk yaklaşımına olan güçlü etkisinin sebebi, dönemin tiyatro anlayışının sahip olmadığı pek çok özelliği barındırmasıdır. Yıldız oyuncu sisteminin etkisi altında tiyatroya yalnızca ticari bir işletme gözüyle bakılan bir dönemde, Stanislavski’nin geliştirdiği ‘sistem’in, yönetmenlik ve oyunculuktaki yansımalarıyla, sahnede oyuncuların karakterleriyle ve birbiriyle yarattığı organik bütünlük ve gerçeklik, Amerika seyircisini ve oyuncularını derinden etkilemiştir. Bu etkinin bir sonucu olarak, Stanislavski’nin takipçileri Boleslavski ve Ouspenskaya’nın kurduğu Amerikan Laboratuvar Tiyatrosu’nda eğitim almak için büyük bir heyecan duyan Amerikalı oyuncular, taşıdıkları bu coşkuyu ülkenin ve toplumun tiyatro anlayışını geliştirmek için de duymuşlardır. Bu coşkuyu yaşayanlardan biri olan katılmış, Stanislavski Sistemi’ne ilişkin ilk gözlemlerini ve tecrübelerini burada edinmiştir.

Boleslavski ve Ouspenskaya’nın, Stanislavski ile ‘sistem’e uzun süre çalışmış olmaları, ‘sistem’in temel aşamalarını öğrenmelerinin dışında öğrencilerin bir ekip olarak bir arada çalışmalarını

⁵ “A Dream of Passion”, Strasberg’in kitabına da verdiği isimdir, William Shakespeare’in Hamlet isimli oyununun 2. Perde 2. Sahne’sinden alıntıdır.

sağlaması ve bu anlayışı onlara aktarması anlamında önemi büyüktür. Boleslavski sıklıkla sahne aksiyonunun önemi ve ‘Duyu Belleği’ ne olan bağlılığını aktarmış, öğrencileri tarafından “Madam” adıyla anılan Ouspenskaya ise çoğunlukla, Stanislavski Sistemi’nin temel odakları olan konsantrasyon, duyu belleği ve aksiyon başlıkları üzerinde durmuştur (Gordon M. , 2010, s. 28). Strasberg, bu okulda daha önce Guild Tiyatrosu’nda birlikte çalışmış olduğu Harold Clurman ile bir araya gelmiş ve daha sonra ‘Metot’unun merkezine yerleştireceği ‘duyu belleği’ egzersizlerini öğrenmiştir. Amerikan Laboratuvar Tiyatrosu, Stanislavski’nin devrim niteliğindeki çalışmalarını, tiyatroya olan yaklaşımını kapsayan bir anlayışın kültürler arası taşınması gibi önemli bir vazife üstlenerek, genç Amerikalı oyuncuların tiyatro anlamında yenilikçi yaklaşımlar yaratması için gerekli olan tutku ve coşkuyu yaşamalarını sağlamıştır. 1928 yılında Harold Clurman’ın başlattığı toplantıların ana konusu da bu tutku olmuştur.

Genç oyuncular ve tiyatrocuları o toplantılara çeken, Harold Clurman’ın en sevdiği konu olan tiyatro hakkındaki bulaşıcı konuşmalarıydı. Dinleyicilerini ele geçirdiği tutkulu konuşmasında Clurman, Amerika’nın özünü yansıtacak, yeni, güçlü Amerikan oyunlarının, özenle seçilmiş, ortak eğitim ve değerlerde bütünleşmiş oyuncular topluluğu tarafından oynanacağı bir tiyatro kurma fikrini duyurdu. (Hirsch, 2002, s. 67)

Bu tutkulu fikrin peşine düşülmesiyle, 1931 yılında, Harold Clurman, Cheryl Crawford ve Lee Strasberg tarafından Grup Tiyatrosu kurulmuştur. Başta kurucuları olmak üzere, Amerikan Laboratuvar Tiyatrosu’nda eğitim alarak Stanislavski Sistemi’ni öğrenmiş olan pek çok oyuncu bu tiyatrodaki bir araya gelmiş ve temeline ‘sistem’i yerleştiren ‘Metot’ burada gelişmeye başlamıştır. Amerikan Laboratuvar Tiyatrosu ise, 1929 yılında Boleslavski’nin ayrılmasından bir sene sonra kapanmış, Maria Ouspenskaya eğitimlerini kendi açtığı drama okullarında sürdürmüştür. Grup Tiyatrosu’nun geliştirdiği anlayış, ‘sistem’den yarattığı ‘Metot’, Amerikan Laboratuvar Tiyatrosu’nun çalışma prensiplerinin Amerikan anlayışıyla harmanlanmasıyla oluştuğundan, ders plan ve içerikleri Laboratuvar Tiyatrosu’yla paralel bir düzene sahip olmuştur. Amerikan Laboratuvar Tiyatrosu’nun ve Ouspenskaya’nın kendi okulunda hazırladığı ders içerikleri, ‘*gözlem ve konsantrasyon*’, ‘*beş duyunun kontrolü*’, ‘*duyu belleği*’, ‘*aktarım*’, ‘*uyarlama*’, ‘*sembol egzersizleri*’, ‘*karakterizasyon*’, ‘*hayvan egzersizleri*’ ve ‘*bir- dakikalık oyunlar ve durumlar*’ başlıkları altında toplanmaktadır (Gordon M. , 2010, s. 33-40). Grup Tiyatrosu’nda grubun sözcüsü olan Clurman dramaturgluk vazifesini, Crawford tiyatronun muhasebe ve hazırlanan prodüksiyonlarla alakalı yöneticilik görevlerini, Strasberg ise yönetmenlik ve oyuncu eğitimi

sorumluluğunu üstlenmiştir (Gordon M. , 2010, s. 43). Bu kurumda, Strasberg ile çalışan oyuncuların bazıları, daha sonra ‘sistem’in devamı olan ‘Metot’a kendi yorumlarını getirerek eğitmenlik de yapmış olan Stella Adler, Elia Kazan, Robert Lewis ve Sanford Meisner’dir. Grup

Lee Strasberg, 1925 yılının Ocak ayında Amerikan Laboratuvar Tiyatrosu'nun oyunculuk sınıfına Tiyatrosu'nun kurulmasının altında yatan en güçlü amaç, Moskova Sanat Tiyatrosu'nun Rusya'da yarattığı devrime benzer bir devrimi Amerika'da da gerçekleştirmek olduğu için tiyatronun işleyişinde ve prodüksiyonlarda birtakım kurallar benimsenmiştir.

Grup'un provalarda ve oyunlarda benimseyeceği tek yaklaşım 'Metot' oyunculuğudur. Bu yaklaşım, Grup oyuncularından geliştirilen kolektif teknikler ve prova süreçlerinden şekillenmiş, topluluğun pratik ve kuramsal altyapısıyla dönemin Amerikan tiyatrosunun oyunculuk anlayışından önemli ölçüde ayrılmasını sağlamıştır. (Krasner, 2000, s. 130)

Bu aşamaya kadar, Grup Tiyatrosu yöneticileri ve eğitmeni, metot kelimesini kullanırken Stanislavski Sistemi'nden bahsetmektedirler. Kendi eğitmenlerinden öğrendikleri kadarıyla 'sistem'in aşamalarını kullanma amacı taşımışlardır. Ancak, direkt olarak 'sistem' adını kullanma konusunda çekinceleri olmuştur. *"Grup, yöntemlerine Stanislavski Sistemi demekte temkinli davranmıştır. Yine de başka hiçbir tiyatro Stanislavski'nin oyunculuk yaklaşımına bu kadar sıkı bağlanmamıştır"* (Gassner, 2008, s. 253). İlerleyen zamanlarda, 'Metot oyunculuğu'nun gelişimi eğitmenlerin deneyimlerine, araştırmalarına ve kendi yaklaşımlarına bağlı olarak değişkenlik göstermiştir. Bu anlamda, Grup Tiyatrosu'nun oyuncu eğitimi ile ilgilenen eğitmeni *"Strasberg, Stanislavski kuramlarının başlıca eğitmeni olmuştur"* (Gordon M. , 2000, s. 46). Bu kuramları öğrenmesini sağlayan öğretmenleri Boleslavski ve Maria Ouspenskaya'nın Stanislavski Sisteminde vurgu yaptığı noktalar üzerinden 'Metot' şekillenmiştir. Ancak 'Metot'un uzun gelişim süreci boyunca farklı kuramcılarının da Strasberg üzerinde etkisi olmuştur. Boleslavski'nin Birinci Stüdyo'da birlikte çalıştığı, Stanislavski'nin izinden giderek oyunculuğa dair arayışlarını derinleştirmiş olan Euvgeny Vakhtangov'un yaklaşımları da Strasberg için önemlidir. Vakhtangov'un *Role Hazırlık* isimli kitabı Strasberg'in temel kaynaklarından biri olmuştur. Dayanağını Stanislavski ve Vakhtangov'un oyuncunun içsel yaşamına ilişkin çalışmalarından alan Grup Tiyatrosu yöntemini bu kavram üzerinde şekillendirmiştir. Bu amaçla, yıldız oyuncu sisteminden uzaklaşmış onun yerine topluluk ön plana çıkarılmıştır. Yalnızca ilhama güvenmektense, oyuncuların belirli duyguları uyandırmak için eğitilmeleri üzerinde durulmuş, sahne üzerinde meydana gelen yapaylığı önlemek adına oyuncuların doğal bir sahne yaşantısı yaratabilmesi için çalışılmıştır. Tiyatronun alışık olduğu görkemli teatral tavır ve hareketlerden uzak, gerçek eylem ve davranışlar benimsemeleri gerekliliği vurgulanmıştır (Krasner, 2000, s.

130).

Amerikan Tiyatro anlayışının bu ilkelere bağlı kalınarak ihtiyacı olan değişime ulaşacağını düşünen Grup Tiyatrosu üyeleri, 1931 yılında ilk prodüksiyonları için bir yaz kampı düzenlemiştir. Bu kampta oyuncular, Temmuz ve Ağustos ayları boyunca bir arada kalmış, çeşitli egzersizler üzerinde çalışmış ve sezon başlangıcında sahnelenecek *Connelly'nin Evi* isimli oyun için prova yapmışlardır. Bu provalarda alışıldık düzenin aksine, oyunun oyunculara okunmasının ardından, rollerin dağıtımı yapılmış ve oyunculara yalnızca kendi repliklerinin yazılı olduğu metinler dağıtılmıştır. Provalarda çoğunlukla bireysel sahnelere odaklanılmış, sahnenin gerektirdiği 'ruh hali'nin yeniden yaratılmasıyla başlanarak, 'doğaçlama' aksiyonlarla çalışılmıştır. On hafta süren bu provalarda Strasberg, 'duyu belleği' egzersizlerine odaklanmıştır. "*Gerçek duyguyu yeniden yaratmak için, Grup oyuncularından geçmiş deneyimlerini, 'şimdiki zaman' kullanarak duygusal olarak anlatmaları beklenmiştir. Anlatımların ardından, tek başlarına anımsadıkları hal ve duyguyu meydana getiren duyuların üzerinde düşünmeleri için yalnız kalmak üzere uzaklaşmaları istenmiştir*" (Gordon M. , 2010, s. 44-49). Bu yaz kampı, Strasberg'in 'metot'unun odak noktası olan 'duyu belleği' çalışmalarını ilk kez bir oyunun hazırlığı sırasında deneyimlemesinin yanı sıra, oyuncuların bir topluluk olarak hareket etmeleri ve Grup'un ihtiyaç duyduğu bütünlüğün sağlanması açısından önemli bir yere sahiptir. Bu deneyimi ilk kez yaşayan oyuncular tarafından egzersize karşı olumsuz eleştiriler yöneltilmiş olsa da Strasberg'in egzersizini başarıyla tamamlayabilen oyuncuların da olması gelişim aşamasındaki bir yöntem için değerli bir tecrübe sağlamıştır. Ancak, Strasberg'in 'duyu belleği' egzersizinde, Stanislavski'nin kullanmadığı bir unsur dikkat çekmektedir. Bu unsur; Strasberg'in oyunculara anımsadıkları duygusal etmenleri 'şimdiki zaman' kullanarak, o an duyumsuyormuş gibi anlattırmasıdır. Bu noktada, Strasberg'in 'Metot'u başlangıcından itibaren Stanislavski'nin çıkış noktasını kullanarak ancak farklı kuramcılarının ve kendi fikirleriyle harmanladığı düşünülebilir.

Strasberg 'Metot'un başlangıcını ve egzersizlerini aktardığı *A Dream of Passion* isimli kitabında

'duyu belleği' çalışmalarını öğrendiği hocası Boleslavski'nin sözlerini aktarmıştır:

Boleslavski'ye göre duygusal hafıza iki kategoriye ayrılır: analitik hafıza, bir şeyin nasıl yapılması gerektiğini hatırlatır; ve gerçek duygunun hafızası, aktörün sahnede ona ulaşmasına yardım eder. Boleslavski bize aktörün duygusal hafızayı karakter yaratırken nasıl kullandığını açıkladı: "*Duyusal belleğin amacı bir şeyi gerçekten hissetmek, görmek ya da ona dokunmak değildir -bu halüsinasyondur- o esnadaki ruh halini anımsamaktır.*" (Strasberg, *A Dream of Passion*, 1988, s. 69)

Strasberg, yaz kampındaki başarılı 'duyu belleği' çalışmalarından birinde, karakterin umutsuz

halde olduğu bir sahne için oyuncudan yağmur altında yürüdüğü bir anı hatırlamasını istemiştir. Geçmişinden benzer bir anı bulan oyuncunun o zaman bulunduğu yere dair duyuşsal detayları anlatmasını talep etmiştir. Oyuncu bulunduğu odaya, kendi hareketlerine ve kendi bedeninde hissettiğı duyuşsal değişimlere dair anımsadıklarını aktarmasının sonucunda bir duyguya ve hale ulaşmış ve Strasberg o noktada oyuncuyu durdurarak, yalnız kalarak konsantrasyon olması ve duyuşsal detayları anımsamayı sürdürmesi için göndermiştir⁶. Bu referanslara dayanarak, Strasberg'in o süreçte kendi araştırmalarını sürdürmekte olduğu anlaşılmaktadır. Bir sonraki yıl, 1932'de yapılan yaz kampında Strasberg'in egzersizlerinde farklı bir yaklaşım edinmesi de o yılların 'Metot'un gelişim aşamaları olduğunu gösterir niteliktedir. Foster Hirsch, iki yaz kampı arasında Strasberg'in değişen yaklaşımını *"Strasberg'in çalışması 1931 'de hazırlık aşamasının üzerinde durmaktadır: Aktör kendisini karakter için doğru hale geçirirken kendi geçmişini nasıl kullanır; 1932'de ise oyuncunun koşullarından ziyade oyunun koşullarına daha çok dikkat çekmiştir "* (Hirsch, 2002, s. 77).

1932 yılında yapılan yaz kampının Strasberg için önemi Vakhtangov'un çalışmalarıyla tanışmış olmasıdır. O yaz keşfettiğı ve etkilendiğı Vakhtangov'un çalışmalarıyla,

Strasberg'in ilk dönem çalışmaları arasındaki benzerlik dikkate değerdir.

Birinci Stüdyo'daki çalışma ile Moskova'da Vakhtangov Tiyatrosu'ndaki kendi direktifleri arasındaki farklılık şu örnekle aydınlatılmıştır: bir binicinin deneyiminin canlandırılması için, Stanislavski aktörün bir sandalyeye oturup o ahşap objenin hareket halinde bir at olduğunu hayal etmesini ister; Vakhtangov dörtlüye koşmanın hayalinden vazgeçer ve aktörden yüzünde, saçlarında rüzgarın esintisini hissetmesini, kırların kokusunu duymasını, deri eyerin sallanışına tepki vermesini ister. (Gordon M. , 2010, s. 53)

Strasberg'in kendi çalışmasıyla Vakhtangov'un çalışması arasındaki bu benzerlik oyuncunun kendi üzerindeki çalışmasına ilişkin ortak anlayışlarını ortaya koymaktadır. Bu sebeple, 1932 yaz kampında Vakhtangov'un anlayışına ilişkin bilgiler edinmesi Strasberg ve 'Metot' için önemlidir. Strasberg ve Grup Tiyatrosu üyelerinin, gevşeme, duyu belleğı, konsantrasyon, gerekçelendirme, alışkanlıklar kavramları üzerinde Vakhtangov'un yeni düzenlemelerini öğrenmeleri, 1932 yaz kampının günlük çalışma rutinini değiştirerek doğaçlamaya daha fazla ağırlık verilmesini sağlamış, Strasberg'in yöntemini yeniden değerlendirmesine sebep olmuştur.

1934 yılına gelindiğinde, bir Rusya gezisinin düzenlenmesiyle Grup Tiyatrosu bir kırılma noktasına gelmiştir. Stella Adler, Harold Clurman ve Lee Strasberg'in yaptığı bu seyahat, kariyerleri ve 'Metot' için önemli sonuçlar doğurmuştur. Stanislavski ile görüşmek için gelmiş olsalar da Stanislavski'nin Fransa'da olduğu bir zamana rast gelmişlerdir. Rusya'da Moskova Sanat Tiyatrosu'nu ve Vakhtangov Tiyatrosu'nu ziyaret etmişlerdir. Stanislavski ile görüşme arzusunun vazgeçmeyen Adler ve Clurman Fransa'ya giderken

⁶ Aktarılan çalışmanın tamamı için bkz. (Gordon M. , 2010, s. 44-47)

Strasberg onlara eşlik etmemiştir.

Adler'in Fransa'da üç hafta süresince Stanislavski ile yaptığı görüşmeler dikkat çekici sonuçlar yaratmıştır. Adler, bu görüşmelerde hem 'Metot'a ilişkin sorunlarını Stanislavski'ye aktarma hem onunla çalışma fırsatını bulmuştur. Adler, 'Metot'u uygularken oyunculuktan keyif alamadığını söylediğinde Stanislavski'nin cevabı, faydalı olmuyorsa 'sistem'ini kullanmaması gerektiği, ancak muhtemelen yanlış uygulama sebebiyle böyle bir sorunun yaşandığı yönünde olmuştur. Bunun yanında Stanislavski, *Halk Düşmanı* isimli piyeste *Stockman* karakterini örnek göstererek onun en başarılı performansı olduğunu hissettiğini belirtmiştir. O aşamada Stanislavski artık çalışmalarında 'duyu belleği'ne o kadar vurgu yapmadığını belirterek oyun yazarının metinde verdiği 'verili koşullar'a dikkat etme ve oyuncunun çalışmasının kendinden çok oyun üzerinde derinleşmesi gerekliliğini aktarmıştır. 'Dıştan içe' olarak tanımladığı 'Fiziksel Eylem Metodu'nu açıklamış, rolün eylem çizgisinin oluşturulması ile karakterin zihnine ulaşmanın bir yolunu anlatıp, bu teknik üzerinde Adler ile çalışmıştır. (Hirsch, 2002)

Adler, Stanislavski ile geçirdiği üç haftanın sonunda Amerika'ya döndüğünde Grup Tiyatrosu üyelerine 'sistem'i yanlış uyguladıklarını, Stanislavski'nin yönteminde artık 'duyu belleği' çalışmalarından ziyade fiziksel eylemlere ağırlık vermekte olduğunu aktarmıştır. Adler'in Amerika'ya getirdiği bu yeni bilgiler, Strasberg için Rusya gezisi sırasında Moskova Sanat Tiyatrosu oyununun kötü bir sahnelemeye sahip olmasının ve oyuncuların hayal kırıklığı yaratan performanslarının gerekçesini ortaya koymaktadır. Strasberg ve Grup Tiyatrosu arasında bir bölünmeye yol açan bu hadise, "*Grup Tiyatrosu 'nda, Strasberg 'in konumunu ve 'metot 'unun tekilliğini sarsmıştır* " (Gordon M.

, 2010, s. 53). Grup Tiyatrosu, kuruluş aşamasında benimsedikleri kurallarla, Stanislavski Sistemi'ni uygulayarak sahne üzerinde gerçek bir yaşantı yaratma ve Amerikan Laboratuvar Tiyatrosu'nda öğrendiklerini Amerika tiyatro anlayışına kazandırma amacı gütmüştür. Grup oyuncularından Stella Adler'in, Stanislavski ile görüşmesi sonrası Grup'ta baş gösteren ikiliğin temel sebebi de bu ana ilkedeki uzaklaşmasından ve yeni oluşan 'Metot'un psikolojik unsurlarının kullanımında bazı zorluklarla karşılaşılmasından ileri gelmektedir. Grup üyelerinin Stanislavski'nin takipçisi olarak 'sistem'e bağlı kalma arzusu, Strasberg'e o günden yaşamının sonuna dek getirilecek Stanislavski'ye bağlı kalmadığı yönündeki eleştirilerin başlamasını sağlamıştır. Strasberg'in bu eleştirilere cevabı, Stanislavski'nin 'sistem'ini Meyerhold ve Vakhtangov'un fikirleri ile birleştirerek iyileştirmekte ve geliştirmekte olduğu yönünde olmuştur (Pitches, 2006, s. 77). Bu düşünceyle, kendi çalışmasının merkezinde olan 'duyu belleği' egzersizlerine Stanislavski'nin artık önceki kadar ağırlık vermediğini öğrendikten sonra Stanislavski'nin hata

yaptığını düşündüğünü belirtmiştir (Gordon M. , 2010, s. 61).

Strasberg, 1937 yılında Grup Tiyatrosu'ndan ayrılmış, 1940 yılında özel derslerle 'Metot' eğitimini sürdürmeye başlamasına dek yönetmenlik yapmıştır. Ardından 1949 yılında Aktör Stüdyo'ya katılarak, yaşamının sonuna kadar otuz üç yıl boyunca 'Metot'un olgunlaşp son halini aldığı bu kurumda eğitimlik ve oyuncu koçluğu vazifelerini sürdürmüştür. Aktör Stüdyo 1947 yılında, Elia Kazan, Cheryl Crawford ve Robert Lewis tarafından kurulmuştur. Strasberg 1949 yılında Elia Kazan'ın daveti üzerine, Aktör Stüdyo'ya eğitimlik olarak katılmış ve kurumun Sanat Yönetmenliği vazifesini de üstlenmiştir.

1923 yılında Moskova Sanat Tiyatrosu'nun Amerika'ya gelişiyle başlayan ve Amerikan Laboratuvar Tiyatrosu, Grup Tiyatrosu ve Aktör Stüdyo'da gelişimini tamamlayarak bir bütün halini alan 'Metot' bütün etmenleriyle, aktörün yaratıcılığını ortaya çıkarması ve bunu gerçek bir şekilde ifade edebilmesi için tasarlanan bir süreçtir. *A Dream of Passion* isimli kitabında Strasberg, oluşmuş tüm kafa karışıklıklarını gidermek ve merak edilen cevapları verebilmek için 'Metot'u tanımlamıştır.

Benim temsil ettiğim çalışma artık resmi olarak 'Metot' olarak anılmaktadır. Yalnızca Stanislavski'nin yöntemine dayalı değildir; aynı zamanda Vakhtangov'un daha ileri taşıyan açıklamalarına ve sağladığı uyancı etkiye de dayalıdır. Ben de kendi yorum ve prosedürlerimi ekledim. 'Metot' bizim anlayışımız, analizimiz, uygulamalarımız ve eklemelerimizin büyük katkısıyla, Stanislavski'nin çalışmasının tamamlanmasıdır. Benim Grup Tiyatrosu'nda, Aktör Stüdyo 'da ve özel derslerimde yaptığım keşiflerle ifade sorununun çözümlerine ulaştık. Böylelikle, 'Metot' aktörün sorununa getirilen seksen yıllık çözümlerin toplamıdır. (Strasberg, *A Dream of Passion*, 1988, s. 84)

Bu açıklama ile Strasberg, kendisi ve yöntemi hakkındaki pek çok eleştiriye de cevap vermektedir. Oyuncunun yaratıcılığının gerçek bir ifadesini bulma yönündeki arayışların bir sonucu olarak ortaya çıkan 'Metot', Stanislavski'nin de 'sistem'i için söylediği gibi, bir sonuç değil, bir süreç, bir araç konumundadır. Bu aracın doğru kullanımının öğrenilmesiyle, Strasberg "*sahne üzerinde tam bir gerçekliğin yaratılması*" (Easty, 1992, s. 14) olarak tanımladığı oyunculuk sanatını icra etmek için oyuncunun enstrümanı üzerinde hakimiyet kurabilmesi sağlanır. 'Metot'un unsurları ve çalışma biçimleri, oyuncunun bu enstrümanı isteğe bağlı olarak kullanabilmesini ve bu esnada karşılaşılan engelleri ortadan kaldırmayı amaçlamaktadır.

Strasberg'e göre, oyuncuların karşılaştığı en temel problemlerden biri ifade etme problemidir. Sahnede tam bir gerçekliğe ulaşabilmek için oyuncunun gerçek hisler duyması, sahnenin gerektirdiği duyguları hissetmesi kadar önemli bir diğer gereklilik oyuncunun deneyimlediği hislerini aktarabilmesi, gösterebilmesidir. Strasberg, sadece oyuncularla değil insanların genelinde hislerini ifade etmekle ilgili zorlukların yaşandığını ve bu durumun çevresel etkilere, büyüme evresinde ailesinin ve toplumun kurallarına göre ifade şekillerinin benimsenmesine bağlı olduğunu düşünmektedir. Kısacası, kişi sosyal çevresine bağlı olarak birçok davranış

kalıbı ve alışkanlık geliştirir. Bu alışkanlıkların, fiziksel olanların bilincinde olsa da çoğu kişi geliştirdiği duysal ve duygusal alışkanlıkların farkında değildir. Duygusal durumlar karşısında gelişen kalıplaşmış ifade biçimlerinin, oyuncuların hissettiği yoğun duyguları aktarmasının önünde ciddi bir engel olduğunu düşünen Strasberg, Aktör Stüdyo'da Sanat Yönetmenliği görevine başladığında ilk olarak, uzun zamandır farkında olduğu bu sorunla baş etmenin yollarını aramıştır.

'Metot' oyuncunun karşılaştığı problemleri çözebilmek için oyuncunun kendi enstrümanını tanımaya ihtiyacı duymaktadır. Oyuncu kendi bedeninin, zihninin, dürtülerinin, duysal ve duygusal alışkanlıklarının farkındalığına eriştiğinde yaşadığı sorunları çözebilecek güce sahip olmaktadır.

Enstrümanı yalnızca aktörün isteklerine cevap vermez, aynı zamanda birikmiş dürtülere, tutkulara, koşullara, alışkanlıklara ve davranış ve ifade kalıplarına da cevap verir. Bu kalıplar, o kadar otomatiktir ki oyuncu onların farkında değildir, böylelikle onlarla baş edemez. Düşünme biçimleri, hisler ve davranışlardaki bilinçsiz alışkanlıkları oyuncuyu oyunculuk süreçlerinde etkilediği ölçüde, oyuncu enstrümanını daha iyi tanımaya ve anlamaya ihtiyaç duyar. (Strasberg, A Dream of Passion, 1988, s. 102)

Oyuncu egzersizler aracılığıyla kendi bedenini ve zihnini tanıyarak, kendisine doğal gelen tepkilerinin arkasında yatan sosyal maskeleri keşfeder. Bu maskeler ve kalıplaşmış davranışlardan kurtulmanın yolu 'gevşeme' ve 'konsantrasyon'u sağlamakla mümkündür. 'Gevşeme' ve 'konsantrasyon' egzersizleri Strasberg'in çalışmasının başat unsurlarıdır. Strasberg, oyuncunun hissettiği duyguları yansıtmasını engelleyen ve yeteneğini kısıtlayan bu kalıpların yanı sıra gerginliğin de çözülmesi gereken bir problem olduğunu vurgulamaktadır. Strasberg, gerginliğin oyuncu üzerindeki etkisini bir örnekle açıklamaktadır. Bir insana 12x13 gibi bir işlem sorulduğunda, kişi kısa bir süre düşündükten sonra cevabını verecektir. Ancak kişiden bir piyanonun bir ucunu taşıması ve aynı zamanda bir matematik işlemi yapması istediğinde bunu yapmakta güçlük

çekecektir. (Strasberg & Schechner, Working with Live Material, 1964, s. 120) Loraine

Hull, 'Metot'u açıkladığı kitabında, oyuncunun en büyük problemlerinden olan gerginliğin sebebinin zarar görme ya da sahne korkusu gibi bir zihinsel endişe veya oyuncunun oturma, konuşma, yürüme gibi hareketlerine özgü alışkanlıklar olabileceğini aktarmıştır. Oyuncunun meslek hastalığı olarak tanımladığı gerginliğin, sahnede yaratılacak karakterle oyuncu arasında durduğunu ve düşünceleri, duyguları, eylemleri engellediğini belirtmiştir (Hull, 1985, s. 23). Strasberg, oyuncu için oldukça önemli olan

bu iki sorunun bu egzersizler aracılığıyla sonlanacağını düşünmektedir.

Gevşeme egzersizi, ifadeni engelleyen, seni sabote eden bilinçdışı alışkanlıklarını tanımlamaya ve kırmana olanak sağlar. Strasberg, bu fiziksel ve duygusal alışkanlıklarını yok ettiğinde, kaslarının ve sinirlerinin gevşeyeceğini ve bedeninin daha hassas ve duyarlı olacağını vurgulamaktadır. Bunun

bir sonucu olarak, hayal gücün serbest kalır. Strasberg, bu alışkanlıkları yok etmenin yeni ifade biçimlerine ulaşmanı sağlayacağını düşünmektedir. (Cohen, 2017, s. 18)

Gevşeme egzersizinin iki bölümü vardır: fiziksel ve zihinsel gevşeme. Fiziksel gevşeme; oyuncunun bir sandalyede uyuyacak kadar rahat bir pozisyonda oturmasını ve kaslarını mümkün olduğunca serbest bırakmasını gerektirir. Nefes alış-verişini düzenli ve sakin bir şekilde sürdürmelidir. Bu şekilde oyuncu, kaslarının ve sinirlerinin gevşemesini sağlar. Fiziksel gevşemenin gerçekleştiğinin anlaşılması için oyuncunun kolları ve bacakları hareket ettirilir. Zihinsel gevşeme ise, oyuncunun başındaki dört noktanın rahatlatılması ile gerçekleşir. Şakaklardaki sinirler ilk aşamadır, ikinci aşama burun ile gözlerin arasındaki bölgeler, üçüncü ağız ve çeneye uzanan kaslar ve dil, sonuncu aşama ise, boynun arkasında iki omuzun birleştiği noktanın gevşetilmesiyle olur. Ardından oyuncu belli sinir noktalarında yoğunlaşan duyguların vücuttan atılması için 'Ah' ya da 'Hah' gibi net ve kesintisiz çıkarılan seslerle zihinsel rahatlığa da ulaşır (Güngör, 2017, s. 242244). Oyuncu bütün çalışma boyunca konsantrasyonunu bedeninde olup bitenlere odaklamalıdır. Bu şekilde, kasılan bölgelerini fark edebilecek ve bedenini dinlemeyi öğrenecektir.

Gevşemenin fiziksel ve zihinsel türleri gibi, konsantrasyon ve gevşeme de birbirine sıkıca bağlı bir bütündür. Birinin yardımı olmadan diğeri var olamaz. Bir oyuncu, sahne konsantrasyonuna ulaşmak için gevşemeli, gevşeyebilmek içinse fiziksel ve zihinsel egzersizlere tam anlamıyla konsantre olmalıdır. (Easty, 1992, s. 73)

Strasberg, konsantrasyonun sahne üzerinde, provalar sırasında ya da egzersiz süreçlerinde daima oyuncunun kontrolü altında olması gerektiğini düşünmektedir. Oyuncu konsantrasyonunu her zaman aktif olarak çalıştırmalıdır. Egzersizler sırasında oyuncunun bedeninde, zihninde olup biten her şeyi fark etmesi ve enstrümanını tanıyabilmesi için bu elzemdır. Oyuncu, çevresel etmenlere gösterdiği fiziksel tepkilerin ya da duygusal durumlar karşısında bedeninde gerçekleşen duygusal, sinirsel ve duygusal tepkilerin farkındalığına eriştiğinde sahne üzerinde oyunun verili koşullarının gerektirdiği her türlü duruma karşı bedeninin nasıl bir karşılık vereceğini bilecek hale gelmektedir. Oyuncunun, sahne üzerindeki sorumluluğu aynı anda pek çok unsura konsantre olmasını gerektirir. Repliklerini ve sahne aksiyonları anımsamalı, yaratıcılığını ortaya çıkaracak içsel aksiyonlarını sürdürmelidir. Gerektiği yerde gereken duyguyu hissetmesini sağlayacak duygusal materyallerini kullandığı sırada konsantrasyonunu aynı anda hem içine hem dışarda olanlara odaklamalıdır. Oyuncu bu sebeplerle, konsantrasyonunu kontrol etmeyi mutlaka öğrenmelidir. Strasberg'e göre oyuncunun iradesi ve konsantrasyonu ciddi bir çalışma gerektirmektedir. Bu egzersiz, oyuncunun var olmayan belirli bir obje üzerinde dikkatini odaklamasını ve objeyle olan ilişkisini gerçeklik düzeyinde yaratmasını içerir. Oyuncu duyu hafızasını kullanarak objenin dokusu, şekli, büyüklüğü, ağırlığı gibi detaylarını tam olarak anımsamaya ve o hayali objeyi kullanmaya gayret eder. Bu, hayal gücüyle ilgili bir

çalışmadır, çünkü Strasberg'e göre, oyuncunun hayal gücü üzerinde kontrol sağlayabilmesi konsantrasyonuna bağlıdır (Strasberg &

Schechner, Working with Live Material, 1964, s. 123). Gevşeme ve konsantrasyon egzersizleri, oyuncunun yaratıcılığının önündeki temel engelleri ortadan kaldırdığı zaman oyuncu sahne deneyimi için hazır hale gelir.

'Metot', oyuncunun psikolojik, fizyolojik, fiziksel ve davranışsal tüm süreçlerinin oyunculuk aktivitesi için keşfedilmesini, fark edilmesini ve kullanılmasını gerekli kılmaktadır. Bu amaçla hazırlanmış egzersizler, oyuncu için bu süreçlere ve bu süreçler aracılığıyla enstrümanı üzerinde hakimiyet kazanacağı şekilde tasarlanmıştır. Her biri, bir diğerini tamamlarken, bir diğerine ihtiyaç duymaktadır. 'Metot'un odağında olan 'duyu belleği', sürecin her aşamasında bulunmaktadır. "En zor egzersizlerin temelinde 'duyu belleği' vardır ve en zorlu oyunculuk problemleri genellikle onun tam olarak anlaşılmasıyla çözülür" (Easty, 1992, s. 24). Strasberg'in 'Temel Duyu Belleği Egzersizleri' ve 'İleri Duyu Belleği Egzersizleri' olarak ikiye ayırdığı çalışma oyuncunun bulgular edinmesini ve ulaştığı bulguları kullanmasını içerir.

'Temel Duyu Belleği Egzersizleri', bölümleri ve kombinasyonu, Lee Strasberg tarafından, gerçeğin sahte, mekanik taklidinden yaratıcı süreci besleyerek, hayal gücünü harekete geçiren, dürtüleri, jestleri ve davranışları ortaya çıkaran duysal yaklaşımlarla, konsantrasyonu ve duyarlılığı artırmak için düşünülmüş ve tasarlanmıştır. (Cohen, 2017, s. 29)

Oyuncu, bu ilk aşamada, başlangıç olarak beş duyusunu ayrı ayrı etkin bir şekilde çalıştırmayı ve onlara dair süreçleri keşfetmeyi öğrenir. Bu egzersizin bölümleri, 'Kahvaltı içeceği'; 'Ayna çalışması (makyaj yapma ya da tıraş olma)'; 'Üç Parça Eşya Çalışması'; 'Günüşiği Çalışması';

'Keskin Acı'; 'Keskin tat ve keskin koku'; ve 'Bütünsel Duyum' olarak adlandırılmıştır ve her bir egzersizden önce gevşeme çalışması yapılmaktadır (Güngör, 2017, s. 248). Oyuncu egzersizleri, sahnede hayali objelerle uygulamadan önce evinde gerçek objelerle uygulamalı ve beş duyusuna dair deneyimlerine odaklanmalıdır.

"Oyuncu bir kere nesne varken duyularının işlevlerini öğrenirse, nesne olmadığında o tepki ve etkileri yeniden yaratmayı da öğrenir. Bu ilk egzersizlerde konsantrasyonu sağlamanın yolu duyu belleğidir"

(Strasberg, A Dream of Passion, 1988, s. 132). Egzersizlerde, oyuncu günlük aktivitelerini hayali objelerle sahnede uyguladığı sırada taklitten kaçınmalı, beş duyusunu aktif olarak kullanarak deneyimlerini hissetmelidir. Egzersizler belirtilen sıralamayla yapılırken, oyuncu önce beş duyusunun çalışmasını detaylı şekilde keşfetmekte, ardından bu duyuların bir arada çalıştığı kombinasyonları deneyimlemektedir. Her bir çalışma, oyuncunun görme, işitme, koklama, tat ve dokunma duyularının gelişmesine olanak sağlamak amacı taşımaktadır. Lola Cohen'in aktarımına göre bu egzersizlerin tamamlanmasının ardından, 'İleri Duyu Belleği Egzersizleri' üzerinde çalışılır. 'İleri Duyu Belleği Egzersizleri' başlangıç egzersizlerinden tamamen kişisel

ve kişi için önemi olan geçmiş veriler kullanılacağından bu egzersizler duygusal tepkileri uyarabilir. Bu çalışmalarda, oyuncunun duygusal niteliği olan nesnelere kullanarak duygusal deneyimleri sürdürmesi beklenmektedir. Egzersizin bölümleri; 'Kişisel nesnelere'; 'Mekân Egzersizleri'; 'Özel an çalışması'; 'Duygusal Bellek' ve 'Egzersiz kombinasyonları' şeklindedir (Cohen, 2017, s. 67). Duyusal çalışmalar sırasında duygulardan özellikle uzak durulması gerekmektedir, duygu oluştuğu takdirde oyuncu durmalı ve gevşedikten sonra egzersize devam etmelidir.

Duygusal bellek egzersizleri, oyuncunun geçmiş yaşamından yoğun hisler yaşadığı deneyimlerine duyu hafızasını kullanarak ulaşması, deneyimi yeniden yaratması ve o yoğun hisleri yeniden yaşaması için tasarlanmış egzersizlerdir. Oyuncu, metnin verili koşullarına göre sahne üzerinde gerçek hisler ve duygular hissetmelidir ve karakterin yaşantısındaki duygusal anları sahnede yeniden yaratmak için, yaratıcılığını harekete geçirecek bu gibi egzersizlere ihtiyaç duymaktadır. Oyuncu, duygusal bellek egzersizleri aracılığıyla, duygusal deneyimlerini içeren bir repertuvar oluşturabilir ve oynadığı karakterlere göre bu repertuvardan faydalanabilir.

Duygusal deneyimlerden bir 'repertuvar' oluşturarak, oyuncu bu deneyimlerden karakter için ihtiyaç duyulan, istenilen birini doğru zamanda ileri çağırabilir. 'Repertuvar'ı ne kadar genişle, yaratıcılık için daha fazla kaynağa sahip olur ve oynayabileceği rol sayısı artar. Gerçek kahkahalarla gülebilmeli, gerçek gözyaşlarıyla ağlayabilmeli, ya da istediği her duyguyu tamamen gerçek bir şekilde sunabilmelidir. Kendi yaşamında yararlandığı bütün duyguların tümü ya da bir parçası ilk derinliğinde sahnede yeniden yaratılabilir. (Easty, 1992, s. 45)

Egzersiz uygularken oyuncu yaşamında önemli olan, yoğun hisler taşıyan bir duygusal deneyimi seçerek onun duygusal detaylarını anımsamaya gayret etmektedir. Yaşamış olduğu olayı ya da durumu anlatması değil, o anda beş duyusuyla edindiği tecrübeleri, şimdiki zaman kullanarak aktarması gerekmektedir. Egzersiz için kullanılacak deneyimlerin seçilmesi için birtakım kurallar benimsenmiştir. Öncelikle seçilen olayın, gerçekten yoğun hisler besleyen bir duygusal deneyim olması gerekmektedir ve deneyimin üzerinden en az yedi yıl geçmiş olmalıdır. Yedi yıldan daha az süre geçmiş deneyimleri anımsamak zorlaşır, yedi yıldan uzun süre geçmiş olanlar daha kolay hatırlanır ve yeniden yaratmak için uygundur. Strasberg'e göre, bu egzersizi uygulamak için en uygun deneyimler çocukluk deneyimleridir. (Strasberg, The Lee Strasberg Notes, 2010, s. 29)

Oyuncu egzersizi uygulamak için gevşeme egzersizlerini yapar ve tamamen hazır olduğunda seçtiği anıyı anımsamaya başlar. Oyuncunun, egzersizi yaparken maksadı duyguyu yakalamak olmamalıdır, yalnızca anıya dair duygusal hafızasındaki verileri kullanmalıdır, sonuç odaklı değil süreç odaklı davranmalıdır. Gördüğü, duyduğu, hissettiği detaylar, bulunduğu yerin kokusu ya da o sırada yediği ya da içtiği bir şey varsa

onların tadını anımsamaya gayret eder. Daha fazla detay anımsadıkça duygu belirmeye başlayacaktır. Bu süreç kısa ya da uzun olabilir, ancak amacına ulaştığında egzersiz tamamlanmış olur. Strasberg, bu egzersizlerin oyuncunun yaratıcılığının anahtarı olduğunu belirtmektedir. Egzersiz başarıyla tamamlandığında, oyuncu bir sonraki aşamaya geçerek aynı anımsamayı bu kez günlük bir aktiviteyi yaparken sürdürmeyi dener. Makyaj yaparken ya da temizlik yaparken, konsantrasyon gerektirmeyen bir iş yaparken egzersiz yeniden başlar, oyuncu aynı duygusal nitelikli deneyimin duygusal detaylarını anımsamalıdır. Bu çalışma da başarıyla sonuçlandığında oyuncu, egzersizin üçüncü aşamasına geçebilecektir. Bu kez, oyuncu aynı anımsama egzersizine oyun metninden repliklerini eklemelidir. Replikleri nasıl söylediğiyle ilgilenmeden anımsamayı sürdürürken repliklerini söylemeye devam etmelidir ve istenilen duygu belirdikten sonra sözlerini o duyguyla tamamlamalıdır. Egzersizin her bir aşaması bir sonraki aşamaya geçmeden evvel defalarca denenmeli, başarılı olduğundan emin olduğunda sonraki aşamaya devam edilmelidir (Easty, 1992, s. 49-63). Bu kolay bir egzersiz olmasa da Strasberg oyuncunun disiplinli bir çalışmayla bunu başarabileceğini bildiğini ve başardığına şahit olduğunu belirtmektedir.

‘Metot’, oyuncunun sahne yaratıcılığını ortaya çıkarabilmesi için önce enstrümanını tanımasını ve onu isteğe bağlı olarak kullanabilmek için geliştirmesini sağlamaktadır. Bu egzersizlerin tümü, oyuncunun kendi enstrümanını geliştirmek üzere kullandığı yöntemlerdir. Oyuncu, bu egzersizleri başarıyla uyguladıktan sonra, rol üzerindeki çalışmalarına başlamaktadır. Strasberg’e göre oyunculuk sanatı öncelikle karakter yaratmaktır. Oyuncu karakterin, ruhsal durumunu ve davranışlarının ardındaki duygusal etmenleri anlamalıdır. Bunun için oyuncunun ilk olarak metnin detaylı bir analizini yapması gereklidir. Verili koşulları iyi kavraması, repliklerin alt metinlerini doğru algılaması açısından önem taşımaktadır. Karakterin kendi kişiliğiyle olan mesafesini tespit etmelidir ve karakterin kendi içindeki karşıtlıkları görmelidir. *“Eğer iyi bir adamı oynuyorsan, onun kötü yanlarını bul. Kötü bir adamı oynuyorsan iyi yönlerini tespit et. Bir hırsız oynuyorsan, aynı zamanda kahraman olduğu noktalara bak ”* (Strasberg, The Lee Strasberg Notes, 2010, s. 44) diyerek karakterin içindeki zıtlıkların karaktere boyut kazandıracığını ve her insanın iyi ve kötü yanları olduğu gibi karakterlerin de gerçekte olduğu gibi karmaşık olacağını belirtmiştir. ‘Verili koşullar’ çalışması, metnin detaylıca incelenmesiyle, oyuncunun sahnelerin duygusunu tespit etmesi ve hangi duygular üzerinde ‘Duygusal bellek’ çalışmasını yapacağını anlaması açısından önemlidir. ‘Duygusal bellek’ çalışması, oyuncunun belirli bir anısına dair duygusunu tespit etmesini ve ‘duyu belleği’ aracılığıyla o duyguyu yeniden yaşamasını sağlayan çalışmadır. Bu sebeple, metnin ‘verili koşullar’ın incelendiği bu çalışma, oyuncunun sahnenin gerektirdiği duyguyu belirlemesini ve bu duyguyu hissettiği koşullara uygun bir anısını seçmesinin bir yoludur. Bunu takip eden, ‘Sihirli eğer’ çalışması, Stanislavski’nin ‘sistem’inde kullandığı gibi oyuncunun

karakterle bağ kurmasını sağlamaktadır, ancak, Stanislavski'den farklı olarak Strasberg, 'Sihirli eğer' çalışmasında karakterin motivasyonunu bulmak üzerine bir çalışma yapmaktadır. Strasberg, alışmayı Vakhtangov'un düzenlemesiyle değiştirdiğini söylemektedir. Oyuncunun kendine 'Böyle bir durumda kalsaydım, bu şekilde hareket etmen için seni ne motive ederdi?' sorusunu sormasıyla, sahne eylemini gerçeğe uygun hale getirmesi ve benimsemesi mümkün olacaktır. Karakterizasyon için bir başka çalışma, 'doğaçlama' çalışmasıdır. Strasberg, bu çalışmaya ayrıca önem vermektedir. Bunun sebebi, oyuncunun sahnede oyunun her sahnelenişinde aynı canlılığı 'doğaçlama' çalışmalarının sağlayacağını düşünmesidir. Bu çalışmalarda oyuncuların kalıplaşmış davranış biçimlerinden uzaklaşması ve alışkanlıklarından uzaklaşması için oyunun repliklerini değil anlaşılmayan konuşmalar kullanarak doğaçlama yöntemi de kullanılmaktadır. Böylelikle, metin doğrultusunda değil oyuncuların duygu ve davranışlarının öncelik kazanmasıyla oyunda istenilen canlılığa ulaşmak kolaylaşacaktır.

'Metot', Strasberg'in her ayrıntısını yıllar süren bir çalışma sonucu planlamasıyla, oyunculara, yazarlara ve yönetmenlere sahnede gerçek bir yaşamın yaratılması ve oyuncuların gerçek duygularını ve davranışlarını sahne üzerinde doğal bir şekilde yaratmasına olanak sağlayan bütünsel bir çalışmadır. Egzersizler aracılığıyla, oyuncuların kendi enstrümanlarını daha iyi tanımaları ve sahne üzerinde kullanabilmeleri mümkün kılınmaktadır. Konstantin Sergeyeviç Stanislavski'nin gerçekçi oyunculukta devrim yaratan çalışmaları ve oyuncu eğitimi konusunda bir yöntem olarak 'sistem'i ortaya koyması, Amerika'nın ve Avrupa'nın da oyunculuk anlayışını var olduğu noktadan ileri taşıyacak bir sürecin başlangıcı olduğu gibi, onun takipçisi olan Lee Strasberg gibi pek çok oyuncu ve eğitmenin yolunu aydınlatmıştır. Oyunculukta, gerçek duyguların yaşanması, klişeden ve yapmacıklıktan uzaklaşılması anlamında, Stanislavski'nin yolundan giden Strasberg de yarattığı çalışma yöntemiyle pek çok eğitmen ve oyuncunun oyunculuk anlayışında önemli değişimler meydana getirmiştir.

2. SİNİRBİLİMİN BEDEN VE ZİHİN ÜZERİNE BULGULARI

2.1. Bilinç ve Benlik

Bilinç problemi, felsefe ve sinirbilim araştırmacılarının temel konularından biri olarak yıllar boyunca çeşitli kuram ve araştırmanın odağında olmuştur. İnsan beyninin bilinci nasıl yarattığına ilişkin düşüncelerin başlangıcı sayılan Descartes'ın ünlü 'Düşünüyorum, o halde varım' sözü felsefe araştırmacıları kadar bilim insanlarının da yola çıkış noktasını oluşturmuştur. İnsanların düşünme, algılama, gerekçelendirme, karar verme gibi pek çok sürecinde etkin olan bilinç, bu sözle birlikte bir içsel farkındalık manası kazanmıştır.

"Descartes'ın görüşüne göre, bilinç insan olmanın ne olduğunun tanımlayıcı bir özelliğidir" (LeDoux, The Deep History of Ourselves, 2019, s. 203). Dış dünyanın ve içsel yaşantının algısı, duygular, davranışlar ve insan olmaya özgü her türlü olgu bilincin çalışma prensiplerinin anlaşılması ile bağlantılı olduğundan, bilinç problemi temel olarak insan doğasına ilişkin her araştırma konusuna dahil olmaktadır. Antonio Damasio, bilincin tanımını yaparken, yine felsefenin ve sinirbilim temel araştırma konularından

olan iki olgunun bilincin belkemiği olduğunu belirtmiştir:

Bilinç, kişinin kendi varlığına ve çevresindekilerin varlığına ilişkin bilgi sahibi olduğu zihin durumudur. Bilinç bir zihin durumudur, zihin olmazsa bilinç de olmaz. Bilinç belirli bir zihin durumudur; bir zihnin, parçası olduğu organizmanın duyularıyla zenginleştirilmiş ve söz konusu varlığın konumlandırıldığına, çevresinde nesnelere olduğuna, olaylar döndüğüne ilişkin bilgiler içeren bir zihin durumu. Bilinç, benlik sürecinin dahil olduğu bir zihin durumudur. (Damasio, 2020, s. 165)

Damasio, bu sözleriyle, felsefenin ve insan doğasına ilişkin bilimsel araştırmaların bir uzlaşmaya ulaşmakta zorluk çektiği zihin konusunu ve benliği bilinç sürecine dahil etmektedir. İnsanların düşünceleri, eylemleri, davranışları, karar verme süreçlerini, duyguları, hafızası ve anıları kısacası insanı insan yapan her öge bu üç unsura; bilince, benliğe ve zihne sıkı sıkıya bağlıdır. Bunun yanı sıra, bu üç unsurun nasıl oluştuğu, beynin bilinçli zihni ve "bilinçli ben"i nasıl oluşturduğu konularında uzlaşmaya varılamamaktadır. Bilim, araştırma alanlarını nesnel bir yaklaşımla incelerken, bilincin öznel bir olgu oluşu uzlaşmanın önünde bir engel konumundadır.

Bilim, yalnızca nesnel, üçüncü-şahıs bakış açısı üzerine inşa edilmiştir. Sadece bu bakış açısından incelenebilen şeyler "gerçek" olarak kabul edilir. Fiziksel varlıklar ya doğrudan duyu organlarıyla ya da dolaylı olarak, araştırma aletleri üzerine bıraktıkları etki aracılığıyla herkes tarafından gözlemlenebilirler. (Revonsuo, 2017, s. 89)

Bu sözler, bilimin “gerçek” olarak kabul ettiği nesnel verilerin karşısında, yalnızca deneyimleyen kişi tarafından gözlemlenebilen bilinç, benlik ve zihin olgularının birinci-şahıs bakış açısı ile öznel olduğunu vurgulamaktadır.

İçebakış kendi başına bilimsel anlamda tatmin edici değildir ve insanların kendi bilinçleri hakkındaki bildirimleri faydalı olsa dahi bunlar, altta yatan beyin işleyişini açığa çıkaramaz. Bunun yanında beyne has yapılmış çalışmalar kendi içinde, bilinçli olmanın nasıl bir şey olduğunu ortaya koyamaz. (Edelman & Giulio Tononi, 2019, s. 11)

Bu öznellik ve bilimin bilinci, benliği ve zihni beyin araştırmaları ile tam olarak açıklamakta yetersiz oluşu, bilim insanları ve felsefe araştırmacıları için bu olguların gizemini sürdürmektedir. Bu sebeple, tam bir uzlaşıya varılmamış olan bu unsurları eldeki verilerle anlamlandırabilmek için, öncelikli olarak beynin ve bedenın çalışma prensibini incelemek gerekmektedir.

Çağdaş sinirbilim araştırmacıları, bedenın beyin tarafından sinir sistemi aracılığıyla yönetildiği konusunda hemfikirdir. Sinir sisteminin başlıca öğeleri olan sinir hücreleri (nöronlar), sinyal araçlarıdır ve alınan bilgileri sinir sistemi üzerinden beyne iletmekle görevlidir. Her bir nöron, aksiyon potansiyeli olarak adlandırılan elektrik sinyallerini üretecek mekanizmaya sahiptir, bu sinyaller bir sinir hücresi içinde uzun mesafeler ilerleyebilir. Bu hücrelerin birbirleriyle bağlantı noktaları *sinaps* olarak adlandırılmıştır. Nöronlar, nörotransmitter isimli kimyasal sinyalleri salgılayarak, sinapslar aracılığıyla birbirleriyle iletişim kurarlar. Bir sinir hücresi, alıcı unsurlar; *dendritler*, iletilici unsurlar; *akson* ve terminalleri ve *hücre gövdesi* olmak üzere üç kısımdan oluşmaktadır. Bir sinir hücresi bir diğeriyle iletişim kurarken, diğerinden sinyal almak için dendritlerini, başka bir hücreye sinyal iletmek için bir nevi çıkış kapısı olan aksonunu kullanmakta ve sinyaller nöronun içinde bu görevlerle uyumlu olacak şekilde tek yönlü olarak hareket etmektedir (Kandel, 2019, s. 94).

Sinaps bağlantılarından yani nöronların aksonlarıyla, başka hücrelerin dendritleri ya da doğrudan hücre gövdesi arasındaki temas noktalarından hücreler bir diğerine ‘uyarıcı’ ya da ‘ketleyici’ kimyasal sinyaller gönderebilir. Bu sinyaller, uyarıcı ya da ketleyici sinapsların yoğunluğuna bağlı olarak değişmektedir. Örneğin, uyarıcı sinapslar çoğunlukta eksi etki altındaki nöron ateşlenmektedir. Nöronlar, temelde üç kategoriye ayrılmaktadır; *motor nöronlar*, *duyusal nöronlar* ve *ara nöronlar*. Birincil motor nöronlar, omurilikte bulunan ve aksonları direkt olarak bir kas hücresine bağlı olan nöronlardır. Duyusal nöronlar çok çeşitlidir ve girdi uyarılarını sinir sisteminin dışından, dış dünyadan alan nöronlardır. Işık, ses gibi duyuların uyarılarını alıp en yakın nöronlarla sinaptik bağlantı kurarlar. Deriden ve kaslardan omuriliğin derinlerine kadar uzanan bedensel-duyusal hücreler ise motor nöronlar kadar uzundur ve görevleri dokunma, sıcaklık, ağrı, kas gerileme, kasılmaları hakkındaki bilgileri ve bedenın ve uzuvlarının sürekli değişen konum

bilgilerini iletmektir. Ara nöronlar ise, nöron kategorileri arasındaki en kalabalık grup olarak duyuşal nöronlarla motor nöronlar arasında iletiyi taşıma vazifesi görmekteşler (Churchland, 2012, s. 190-194). Sinirsel iletişim, sinir sistemindeki bağlantı kalıplarına, bilginin bir yerden diğetine geçtiğı sinirsel yollara bağıdır.

Nöronlar gibi sinir sistemi de iki bölüme ayrılmıştır. Birincisi, *merkezi sinir sistemi* adıyla, beyin ve omurilikten oluşan bir komut ve kontrol sistemidir. İkincisi ise, merkezi sinir sistemi dışındaki bütün sinir hücrelerinden oluşmaktadır ve vazifesi duyuşal bilgileri merkezi sinir sisteminden kaslara iletmektir. Bunun yanı sıra, merkezi sinir sistemi de iki alt sisteme daha sahiptir. Dış dünyadan algılanan ve hareket sisteminden gelen duyuları merkezi sinir sistemine ileten ve oradan gelen motor sinyalleri ilgili bölgeye taşıyan, vücudun isteğine bağımlı olarak çalışan alt sistem, *somatik sinir sistemi* olarak adlandırılmaktadır. İkinci alt sistem, *otonom sinir sistemidir* ve görevi isteğe bağı olmayan düz kaslar, salgı bezleri, kalp kası gibi organ ve sistemlerden algılanan duyuları merkezi sinir sistemine taşımak ve oradan aldığı motor sinyalleri organlara ve sistemlere iletmektir. Tüm yaşamsal fonksiyonları, duyuşal, duygusal süreçleri ve onlara ilişkin eylemleri yönetme vazifesi taşıyan merkezi sinir sisteminin öğeleri ve her öğenin farklı görevi bulunmaktadır. *Omurilik*, vücudun periferik duyuşal reseptörlerinden duyuşal bilgileri alır, beyne ulaştırır ve beyinden gelen motor sinyalleri kaslara iletir. Aynı zamanda, basit reflekslerin yönetimini de beyne iletmesine gerek olmaksızın üstlenmektedir. Omurilik, en üst ucunda *beyin sapı* halini alır. Beyin sapının görevi, duyu bilgilerini beynin üst bölgelerine iletmektir ve bu bölgelerden aldığı motor sinyalleri omuriliğe taşımaktır. Bunun yanı sıra, dikkat halini de beyin sapı düzenlemektedir. Beyin sapında, *hipotalamus*, *talamus* ve *beyin yarım küreleri* bulunmaktadır. Beyin yarım kürelerinin yüzeyi bir dış katman olan *beyin korteksiyle* kaplıdır. Beyin korteksinin görevi, algı, dil, eylem gibi yüksek zihinsel işlevlerle ilgilenmektir. Korteksin alt bölümlerinde motor faaliyetlerin düzeninden sorumlu *bazal gangliyonlar*, anı depolama işlerinden sorumlu *hipokampus*, duygular ve duygusal hallerin otonom ve endokrin sistemlerinden sorumlu *amigdala* bulunmaktadır (Kandel, 2019, s. 71).

Milyonlarca nörondan oluşan sinir sistemi aracılığıyla beynin çalışma yöntemi, insanların günlük yaşantısında iç ve dış dünyayı bütünleyerek nasıl var ettiğini algılama yolunda ciddi aşamalar kaydetmiştir. İçsel ya da dışsal bir uyarının algılanması sonucu, bedenin o bölgesinden sinir hücrelerinin omurilik aracılığıyla beyne uyarının varlığını iletmesi ve beynin komutunun yine omurilik aracılığıyla o bölgeye dönmesi sonucu, vücuda insülin salgılanması ya da kasların kasılması/gevşemesi gibi kimyasal işlemler veya fiziksel

eylemler söz konusu olmaktadır. Sinir iletiminin gerçekleştiği bu sinirsel yollar, sinirbilim araştırmacıları tarafından beynin sistemini açıklamaya ilişkin bir vurgu yapmaktadır. Bu vurgu, bu sinirsel yolların, sinirsel harita olarak adlandırılmasıdır. Edward Tolman tarafından 1948 yılında ortaya atılan haritalandırma kuramını aktaran Joseph LeDoux, organizmaların davranışları yönlendirmek için dünyanın psikolojik modellerini kullandığı ‘bilişsel haritalar’ kavramının bilişsel devrimin bir öncüsü olarak kabul edilene kadar yıllar boyunca gerekli değeri görmediğini belirtmektedir. Bunun yanı sıra LeDoux, kavramın yeniden canlanmasının 1970 yılında John O’keefe’in hipokampüsteki hücrelerin oryantasyon sağlayabilmek amacıyla uzamsal çevrenin temsillerini (bilişsel haritalar) geliştirdiğini keşfetmesine bağlı olduğunu da eklemiştir (LeDoux, The Deep History of Ourselves, 2019, s. 210). Saffet Murat Tura, nöral

haritaların varlığını ve işlevini bir örnekle açıklamaktadır:

Beyinde çok sayıda nöral harita bulunur. Mesela gözden gelen sinyallerin beyin kabuğunda ulaştığı ilk bölge olan birincil görme alanı bu tür haritalardan biridir. Bir başka deyişle gözün retina tabakasındaki reseptör hücrelerle birincil görme alanı arasındaki nöral bağlantılar öyle hassas bir şekilde ilişkilendirilmiştir ki bu alan görme alanını bir harita gibi temsil eder. Beyinde çok sayıda görsel uzam haritası vardır. Yani duyu alanlarımızda ve başka beyin bölgelerinizde bedeniniz de çevre de nöral bir yapılanmayla topografik olarak temsil edilir. Ayrıca bedeniniz (kaslarınız) nöral olarak temsil edilmiş durumdadır. (Tura, 2016, s. 83)

Çağdaş sinirbilim araştırmacılarından Antonio Damasio, insan beyninin yaşamı yönetmesini sağlayan olgunun haritalar ve imgeler oluşturma olduğunu belirtmektedir.

Sinir sisteminin çalışma esaslarını yerine getirdiği sırada beyin kendini bilgilendirmek maksadıyla haritalar oluşturmaktadır. Damasio, “*Pek çok durumda beden-duyarlı alanlar, bedende olup bitenlerin ayrıntılı bir haritasını ortaya çıkarmaktadır*” (Damasio, Spinoza’yı Ararken Haz, Acı ve Hisseden Beyin, 2018, s. 117) diyerek sinir sisteminin beden durumunu algılamak amacıyla nöral örüntüler oluşturarak bedenin anlık durumunun haritasını meydana getirdiğini belirtmiştir. Sinir sisteminin çalışmasına dair haritalardan biri beden dokularının, düz kasların işlevsel durumunu algılamak, bedenin iç yapısının anlık temsilini yaratarak gerçekleşir. Bir diğeri, eklemlerin ve iç organların durumunun algılanmasıdır ve bu algıyı sağlayan ilgili bölgelerin haritalarını oluşturmaktır. Dış dünyaya ilişkin duyularla algılanan olaylar ve unsurlar ise dış dünyanın haritaları sayesinde anlamlandırılırlar (Damasio, Zihindeki Benlik Bilinçli Beynin Gelişimi , 2020, s. 80). Bu haritalar, insanın temel yaşam koşullarını sağlamanın yanı sıra, günümüz sinirbilim araştırmalarının bazı temel anlaşmazlıkların çözümlerini üretmelerini sağlamıştır.

Zihin ve zihinsel süreçlerin yapısı bu anlaşmazlıklardan biridir. İnsan bedeni, beynin kısımları ile tüm beden boyunca sürekli belirli döngüler halinde hareket ederek bilgileri taşıyan sinir hücreleri sayesinde iç ve dış

dünyasında oluşan yeni koşullara uyum sağlamayı başarmaktadır. Beyin, organizmanın yaşamsal fonksiyonlarını sürdürmek için tasarlanmış olduğundan, vücudun; kasların ve organların, yaşamsal koşulları beyin tarafından bilinçli bir düşüncenin oluşmasına gerek kalmadan, sinir sistemi aracılığıyla sağlanmaktadır. Ancak, organizmanın içsel imgeler üreterek düşünceyi var etmesi zihnin varlığına işaret etmektedir. Düşünce, tepki, dürtü, hayal kurma, karar verme, plan yapma, geleceğe yönelik tahmin ve davranışlarda bulunma gibi tüm süreçlere dahil olan imgelerle hareket eden zihnin, insanın beyni ve sinir sistemiyle ne tür bir ilişki kurduğunu anlamak felsefe için düşünülmesi gereken bir konu, sinirbilim araştırmacıları içinse cevaplanması gereken önemli bir soru olmuştur.

Bir zihin sahibi olmak, bir organizmanın, imgelere dönüşebilecek, düşünce denen süreçte yönlendirebilecek; sonuçta da, geleceğin tahmin edilmesine, buna göre plan yapılmasına ve bir sonraki eylemin seçilmesine yardım ederek davranışları etkileyen sinirsel temsilleri oluşturması anlamına gelir. (Damasio, Descartes'in Yanılgısı Duygu, Akıl ve İnsan Beyni, 1999, s. 97)

Bu sözlerinden anlaşıldığı üzere, zihinsel yaşamın en anlaşılabilir yanlarından biri olan imgeler,

Damasio için haritalandırma kavramıyla çözüme kavuşur ve zihnin, sinirsel haritaların ve

imgelerin iç içe geçmiş durumlarından ötürü zihin kavramına da açıklık getirmektedir:

Beynin aralıksız ve dinamik harita üretiminin muhteşem sonucu zihindir. Haritası çıkarılan örüntüler bilinçli varlıklar olan bizlerin görüntü, ses, temas, koku, tat, acı, haz; kısacası imge olarak bildiğimiz şeyleri oluşturur. Zihinlerimizdeki imgeler beynin bedenimizin içinde ve etrafında, somut ve soyut, o anda olan ya da daha önceden belleğe kaydedilmiş her şeye ilişkin haritalarıdır. (Damasio, Zihindeki Benlik Bilinçli Beynin Gelişimi , 2020, s. 74)

Bu açıklamalar, sinirbilim araştırmaları sonucu insanların zihinsel aktivitelerini, sinirsel

haritalama yoluyla gerçekleştirdiğini, imge oluşumunun da aynı sürece bağlı olarak çalıştığını

göstermektedir. Joseph LeDoux, beynin harita oluşturma yetisi konusunda Damasio ile fikir birliği

içinde olmuştur, bunun yanı sıra sürece başka unsurlar da eklemiştir.

Günlük hayatta pek çok şema oluşturulmakta ve kullanılmaktadır. Bazıları dünyadaki uyaranların özellikleriyle ilgilidir (elma veya çekiç gibi görsel nesnelere rengi veya şekli ve elma veya çekiçle hangi eylemlerin yapıldığı). Diğerleri daha kavramsaldır ve durumları (iş, parti, tatil), insanları (ebeveyn, çalışan, Demokrat), psikolojik durumları (duygular, düşünceler, inançlar, arzular) ve kişinin benliğini (kişinin kendi görüşleri ve kişinin bir şeyler hakkında düşünmekle ilgili tipik yaklaşımı veya belirli durumlarda hareket etme yolları) içerir. Stereotipler de (yaş, cinsiyet, ırk, etnik köken hakkında) aynı zamanda belirli bir geçmişe sahip insanlarla nasıl etkileşim kurduğunuz etkileyen zihinsel modeller/şemalardır. (LeDoux, The Deep History of Ourselves, 2019, s. 231)

LeDoux, bu sözleriyle, daha geniş bir perspektifle zihin sürecine imgelerin haricinde,

duygular da dahil etmiştir. Böylelikle, araştırmacıların düşünceleri doğrultusunda, zihin,

beynin yönettiği, düşünme, tasarlama, planlama, karar verme gibi pek çok süreci,

haritalar ve haritaların oluşturduğu imgeler vasıtasıyla sürdüren işlevler bütünü olarak

kabul edilebilir. Bu sürecin ve insanın tüm süreçlerine dahil olan benlik ise bu verilerin

ardından açıklanabilir. Benlik, insanın psikolojik ve sosyal yaşamındaki önemli konumu

nedeniyle incelenmeye değer bir olgudur. İçsel ve dışsal dünyada 'ben'in varlığı kişinin

kendinin farkındalığı olarak düşünülebilir. İnsan, her eyleminde, her duygusunda, her düşüncesinde, her durumda benliği varlığının ayrılmaz bir bütünü olarak görmekte ve hissetmektedir. Soyut bir zihinsel varlık olarak benlik kavramı psikolojinin ve felsefenin araştırmalarının odağındadır. Joseph LeDoux'nun zihin kavramının içindeki yerini vurgulaması, benliğin nasıl meydana geldiğini, bizi biz yapanın ne olduğunu, beynin ve bedenün çalışma prensiplerinin açıklamasını bilimsel olarak ortaya koyma arzusu taşıyan sinirbilim araştırmacıları için de önem taşıdığını göstermektedir.

Bir zihnin veya bir kişinin veya bir benliğin tamamen fiziksel veya tamamen zihinsel veya kısmen fiziksel ve kısmen zihinsel veya tamamen başka bir şey (insanlar arasındaki sosyal olarak inşa edilmiş ilişkilerin ürünü gibi) olduğunu belirtmek, bölgeyi şu şekilde ortaya koyar: türler içinde ve arasında geniş deneyim kategorilerini analiz etmek için yararlı olan, ancak beyindeki mekanizmaların nasıl izleneceği hakkında bize pek bir şey söylemeyen bir yol. Beynimizin bizi nasıl biz yaptığını anlayacaksak, kim olduğumuza dair oldukça ayrıntılı bir kavrayışı sinirsel işlevlerle ilişkilendirmenin bir yoluna ihtiyacımız var. (LeDoux, Synaptic Self , 2002, s. 55)

Benlik, kendiliğin farkındalığı olarak düşünüldüğünde, insanın toplum içindeki yerini, sosyal çevresi içindeki davranışını, karar verme ve düşünme biçimlerini şekillendirmesine sebep olan bir etken durumunda olmaktadır. Kişi, düşüncelerinin, eylemlerinin, fikirlerinin, hayallerinin farkındadır ve bu zihinsel yaşamının bu ürünlerinin failidir. Konuşmaları ve davranışları aracılığıyla bu sürecin hem üreticisi hem iç gözlem yeteneği aracılığıyla seyircisi konumundadır. *“Benliğin farkındalığı gerçek bir deneyim ve kişiliğimizin etrafında kurulduğu çekirdektir ”*

(Torey, 2017, s. 136). Kişinin geçmişini, şimdiki zamanını ve geleceğini kapsayan bir bütünlük içinde hareket etmesini sağlayan da ‘benlik’ kavramıdır. *“Çekirdek olarak ele aldığımız benlik deneyimine, geçmiş davranışlarımızın üst üste biriken kayıtların da ekler ve böylece kim olduğumuzun oldukça doğru bir modeline ulaşmış oluruz. Model zamanla netleşir, detaylandırılır, savunulur”* (Torey, 2017, s. 137). İnsanın, içsel ve dışsal süreçlerinde etkili olan benlik kavramının bilincin de merkezinde yer alması sinirbilim alanındaki araştırmalarla bilimsel olarak

açıklanabilirliği düşüncesini doğurmuştur. Joseph LeDoux, bellek sistemlerinin benliğin oluşmasında büyük katkısı olduğunu belirtirken, örtülü ve açık belleğin sürecin anahtar unsurları olduğunu altını çizmektedir.

Açık sistemlerde öğrenilen ve depolanan benliğin bu yönleri, benliğin açık yönlerini oluşturur. Kendinin farkında olmak, uzun süreli bellekten kim olduğumuza dair anlayışımızı geri almak ve onu düşüncenin ön saflarına yerleştirmektir. Bunun aksine, benliğin örtük sistemlerde öğrenilen ve depolanan yönleri, benliğin örtülü yönlerini oluşturur. Kendimizle ilgili bu bilgiyi bilinçli olarak farkında olmasak da her zaman kullanırız. Karakteristik olarak yürüme ve konuşma şeklimiz ve hatta düşünme ve hissetme şeklimiz, geçmiş deneyimler temelinde işleyen sistemlerin işleyişini yansıtır, ancak bunların işleyişi farkındalığın dışında gerçekleşir. (LeDoux, Synaptic Self , 2002, s. 67)

Bellek sistemlerinin, beynin belirli bölgelerinde gerçekleşen, sinir hücrelerinin oluşturduğu haritalar aracılığıyla çalıştığı düşünüldüğünde, benlik kavramının bilimsel açıklamasının ilk unsuru

bu sistemle meydana gelmektedir. LeDoux, benlik kavramının beynin ve zihnin düşünme, algı, motivasyon, öğrenme, duygulanım gibi başka fonksiyonlarını da kullanmak durumunda olduğunu belirterek, beyindeki bu düzeneklerin de sürece dahil olduğunu ve birlikte çalışarak benliği meydana getirdiğini açıklamıştır. Benliğin oluştuğu çocukluk sürecinde, öğrenme ve duygular en etkili iki unsur olarak kabul edilebilir. Benlik oturduktan sonra da önemlerini kaybetmezler, yetişkin bir insan da bir çocuğun dünyayı keşfetme süreci gibi olmasa da deneyimlerinden ve duygularından öğrenmeyi sürdürmektedir. Bu süreç, beyinde farklı bölgelerin bir arada çalışması ve birbirleriyle etkileşim içinde olmalarını gerektirmektedir. Duyguların deneyimlendiği, algı ve düşüncenin oluştuğu ve öğrenmenin gerçekleştiği beynin bölümleri benliğin oluşumu için, belirli bir hiyerarşiye sahip olarak bir arada çalışmaktadır.

Yaşam birçok beyin işlevi gerektirir, işlevler sistemler gerektirir ve sistemler sinaptik olarak bağlı nöronlardan oluşur. Hepimizin beyin sistemleri aynı ve her bir beyin sistemindeki nöron sayısı da aşağı yukarı aynı. Bununla birlikte, bu nöronların birbirine bağlanma şekli farklıdır ve kısacası bu benzersizlik, bizi biz yapan şeydir. (LeDoux, Synaptic Self , 2002, s. 596)

Antonio Damasio ise, benliğin *ilkben* ve *çekirdek benlik* isminde iki parçanın oluşmasıyla meydana geldiğini vurgulamaktadır. İlkben, *“organizmanın fiziksel yapısının en tutarlı yanlarının anlık haritalarını çıkaran, ayrı nöral örüntülerin oluşturduğu bir koleksiyondur. (...) Bedenin bu ilkel hisleri sağlıklı uyanık beyinde anlık olarak var olur ”* (Damasio, Zihindeki Benlik Bilinçli Beynin Gelişimi , 2020, s. 198). Damasio'ya göre, ilkbenin oluşumuyla, benlik bedenin duyularını algılayan ve bedene sahip çıkan bir pozisyonda bulunmaktadır. İlkbenin gelişimi, içinde bulunulan bedenin algılanması, çevresel faktörlerin duyularını alması, duygular ve hisler oluşturması ve bütün bu süreçlerin baş kahramanı olduğunun farkına varılmasıyla gerçekleşir, çekirdek benlik oluşur ve *“benlik zihinde imgeler biçiminde oluşur ve hiç durmadan böyle etkileşimlerin öyküsünü anlatır”* (Damasio, Zihindeki Benlik Bilinçli Beynin Gelişimi , 2020, s. 212). İlk oluşum sürecinin çocukluk sürecinde bu şekilde tamamlanmasının ardından, benliğin bilinçlenmesi süreci başlamaktadır. Yaşanan deneyimler, düşünce, duygulanımlar ve belleğin devreye girmesiyle oluşan benliğin bir tanımını da yapmak mümkün hale gelmektedir. *“Benlik işlevi her şeyi bilen bir ermiş değil, zihin adını verdiğimiz sanal ekranda ortaya çıkan başka bir görsel unsur, zihinsel olaylarımızın imgeleştirilmiş başkahramanıdır”* (Damasio, Zihindeki Benlik Bilinçli Beynin Gelişimi , 2020, s. 174).

Zihin, beyin, beden ve benlik, organizmanın bir arada çalışan ve yaşamsal fonksiyonlarını sürdürmenin yanı sıra, psikolojik ve sosyal verilerini de destekleyen süreçlerdir. Bu süreçlerin her biri bilince ihtiyaç duymaktadır. Bilinç, organizmanın bütün fonksiyonlarını, içsel ve dışsal duyularını, yaşadığı olaylar, durumlar ve duygularla birlikte geçmiş ve gelecek yaşantısının süregelen hali gibi düşünülebilir

İnsan bilinci, özünde, bir benlik farkındalığı, farkında olmanın farkındalığıdır. Dolayısıyla bilinçlilik, salt haz ve acı deneyimleme yetimize değil, aynı zamanda bu deneyimlerin farkında olma ve bu deneyimleri yansıtmaya yetimize, aynı zamanda hayatımız ve yaşamöykümüz bağlamında farkında olup yansıtmaya yetimize de atıfta bulunur. (Kandel, 2019, s. 482)

Bilinçli beyin, yani kendinin farkında, zihinsel süreçlerini aktif bir şekilde sürdürmekte ve bedenin yaşamsal durumunu kontrolü altında tutan bir beyin, organizmayı karmaşık görünen, iç içe geçmiş bir süreç olarak sinirsel haritalar aracılığıyla sorunsuz bir şekilde yönetmektedir.

2.2. Hafıza ve Anılar

Hafıza, insan yaşamının en önemli unsurlarından biri olarak benliği yaratan, davranış kalıplarını şekillendiren, kişinin çevresiyle ve yaşamıyla olan ilişkisini yöneten bir olgudur. İnsan her gün, hafızasını kullanarak geçmiş anı ve deneyimlerinin farkındalığına erişirken, hafızasına yeni bilgiler, yeni anılar, yeni deneyimler eklemeyi sürdürmektedir. Bir eşyanın ya da bir mekânın konumunu anımsamayla navigasyon işlevi görürken, bir kişinin söyledikleri, görüntüsü ya da yaptıkları, matematik formülleri ya da birtakım bilgileri anımsamayla kişisel bir albüm veya ansiklopedi vazifesi görmektedir. Günlük hayatın ve sosyal yaşamın istikrarlı bir şekilde sürdürülebilmesi sağlam ve düzgün çalışan bir bellek sistemine ihtiyaç duymaktadır. Tüm geçmiş öğrenimlerin anımsanması, gerekli bilgilerin uygun yerde devreye girmesi ve yeni verilerin depolanması işlevlerinin insan yaşamındaki önemi, hafızanın nasıl çalıştığına araştırılmasına da önem kazandırmaktadır. İnsan hafızasının çalışması üzerine çalışan sinirbilim ve psikoloji araştırmacıları, hafızanın farklı türlerden oluştuğu ve bu türlerin beynin farklı bölgelerinde etkinlik gösterdiği konularında uzlaşmıştır. Başlangıç olarak, çalışma belleği olarak da adlandırılmış olan kısa-sürelî hafıza, uzun- sürelî hafıza ve duyuşal hafıza olarak üçe ayırdıkları türlerin kendi içlerinde de ayrımları bulunmaktadır (Gazzaniga, Ivry , & Mangun, 2019, s. 387). Duyuşal hafıza, bilinçdışı bir bellek olarak kabul edilmektedir. Bilincin etki alanının dışında olan bu bellek türü, dikkatin odağı başka bir nesne ya da olayda iken duyuşal aracılığıyla algılanan ancak aktif olarak çalışma belleğine dahil olmayan bir bellek türü olarak açıklanmaktadır. Çalışma belleği, anlık durum ve olayların değerlendirilmesini, düşünme ve karar verme işlemlerinin gerçekleşmesini sağlayan beynin çalışma alanı olarak nitelendirilebilir. Geçici depolama sistemi olarak da işlev gösteren uzmanlaşmış ara bellekler ile çalışarak anlık bilginin -o anda bireyin hakkında düşündüğü ya da dikkatini yoğunlaştırdığı malzemenin- işlenmesi ve hakkında çalışılması ile ilgili tüm koordinasyonu kontrol etmektedir. Örneğin, çalışma belleğinde yer alan bilginin algılanması için işitsel ya da görsel duyu sistemine ait ara bellekler aktiftir ve birden fazla sisteme ait uzmanlaşmış ara bellek birbirinden bağımsız ancak paralel olarak çalışmaktadır. Çalışma belleği, anlık bilgiye ilişkin faaliyetleri kontrol ederken aynı zamanda geçmiş bilgilerden ve

tecrübelerden faydalanmak suretiyle uzun- süreli belleğe de bağlıdır. Lateral prefrontal kortekste eylem icra ettiği düşünülen çalışma belleği, duyu sistemlerinde uzmanlaşmış ve geçici depolama fonksiyonlarını uygulayan diğer neokortikal sistemlerle, bilginin algılanmasını takip eden karar verme mekanizmalarında etkin olan ve eylemi belirleyen ilgili korteks bölgeleriyle, hipokampus ve uzun-süreli hafıza ile ilgili korteks sistemleriyle bağlantılı durumdadır (Ledoux, 2020, s. 318-325).

Uzun-süreli hafıza ise, kendi içinde önce açık ve örtük hafıza olarak ikiye ayrılır. Açık hafıza da olgusal (epizodik) bellek ve anlamsal (semantik) bellek olarak kendi içinde ikiye ayrılmaktadır. Olgusal bellek, kişinin anılarını; nerede, ne zaman, nasıl olduğu bilgileriyle birlikte kendi deneyimlerini içeren bellektir. Semantik bellek ise, ülkelerin başkentleri gibi çevresel verilerden kişisel deneyim olmaksızın öğrendiği bütün bilgileri kapsamaktadır. Açık hafıza türleri, bilinç halini gerektirmektedir. Örtük hafıza ise, motor ve bilişsel becerileri, algısal temsili, refleksleri ve alışkanlıkları içeren öğrenmeyle elde edilmiş ancak yoğun dikkat gerektirmeyen eylemleri içeren hafıza türlerini barındırmaktadır. Hafızanın türlerinin ve beynin hangi bölgelerinde etkin olduğunun öğrenilmesi ile, anı depolamanın nasıl olduğunu da açıklayabiliriz.

Anı depolama işlemi, bilgi ve olguların kısa-süreli bellekten yani çalışma belleğinden uzun-süreli belleğe aktarılması ve orada depolanmasıdır. Çalışma belleğinde o anda aktif olan, açık bellek aracılığıyla edinilmiş bireyin çevresindeki nesnelere, kişilerin, olay ve olguların bilgisi kısa süre için ön alın kortekslerinde saklanır. Ardından bu bilgiler hipokampusta uzun-süreli belleğe dönüştürülür ve kalıcı depolama merkezleri olacak ilgili duylara ilişkin korteks alanlarında yani aslında bilginin ilk işlendiği bölgede depolanır. Örneğin, işleme deneyimiyle ilgili anılar işitsel korteksin çeşitli alanlarında, dokunma ile ilgili anılar beden-duyusal kortekste depolanmaktadır (Kandel, 2019, s. 174).

Bellek aktivitesi, kısa süreli bellekte geçici bir süre kullanılan bilgilerin, dikkate ve anlamsal önemine göre uzun süreli belleğe aktarılmasını içermektedir. Bu anlamda belleğin depolama sırasında seçici davrandığı görülmektedir. Gün içinde, anlık olarak ihtiyaç duyulan bir telefon numarasını geçici olarak akılda tutmak gibi bir işlev gerçekleştirirken, numaranın özel bir önemi yoksa, beyin bu bilgiyi uzun süreli bellekte depolamamaktadır, yani kişi bu bilgiyi unutmaktadır. Belleğin bir deneyimin saklanması ve anımsanmasına dair süreçleri, kodlama, depolama ve geri çağırma olarak tanımlanmaktadır.

Kodlama, bilginin bellek temsiline dönüşmesi sırasında meydana gelen pek çok süreç için kullanılan bir terimdir. Bu süreçler, deneyimin gerçekleşmesi sırasında o deneyimin bir ya da birkaç özelliğini kaydeden zihinsel temsili oluşturur. İfade edilebilir olsun olmasın, belleğin tüm türleri kodlama ile başlar. (...) Ayrıntılandırma, bilgiyi yorumlama, diğer bilgiyle birleştirme ve üzerine kafa yorma süreçlerini içerir. Kodlamayı güçlendiren diğer etkiler, bilginin bilinçli olarak geri çağırılması ve zaman içinde “dikkatten uzaklaşmış” ya da “dağılmış” olan kısmı üzerinde pratik yapılmasıdır. (Smith & Kosslyn, 2017, s. 202)

Bu tanımdan yola çıkılarak, beynin geçici olarak bir telefon numarasını akılda tutması ile kişi için önemi olan bir deneyimi farklı olarak değerlendirdiği ve hangi deneyimin depolanacağına ilişkin bir seçim yaptığı görülmektedir. İnsanın gündelik yaşamında tanıştığı kişilerin isimleri ve yüzleri kendi haklarında aktardıkları bilgilere göre, görsel ya da işitsel benzerliklerine göre kodlanarak depolanabilir. Bu depolanmış bilgi, uzun vadede yeniden bellekten geri çağırılmadığında yavaş yavaş unutulabilir. Ancak tanışılan bu kişinin kodlanabilecek daha çok veri sahibi olması unutulması ihtimalini azaltmaktadır. Örneğin, kişiyle aynı yerde doğup büyümüş, aynı şeylerden hoşlanan ya da kişinin sevdiği birinin arkadaşı olması sebebiyle tanışılmış bir kişi daha fazla veriyle kodlanarak, daha zor unutulmaktadır. Beynin, bu seçimi yapmasında başka etkenler de bulunmaktadır. Örneğin, beynin yeni bir bilgiyi edinmesi sırasında dikkatinin aktif olarak o yeni bilgi üzerinde olması gerekmektedir. Dikkatin odağı başka bir nesne ya da durumdayken edinilen yeni bilgi, dikkatin aktif olduğu duruma oranla daha hızlı unutulabilmektedir. Kısacası, çalışma belleğinde bulunan bilginin, uzun süreli belleğe taşınması kodlamayı etkileyen unsurlara bağımlıdır.

Sonuna kadar gitmesi için, bilginin konsolide edilmeden önce kısa süreli bellekte kaydedilmesi gerekir. Bu işlem, tekrar ve çalışma gerektirir. (...) Konsolidasyon, bir olayı kısa süreli bellekten uzun süreli belleğe kadar taşır. Konsolidasyon, bellek izi oluşturur; bu nedenle konsolidasyonun beynin yapısında bir değişikliğe neden olduğuna inanılmaktadır. (Abrahams, 2021, s. 42)

Gündelik yaşamda, dikkatimiz ve algımızın odağında bulunan pek çok şey çalışma belleğimizde bir süreliğine bulunmaktadır. İşimizle, sevdiğimizle ya da sağlığımızla ilgili önemli bir deneyim ya da olgu karşısında, bilgiyi daha sonra geri çağırılmak üzere depolama isteği duyduğumuzu hissettiğimiz zamanlar da olmaktadır. Bu bilgilerin zihinde yarattığı sinirsel örüntüler, yaşanan deneyimin bir başkasına aktarılması sırasında ya da tekrar tekrar anımsanması sürecinde her seferinde yeniden oluşturularak bellekte kalıcı olur. Öğrenme işlemi de bu sistemle çalışmaktadır ve tekrar ve çalışmaya, bellek izi oluşturulması unsurlarına bağımlıdır.

Sinir sistemi öğrenmeyle fiziksel değişikliğe uğrayabilir. Öğrenmek iki sinir hücresi arasındaki bağlantı olan sinaptik bağları artırır. Bu bağlantıları, en iyi tekrarlayan uyarımlar göndererek kuvvetlendirebilirsiniz. Örneğin ders çalışırken aynı konuyu tekrarlaya tekrarlaya onun hafızadaki yerini, dolayısıyla oluşturduğu sinaptik bağlantısını kuvvetlendirerek belleğinizdeki mevcudiyetini sağlamlaştırırsınız. (Balkuv, 2020, s. 54)

Tekrarlanan bilgi ve deneyimler, önemli ve daha sonra geri çağırılabilir konumda bulunarak bellekte depolanır, yani uzun süreli belleğe aktarılır. Deneyimin uzun süreli belleğe aktarılması işlemi tekrar ve çalışmanın yanı sıra etkileyen bir unsur daha bulunmaktadır. Bu unsur, deneyimin duygusal önemidir.

Hipokampusun önünde bulunan ve amigdala adı verilen bir yapı, stres hormonu olan kortizolün de etkisiyle yoğun duygusal yük taşıyan anıları damgalayıp hafızaya öyle yollar. Sonuç olarak, travmatik anılar tekrarlanmanın sağlamlaştırıcı etkisine gerek kalmadan uzun süreli hafızanın baş köşesine kurulur ve yerinden asla kalkmaz. (Balkuv, 2020, s. 55)

Kısa süreli bellekteki bilgi ya da deneyimin uzun süreli hafızada depolanması, dikkat, tekrar etme, çalışma, öğrenme ve yoğun duygusal etkiye ihtiyaç duymaktadır. Anımsama işlemi ise, tersine bir

çalışma ile belleğin deneyimi uzun süreli hafızadan çalışma belleğine geri çağırma işlevidir.

“Anımsama sırasında, amigdala ve hipokampusun duyu aktivitesi sırasında ortaya çıkan nörolojik etkiyi serebral korteksin uygun bölümüne geri döndürdüğü görülmektedir ” (Abrahams, 2021, s.

43). Bunun sebebi, anının beynin farklı bölgelerine dağıtılarak saklanmasıdır. Geri çağırma işlemi, aynı deneyime ilişkin beynin farklı bölgelerinde depolanmış bilgilerin yeniden bir araya getirilmesi ve deneyime ilişkin sinirsel örüntünün yeniden oluşmasıdır.

Bir deneyimin herhangi bir detayını anımsamamız, bu hatırayla ilişkili diğer detayları da kendiliğinden aklımıza getirebilir. Örneğin, radyoda çalan şarkıyı duymamız, o şarkıyı ilk defa dinlediğimiz yeri hatırlamamıza veya Madeleine çöreklerinin uzun yıllar önce unuttuğumuzu sandığımız tadı çocukluğumuzu hatırlamamıza yol açabilir. (Topaktaş, 2021, s. 53)

Burada, anımsanan ilk detay, duyuşsal bir uyaran olarak görev yaparak anıya ilişkin diğer detayları da anımsatan zihinsel temsilin oluşmasına öncülük etmektedir. Bununla birlikte, bilim insanları deneyimin tümünün her zaman doğru bir şekilde anımsanamama olasılığı bulunduğunu vurgulamaktadır. *“Yaşadığınız bir olaya ait anınız beynin tek bir yerinde depolanmaz. Bir olayı hatırlamaya çalıştığımız zaman beyinde farklı lokasyonlardaki parçaları birleştirmemiz gerekir. İyi hatırlanmayan parçalar, yani boşluklar beyin tarafından doldurulur. (Uydurulur)”* (Balkuv, 2020, s. 56). Bu açıklama, deneyime dair detayların değişikliğe uğrayabileceğini göstermektedir.

Bilim insanları, kişinin, tam olarak anımsadığı gibi yaşadığına inandığı anıların anımsadığından farklı olabileceği gibi, yaşamadığı deneyimleri yaşadığına tekrar yoluyla inanabileceğine ve o anıları benimseyebileceğine dikkat çekmektedir.

Hatırladığımız bazı olaylar, tuhaf bir şekilde başımıza hiç gelmemiş bile olabilir. Bellek ayrıca çeşitli olayların meydana gelmesinden sonra değişime de uğrayabilir. Örneğin, bir trafik kazasına tanık olan insanlara aracın ağaçtan önce mi, yoksa sonra mı durduğu sorulduğunda, kaza mahallinde bir ağaç olmasa bile anılarına bir ağaç “yerleştirme” eğilimi gösterirler. Bu durum, anılarımızı belleğimizden geri çağırdığımız sırada onları yeniden kodladığımızı ve bu süreçte araya hatalı bilgiler yerleştirmemizin mümkün olduğunu gösterir. (Topaktaş, 2021, s. 58)

İnsan belleği üzerinde uzmanlaşmış olan bilişsel psikolog Elizabeth Loftus tarafından “Sahte anılar” olarak nitelendirilen bu olguyu, *“Alışveriş Merkezinde Kaybolma”* isimindeki ünlü çalışması ortaya koymaktadır. Bu çalışmada, katılımcılara yakınları tarafından katılımcı 4-5 yaşlarında aslında yaşamamış olduğu bir alışveriş merkezinde kaybolduğuna ilişkin bir anı anlatılır. *“Katılımcılardan yedi tanesi sahte anıyı çok net ‘hatırlamaya’ başlar. Chris isimli bir katılımcı, kaybolduğunda oyuncakçıya gittiğini, çok korktuğunu, hatta kendisine yardım eden adamın gömleğinin rengini bile ‘hatırlar’”* (Balkuv, 2020, s. 59). Bu çalışma, insan belleğinin sahte anılar üretebileceğini ya da hayal edilen anılara gerçekmiş gibi inanabileceğini ortaya koymaktadır.

Belleğin tüm unsurları, depolama sürecinde çalışma belleğinden uzun süreli belleğe ve anımsama sürecinde uzun süreli bellekten çalışma belleğine bir yolculuk izlemektedir. Bu yolculuk, dikkat, algı, duyu gibi pek

çok işlevle beraber çalışmaktadır. Bir şahıs bilinci oluşturan benlikte, düşünme ve karar verme süreçlerinde oldukça önemli bir konumda olan bellek sistemleri, beyinde bellekle ilişkili bölgelerde bir kusur oluşmadığı müddetçe aktif olarak çalışmayı sürdürerek kişinin günlük yaşamındaki önemini korumaktadır.

2.3. Duygu-His Ayrımı ve Hislerin Oluşumu

İnsan, günlük yaşamda geçirdiği içsel sürecin farkında bile olmadan pek çok duyguyu hisseder. Yaşadığı olaylar, içinde kaldığı durumlar ya da anımsadığı hatıralar karşısında hissettiği her duygu, düşünme, karar verme süreçlerini ve davranış biçimlerini etkilemektedir. Duygu ve his oluşumu sırasında, beyinde ya da bedende neler olduğunu bilimsel olarak açıklayamasa da çoğu kişi, bir duygunun başlangıcının dışsal ya da içsel bir uyarının algılanması ile başladığını bilmektedir. Kişinin çevresinde gelişen somut olay ya da durumlar, aklına gelen bir anı, sevdiği birine ait bir eşya, bir film, bir müzik, bir ses ya da düşünceleri kişiye duygunun hissedilmesi için gerekli uyarıcı etkiyi sağlamaktadır. Uyarının etkisi karşısında kişi, duygunun bedensel etkisi olarak güler, ağlar, kızar, kısacası mutlaka bir tepki verir. İnsanın, sık sık yaşadığı bu içsel ve dışsal deneyim ışığında ‘duygu nedir?’ sorusuna verebileceği cevap bundan ibarettir. Ancak, başlangıçtan günümüze insan yaşamını bir şekilde yöneten ya da motive eden duyguların oynadığı büyük ve önemli rol düşünüldüğünde, ne olduğu ve nasıl oluştuğu sorusunun bilimin önemli bir konusuna dönüşmesi anlam kazanmaktadır.

Duygular ve duyguların ifadeleri, uzun zamandır insan doğasına ilişkin araştırmaların merkezinde yer almaktadır. Antik Yunan’dan günümüze uzanan bir süreçte edebiyatta ve sanatta, duyguların varlığı ve insan üzerindeki etkilerinin yansımaları görülmektedir. Ancak bunların bir araştırma konusu olması, oluşumu ve işleyişine dair detayların incelenmesi on dokuzuncu yüzyıl biliminin ve felsefesinin günümüze bıraktığı bir mirastır. Dylan Evans, filozofların, şair ve yazarların binlerce yıl boyunca kızgınlık, acıma ve korku hakkında yazdıklarını, ancak haz, tutku, acı gibi bütün duyguların 1859 yılında psikolog Alexander Bain’in *The Emotions and the Will* isimli eserinde ilk kez ‘duygu’ başlığı altında toplandığını belirtmektedir (Evans, 2019, s. 1). Ardından, 1872 yılında Charles Darwin’in *The Expression of Emotions in Man and Animals* isimli eserinde, Darwin’in, duyguların insanlara atalarından miras kalan ruh halleri olduğu ve bu duygu durumlarının atalarımızın uyum sağlamasına, hayatta kalmasına ve üremesine yardım ettiğine ilişkin bulguları, duygular ve ifadeleri hakkında önemli araştırmaların yapılması yönünde itici bir güç olmuş ve birtakım aşamaların kaydedilmesini sağlamıştır (LeDoux, *The Deep History of Ourselves*, 2019, s. 193).

Duyguların ne olduğunu ve nasıl çalıştığını anlamak için uğraşan pek çok bilim insanı, öncelikle duyguları kategorilere ayırmıştır. Bu ayırım, birincil ya da temel duygular ve ikincil ya da karmaşık/bileşik duygular

olarak belirlenmiştir. Birincil duygular, doğuştan gelen, evrimsel olarak uyarlanmış duygulardır ve evrenselidir. Bu duygular; kızgınlık, korku, üzüntü, tiksinti, mutluluk, şaşkınlık ve küçümsemedir. İkincil duygular ise, birincil duyguların karışımıdır. Çok sayıda ikincil duygu bulunmaktadır; pişmanlık, suçluluk, utanç, aşk, acı çekme ve kıskançlık bunlardan bazılarıdır (Gazzaniga, Heatherton, & Halpern, 2016, s. 405). Birincil duyguların, insanoğlunu evrimle çağlar boyunca taşıyan etken olduğu düşüncesi, Darwin'in güçlü olan canlıların hayatta kaldığı doğal seleksiyon kuramıyla özdeşleşmektedir. Örneğin, korku duygusu, atalarımızın kendilerini korumalarını sağlayan temel duygu olarak düşünülebilir. Korku, canlının kendini ona zarar verebilecek diğer unsurlardan koruması için temel bir ihtiyaçtır. Zihni hızlıca kaçmak düşüncesi dışında her düşünceden uzaklaştıran vücudunun salgıladığı hormonlardır ve bu hormonların salgılanması korku duygusuna bağlıdır (Evans, 2019, s. 22).

William James tarafından 1884 yılında yazılan *What is an emotion?* adlı makale ile duygu araştırmaları üzerinde önemli tartışmalar başlamıştır. James, bu makalede dönemin düşüncesinin aksine, uyarıcı bir unsurun algılanmasını takiben bedensel değişimlerin gerçekleştiğini ve aynı bedensel değişimler belirirken hissettiklerimizin duygu olduğunu belirtmiştir (James, 2007, s. 14). James'in bu kuramı, "*duyguların genellikle bedensel tepkilerle (kalp çarpıntısı, mide spazmı, terli avuçlar, gergin kaslar ve benzeri) bir arada olduğu* " (Ledoux, 2020, s. 52) gerçeğine dayanmaktadır. James kuramını dönemin

düşüncesiyle karşılaştırarak detaylandırmıştır:

Yaygın düşünce der ki, servetimizi kaybederiz, üzülmü ve ağlarız; bir ayı görürüz, korkarız ve kaçarız; bir rakip tarafından hakarete uğrarız, sinirleniriz ve vururuz. Burada savunulan hipotez bu sıralamanın düzeninin doğru olmadığını söylemektedir, bir zihinsel durum hemen bir başkası tarafından uyarılmaz, önce bedensel belirtiler araya girmelidir, daha mantıklı olan açıklama ağladığımız için üzüldüğümüz, vurduğumuz için kızdığımız, kaçtığımız için korktuğumuzdur. (James, 2007, s. 14)

James, bu kuramıyla, bedensel tepkiyi, duygunun hissedilmesinin önüne yerleştirerek hissin algılanması için bedensel tepkiye ihtiyaç duyulduğunu belirtmektedir: "*Kuvvetli bir duyguyu düşünüp sonra da, onun bedensel semptomlarının yarattığı tüm hisleri bilincimizden çıkarıp atmayı denersek, (...) duyguyu oluşturabilecek 'zihinsel malzeme' olmayınca, geriye sadece soğuk ve nötr bir entelektüel algılama kalır* " (Damasio, 1999, s. 135). Bunun yanı sıra James, duyguların zihnin diğer hallerinden farklı hissedildiğini aktarırken, bu farkın sebebini içsel deneyimlere yol açan bedensel tepkilere sahip olmalarıyla açıklamıştır. Hatta, her duygusal durum da bir diğerinden farklı bedensel geribildirimle sonuçlanır ve özgündür; bu özgünlük, korkunun, öfkeden ya da aşktan farklı hissedilmesini, farklı fizyolojik imzaya sahip olmasıyla açıklamaktadır (Ledoux, 2020, s. 53). Doğruluğundan şüphe edilene kadar uzun süre hakim anlayış olan James'in kuramı, uyarandan duygunun hissedilmesine kadar olan yolculuğun araştırılmasının derinleşmesine sebep olması anlamında

önemlidir.

Bu aşamaya kadar verilen örneklerden ve açıklanan kuramlardan anlaşıldığı üzere, duygu oluşumu bir uyarana başlayan, bedensel tepkilerle devam eden ve bu bedensel tepkinin beyin tarafından algılanmasına ihtiyaç duyan içsel ve dışsal bir süreçtir. Bu algılamamın, duygu için oldukça önem taşımasının sebebi duygunun hissedilmesinin bu algılamaya bağlı olmasıdır. Antonio Damasio, duygunun hissedilmesini, uyarana ile bedensel tepki arasındaki bağı fark edilmesi olarak açıklarken tamamen otomatik olarak gelişen bu sürece bilinci dahil etmektedir. Bunun sebebi, bilincin, uyarana bedensel tepkinin oluşması ve bunun algılanması sırasında kişisel deneyimleri yaratmasıdır. Kişisel deneyimlerden kasıt, bilincin uyarana ilgili verileri toplayarak kişinin gelecekte o uyarana karşı geliştireceği davranışı belirlemesi açısından önemli olmasıdır.

“Duygusal hallerinizi hissetmeniz, size çevreyle olan etkileşimlerinizin özel geçmişine dayanan bir tepki esnekliği kazandırır” (Damasio, Descartes'in Yanılgısı Duygu, Akıl ve İnsan Beyni, 1999, s. 139). Kişinin belirli uyarana karşı, duygusal deneyimlerini biriktirmesi sosyal yaşamı için bir önkoşul olarak düşünülebilir.

Damasio'nun bu açıklamalarında, 'duygusal hallerin hissedilmesi' tanımı gelişigüzel kullanılan bir tanım değildir. Duygusal sürecin insan bedenindeki yansımalarına ilişkin araştırmalarına dayanarak Damasio, günlük yaşamda çoğu zaman ikame olarak kullanılan 'duygu' ve 'his' tanımlarını birbirinden ayırmaktadır. Bunun sebebi hislerin, duyguların ortaya çıkardığı bedensel semptomlar olarak kabul edilmesidir. Bir başka deyişle, hisler, duyguların oluşumu sırasında bedenimizde olanların bilinciyle var olurlar. Duygu ve his oluşumu süreci, duyguyu harekete geçirecek bir uyarının algılanması ile başlamaktadır. Bedende uyarının sinyalleri nöronların ateşlenmesiyle sinir yolları aracılığıyla amigdala ya da hipotalamus gibi beynin ilgili bölümlerine taşınır. Bedensel-duyu kortekslerinde de sürekli olarak değişen vücut manzarasının görüntüleri elde edilir. Beden haritası olarak tanımlanan bu haritaların algılanması sayesinde süreç tamamlanmış olur ve böylelikle o 'duygunun hissi' hissedilmektedir.

Duyguların ve hislerin oluşumuna dair sürece ilişkin bulgularını açıklayan Antonio Damasio, duygu-his oluşum aşamalarında ortaya çıkan beden haritalarının kimi zaman beden o anki şeklinden farklı olabileceğini de ileri sürmüştür. 'Beden-döngüsü-benzeri' olarak isimlendirdiği bu mekanizmanın, taklit edilen bir bedensel durumun 'ayna nöronlar' sayesinde beyin tarafından gerçek olarak algılanarak, beden haritasının yaratılması ve o hissin yaşanmasına olanak verdiğine dikkat çekmektedir (Damasio, 2018, s. 121).

Bu uyarana, dışsal bir uyarana olabileceği gibi içsel bir imge de olabilmektedir. Kendimize zihnimizin gözlerinde resimler çizebiliriz: Düz vites bir arabayı kullanabilir, ipeğe dokunabilir veya fıstık ezmesi hayali bir sandviçi tadabiliriz. (...) imgesel duyular da, “gerçek” duygular kadar zevk ve acı

verebilirler. (...) Hayali duygular, sadece zevk vermekle yetinmezler, aynı zamanda gerçek duyguları ve bilinen diğer bedensel etkileri de üretirler. Acıklı bir roman okurken ağlayabiliriz, yazarı da onu yazarken ağlamış olabilir.” (Dennet, 2017, s. 74-75)

Önemli zihinsel işlevlerden biri olan imge, sinir hücrelerinin belirli devreler boyunca yolculuğu sonucu haritalar oluşturmasıyla meydana gelmektedir. Bir düşüncenin, bir hayalin, geleceğe dair bir arzunun oluşturduğu imge, o an yaşanan bir olay ya da durumun oluşturduğu etkiyi aynı nöral yolları izleyerek gerçekleştirebilmektedir. Sinirbilim araştırmacıları, duyguların oluşumları sürecinde gerçekleşen sinirsel haritaların algılanmasının his olduğunu belirtmişlerdir. Bu vesileyle, yalnızca bir düşünceden meydana gelmiş olan zihinsel imge aynı sinirsel süreci tamamladığı takdirde beden bu haritayı algılayacak ve o duygunun hissi hissedilecektir.

3. DUYU BELLEĞİ EGZERSİZLERİNİN SINIRBİLİMİN BULGULARI IŞIĞINDA YORUMLANMASI

3.1. Stanislavski'nin Duyu Belleği Egzersizlerinin Sinirbilimin Bulguları Işığında Yorumlanması

Stanislavski 'sistem'i, oyuncunun düşünceleri, eylemleri, hisleri, itkileri ve duygularıyla sahne üzerinde organik bir yaşam oluşturmasını sağlamak maksadı taşımaktadır. Stanislavski, kendi oyunculuk deneyimleri ve başka oyuncuların icra sürecine dahil olduğu yönetmenlik deneyimlerinde bu organikliği sağlayacak etmenlerin ve kesintiye uğratan engelleri ortadan kaldıracak unsurların üzerinde çalışmalarını yürütmüştür. Oyunculuk deneyimi sırasında karşılaştığı ilk engellerden biri, seyircinin oyuncu üzerinde yarattığı heyecan ve gerginlik olarak kabul edilebilir. Oyuncunun bedeninde hissettiği bu duygular, kasılmaya sebebiyet verebilir,

düşünceyi ve hatırlamayı engelleyebilir. Joseph LeDoux, vücutta güçlü bir duygu belirlediği zaman beynin bölümlerinden amigdalanın etkinleştiğini belirtirken, “amigdala tetiklemeli uyarılma” adında bir olgudan söz eder. Bu olgu, anlam taşıyan bir uyarı karşısında amigdala tarafından kortikal uyarılmanın gerçekleşmesidir. Uyarılma, normal koşullar altında zihinsel fonksiyonların işlevlerini yerine getirmeleri için oldukça önemli bir unsurdur. Ancak LeDoux, bu uyarılmanın fazla olması durumunda ters bir etki yarattığını belirtmektedir:

Fakat çok fazla kaygı da iyi değildir, aşırı uyarılırsanız, gergin ve kaygılı hem verimsiz olursunuz. Sadece optimal icraat gösterecek uygun seviyede uyarılmaya ihtiyaç duyarsınız. (...) Bu yüksek seviyeli uyarılma kısmen duygusal bir durumdayken diğer şeylere konsantre olmanın ve etkin şekilde çalışmanın niye zor olduğunun açıklamasıdır. (Ledoux, 2020, s. 337)

Bu unsur, oyuncunun sahne üzeri gerginliğinin olumsuz sonuçlarının sebebinin açıklanmaktadır. Stanislavski, bu sorunla baş etmek için oyuncunun dikkat ve konsantrasyon sağlaması gerektiğini düşünmektedir.

Oyuncunun konsantrasyonu yalnızca sahnede, içsel ve dışsal eylemlerinde olmalıdır. Dikkat ve konsantrasyon, oyuncunun gerginlikten kurtulmasını sağlamanın yanı sıra oyuncunun yaratıcı ruh durumuna ulaşmasında da önemli bir etkidir. Yaratıcı ruh durumu da oyuncunun hayal gücünün ve imgeleminin harekete geçmesini sağlamaktadır. Stanislavski, dikkat ve konsantrasyonun önemini şöyle aktarmaktadır:

Dikkati odaklamanın (konsantrasyon) aktör için büyük değerini bulguladım. Ayrıca, o temsilde aktörün odaklanmış halinin yalnızca görme ve işitme duyuları üzerinde değil, bütün duyuları üzerinde etki yaptığının farkına vardım. Dikkatin odaklanması, aktörün zihnini, istencini, coşkularını, belleğini ve imgelemini de etki alanı içine almaktadır. Aktörün bütün fiziksel ve ruhsal doğası canlandırdığı kişilerin ruhlarında olup bitenler üzerinde odaklanmalıdır. Yaratıcılığın, her şeyden önce, aktörün doğasının tam bir odaklanması olduğunu anladım. (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 462)

Stanislavski, oyuncunun sahne üzeri gerginliğine bir çözüm olarak kullandığı dikkat ve konsantrasyonun, başkaca vazifeler de üstlenerek yaratıcı ruh durumunun da anahtarı olduğunu ve oyuncunun zihnini de etki altına aldığını vurgulamaktadır. Sinirbilim araştırmaları doğrultusunda, zihin işlevlerini imgeler aracılığıyla yerine getirmektedir.

Yaşamın her anında beyin sinirsel haritalandırmayla imgeler oluşturur, hayal kurma, geleceği tasarlama, plan yapma işlevleri imgelerin oluşumu sayesinde. Bir düşünce, bir kişinin görüntüsü, bir eşya beyinde imge oluşturulmasıyla gerçek hale gelmektedir. Stanislavski'nin aktarımındaki diğer unsurlardan olan bellek de beyin sinirsel örüntüleri yoluyla elde edilmekte ve zihinsel imgelerle görünür olmaktadır. Damasio, zihnin akışındaki imgelerin, beyinde oluşan nöral haritaların bir toplamı olduğunu belirtir.

Belki zihinsel düzeydeki duyuşal olguların tüm karmaşası, modaliteler arasında birleşmeye daha kolay izin verir; örneğin, görsel ile işitsel, görsel ve işitsel ile dokunsal vb. gibi. Ayrıca, zihinsel düzeyde, bellekten gelen yani hatırlanan ilişkili görüntüler ile birlikte bütün duygusal türlerin gerçek görüntülerinin birleşmesine izin verir. Üstelik, çok fazla olan bu bütünleşmeler, görüntü işleme için verimli bir zeminin oluşmasıyla sorun çözümü ve yaratıcılık için gerekli ortamı sağlayacaktır. (Damasio, Spinoza'yı Ararken Haz, Acı ve Hisseden Beyin, 2018, s. 211)

Damasio'nun bu sözleri, Stanislavski'nin yaratıcılığa ilişkin vurgularının bilimsel açıdan da desteklendiğini göstermektedir.

Stanislavski'ye göre, oyuncunun vazifesi, sahnede gerçekliği yaratmaktır, ancak, bu gerçeklik metnin, karakterlerin yaşamının hayali gerçekliğidir. Seyirci karşısında ve her temsilde tekrarlanan bir gerçekliktir. Repliklerin ve mizansenin anımsanması, aksesuarlar, dekor, ışıklar ve müzik ya da seslerin kısacası sahne unsurlarının kullanımı gibi dış etkenler içinde, seyircinin duyacağı bir ses kullanımının arasında oluşacak bir gerçekliktir.

Sahne gerçeği, yaşamdaki gerçeğe benzemez; bu gerçeğin kendine özgü nitelikleri vardır. Bence, sahne üstündeki gerçek aktörün içtenlikle inandığı şeydir. Gene bana göre, açık seçik bir yalan bile tiyatrodan sanata dönüşebilecek bir gerçeklik kazanmalıdır. Bunun için aktörün, imgelemini en üst düzeye getirecek biçimde geliştirmesi, çocukça bir saflığa ve güvene; gerçeğe, kendi ruhunun ve

vücudunun gerçekliğine karşı sanatsal bir duyarlılığa sahip olması gerekmektedir. (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 463)

Bu nedenle Stanislavski, ‘bilinç yoluyla bilinçaltına ulaşma’ maksadıyla oluşturduğu ‘sistem’de, yaratıcılığı harekete geçirecek birtakım bilinçdışı uyarıcılar kullanır. Yaratıcı ‘eğer’ olarak tanımladığı bu kavram, oyuncunun oyunun ‘verili koşullar’ı ile bütünleşmesini ve yaratıcılığın ortaya çıkmasını sağlamak için kullanılan bir yöntemdir. “Eğer ‘i hesaba katan koşullar; sizin kendi hislerinize yakın kaynaklarla oluşmuştur ve bunların bir oyuncunun içsel hayatı üzerinde güçlü bir etkisi bulunur ” (Stanislavski K. , Bir Aktör Hazırlanıyor, 2012, s. 50). Oyuncu, kendine, “bu koşullar altında kalsaydım.. ne yapardım?” sorusunu sorarak, metnin ‘verili koşullar’ına ilişkin bir inanç ve gerçeklik duygusu yaratmaya ve yaratıcılığa ulaşmaya dair bir yol bulmuş olur. Stanislavski’nin ‘sistem’inde, inanç ve gerçeklik duygusu önemli bir başlıktır. “Yaratıcı eğer belirir, yani çocuğun elindeki oyuncuğun varlığına, onun içindeki ve çevresindeki yaşama inancı gibi, aktör de bu tasarlanmış gerçeğe, pratik gerçekten daha çok içtenlikle, büyük bir coşkuyla inanabilir” (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 463). Yaratıcı ‘eğer’ bu anlamda, inanç ve yaratıcılık için bir kaldıraç vazifesi görmektedir. ‘Eğer’ kalıbının kullanımı, sinirbilimde beyin iki işleviyle benzerlik göstermektedir. Bunlardan ilki, *sanki döngüsü* ya da *beden-döngüsü-benzeri* adı verilen durumdur. Bu duruma göre, beyin kimi zaman duyguların oluşumunu takip eden bedensel durumların sinirsel haritasını, bedenden gerekli duyumları almadan oluşturabilmektedir. Sanki döngüsü, beyin “*vücut halinin belirli koşullara uygun imgelerini çağrıştırdığında*” (Damasio, Descartes’ın Yanılgısı Duygu, Akıl ve İnsan Beyni, 1999, s. 164) yanlış bir sinirsel harita oluşturarak o koşullara uygun bir hissin hissedilmesini sağlamasıyla gerçekleşmektedir. Damasio, bir trafik kazası sonucu kötü bir şekilde yaralanan birinin yaşadıklarını dinlediği sırada kişinin bir süreliğine sanki kendisi o durumdaymış gibi hissedeceğini ve o acıyı anlık olarak duyabileceği bir hali bu duruma örnek olarak göstermekte ve empati hissini de beyin bu işleviyle bağdaştırmaktadır (Damasio, Spinoza’yı Ararken Haz, Acı ve Hisseden Beyin, 2018, s. 121). İkinci işlev ise, *ayna nöronlardır*. Maymunlar ve insanlar üzerinde yapılan deneyler sonucu keşfedilen ayna nöronların, “*hem acı çekmenin hem de acının akla getirilmesinin* ” (Sinigaglia & Rizzolatti, 2019, s. 171) beyinde aynı sinirsel örüntüyü etkinleştirdiğini, yani iki koşulda da acı gibi söz konusu her hissin yaratıldığını ortaya koymuştur. Damasio, “*Bu nöronların gömülü olduğu ağ benim sanki beden döngüsü sistemi olarak ileri sürdüğüm şeyi kavramsal olarak yapar; organizmada aslında olmayan bir beden durumunun, beyin beden haritalarında bir benzetimini üretir* ” (Damasio, Zihindeki Benlik Bilinçli Beynin Gelişimi , 2020, s. 108) diyerek ayna nöronların ‘sanki ’ beden aygıtının öncüleri olduğunu belirtmiştir.

Stanislavski, yaratıcılığın harekete geçmesi için ‘sistem’de pek çok unsur oluşturmuştur.

“Yaratıcı ruh durumunun önemli öğelerinden biri olan gerçeklik duygusu hem uygulamaya

konabilir hem de geliştirilebilir ” (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s.

464) diyerek oyuncunun hazırlık sürecine, gerçekliği sağlama maksadı taşıyan detaylı çalışmalar eklemiştir. Bu çalışmalardan biri, oyun provası sürecinin başlangıcında gerçekleştirilen ‘masa başı analizleri’dir. Bu analizlerin, oyuncu üzerinde pek çok etkisi vardır. Gerçeklik duygusunu oluşturmasının yanında, Ribot’nun kuramlarından yola çıkarak oluşturduğu, irade ve isteğin oyuncuya sanatsal yaratım için ihtiyaç duyduğu şevki sağlayacağı düşüncesidir. Bu analizler sırasında oyuncu, canlandıracağı karakteri anlamak ve onunla bütünleşmek için metinde olan ‘verili koşullar’ı ve olmayan olay, durum, düşünce ve hisleri detaylıca incelemektedir. Alt metinleri çözümleyerek, karakterin her sahnede sahip olduğu görevleri ve oyunun tümünde karakterin motivasyonunu meydana getiren karakterin üstün amacını tespit etmektedir. Karakteri ve yaşadıklarını doğru bir şekilde anlamak ve benimsemek, oyuncu ile karakterin organik bütün haline gelmesine olanak vermektedir. Stanislavski, bir oyuncunun karakteriyle arasında böyle bir bütünlük kurmasına ilişkin bir örneği İbsen’in *Halk Düşmanı* isimli piyesinde *Doktor Stockman* karakterini canlandırırken yaşadığını aktarmıştır.

Piyenin tamamıyla değişik bir eylem çizgisine kaptırmıştım kendimi, Stockman’ın gerçeğe tutkunluğuna. Stockman’ın ruh gözüyle baktığımdan, piyeste bir zamanlar sevmiş olduğum insanlara kızılıyordum. Stockman’a içtenlikli bir yakınlık duymuştum; bir zamanlar dost bildiği kimselerin ruhlarının kokuşmuşluğunu gördüğü zamanki duygularını anlıyordum. Böyle anlarda korku kaplıyordum içimi; Stockman için mi, kendim için mi, anımsamıyorum. Hissediyor ve anlıyordum ki, birbirini izleyen her yeni sahnede yalnızlığım daha da artmaktadır. Nitekim, oyunun sonunda yapayalnız kaldım. (Stanislavski K. , Sanat Yaşamım, 2011, s. 403)

Oyuncu ile karakterin, bu şekilde iç içe geçmiş duygularla bütünleşmesi Stanislavski’ye göre, oyuncunun karakter üzerinde titiz bir araştırma yapmasını, karakteri iyice anlamasını gerektirmektedir. Stanislavski, Doktor Stockman’ın isteklerini, amaçlarını, arzularını, korkularını ve endişelerini iyi analiz ettiğinde rolün içsel yaşantısı kendisiyle organik bir bütünlüğe erişmiş ve dışsal, fiziksel özellikleri “*karakterin kambur ve aceleci yürüyüş tarzı ” (Whyman, 2012, s. 54)* bu bütünlüğün sonucu olarak kendiliğinden ortaya çıkmıştır. Stanislavski’nin Doktor Stockman karakterinin bilinçaltından, kendiliğinden oluşan fiziksel özellikleri ile ilgili açıklaması, bu imgeleri oluşturan öğeleri sonradan keşfettiğini göstermektedir. Geçmişten tanıdığı bazı kişilerin, parmaklarını oynatışı, yürüyüşü ya da ayağını yere vurması gibi fiziksel özellikleri ve hareketlerinin bilinçaltında kalan imgelerinin bu karakterin yaratımı sırasında kendiliğinden belirmediğini belirtmektedir. Antonio Damasio da buna benzer bir hadiseyi yaşadığını aktarmıştır. Bu bir yerde yürüdüğü sırada aniden bir arkadaşını anımsamasına dair bir deneyimdir. Uzun zamandır görmediği, yakın zamanda görüşmeyi planlamadığı, bir yerde onunla ilgili bir şey okumadığı, kısacası o esnada hatırlanması beklenmeyen bu arkadaşını hatırlamasına yol açan şeyi

araştırdığında bir keşif yaptığını belirtmektedir. Arkadaşına özgü bir tavırla yürümesinin, hareket etmesinin onu andırdığını anlamış, zihninde arkadaşının yürüyüşünü kendi kas ve kemikleriyle canlandırdığını fark etmiştir. Başka birine ait fiziksel hareketlerini benimseyebildiği, bunları zihninde canlandırabildiği ve canlandırdığında o tanıma uyan kişiyi belleğinde bulabildiği bulgularına erişmiştir. Bu bulguların sonucu, gerçek hareket, hareketin yol açtığı sinirsel örüntü, hareketin zihindeki imgesi ve bellek arasında dört taraflı bir döngü sunmaktadır. Damasio, beden bu yetisinin oyuncuların uygulamalarına ve kullandıkları yöntemlere olan benzerliğini vurgularken, bunun bir aktarım süreci olduğunu belirtmektedir.

İyi aktörler bu araçları bilerek ya da bilmeyerek, bolca kullanırlar. En iyi oyuncular belirli kişilikleri kendi mizaçlarına aktarıırken başkalarını görsel ve işitsel olarak temsil etme gücünden yararlanır ve o kişiliği kendi bedenlerinde ete kemiğe büründürürler. Role girmek budur. (Damasio, Zihindeki Benlik Bilinçli Beynin Gelişimi , 2020, s. 112)

Bu sözlerle Damasio beynin, beden ve zihnin ortak çalışması olan bazı unsurların tiyatro sanatıyla gösterdiği özdeşliğe vurgu yapmaktadır. Stanislavski, karakter yaratımı sürecinde, oyuncu ile karakter arasındaki bağın bir anlamda sezgilere bağlı olduğunu belirtmekte ve *“bilinçaltı benliklerinizi uyarmanın ve onları yaratıcı sürecinize dahil etmenin giderek daha çeşitli yollarını öğreneceksiniz”* (Stanislavski K. , Bir Aktör Hazırlanıyor, 2012, s. 98) diyerek oyuncunun gözlem yeteneği ve sezgileri üzerindeki düzenli egzersizler aracılığıyla ilerleme kaydedeceğini aktarmıştır.

Stanislavski'nin ilk dönem çalışmalarının odağında olan 'duyu belleği' çalışmaları, oyuncu ile karakter arasındaki özdeşleşmenin sağlanması için 'sistem'in temel mekanizması olarak kabul edilebilir. 'Sistem'in her aşamasında esas unsur olan bu mekanizma oyuncunun duyuları aracılığıyla, 'verili koşullar'a uygun biçimde, sahnenin gerekli duygusunu ve hissini yaratmasını sağlama aracıdır. Bu araç, oyuncunun sahne üzerinde içsel ve dışsal konsantrasyonunu içinde barındırırken, motivasyonu sağlayan görev ve üstün amaca hizmet eder. İnanç ve gerçeklik duygusunun anahtarı olmasının yanında hayal gücünün ve yaratıcılığın harekete geçirilmesinin de yoludur. Duyu belleği, insanın beş duyusuyla -görme, duyma, dokunma, koklama, tatma duyularıyla- algıladığı verilerin Theodule Ribot'nun keşfine göre hafızada kaydedildiği ve bir uyancı yardımıyla anımsanabildiği bellek türüdür. Duyuların işlevi, alıcı sinirler aracılığıyla çevreden aldığı verileri sinir sistemine aktarmaktır ve sinir sisteminden beyne ulaşan bu veriler beden- duyu kortekslerde haritalandırılarak çevresel durumun birer habercisi, beynin bir uyarımı halini almaktır. Duygu oluşumunu başlatan süreç bu uyarandan yani duyulardan gelmektedir. Duyular, dışsal olabileceği gibi içsel de olabilmektedir, zihin, beden ve beynin iç içe geçmiş çalışma prensipleri içsel imgelerin duyumsanması da duygu ve his sürecini çalıştırabilmektedir.

Oyuncunun ‘duyu belleği’ çalışmalarını uygulaması, masa başı analizleri sırasında başlamaktadır. Oyun metninin ‘verili koşullar’ına ilişkin duyguların tespit edilmesi ve oyuncunun kendi yaşamından benzer nitelikte bir duyguyu hissettiği deneyimler seçilir. Oyuncu, o deneyimi başlatan uyarana ulaşıma değin gerisingeri süreci takip eder. Bu şekilde, duygudan uyarana doğru bu yolun izlenmesiyle bir duygunun hissini tekrar tekrar yaşanması mümkün olmaktadır. Stanislavski bu çalışmanın esasının başlangıç noktasına odaklanmak olduğunu, oyuncunun sonuca değil sürece önem vermesi gerektiğini, “*Hisleri fazla kafaya takmayın, zihninizi geliştirmekte olan şeylere, deneyimi meydana getirecek olan koşullara yoğunlaşturmaya gayret edin*” (Stanislavski K. , Bir Aktör Hazırlanıyor, 2012, s. 193) sözleriyle vurgulamaktadır. Duygu ve hissini, ayrı olarak tanımlanması gerektiğini vurgulayan Damasio da his oluşumuyla ilgili benzer bir tablo çizmektedir. Bu tabloya göre, bir uyarının varlığı süreci başlatır, vücut bu uyarana karşı bedensel tepkiler üretir, beyin bu bedensel tepkilerin duyularına ilişkin bir sinirsel haritalandırma oluşturur ve bu haritanın bilinç tarafından algılanması o duygunun hissini oluşturduğu anlamına gelmektedir. Damasio, uyarana başlayan sürecin, uyarının anımsanması ile yeniden yaşanacağını ve sinirsel haritanın tekrar oluşturulmasıyla o duygunun hissini defalarca yeniden yaşanabileceğini belirtmektedir.

Oyuncunun ‘duyu belleği’ çalışmasını uygulaması, aynı zamanda bellek sistemlerinin aktif olarak çalışmasına ihtiyaç duyar. Sinirbilim araştırmacıları, insan belleğinin, yaşanan deneyimlerin, olayların, anı olarak adlandırdığımız olgunun, beyinde çekirdek halinde, ilgili beden-duyusal kortekslerde depolandığı ve yine belirli bir uyarıcının o anıyı anımsatmasında, çekirdeğin işlemde geçirilerek ana deneyimi yeniden oluşturduğunu belirtmektedir. Bu durumda anılar da zihnin imgeleri olarak hatırlanan sinirsel haritalardır. Oyunculuk çalışmasının her aşaması hafızaya ve anımsamaya ihtiyaç duyar. Oyuncu aynı anda replikler, mizansenler, imgeler, anılar gibi pek çok etkeni aklında tutmalıdır. Bu süreç, bilimsel dayanağını çalışma belleği kavramından almaktadır. Çalışma belleği, belirli süre boyunca gerekli bilgileri ve imgeleri akılda canlı olarak tutan türde bir bellektir. Bir deneyim ilk yaşanışında, beden-duyusal kortekslerde algılanır, oradan sinirsel örüntüler haline gelir, çalışma belleğinde bir süre tutulduktan sonra depolanmak üzere önce uzun-sürelili-belleğe, sonra da ilk uyarının alındığı yer olan beden-duyusal kortekslerde depolanır. Her bir deneyimde insan farklı duyularından faydalandığından, anı olarak tabir ettiğimiz çekirdek bilgiler beyinde ilgili duyu kortekslerine dağılmış bir halde bulunmaktadır. Uyarının yeniden aktifleşmesiyle birleşerek yaşadığı andaki canlı imgeler haline dönmektedirler.

Belleğin çalışma prensiplerinde yer alan ‘sahte anılar’ olarak tanımlanan, geçmiş bir anıya ilişkin eksik parçaların ‘uydurulması’ ya da bir kişinin hiç yaşanmamış bir olayı tekrarlayarak yaşanmış gibi anımsaması

Stanislavski'nin 'masa başı analizleri' sırasında uyguladığı şekliyle, oyuncunun karakterin yaşamına ilişkin anıları oluşturması çalışmasıyla benzerlik göstermektedir. 'Sistem'de oyuncunun rol üzerine çalışması, ilk okumalar sırasında ve masa başında yaratılan karakterin *ilkben* ve *çekirdek benliğinde* belleğe yerleştirilen anılarının, prova süreçlerinde 'bilinçli bir benliğe' doğru giden yolda öğrenilmesini içermektedir. Öğrenme, deneyimin tekrarlanmasıyla, deneyime ilişkin sinirsel örüntünün her tekrarda yeniden oluşması ve belleğe depolanması işlemidir. Oyuncu, prova süreci boyunca, yarattığı yeni benlikte, yani karakterin benliğinde yeni anılan belleğine kaydetmektedir. Geçtiğimiz yıllarda Kanada'da McMaster Üniversitesinde yapılan bir araştırma oyunculuk sırasında, oyuncunun beyninde benliğe ilişkin bölümün aktivitesinde gerçekleşen azalmayı vurgulamaktadır. "*Performansları esnasında alın korteksinin arka orta bölgesinde dikkat çekici bir faaliyet azalması gerçekleşiyor. Beynin bu kısmı, özbenliğimizle ilgili işlemlerden sorumlu. Bilhassa fiziksel ve karakteristik özelliklerimize dair bilgilerle ilişkili olduğunu söyleyebiliriz*" (Emren, 2019, s. 96). Bu araştırmaya ilişkin sonuç, oyuncunun sahne üzerinde oyuncu- karaktere ait yeni bir benlik oluşturduğuna dair düşüncenin olasılığını artırır niteliktedir.

Bütün bu benzerlikler, Stanislavski'nin 'sistem'inde yer alan unsurların zihnin pek çok işlevinin bir arada kullanılması ile çalıştığını göstermektedir. Stanislavski 'sistem'inde oyuncu, karakter yaratım sürecinde, karaktere bir geçmiş, bir şimdi ve bir gelecek vermektedir. Düşünceleri, duyguları, hisleri, algıları, istekleri, amaçları ve eylemleriyle karakterin gerçek bir yaşantısını meydana getirmektedir. Bu sinirbilim araştırmacılarının, benliğin oluşum sürecine ilişkin aktardıklarıyla ciddi bir benzerlik göstermektedir. Karakterin yaratımı, ilk okumalar sırasında *ilkben*, masa başı analizleri sırasında *çekirdek benlik*, provalar ve temsiller süresince de bilinçli bir benlik oluşması ve oyuncuyla rolü arasında organik birliğin sağlanmasıyla, karakterin savunulması, anlaşılması, detaylandırılması ile oyuncunun bu karakterin benliğini yaratması söz konusudur denilebilir. "*Bizim öngördüğümüz yaratıcılık, yeni bir varlığın, roldeki kişinin doğması ve kavranmasında ortaya çıkar. Yaratıcılık, bir insanın doğmasına benzeyen doğal bir eylemdir*" (Stanislavski K. , Bir Aktör Hazırlanıyor, 2012, s. 326).

3.2. Strasberg'in Duyu Belleği Egzersizlerinin Sinirbilimin Bulguları Işığında

Yorumlanması

Lee Strasberg, oyuncunun sahnede gerçek duygular hissetmesi ve tamamen doğal eylemler gerçekleştirmesi isteğiyle yola çıkarken, Stanislavski ile ortak bir amaç benimsemiştir. Stanislavski'nin öğrencilerinden,

oluşturduğu ‘sistem’in inceliklerini ve uygulanışını öğrenmesinin ardından, aynı amaç uğruna gayret sarf etseler de Strasberg’in ‘Metot’unu geliştirmesi sürecinde, pek çok noktada Stanislavski’den ayrıldığı görülmektedir. Metot oyunculuğu, ‘sistem’in ortaya koyduğu öğelere ve özellikle ‘duyu belleği’ çalışmalarına Strasberg’in uyarlamaları, değişiklikleri ve farklı kuramcılarının fikirlerinin de eklenmesiyle, oyuncunun sahne üzerinde gerçek bir yaşam oluşturma amacına hizmet eden alıştırmaya ve egzersizlerden meydana gelmiştir. Metot’un gelişim evresi süresince Strasberg, ‘duyu belleği’ egzersizlerini deneyimleyerek geliştirmiş ve “oyuncunun duyarlılığım, sahnedeki hayali nesnelere, hayattaki gerçek nesnelere yapabildiği kadar eksiksiz ve canlı bir şekilde yanıt verecek şekilde eğitmek ” (Blair, 2008, s. 39) için tasarlamıştır. Bu egzersizler ve uygulamalar Metot’un üç temel ilkesi olan gevşeme, konsantrasyon ve ‘duyu belleği’nden oluşmaktadır. Bunun yanı sıra Metot oyuncunun rol üzerindeki çalışmalarını da kapsamaktadır.

Role ilişkin çalışmalar için, Strasberg öncelikle metnin iyice incelenmiş detaylı bir analizinin yapılması gerektiğini düşünmektedir. Bu analiz, metnin alt metinlerinin keşfedilmesini ve karakterle oyuncu arasındaki bağın kuvvetlenmesi için karakterin yaşadığı olaylar, etkisi altında kaldığı durumlar, bağlı olduğu kişiler gibi karaktere ait detayların öğrenilmesini içermektedir. Metnin verili koşullarının iyice anlaşılması, karakterin metinde yaşadığı olaylara bağlı olarak hissettiği duyguların öğrenilmesi, ‘duyu belleği’ çalışmaları için önemli bir aşamadır. Oyuncu, bu aşamada karakterle kendi benliği arasındaki benzerlikleri ve farklılıkları tespit ederek, canlandıracağı karakterle arasındaki mesafeyi algılamaya gayret etmektedir. Karakterlerin, insanlar gibi karmaşık benlikleri olacağını hesaba katarak, sahnede gerçek bir yaşam yaratma adına karakterin içindeki karşıtlıkları anlamaya çalışmaktadır. Her iyinin içinde mutlaka kötü bir yan, her kötünün içinde mutlaka iyi bir yan bulunmaktadır. Bu yüzden metnin detaylı analizi, insanlar gibi karmaşık yapıdaki karakterlerin doğru bir portresinin çizilmesi anlamında önemli olmaktadır.

Oyuncu, metnin analizinin ardından, karakterle oyuncunun bütünleşmesi amacıyla, ‘sihirli eğer’ kalıbını kullanır. ‘Sihirli eğer’, Strasberg’in, özünü Stanislavski’den alarak değiştirdiği unsurlardan biridir. Strasberg’e göre, oyuncunun kendisine “Ne yapardım?” sorusunu değil, “Beni böyle davranmaya ne yönlendirirdi?” sorusunu sorması ve böylelikle oyuncunun karakterin motivasyonunu, onu yönlendiren şeyin ne olduğunu anlaması gereklidir. Karakterin davranışlarının ardındaki motivasyonun anlaşılması, Metot’un gerekçelendirme araçlarından biri olarak gerçek bir sahnelemeyi mümkün kılmaktadır. Bunun yanı sıra oyuncu, bu gerçekliği sağlamak ve klişeleşmiş sahne konuşmalarından uzaklaşmak için ‘doğaçlama’ egzersizlerinden faydalanmaktadır. Bu egzersiz sırasında oyuncu, metnin repliklerini kullanmadan kendi sözleriyle sahneyi canlandırır. Bir başka ‘doğaçlama’ çalışmasında ise, anlaşılmayan sözlerden oluşan bir dil

kullanarak sahnede bir rolün canlılığını yeniden sağlayabilmektedir. Bu çalışmalar, metnin değil duyguların ve eylemlerin ön plana çıkmasına ve oyuncunun doğallığına olanak sağlamaktadır.

Strasberg'in, Metot'unun odak noktasında olan 'duyu belleği' çalışmaları, karakterin yaratımı için en önemli konudur. Bu çalışmalarda amaç, oyun metninin 'verili koşullar'ına ilişkin duygulara ve hislere, kendi yaşamından seçtiği deneyimleri anımsayarak ulaşmaktır. Bu egzersizler, Strasberg'in çalışmalarıyla çeşitlendirilmiş ve düzenlenmiştir. Oyuncunun, sahnede gerçekliği yakalayabilmesinin en temel yolu Strasberg'e göre oyuncunun enstrümanını yani bedenini tanıması ve duyularını isteğe bağlı olarak harekete geçirebilmesi için bedenini eğitmesidir. Bu eğitimin aşamaları; gevşeme, konsantrasyon ve 'duyu belleği' alıştırmalarıdır. Gevşeme egzersizleri, fiziksel ve zihinsel gevşeme olarak iki kısımdan oluşmaktadır. Oyuncu, uyuyacak kadar rahat bir pozisyonda bir sandalyeye oturur, vücudunu dinleyerek gergin olan bölgelerini tespit ederek, rahatlatır. Zihinsel gevşemede ise, fiziksel gevşeme tamamlanınca, başın gerginliğin toplandığı dört bölgesi gevşetilir. Bu bölgeler, şakaklar, gözlerin burunla birleştiği bölümler, ağız, çene çevresindeki kaslar ve dil, son bölge de boyunda omuzların birleştiği noktadır. Gevşeme egzersizi sırasında kimi zaman vücutta duygu birikimi gerçekleştiğinde, oyuncunun net seslerle bu duyguyu boşaltması da gerekmektedir. Gevşeme egzersizi süresince oyuncu bütün konsantrasyonunu, bedenine yönlendirmeli, duyularını dinlemelidir. Gevşeme tamamlandığında, oyuncu konsantrasyon çalışmasına geçer. Temelinde hayal gücü olan bu çalışmada oyuncu, hayali objeleri elinde tutarak şekline, yapısına, dokusuna, ağırlığına konsantre olmaya gayret etmelidir. Bu egzersizi mümkün olduğu kadar, gerçekçi bir hale getirmek için çalışmalıdır.

Strasberg, özel an çalışması adını verdiği bir egzersize özellikle önem vermektedir. Bu egzersiz oyuncunun, kalabalık içinde yalnız hissetmeyi başarabilmesi için kullanılmaktadır. Oyuncu, evinde, odasında yalnız olduğunda yaptığı eylemlerini sınıfta uygular. Bu, oyuncunun seyirci karşısında gerginliğinden uzaklaşmasını sağlamanın bir yolu olarak kullanılmaktadır. Bu çalışmayı başarıyla tamamlayabilen bir oyuncunun, sinirbilimde 'sanki' döngüsü olarak adlandırılan durumu yaşadığı düşünülebilir. Oyuncu bu yolla, kendisini 'sanki' yalnızmış gibi rahat hissederek, kalabalık karşısında özel eylemlerini gerçekleştirebilir.

'Duyu belleği' egzersizleri, oyuncu çalışmasının en önemli unsurlarıdır. Oyuncu burada beş duyusunun çalıştığı alıştırmaları uygularken, hayali objeler kullanarak makyaj yapmak, tıraş olmak ya da keskin tat ve koku almak, güneşliğini üzerinde hissetmek gibi egzersizler yaparken tamamen duyularına odaklanır. Duyumlan anımsamaya ve hissetmeye gayret eder. Bu egzersizlerin başıyla tamamlanmasının ardından oyuncu

kendisi için duygusal anlam içeren çalışmalara başlamaktadır. Kişisel nesnelere, mekân egzersizleri, egzersiz kombinasyonlarından oluşan bu alıştırmalar, hayatını kaybetmiş bir tanıdığı gibi duygusal niteliği olan nesnelere kullanılarak uygulanır. Bu egzersizlerde amaç tamamen duylara odaklanmaktır, duygu oluşursa, durulmalı, gevşeme çalışmaları yapılmalı, sonra devam edilmelidir. Sinirbilim araştırmacıları, duygusal niteliği olan nesnelere zihinde nasıl bir etki yarattığını açıklamaktadır.

Beyin, *organizmanın bu varlıkla her bir etkileşiminin sayısız sonucunu kaydeder*. Belirli bir nesneyle karşılaşmamıza ilişkin ezberimiz yalnızca nesnenin retinanın optik imgelerinde haritalanan görsel yapısı değildir. Şunlar da gereklidir: Öncelikle, nesneyi görmeyle ilgili sensorimotor örüntüler (göz ve boyun hareketleri ya da mümkünse, tüm beden hareketleri); ikinci olarak dokunma ve nesneyi kullanma (uygunsa) ile ilgili sensorimotor örüntü; üçüncü olarak nesneye ait önceki anıların çağırılmasından kaynaklanan sensorimotor örüntü ve dördüncü olarak da nesneyle ilgili duyguların ve hislerin tetiklenmesine ilişkin sensorimotor örüntü. Bir nesnenin anısı diye adlandırdığımız şey aslında belirli bir süre içinde *organizma ve nesne arasındaki etkileşimle ilgili duygusal ve motor etkinliklerin birleşik anısıdır*. (Damasio, 2020, s. 139)

Strasberg'in, duygusal nitelikli nesnelere kullanarak, 'duyu belleği' egzersizlerini sürdürmesi, zihnin içinde bu süreçler gerçekleşirken, oyuncuyu her türlü durumda dikkatini duylara odaklaması konusunda eğitime amacı taşımaktadır.

Strasberg, 'duyu belleği' çalışmalarında insanın duyu hafızasını geliştirmeye yönelik bir amaç bulunmaktadır. Bunun yanı sıra, deneyimlerin ve geçmiş anıların, anıya ilişkin olayların değil, duyu hafızasının verileriyle anının anımsanacağı ilkesi benimsenmektedir. Bu sebeple, deneyime ilişkin duygusal hafızada depolanmış bilgiler kullanılmaktadır. Deneyimin, görme, işitme, tatma, koklama ve dokunma duylarının anımsanması, anıya ilişkin sinirsel örüntüyü yeniden oluşturarak o duygunun yeniden yaşanmasını sağlamaktadır. Bellek konusunda uzmanlaşmış nörolog Eric Kandel, Kristal

Gece⁷ olayına dair bir anısını anlatırken şu ifadeleri kullanmaktadır:

Dönem dönem, geçmişi düşünür ve dairemize gelen Kristallnacht günü evimizi terk etmemizi emreden iki polis memurunu anımsarım. Bu hatıra bilincime girdiği zaman, bir kez daha polislerin mevcudiyetini görüp hissederim. Annemin suratındaki endişe ifadesini gözümde canlandırabiliyorum, o kaygıyı bütün bedenimde hissedebiliyorum, bozuk para ve pul koleksiyonlarını yanına alan ağabeyimin hareketlerindeki özgüveni algılayabiliyorum. Bu hatıraları, küçük dairemizin mekânsal düzeninin bağlamına yerleştirdiğim zaman, arta kalan ayrıntılar zihnimde şaşırtıcı bir nitelikle beliriyor. (Kandel, 2019, s. 363)

Bu ifadelerde dikkat edilmesi gereken unsur, deneyimin gerçekleştiği mekânın görsel detaylarının anıyı zihinde canlandırması ve deneyimin hislerinin yeniden duyumsanması durumudur ve bu durum Strasberg'in çalışmasıyla güçlü bir benzerliğe sahiptir.

Duygusal bellek egzersizleri, oyuncunun hem kendine özgü çalışmasına hem role ilişkin çalışmasına eklenmektedir. Oyuncu üç aşaması olan bu çalışmada, yoğun hisler içeren bir deneyim seçerek, o deneyimin

⁷ 2. Dünya Savaşı'nın öncesinde, Nazi Almanya'sında Yahudilere yönelik şiddet içerikli eylemlerin gerçekleştiği gece Kristal Gece (Kristallnacht) olarak anılmaktadır.

duyusal verilerini anımsamaya gayret ederek ve ‘şimdiki zaman’ kullanarak deneyimi aktarmaktadır. Bu çalışmanın bazı kuralları mevcuttur, deneyim mutlaka yoğun hisler taşınmalı ve deneyimin üzerinden en az yedi yıl geçmiş olmalıdır. Deneyime ilişkin hatırlanan duyusal veriler, oyuncunun o deneyime ilişkin hissi yeniden yaşamasını sağlamaktadır. Strasberg, bu egzersizlerin farklı geçmiş deneyimler üzerinde çalışılmasıyla duygusal deneyimlerden oluşan bir repertuar oluşturmanın mümkün olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmada, oyuncunun aktarım sürecinde, geçmiş zaman yerine şimdiki zaman kullanması, Stanislavski’nin uygulayışından farklı olmanın yanında, çalışmanın yapısında önemli bir değişiklik meydana getirmektedir. *“Strasberg’in duyu ve duygusal bellek kullanımı, "hatırlamak" veya "çağırma"tan "hayal etmeye" önemli bir anlamsal geçiş yapmaktadır”* (Blair, 2008, s. 75). Hayal etmeye yapılan bu geçiş, oyuncunun bir anısını hatırlayarak yeniden yaratmasını değil, hayal ederek imgeler oluşturması ve yeni bir his yaratmasını sağlamaktadır.

Duygusal bellek ile ilgili temel düşünce duygunun nasıl çağrılacağı değildir, oyuncunun duygusu sahnede tamamen gerçek olmamalıdır. Her zaman hatırlanmış duygu olmalıdır. Anlık olarak ortaya çıkan duygu kontrol dışıdır: Onun nelere sebep olacağını bilemez, her zaman ona ulaşip tekrar edemezsiniz. Hatırlanan duygu ise yaratılabilir ve tekrar edilebilir. (Krasner, 2000, s. 135)

Strasberg’in gerçek hislerin kontrol edilemeyeceği yönündeki düşüncesi, egzersizdeki bu değişimi yapmasını sağlamıştır. Bu durum, sinirbilim anlamında düşünüldüğünde, yaşanmış bir anının, hayal etme gibi imgelerle düşünülmesi Damasio’nun anımsanan imgeler adıyla adlandırdığı bir işlevle benzerlik göstermektedir.

Siz geçmişteki şeylerin anısını yaratırken oluşan bu imgelere, algısal imgelerden ayırt edilmeleri için anımsanan imgeler denir. Anımsanan imgeleri kullanarak belirli bir geçmiş imge türünü çağırabilirsiniz: Henüz olmamış ama olmasını istediğiniz bir imgedir bu (...) Henüz gerçekleşmemiş ve belki de hiç gerçekleşmeyecek bir şeyin imgeleri, doğası bakımından, çoktan olmuş bir şeyin aklınızda kalan imgelerinden farklı değildir; geçmiş olandan çok, olası bir geleceğin anılarını oluştururlar. Bu çeşitli imgeler -algısal olanlar, gerçek geçmişten ve geleceğe dair tasarımlardan anımsananlar- organizmanın beyнинin kurduğu şeylerdir. Kesin olarak bilebildiğiniz tek şey sizin için gerçek oldukları ve başka varlıkların da benzer imgeler yarattığıdır. (Damasio, Descartes’in Yanılgısı Duygu, Akıl ve İnsan Beyni, 1999, s. 104)

Duygusal bellek egzersizinin birinci aşaması, oyuncu hedeflediği duyguya ulaştığında sona ermektedir. İkinci aşama aynı anıyı hayal etme görevini, konsantrasyon gerektirmeyen bir aktivite esnasında gerçekleştirmesidir. Oyuncu bu aşamada da başarılı olduğu noktada üçüncü aşamaya geçebilecektir, oyun metninin repliklerini söylerken içsel olarak aynı deneyimin duyusal etmenlerini anımsamaktadır. Strasberg’in, uygulayışındaki bu değişiklik oyuncuyu başka şeyler söylerken ya da başka işler yaparken bir yandan da içsel olarak deneyimlerine ilişkin hayal kurma işini sürdürmesi için eğitime amacının bir parçasıdır. Zira oyuncu, sahnede rolünü canlandırdığı sırada da bu eylemi sürdürecektir. Strasberg, oyuncunun sürekli olarak aynı anda pek çok aktiviteyi gerçekleştirebildiğini söyler, kapasitesi buna müsaittir. Yalnızca, tekrar tekrar bu egzersizleri yinelenmeli, sürekli çalışmalı ve sınırlarını ortadan kaldırmayı öğrenmelidir.

Metot oyunculuğu, Strasberg'in oluşturduğu, oyuncunun sınırlarının genişlemesini, kapasitesini arttırmasını ve sahnede hiçbir engele takılmadan canlı, organik ve doğal bir oyunculuk sergilemesini hedeflemektedir. Bütün alıştırmalar pek çok kez denenerek ve araştırılarak oluşturulmuş, takipçisi olduğu Stanislavski gibi Strasberg de hiçbir zaman çalışmayı, daha farklı yollar denemeyi ve yaratıcılığını ortaya çıkaracak yöntemler keşfetmeyi bırakmamıştır.



3.3. Değerlendirme ve Yorumlar

Bu araştırmada sırasıyla, iki oyuncu, yönetmen, eğitmen ve kuramcı Stanislavski ve Strasberg'in yöntemleri aktarılmış, çağdaş sinirbilimin beden-zihin üzerine bulguları 'bilinç ve benlik', 'anılar ve hafıza' ve 'duygu-his ayrımı ve hislerin oluşumu' başlıkları altında detaylıca incelenmiş ve benzerlik gösteren bulgular iki oyunculuk yöntemiyle ayrı ayrı değerlendirilmiştir. Bu değerlendirme sonucunda, iki yöntemin unsurlarının, sinirbilimin verilerinden kimi zaman ortak, kimi zaman farklı bir şekilde faydalandığı görülmüştür. Bu bölümde, eldeki verilerle, bu benzerliklerin ve farklılıkların bir arada değerlendirilmesi ve aynı amaçla meydana getirilmiş iki oyunculuk yöntemi arasında bir karşılaştırma yapmak, bu araştırmaya sebep olan sorudan yola çıkarak daha net bir sonucu ortaya koymak için gereklidir.

Stanislavski Sistemi'nin ve Metot Oyuncululuğu'nun ortak gayesi; oyunculuk icrasında organik, gerçek duygular, gerçek eylemler yaratmak ve bu yaratımı her temsilde yeniden sağlayarak oyuncunun performansını salt esine dayalı ya da rastlantısal olmaktan uzaklaştırmaktır. Bu amaçla ortaya koyulan iki yöntemin ortak noktası ise, Stanislavski tarafından oyunculuk çalışmasına uyarlanmış olan 'duyu belleği' çalışmalarıdır. İki yöntemin 'duyu belleği' çalışmalarını, benzer ve farklı unsurlarını, 'gerginlik', 'sahne gerçekliği', 'imgeler', 'verili koşullar', 'duyu belleği' ve 'karakter yaratma' başlıkları altında bir arada analiz etmek mümkündür.

3.3.1. Gerginlik

Oyuncunun çalışmasında güçlü bir engel oluşturan, hissetmenin, hatırlamanın, eylemlerin ve doğru düşünmenin kesintiye uğradığı gerginliğin bilimsel olarak açıklanabildiği görülmektedir. Joseph LeDoux, vücutta güçlü bir duygu belirdiğinde amigdalanın etkinleştiğini belirterek 'amigdala tetiklemeli uyarılma' adını verdiği bir olgudan bahsetmektedir. Anlam taşıyan bir uyaran karşısında amigdala tarafından kortikal uyarılma gerçekleşir. Uyarılma normal şartlarda gerekli bir unsur olsa da fazla uyarılmanın aşırı kaygı yarattığını ve bu kaygının diğer etkenlere konsantre olmayı önlediğini belirtmiştir.

Stanislavski, gerginliğin çözümünü oyuncunun sahne üzerindeyken dikkat ve konsantrasyonunun tamamen eylemlerine, karakterin amaç ve isteklerine yoğunlaştırması olduğunu belirtmektedir.

Strasberg ise, çalışmasının önemli bir bölümünün gevşeme egzersizlerinden oluşmasının yanında konsantrasyonu gevşemenin bütünleyici bir parçası olarak görmektedir. Enstrümanını iyi tanıyan bir oyuncu

hem içine hem dışına konsantre olarak gergin bölgelerini tespit edip rahatlatmaktadır. Strasberg, insanların çocukluktan itibaren edindiği kalıplaşmış davranış biçimlerinin de gerginliğe sebep olduğunu ve oyuncunun en büyük probleminin ifade etme sorunu olduğunu belirtmektedir. Gevşeme ve konsantrasyon bu kalıpları yıkmanın da yoludur. Bunun yanı sıra, Strasberg, oyuncunun seyirci karşısında gerginliğinin önüne geçmek için ‘özel an çalışması’ adında bir egzersiz oluşturmuştur. Bu egzersizde oyuncu, sadece evinde yalnız olduğu zaman yaptığı bir aktiviteyi kendini sanki yalnızmış gibi hissederek sınıfta uygular. Bu egzersizdeki başarının, oyuncuyu seyirci karşısındaki gerginlikten kurtarması amaçlanır. ‘Özel an çalışması’ duygu oluşum sürecindeki ‘Sanki döngüsü’ ile benzerlik göstermektedir.

3.3.2. Sahne gerçekliği

Oyuncunun sahnede tümüyle organik ve gerçek bir yaşamı yaratması arzusu bu oyunculuk yöntemlerinin ortak beklentisidir.

Stanislavski, sahne gerçekliğinin yaşam gerçekliğinden farklı olduğunu belirtir. Sahne gerçekliği oyuncunun içtenlikle inandığı içsel yaşamının gerçekliğidir. Gerçek hisler, gerçek amaçlar uğruna yapılan eylemlerdir. ‘Yaratıcı eğer’ kalıbı oyuncunun bu gerçeklik düzlemini oluşturması için bir kaldıraç vazifesi görür. ‘İnanç ve gerçeklik duygusu’ olarak adlandırdığı bu kavram ‘eğer’in yarattığı gerçek koşullara oyuncunun tamamen inanmasıdır.

Strasberg’e göre, oyuncunun sahne üzerinde yarattığı gerçeklik, çevresel etmenlerle olan gerçek iletişimden, sahnedeki gerçek eylemlerinden meydana gelir ve hayal gücüne

ihtiyaç duymaktadır. ‘Temel duyu belleği’ egzersizleri ile oyuncunun hayali nesnelere çalışması hayal gücünü ve bedenine, duylarına olan hakimiyetini geliştirerek oyuncunun sahnede gerçek olmayan olgulara gerçek tepkiler üretmesini sağlamaktadır. ‘ Sihirli eğer’ kalıbının kullanımıyla, oyuncu karakterin motivasyonunu anlar. Gerekli gerekçelendirmeyi yaparak sahne eylemini gerçek hale getirmektedir.

Sinirbilimin, ‘beden-döngüsü-benzeri’ olarak adlandırdığı ve ‘ayna nöronlar’ olarak açıkladığı bulgular sahne gerçekliği yaratmada kullanılan, ‘eğer’ kalıplarıyla benzerlik göstermektedir.

3.3.3. imgeler

İmge, oyuncunun çalışmasında önemli bir olgudur. Oyuncunun hayal gücü imgelemine bağlıdır. Bellekten gelen geçmiş anıların imgeleri, bedensel hareketlerin imgeleri gibi oyunculuk esnasında zihin sürekli imgeler yani sinirsel haritalar üretir. Oyuncunun yaratıcılığının anahtarı zihinsel imgelerde gizlidir.

Stanislavski, verili koşulların incelenmesinde, doğaçlama çalışmalarında, yaratıcı eğer kalıbının kullanımında, duyu belleği çalışmalarında, oyunculüğün her aşamasında imgelemin önemini vurgulamıştır. İnsan zihninin çalışmasının en önemli işlevi zihinsel imgeler yani sinirsel haritalandırma kavramıdır.

Strasberg’in duyu belleği ve duygusal bellek çalışmaları, hayal gücünün doğru çalışmasını gerektirdiğinden ve belleğin aktif kullanımından dolayı zihinsel imgeler önem taşımaktadır. Bunun yanında, Strasberg’in, var olmayan nesnelere yaptığı tüm egzersizler ve doğaçlama çalışmalarında da imgeleme ihtiyaç duyulmaktadır.

Çağdaş sinirbilimin bulgularında da imgelerin çok önemli bir yeri olduğu vurgulanmaktadır. Zihinsel imgeler, sinirsel haritalandırma kavramıyla açıklandığında, yapılan her türlü eylemden, anımsanarak bellekten gelen geçmiş anıların, beyinde bir sinirsel haritasının yaratıldığı görülmektedir. Sinirsel haritalar, beynin insan yaşamının her sürecini yönetmekte kullandığı yoldur ve insanın yaşamını sürdürmesi için gereklidir. Bu sebeple, oyunculuk çalışmasının da her aşaması, sinirsel haritalarla açıklanabilmektedir.

3.3.4. Verili koşullar

Verili koşullar çalışması, metnin detaylı analiziyle karakterin amaçlarının, eylemlerinin ve duygularının iyice

anlaşılmasını amaçlamaktadır.

Stanislavski, verili koşullar çalışmasını 'masa başı analizleri' olarak uygularken, metindeki her olayın, her eylemin detaylı bir incelemesiyle karakter ile oyuncu arasındaki organik birliğin oluşmasını sağlama amacını taşımaktadır. Alt metinleri doğru bir şekilde anlamak ve karakterin üstün amacını tespit etmek oldukça önemlidir. Oyuncuların gerçek deneyimlerinden metnin verili koşullarına uygun olanların seçilmesi ve 'duyu belleği' çalışması ile o deneyimlerin başlangıcına doğru bir çalışma yapılarak duyguyu ortaya çıkaran ilk uyararı bulmak hedeflenmektedir. Ancak bu çalışma oyuncunun yaratıcılığını harekete geçirmek ve isteğini/ilhamını ortaya çıkarmak için yapılmaktadır. Masa başı analizlerinde esas amaç, karakterle bütünleşmek olduğu için karaktere metinde yazılı olmayan geçmiş deneyimler ve geleceğe yönelik hayaller planlanarak karakterin metnin başındaki duruma nasıl geldiği ve metin süresince gerçekleşen eylemlerinin sebepleri, motivasyonu ve amaçları anlaşılır. Bu durum belleğin geçmiş deneyimleri eksik hatırladığı ve boşlukları doldurduğu ya da yaşanmamış bir anıyı yaşanmış gibi benimseyebileceğini ortaya koyan 'sahte anılar' olgusuyla benzerlik göstermektedir.

Strasberg, bu çalışmayı oyuncunun duygusal repertuarından doğru anıların ve deneyimlerin seçilmesi ve o anılar üzerinde 'duyu belleği' egzersizlerinin yapılmasıyla, sahnelerin ihtiyaç duyduğu gerçek hislere ulaşması için uygulamaktadır. Karakterin doğru anlaşılması, karakterin oyuncuyla olan mesafesi ve karakterin kendi içindeki karşıtlıkların anlaşılması için metnin

detaylıca incelenmesi önemlidir.

3.3.5. Duyu belleği

Duyu hafızası, geçmiş deneyimlerin izini kaydeder ve bir uyarı ile bu izlerin yeniden oluşmasıyla kişi o deneyimin duygusunu yeniden yaşayabilmektedir. Belleğin çalışma prensipleri, bu egzersizin nasıl geliştiğini açıklamaktadır.

Stanislavski, deneyimlerin başlangıç noktasına odaklanarak deneyimin anımsanmasıyla oyuncunun ilhamını ve yaratıcılığını harekete geçirmek amacıyla bu egzersizi kullanmıştır. Duyusal hafızamızda yaşamdaki her şeye ilişkin veriler bulunur. Karakterin organikliği, duyu belleğinin kullanımına bu sebeple bağlıdır. Bu, empati kavramıyla da aynı manada kullanılabilir. Stanislavski'nin çalışmasında önemli bir yeri olan, 'doğaçlama' çalışmaları ve 'tempo-ritim' kavramı da duyu belleğinin doğru kullanımına bağlıdır. Doğaçlama çalışmaları ya da doğru temponun ve ritmin sağlanması sırasında oyuncu, doğal bir şekilde yaşamından uygun anları anımsamaktadır. Oyuncu, bunu bilinçli olarak da yapabilmektedir ancak her zaman bilinçli

olarak yapmak zorunda değildir. Heyecanla birini beklediği ya da kimseyi beklemediği durumlarda kapı çaldığında vereceği tepkinin farklı olması gibi, oyuncu bazen kasıtlı olarak geçmişinden benzer bir anı düşünebilir ya da farkında olmaksızın zihni duyu belleğinden o anın sinirsel haritasını yaratabilir. Buna benzer tüm süreçlerde, oyuncu duyu belleğinin çalışmasını kullanmaktadır.

Strasberg ise, oyuncunun 'ileri duyu belleği' çalışmaları ile deneyimin duyuusal detaylarını şimdiki zaman kullanarak anlatmasıyla, deneyimin yeniden yaşanmasından ziyade hayal edilmesini sağlamayı hedeflemektedir. Gerçek duygunun kontrolünün mümkün olmadığını belirterek duygunun hatırlanmış duygu olması gerektiğini belirtmektedir. Bu kavram, sinirbilimde açıklanan 'anımsanan imgeler' kavramıyla benzerlik göstermektedir. Geçmişte yaşanmış olay ya da durumların anısını yaratırken oluşan bu imgeler, anımsanan imgelerdir. Anımsanan imgelerle geçmiş bir olayın, bir anın, bir durumun imgesi çağırılabilir gibi, henüz olmamış ancak olması istenen bir imge ya da hiç olmayacak bir şeyin imgesi de çağırılabilir. Sinirbilim araştırmacıları, bu imgelerin de kişiye aynı şekilde, mutluluk, üzüntü ya da acı vereceğini belirtmektedir. Bu vesileyle, Strasberg'in çalışmasında kullandığı 'hayal etme unsuru' egzersize farklı bir boyut kazandırmaktadır.

3.3.6. Karakter yaratma

Karakter yaratma, oyuncunun rol ve kendisi üzerinde içsel ve dışsal çalışmasıyla meydana gelen, bütüncül bir çalışmadır. Ön koşulu karakteri iyi anlamaktır. Oyuncunun her aşamada aktif olarak kullandığı bellek sistemi karakterin devamlılığı için oldukça önemlidir. Prova süreçleri bolca tekrar ve öğrenme içererek, prova ve sahnedeki deneyimin uzun süreli belleğe depolanması ve isteğe bağlı olarak anımsanmasını olası hale getirmektedir. Bütüncül bir yaklaşımla, oyun metnine dair bütün unsurların, karakterin içsel yaşantısı ve eylemlerini

Stanislavski'nin karakter yaratma süreci, 'sistem'in bütün unsurlarının hayata geçirilmesi ile oluşmaktadır. Masa başı analizleri, verili koşullarda bulunan ve bulunmayan verilerle karaktere bir geçmiş, bir şimdi ve bir gelecek yaratarak, sinirbilimdeki benlik oluşumuna benzer bir süreci ortaya koymaktadır. İlk okumalar 'ilkben'i, prova süreci 'çekirdek benlik'i oluşturur. Oluşan 'çekirdek benlik', temsiller süresince bilinçli bir benlik halini alır. Karakterin duyguları, eylemleri, düşünceleri ve amaçları, oluşan bu yeni benlik doğrultusunda gerçekliğe ulaşmaktadır. Oyun metnine dair bütün verileri, karakterin içsel yaşantısını ve

dışsal eylemlerini bütüncül bir yaklaşımla ve 'sistem'in tüm unsurlarını kullanarak, ilk okumalardan başlayarak çalışan oyuncu, amaçları, istekleri ve düşünceleriyle temsiller süresince organik, canlı ve gerçek bir karakteri yaratmış ve oyun metnine ilişkin dünyayı sahnede kurmuş olacaktır.

Strasberg ise, karakter yaratımından önce oyuncuyu her açıdan kendi bedenine hâkim bir hale getirmeyi hedeflemektedir. Oyuncu, Metot'un unsurlarını kullanarak konsantrasyonunu ve hayal gücünü geliştirmekte, 'temel duyu belleği' ve 'ileri duyu belleği' egzersizleriyle de sahnede karaktere canlı ve organik bir bütünlük sağlamaktadır. Metnin verili koşullarından seçilen duygular oyuncunun kişisel deneyimleri ile eşleştirilerek oyuncu bu duygulara bağlı deneyimleri temsil süresince hayal ederek gerçek hisler duymakta ve gerçek eylemlerde bulunmaktadır. Strasberg'in çalışmasında ortaya çıkan ana unsur, oyuncunun geçmiş deneyimlerini hayal etmeyi sürdürürken aynı anda oyun metnine ilişkin replikleri ve mizansenleri gerçekleştirmek üzere, çift yönlü olarak kullanması için bedenini ve zihnini eğitmesidir. Böylelikle, Strasberg'in yönteminde oyuncu kişinin rol kişisinden ön planda durduğu gözlemlenmektedir.

SONUÇ

On dokuzuncu ve yirminci yüzyıl, tarihi, ekonomik, siyasal ve politik durumlarının etkisi altında bilim, felsefe, edebiyatta önemli bulguların edinilmesiyle pek çok alanda değişimin baş gösterdiği ve bu bulguların sanatın her alanına uygulanmasıyla yenilenmenin gerçekleştiği bir süreç olmuştur. Konstantin Sergeyeviç Stanislavski, oyunculuk sanatına kattığı, bilim ve doğadan güç alarak sağladığı reform niteliğindeki değişimleri barındıran, oyuncu eğitimi ve oyunculuk uygulamalarında sistematik bir çalışma olanağı veren 'sistem'i aracılığıyla sahnede gerçek ve doğal olanın yaratılmasında öncü olmuştur. Günümüze değin, oyunculuğa pratik bir yaklaşım getiren, oyuncunun sahne üzeri performansını araştırmalarının odağına yerleştiren her kuramcı, oyuncu, yönetmen ve tiyatro insanı Stanislavski'nin takipçisi niteliğindedir. Stanislavski Sistem'i, meydana getirilen egzersizlerden ziyade, sunduğu geniş bakış açısıyla oyunculuğun farklı bir perspektiften incelenmesine olanak sağlamıştır. Tiyatro sanatındaki gerçekçi yaklaşım ve Stanislavski'nin başlattığı değişim, bilimin bu sanatla harmanlanmasının da yolunu açmıştır.

Stanislavski, yaşamı süresince yaptığı araştırma, deney ve gayretleri sonucu, 'bilinç yoluyla bilinçaltına ulaşmak' amacını izleyerek, oyuncunun sahnede gerçek bir yaşam yaratmasını sağlayan 'sistem'i meydana getirmiştir. Bu sebeple, 'sistem'in ilk aşamalarında oluşturmuş olduğu 'duyu belleği' çalışmaları ve son döneminde oluşturduğu 'Fiziksel Eylem Yöntemi' aynı amaca farklı açılardan hizmet edecek prensipler içerirken, Stanislavski'nin 'sistem'inin bir bütün haline gelmesini sağlamıştır. Stanislavski, ister 'içten dışa' ister 'dıştan içe' sahnede gerçekliği sağlama amacına ulaşmak için oyunculara farklı yollar sunulması gerektiğini düşünmüştür. 'Sistem'e ilişkin son tablolarında hem 'duyu belleği' egzersizleri hem 'Fiziksel Eylem Yöntemi'nin bulunması Stanislavski'nin ilk dönem çalışmalarından vazgeçmediğinin ve 'duyu belleği' egzersizlerinin zararlı olduğu eleştirilerinin karşısında duran en büyük kanıt olmuştur. Dönemin Rusya'sının içinden geçmekte olduğu politik atmosferin ve tüm dünyayı etkileyen siyasal ortamın etkisiyle, Stanislavski ve 'sistem'in dünyadaki yankıları yanlış anlaşılmasına sebebiyet vermiştir. Kitapların geç basılması ve çevirideki yanlışlıklar da dünyanın pek çok yerinde Stanislavski Sistemi'ne ilişkin yanlış uygulamaların ve öğretilerin yayılmasına sebep olmuştur. Bu etkiye rağmen, Stanislavski ve 'sistem', tiyatronun teorik veya pratik her yönünde etkisini sürdürmüştür ve oluşumundan yüz yıl sonra dahi geçerliliğini korumaktadır. Stanislavski'nin çağının bilimsel bulgularından faydalanarak ve kendisinin öngörülü tiyatro anlayışının etkisiyle oluşturduğu 'sistem' bugün, bu çalışma gibi pek çok araştırmaya ilham

olmuş, olmaktadır.

Stanislavski'den aldığı ilham ve kendi araştırmaları doğrultusunda Amerika ve Avrupa oyunculuk anlayışında önemli değişimlere yol açan Lee Strasberg de oluşturduğu Metot Oyunculuğu ve ilkeleri ile Stanislavski'nin ışığının yayılmasına büyük bir katkı sağlamıştır. Oyunculuk yaklaşımı ve amaçları doğrultusunda Stanislavski'yi takip etmiş, 'sistem'e körü körüne bağlılıktan ziyade araştırmaları ve deneyimlerinin sonucunda yeni bir oluşum meydana getirmiş, hiçbir koşulda Stanislavski'nin izinden gittiğini reddetmemiştir. 'Duyu belleği' çalışmalarını odağına yerleştiren Metot'unda Stanislavski'den aldığı ilhamı büyütüp yeşertmiş ve bütüncül bir yöntem haline getirmiştir.

Bu araştırmanın sonucunda çağdaş sinirbilim araştırmalarının insan doğasına, insan beyninin ve zihninin işlevlerine ilişkin bulgularına, 'duyu belleği' perspektifinden bakıldığında 'sistem'in ve 'Metot'un geçerliliğinin bilimsel olarak açıklanmasının mümkün olduğu görülmektedir. Bu çalışma, her iki yöntemin unsurlarının da insan beyninin kimi yerlerde aynı kimi yerlerde farklı işlevleriyle açıklanabilirliğini göstermektedir. Stanislavski Sistemi'nin ve Metot Oyunculuğu'nun ortak unsurları olan 'verili koşullar', 'yaratıcı/sihirli eğer', 'konsantrasyon ve dikkat' ve 'duyu belleği' çalışmaları, sinirbilimin 'bilinç ve benlik', 'bellek' ve 'duygu ve his' alanlarında ulaştığı son verilerle değerlendirildiğinde ulaşılan sonuçlar iki oyunculuk yönteminin uygulanışta birbirinden farklı yollar izlense de kimi yerde ortak kimi yerde farklı olarak ortaya konulmuştur.

Dikkat ve konsantrasyonun oyunculuğun her aşamasında ihtiyaç duyulan bir unsur olarak belirmesi, sinirbilimde karşılığını gerginliğin yüksek boyutlarda olduğu durumlarda kişinin karar verme, düşünme, anımsama ve duygulanım gibi pek çok halin önüne geçerek, vücudun salgıladığı hormonlar sebebiyle olumsuz sonuçlar doğurduğu düşünüldüğünde, iki yöntemin de başlangıç olarak oyuncunun gerginliğine karşı savaş verdiği görülmektedir.

Karakter yaratma sürecinde kullanılan 'verili koşullar' ve 'yaratıcı/sihirli eğer' unsurları, oyuncunun karakterle bütünleşmesini sağlamak ve oyuncu-karakter birliğini oluşturmak için iki yöntemde de önemini korumaktadır. 'Verili koşullar'ın kullanımındaki ortak yön, karakterin yaşantısını, geçmiş ve gelecek düzleminde ortaya koymak ve oyuncunun karakteri anlaması için her sahnenin detaylı incelenmesini içermektedir. Bu inceleme sonucu ortaya çıkan bulguların, 'duyu belleği' çalışmalarıyla, oyuncunun kendi hayatından benzer deneyimlerini gözden geçirerek metnin 'verili koşullar'ına uygun olacak hisleri

deneyimlediği anılarını, duyuşal verilerini kullanarak tersine bir işleme yeniden yaşaması gayesi de iki yöntemde ortaktır. Farklı olarak, Stanislavski'nin, 'verili koşullar'a oyuncunun imgeleminde karakterin yaşantısına ilişkin bir bütünlük oluşturabilmesi için sahnelerin arasındaki boşlukları doldurmak, karakterin çocukluğuna ya da geçmişindeki önemli olaylara ilişkin detaylarla karaktere canlılık vermek adına yeni unsurlar eklemeyi uygun bulduğu görülmektedir. 'Yaratıcı eğer' ile bir arada çalışılmasıyla karakterin amaçlarını, isteklerini ve arzularını geliştirerek metinde yazanın üstüne oyuncunun eklemelerini yapmasını sağlayarak, karakterin gerçekliğini sağlamaktadır. Oyuncunun, kendi deneyimleri üzerinde yaptığı çalışmalar Stanislavski için gerçeğe uygunluğu sağlamak anlamında başlangıç noktasında bulunsa da sürecin devamında oyuncu kendi anılarına bağlı kalmamaktadır. Karakterin isteklerinin ve amaçlarının anlaşıldığı noktada, karakterin bilinci ve benliği oluşmaktadır. Belleğin işlevi, karakterin yaşantısının geçmiş, şimdi ve gelecek olacak şekilde bütüncül bir yaratımla ortaya koyulmasıdır. Bu anlamda, aktanlan tüm bu unsurları bir arada kullanan 'duyu belleği' çalışmaları, Stanislavski'nin 'bilinç yoluyla bilinçaltına ulaşmak' maksadına uygun olarak çalışarak, oyuncunun sahne üzerinde, duyguları, hisleri, anıları, istekleri ve amaçlarıyla gerçek bir karakter yaratma hedefine ulaşılmasını sağlamaktadır. Sinirbilim araştırmalarının sunduğu bulgular, oyuncunun sahnede yeni bir benliği doğurmasının ve gerçek bir yaşantıyı yaratmasının bilimsel olarak açıklanabildiğini göstermektedir.

Strasberg ise, 'Metot Oyuncululuğu'nda, 'verili koşullar' üzerinde yapılan inceleme sonucunda, sahnelerin ihtiyaç duyduğu duyguları içeren anıların tespit edilmesini ve 'sihirli eğer'in kullanılmasıyla oyuncunun karakteri yönlendiren olguların ne olduğunu iyice anlamasını amaçlamaktadır. 'Duyu belleği' egzersizlerinin kullanım amacının Stanislavski'den farklı olarak, öncelikle birçok farklı egzersizin de kullanılmasıyla oyuncunun enstrümanını, bedenini iyi tanıması ve isteğe bağlı olarak istediği şekilde duygularını harekete geçirmeyi öğrenmesini içerir. Stanislavski, karaktere yeni bir benlik yaratırken, Strasberg, oyuncunun geçmiş deneyimlerini sahneleme esnasında yeniden anımsaması ve sahnenin gerektirdiği duyguları yaşamasını amaçlamaktadır. Metot Oyuncululuğu'nda oyuncu, içsel ve dışsal dünyasını, belleğini aktif bir şekilde kullanarak farklı güzergahlarda kullanmaktadır. Sinirbilimde, çalışma belleği olarak tanımlanan, kişinin farklı süreçleri yönetmesine olanak veren kısa süreli bellek sistemi, oyuncunun sahne üzerinde belirlediği geçmiş deneyimi duyuşal yönleriyle içsel olarak hayal etmeyi sürdürürken, dışsal olarak çevresel etmenleri, mizansen, aksesuar, dekor ve replikleri doğru bir şekilde yönetmesini amaçlamaktadır. Bu vesileyle, yaşadığı duygular ve hisler gerçekliği sağlamaktadır. Böylelikle, 'sistem'in rol kişisini oyuncu kişinin önünde tuttuğu, Metot'un ise oyuncu kişiyi rol kişisinden ön planda tuttuğu yorumu yapılabilmektedir.

Her iki oyunculuk yöntemi de sahne üzerinde gerçekliği yaratma gayesiyle yola çıkarak pek çok oyuncu, yönetmen ve oyunculuk araştırmacısı için önemli sonuçlar ortaya koyarak uzun yıllar varlığını ve devamlılığını sürdürmüştür. Sinirbilimin yeni bulguları, bu yöntemlere ilişkin prensipleri farklı yönlerden açıklamayı başarmaktadır. Disiplinler arası bir çalışmayla ortaya koyulan bu araştırma için, oyunculuk çalışmasının bilimsel yollarla açıklanmış olan bazı unsurlarının yeni çift yönlü çalışmalara sebep olması, oyunculuk anlayışında yeni düşüncelere ve ilhama yol açması, oyunculuk kuramları ve uygulamaları, oyuncu, yönetmen ve tiyatro araştırmacıları için bir cevap niteliği taşımaktan çok yeni sorulara ve yeni araştırmalara yol açması beklentisi taşımaktayım.

KAYNAKÇA

Abrahams, P. D. (Dü.). (2021). *Beyin Nasıl Çalışır*. (S. Kumral, & P. Kumral, Çev.) Ankara: ODTÜ Yayıncılık.

Balkuv, U. D. (2020). *Beyninizi Hayatınızı Nasıl Şekillendirir?* İstanbul: Müptela Yayınları. Benedetti, J.

(1999). *Stanislavski: His Life and Art*. Methuen Drama.

_____. (2005). *Stanislavski: An Introduction*. New York: Taylor and Francis e-Library.

_____. (2007). *The Art of the Actor*. New York: Routledge .

_____. (2012). *Stanislavski: Bir Giriş*. (K. Karaboğa, Çev.) İstanbul: Habitus Yayıncılık.

Topaktaş, C. (2021) *Beynimiz Nasıl Çalışır?* İstanbul: Say Yayınları.

Blair, R. (2008). *The Actor, Image and Action: Acting and Cognitive Neuroscience*. New York: Routledge.

Brockett, O. G., & Hildy, F. J. (2016). *Tiyatro Tarihi*. (T. Göbekçin, Çev.) İstanbul: Mitos-Boyut Yayınları.

Candan, A. (2003). *Yirminci Yüzyılda Öncü Tiyatro*. İstanbul: Bilgi Üniversitesi Yayınları.

Cevher, S. (2017). Yaşamı ve Son Dönem Çalışmalarıyla Konstantin Sergeyeviç Stanislavski. S. Ergün (Dü.) içinde, *Oyuncululuğun Yolculuğu Stanislavski'den Morris'e* (s. 15-66). İstanbul: Mitos- Boyut Yayınları.

Ceylan, Ü. (2016). Moskova Sanat Tiyatrosu. D. D. Öksüz (Dü.) içinde, *Rus Tiyatrosu Gelenekselden Moderne* (s. 203-224). İstanbul: Çeviribilim Yayınları.

Churchland, P. M. (2012). *Madde ve Bilinç*. (B. Ersöz, Çev.) İstanbul: Alfa Yayınları.

- Cohen, L. (2017). *The Method Acting Exercises Handbook*. New York: Routledge.
- Çalışlar, A. (1996). *Çehov ve Moskova Sanat Tiyatrosu*. (Ş. Bahadır, Çev.) İstanbul: Mitos-Boyut Yayınları.
- Damasio, A. R. (1999). *Descartes'ın Yanılgısı Duygu, Akıl ve insan Beyni*. (B. Atlamaz, Çev.) İstanbul: Varlık Yayınları.
- . (2000). *The Feeling of What Happens*. Londra: Vintage Books.
- _____. (2018). *Spinoza'yı Ararken Haz, Acı ve Hisseden Beyin*. (P. D. Kumral, & Dr. İlay Çetiner, Çev.) Ankara: ODTÜ Yayıncılık.
- _____. (2020). *Zihindeki Benlik Bilinçli Beynin Gelişimi*. Ankara: ODTÜ Yayıncılık.
- Dennet, D. (2017). *Bilinç Açıklanıyor*. (S. Kibar, Çev.) İstanbul: Alfa Yayınları.
- Diderot, D. (2000). *Oyunculuk Üzerine Aykırı Düşünceler*. İstanbul: İş Bankası Kültür Yayınları. Easty, E.
- D. (1992). *On Method Acting*. New York: Ivy Books.
- Edelman, G. M., & Giulio Tononi. (2019). *Bilincin Evreni*. (A. Subaşı, Çev.) İstanbul: Küre Yayınları.
- Emren, T. (2019, Mayıs). Soru&Cevap. (Ş. Eksioğlu, Dü.) *Popular Science Türkiye* (85), 93-96.
- Evans, D. (2019). *Emotion A Very Short Introduction*. Oxford: Oxford University Press.
- Güngör, İ. (2017). Yaşamı, Görüşleri ve Oyunculuk Tekniği ile Lee Strasberg. S. Ergün (Dü.) içinde, *Oyunculukun Yolculuğu Stanislavski'den Morris'e* (s. 227-260). İstanbul: Mitos Boyut Yayınları.
- Gürsoy, Y. (2016). Sovyet Dönemi Rus Tiyatrosu. G. Öksüz (Dü.) içinde, *Rus Tiyatrosu Gelenekselden Moderne* (s. 287-306). İstanbul: Çeviribilim Yayınları.
- Gassner, J. (2008). The Group Theatre: In its tenth year - a critical estimate. L. Senelick (Dü.) içinde, *Theatre Arts on Acting* (s. 251-256). New York: Routledge.
- Gazzaniga, M. S., Ivry, R., & Mangun, G. (2019). *Cognitive Neuroscience The Biology of the Mind*. (S. Snavely, Dü.) New York: W.W. Norton & Company.
- Gazzaniga, M., Heatherton, T., & Halpern, D. (2016). *Psychological Science*. New York: W.W. Norton .
- Gordon, M. (2000). Salvaging Strasberg at the Fin de Siecle. D. Krasner (Dü.) içinde, *Method Acting Reconsidered Theory, Practice and Future*. New York: Palgrave Macmillan.
- Gordon, M. (2010). *Stanislavsky in America*. New York: Routledge.

- Hirsch, F. (2002). *A Method to Their Madness The History of the Actors Studio*. Cambridge: Da Capo Press.
- Hull, S. L. (1985). *Strasberg's Method As Taught By Lorrie Hull*. Connecticut: Ox Bow Publishing, Inc.
- Ilıca, S. (2016). Dekabrist Tiyatro. G. Öksüz (Dü.) içinde, *Rus Tiyatrosu: Gelenekselden Moderne* (s. 111-138). İstanbul: Çeviribilim Yayınları.
- James, W. (2007). *What is an Emotion?* Radford, VA: Wilder Publications.
- Kadıoğlu, E. (2016). Rus Tiyatrosunda Vodvil. G. Öksüz (Dü.) içinde, *Rus Tiyatrosu: Gelenekselden Moderne* (s. 139-160). İstanbul: Çeviribilim Yayınları.
- Kandel, E. R. (2019). *Belleğin Peşinde Yeni Bir Zihin Biliminin Doğuşu*. (M. Doğan, Çev.) İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.
- Karaboğa, K. (2018). *Oyunculuk Sanatında Yöntem ve Paradoks*. İstanbul: Habitus Yayıncılık.
- Krasner, D. (2000). Strasberg, Adler, Meisner: Method Acting. A. Hodge (Dü.) içinde, *Twentieth Century Actor Training* (s. 129-150). New York: Routledge.
- LeDoux, J. (2002). *Synaptic Self* New York: Penguin Books.
- . (2019). *The Deep History of Ourselves*. New York: Penguin Books.
- . (2020). *Duygusal Beyin*. (A. Uysal, Çev.) İstanbul: Pegasus Yayınları.
- Lichte, E. F. (2002). *History of European Drama and Theatre*. (J. Riley, Çev.) New York: Routledge.
- Merlin, B. (2003). *Konstantin Stanislavsky*. Londra: Routledge.
- Moran, B. (2018). *Edebiyat Kuramları ve Eleştiri*. İstanbul: İletişim Yayınları.
- North, D. (2019). *Rus Devrimi ve Tamamlanmamış Yirminci Yüzyıl*. (H. Çelik, Çev.) İstanbul: Mehring Yayıncılık.
- Nutku, Ö. (2002). *Oyunculuk Tarihi* (Cilt 1). Ankara: Dost Kitabevi Yayınları.
- Özüaydın, Y. D. (2015/1). Bir Oyunculuk Tekniği Olarak Coşku Belleğinin Analizi. *Tiyatro Araştırmaları Dergisi* (39), 23-36.
- Özberk, R. (2016). Rus Serf Tiyatrosu. D. D. Öksüz (Dü.) içinde, *Rus Tiyatrosu Gelenekselden Moderne*. İstanbul: Çeviribilim Yayınları.

- Pitches, J. (2006). *Science and the Stanislavsky Tradition of Acting*. New York: Routledge.
- Revonsuo, A. (2017). *Bilinç: Özneliğin Bilimi*. (S. Değirmenci, Çev.) İstanbul: Küre Yayınları.
- Roach, J. R. (1993). *The Player's Passion: Studies in the Science of Acting*. Michigan: University of Michigan Press.
- Sinigaglia, C., & Rizzolatti, G. (2019). *Beyindeki Aynalar: Zihinlerimiz, Eylemleri ve Duyguları Nasıl Paylaşır*. (D. Keleş, Çev.) İstanbul: Alfa Yayınları.
- Smith, E. E., & Kosslyn, S. (2017). *Bilişsel Psikoloji*. (Y. D. Şahin, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Stanislavski, C. (1958). *Stanislavski's Legacy*. (E. R. Hapgood, Dü.) New York: Theatre Art Books
- _____. (2010). *Bir Rol Yaratmak*. (T. Göbekçin, Çev.) İstanbul: ALFA Yayınları.
- _____. (2011). *Sanat Yaşamım*. (S. Taşer, Çev.) İstanbul: Agora Kitaplığı.
- _____. (2012). *Bir Aktör Hazırlanıyor*. (O. Akınhay, Çev.) İstanbul: Agora Kitaplığı.
- Strasberg, L. (1988). *A Dream of Passion*. (E. Morphos, Dü.) Boston: Plume : Penguin Books.
- _____. (2010). *The Lee Strasberg Notes*. (L. Cohen, Dü.) New York: Routledge.
- Strasberg, L., & Schechner, R. (1964). Working with Live Material. *The Tulane Drama Review*, 117-135.
- Şener, S. (2008). *Dünden Bugüne Tiyatro Düşüncesi*. Ankara: Dost Kitabevi.
- Toporkov, V. (2017). *Stanislavski Provada*. (C. Yalaz, D. Dalyanoğlu , & Ö. Eren, Çev.) İstanbul: Bgst Yayınları.
- Torey, Z. L. (2017). *Bilinçli Zihin*. (A. Bucak, Çev.) İstanbul: Pan Yayıncılık.
- Tura, S. M. (2016). *Histerik Bilinç*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Whyman, R. (2012). *Oyunculukta Stanislavski Sistemi*. (H. Gür, Çev.) Ankara: Dost Kitabevi Yayınları.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı

: Kübra Madak Yeşilay

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi

Yeditepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler
Fakültesi Siyaset Bilimi ve Uluslararası İlişkiler

Bölümü

Yüksek Lisans Öğrenimi

Kadir Has Üniversitesi Film ve Drama Tezli

Bildiği Yabancı Diller

Yüksek lisans Programı Oyunculuk Bölümü :
İngilizce

İş Deneyimi

Çalıştığı Kurumlar ve Tarihleri:

2015-2021

Kedi Sahne Sanatları (Oyuncu)

2020-...

Peripeti Sahne Sanatları (Oyuncu)