



KADİR HAS ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
SANAT VE TASARIM ANABİLİM DALI

## OYUNCUNUN SESİNİN EROTİK VEÇHELERİ

NADİR SÖNMEZ

DANIŞMAN: DOÇ. DR. ZEYNEP GÜNSÜR YÜCEİL

YÜKSEK LİSANS TEZİ

İSTANBUL, MAYIS, 2019

# OYUNCUNUN SESİNİN EROTİK VEÇHELERİ

NADİR SÖNMEZ

DANIŞMAN: DOÇ. DR. ZEYNEP GÜNSÜR YÜCEİL

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Sanat ve Tasarım Ana Bilim Dalı Film ve Drama Programı'nda Yüksek Lisans derecesi için gerekli kısmi şartların yerine getirilmesi amacıyla Kadir Has Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü'ne teslim edilmiştir.

İSTANBUL, MAYIS, 2019

Ben, NADİR SÖNMEZ;

Hazırladığım bu Yüksek Lisans Tezinin tamamen kendi çalışmam olduğunu ve başka çalışmalardan yaptığım alıntıların kaynaklarını kurallara uygun biçimde tez içerisinde belirttiğimi onaylıyorum.

ÖĞRENCİNİN ADI SOYADI



TARİH VE İMZA

23 / 05 / 2019

## KABUL VE ONAY

**NADİR SÖNMEZ** tarafından hazırlanan **OYUNCUNUN SESİNİN EROTİK VEÇHELERİ** başlıklı bu çalışma **23 MAYIS 2019** tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından **YÜKSEK LİSANS TEZİ** olarak kabul edilmiştir.

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

İMZA

Prof. Dr. Çetin Sarıkartal

Kadir Has Üniversitesi

İMZA

Dr. Öğretim Üyesi Oğuz Arıcı

İstanbul Üniversitesi

İMZA

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum.

İMZA  
Müdür

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü  
ONAY TARİHİ: .../.../...

Prof. Dr. Sinem Algül Arıkuş

## TEŞEKKÜRLER NOTU

Tezi yazma sürecimde fikirlerimi önemseyen ve paylaşımlarıyla düşüncelerimi zenginleştiren Ezgi Trak, Çağla Çimendereli, Yiğit Aras, Ulya Soley, Deniz Dönmez, Esmem Madra, Çisil Oğuz, Baturalp Aslan, Fatma Belkıs Işık, Nihan Somay, Gizem Bayıksel, Yoel Meranda, Alican Çamcı, Gülen Karaman ve Gianluca Domina'ya çalışmama gösterdikleri ilgi için teşekkür ederim.

Annem Reyhane Sönmez ve babam Mazhar Sönmez'e sonsuz destekleri için teşekkür ederim.

Prof. Dr. Çetin Sarıkartal'a fikir alışverişlerimiz ile oyunculuk çalışmalarım ve tez araştırmalarım üzerindeki büyük emeği için teşekkür ederim.

Danışmanım Doç. Dr. Zeynep Günsür Yüceil araştırmalarımı heyecanla karşıladı ve tezimde değindiğim performanslarımı merakla takip etti. Hem dersleri sırasında hem de tez danışmanlığı sürecinde bana inandığı ve kendime güvenmemi önemsediği için ona müteşekkirim.

## İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	v
ABSTRACT.....	vi
GİRİŞ.....	1
1.SESİN EROTİK BİR BAĞLAMDA İNCELENMESİ.....	7
1.1 Ses, Cinsellik Ve Çekicilik.....	7
1.2 Ses, Cinsiyet Ve Kişilik.....	12
1.3 Ses Ve Haz.....	16
2. LİBİDİNAL ENERJİDE NEFESİN ROLÜ.....	26
3. SESİN EROTİK VEÇHELERİNİN OYUNCULUK EĞİTİMİNDE, PROVADA VE SAHNEDE ARAŞTIRILMASI.....	35
4. UYGULAMA ANALİZİ.....	50
4.1 <i>Durak</i> Performansı.....	50
4.2 <i>Beyrut</i> Performansı.....	53
SONUÇ.....	56
KAYNAKÇA.....	59
ÖZGEÇMİŞ.....	61

## ÖZET

SÖNMEZ, NADİR. *OYUNCUNUN SESİNİN EROTİK VEÇHELERİ*, YÜKSEK LİSANS TEZİ, İstanbul, 2019.

Oyuncunun enstrümanı olan ses vücutta oluşmasıyla fizyolojik ve anatomik, ifade aracı olarak işlev görmesiyle de sosyal tanımlar kazanabilir. Sesin insanın cinselliğinin geliştiği ergenlikte değişime uğraması, ses çıkarmanın insana haz verebilecek bir eylem olması ve sesi oluşturan nefesin cinsel enerji kaynağı olarak ele alınması; sesin erotik bağlamda incelenbilmesini mümkün kılar. Oyuncunun sesinin cinselliğinin nasıl bir parçası olduğunu keşfetmesiyle onun beden kullanımını ve canlandıracağı karakterlere yaklaşımını etkileyebilir. Oyuncu için kazanımlarını tespit etmek ve beden farkındalığına yeni bir katman önermek amacıyla insan sesinin erotik veçheleri araştırılmıştır. Tiyatro, tıp, tantra, vokoloji, ses eğitmenliği, yaşam koçluğu gibi farklı alanlarda çalışan profesyonellerin, insan sesine dair çalışmaları ve görüşleri, birbirleriyle diyalog ve tartışma haline sokularak bir deneme yazısı formu elde edilmiştir. Konu ilerletilirken kişisel sahne ve hayat tecrübelerinden örnek teşkil etmeleri için faydalanılmıştır. Tez boyunca öne sürülen, araştırılan, sorgulanan ve savunulan fikirlerin uygulanabilirliği *Durak* ve *Beyrut* performansları üzerinden değerlendirilmiştir. Oyuncunun sesiyle ilgili çalışma yapılırken farklı disiplinlerin uzmanlıklarına başvurmanın faydaları vurgulanmış ve kuir perspektifin oyuncu eğitimi pedagojisine dahil edilmesinin önemi gerekçelendirilmiştir.

**Anahtar Sözcükler:** Ses, beden, oyuncu, egzersiz, libido, enerji, cinsellik.

## ABSTRACT

SÖNMEZ, NADİR. *EROTIC ASPECTS OF ACTOR'S VOICE*, MASTER'S THESIS, İstanbul, 2019.

As an instrument of the actor, the voice could be described anatomically and physiologically as it is produced in the body; and socially as it is a mean of expression. The transformation of the human voice during puberty, the pleasure of making sounds and the breath's function as a source of sexual energy make it possible to study the voice in an erotic context. The actor's discovery of his voice as a part of his sexuality may affect his use of the body and his approach to the characters he will portray. Erotic aspects of the voice are researched for its beneficial consequences for the actor and his body awareness. The writings and opinions of the professionals working in different fields such as theater, medicine, tantra, vocology, voice instruction and life coaching are discussed in an essay form that enable them to enter into dialogue and discussion between each other. The applicability of the ideas that are explored, discussed, interrogated and defended throughout the thesis is evaluated through the performances of *Durak* and *Beirut*. The importance of acknowledging the expertise of different disciplines while studying the actor's voice has been emphasized and the question of why the queer perspective could be included in the actor training pedagogy is answered.

**Keywords:** Voice, body, actor, exercise, libido, energy, sexuality.



## GİRİŞ

Yüksek Lisans Tezimde cinselliğe değinen bir konuyu araştırmak istediğimden emindim. Cinsellik oyunculuk eğitiminde gerek bedensel egzersizler gerek de karakter çalışmalarını sırasında üzerine konuşulması kaçınılmaz olan çok önemli bir alan. Kendi oyunculuk eğitimim ve kariyerimde de benim için kapladığı yer çok büyük oldu. Bunu örnekler üzerinden ifade etmek isterim.

Paris Erik Satie Belediye Konservatuvarı'nda oyunculuk eğitimi görürken kadın bir partnerimle sevgilileri oynadığımız bir sahneyi çalışıyorduk. Oyunculuk hocam Daniel Berlioux, bizim oyunumuzu izlemesinin ertesinde, sahne üzerine tartışırken, bana gerçek hayatta çıktığım kadınlardan ilham almamı önerdi. Ben gerçek hayatta kadınlarla değil erkeklerle beraber oluyorum. Bunu sınıftaki tüm arkadaşlarım bildiği halde, hocama dile getirmek konusunda çekinceler taşıyordum. Üç sene boyunca beraber çalıştığımız halde gay olduğumu ona hiç bir zaman açık bir şekilde söylemedim. Cinsel yönelimin dışarıdan gözlenebilirliği toplumsal, sosyal ve bedensel olarak üzerine çok geniş literatürler oluşturulabilecek bir alan, bu yüzden herhangi bir analiz ya da saptama yapmaktan kaçınacağım. Ancak benim erkek olduğum için kadınlarla beraber olduğumun farz edilmesi, oyunculuk eğitiminde cinsiyetin, cinsiyet kimliğinin ve cinsel yönelimin hassasiyetle konuşulması gerektiğinin örnek teşkil eden bir göstergesidir.

Ergenliğimde ve hayatımın devamında da sürdüğü üzere, en büyük endişelerimden biri gay olduğumun davranışlarımdan anlaşılması oldu. Kendimi kamufle etmek için küçüklükten beri geliştirmiş olduğum davranışsal yöntemler, aslında belki de farkında olmadan kendi oyunculuk eğitimimi başlatmış olduğumu gösteriyor. Çünkü ilerleyen yaşlarımda sık sık, eğer kendim söylemeseydim, gay olduğumun dışarıdan anlaşılmayacağını işitir oldum. Yani bir erkeğin gay olduğuna hükmetmemize sebep olan sosyal kodu çözmüş ve onun dışında yaşayabilir olmuşum. Bu bana bir maharetmiş gibi gelmekle beraber, öte yandan kendi yaşam biçimim cinsel yönelimimi bazen her

şeyin önüne koymamı gerektiriyor. Çünkü gay olmaya dair bazı algıların oyunculuk kariyerime etkisi olabileceğini gördüğümde beri, bunu neredeyse kişisel bir aktivizm meselesine dönüştürdüm. Bu durum, cinsel yönelimimi oyunculuğumun önüne koymam eleştirisi riskini taşısa dahi, kendimi ve insanları tanımamda en belirleyici olan bu özelliğimi oyunculuk kariyerim için kullanmaya karar verdim.

Kararımda etkili olaylardan biri; birçok önemli filmin casting direktörlüğünü üstlenen bir sinema profesyonelinin, bir deneme çekiminin ardından benimle ilgili, ‘oyarken gay olduğu belli oluyor’ demesiydi. Erkek ve kadınların evlenebildiği bir toplumda, heteroseksüel bir evlilik yapan bir oyuncunun cinsel yönelimine dair işaretlerin toplumsal bir kodla ortaya çıkması, onun cinsel yöneliminin oyunculuğunun önüne geçtiği tartışmasını yaratmazken, benim gay olduğumun bilinmesi oyunculuğumla ilgili yorumlara nüksedebiliyor. Burada anlaşılması gereken çok şey var ve ben önceleri tezimin konusunun bunlara değinebileceğini düşünüyordum.

Sene başında bu meseleleri konuşabileceğim bir tez konusu araştırırken, Çetin Sarıkartal’a onunla oyunculuk dersimizde yaptığımız ilk egzersizlerden birini anımsattım. Bana herkesin sınıf karşısında tek kişilik bir egzersiz yaptığı bu derste, sıra bendeyken, kendimle ilgili bir kenara bırakmam gereken şeylerden bahsetmişti. Maalesef, tam sözcükleri hatırlayamıyorum, ancak kelimeleri bunu söylemese de, bana cinsel yönelimimi bu egzersiz için unutmamı söylediğini farz etmiştim. Hatta bunun için ona dönüp, Paris’teki hocamın bunu üç sene boyunca yapmadığını söylemiş ve ilk egzersizimde bu konuyu ortaya koyduğu için teşekkür etmiştim. Çünkü cinsel yönelimimin bilinmesine ihtiyaç duyuyorum. Ergenliğimde bunu gizlemeye yönelik yaşadığım için bu refleksimden kurtulmamı sağlıyor.

Dersteki bu anımı hatırlattığımda, Çetin Sarıkartal bana düşündüğüm şeyi ima etmediğini, hatta cinsel yönelimimi bilmediğini söyledi. Karşılıklı bir şaşkınlık yaşadık. İkimiz de birbirimizle ilgili bildiğimizi sandıklarımız hakkında yanılmışız. Bence bu konuşmanın da etkisiyle, sonraki derslerde bir erkek oyuncunun eril ve dişil enerjisine

dair çok verimli paylaşımlarda bulunduk. Ben de bu süreçte oyuncuların cinselliğe ve kendi cinsel yönelimleri ile canlandırdıkları karakterlerinin ilişkisine dair söylediklerini araştırıyordum. Aynı süreçte okuduğum Ghislaine Paris'in *Cinselliğin Önemi* ve Anthony Giddens'in *Mahremiyetin Dönüşümü* isimli kitapları bana bir seksolog ve bir sosyolog gözünden cinselliğe nasıl bakıldığına dair önemli perspektifler kazandırdı. Ayrıca tezimi yazarken bir düşüncenin nasıl geliştirilebileceğine dair model teşkil ettiler.

Araştırmalarım beni getirdiği nokta beni sosyal bilimlerin uzmanlık alanına girmek durumunda bıraktı. Kendi yazdığım oyunlarda, kişilerin cinsel yönelim ve cinsiyet kimliğinin profesyonel ilişkilere nasıl nüksettiğini araştırabiliyorum. Yani, bu konuda kendi yaklaşımlarımı geliştirebileceğim bir platforma aslında sahibim. Yüksek Lisans Tezimi de bu doğrultuda yapılacak bir araştırma etrafında şekillendirmeye çalıştığımda, hayatımda yazdığım oyunlarım aracılığıyla zaten sahip olduğum bir alanı tekrar yaratmaya çalıştığımı fark ettim. Bu sebeple tezimi bana kendi oyunculuk gelişimimde teknik ve psikolojik anlamda yararlanabileceğim ve yeni bilgiler edinebileceğim bir konunun eksenine oturtmaya karar verdim.

Bu kısma kadar yazdıklarım üzerine eğilmekten vazgeçtiğim bir konuyla ilgili gibi görünüyor olabilir. Ancak tez konusu araştırmalarına başlarken sahip olduğum çıkış noktası ve araştırmalarımın ilk evreleri boyunca hocalarımla yaptığım fikir alışverişleri, istikameti değişen konunun üzerinde etkili olmaya devam etti. Bu sebeple bu sürecin kaydedilmesi önem taşıyor. Vardığım noktada, hem insan cinselliğini düşünmeye devam etmeyi, hem de oyunculuğa dair sahip olmadığım bilgileri edinmemi sağlayacak bir araştırma alanına yönelmeyi seçtim ve insan sesini tezimin araştırmasının merkezine almaya karar verdim. Ses, bir kişinin cinselliğine ve cinsel yönelimine dair işaretler barındırabilir. Gay bir erkeğin dışarıdan cinsel yöneliminin anlaşılmasını engellemek için başvuracağı yöntemlerden biri de sesi üzerinde kontrol sahibi olmak ve onu heteroseksüel bir erkeğe atfedilecek şekilde eğitmektir. Sosyal hayatımda çok konuşkan ikili ilişkiler geliştirmekle birlikte; grup içinde ve kalabalıklarda söz almakta tutukluk

gösterebiliyor ve uzun süreli suskunluklar yaşayabiliyorum. Bunun sebebini ruh halim ve dikkat kapasitemle açıklamaya çalışırken, şimdi sesime dair de düşünebileceklerim olduğunu fark ediyorum. Vokal olarak çok aktif bir hayat sürmeyişimin altında, kendimi kamufle etme alışkanlığım yatıyor olabilir.

Oyunculuk çalışmalarında ses çok kapsamlı ve geniş bir alan kaplıyor. Sesin cinsellikle ilişkilendirilebilir özelliklerine odaklanmak ise spesifik bir çalışma alanı sağlıyor. Sesin erotik veçhelerinin araştırılması sonucunda edinilen bilgiler ve yaklaşımlar oyuncunun sesi ve bedenine dair farkındalığını güncellemesini sağlayabilir ve ona karakter çalışmalarında eğileceği yeni bir düzlem sunabilir.

Tezim şu ana dek yazılmış herhangi bir oyunculuk tezinde fikirlerinden ve araştırmalarından yararlanılmamış olan Jean Abitbol'ün yazdıklarını, sesin neden erotik bir bağlamda ele alınabileceğini açıklamak için değerlendiriyor. Jean Abitbol hayatını insan sesini araştırmaya adanmış, larenks hastalıkları uzmanı bir cerrah. Yayımladığı kitaplar, hem insan sesiyle ilgili bilinenleri tarihsel bir perspektife oturtmaya yarıyor hem de onun medikal bakış açısı, sesin anatomik özelliklerini tanımaya imkan sağlıyor. Jean Abitbol'ün sesi hormonlarla ilişkisi ve cinsiyetler özelinde anlatması, ses ve cinsellik ilişkisinin araştırılmasında önemli bir altyapı oluşturuyor.

Dünyaca ünlü ses eğitmeni Kristin Linklater'in "Vox Eroticus" makalesi, tez boyunca yankılanacak düşünceleri barındırıyor. Oyuncunun sesi kendi bedeninden haz almak için kullanabileceğine dair yaklaşımı, Linklater'in sesi ele alışının tezde savunulan düşüncelerle örtüştüğünü gösteriyor.

Araştırmalarımda oyunculukta sesi odak noktasına almış başlıca kaynaklardan, düşüncelerime dayanak teşkil etmeleri için yararlandım. Yurt içinde ve yurt dışında yazılmış ve sesi kapsama alanına alan tüm tez ve makalelerde başvuru kitapları saptadım ve bunların ses eğitiminde ele alınan yaklaşımlara yön verdiğini fark ettim. Cicery Berry'nin *Voice and The Actor* adlı kitabının okunmasından, oyuncular ve

seslerini çalışırken geçtiği süreçleri çok iyi tanıdığı anlaşılıyor. Berry'nin ses ve cinsellik ilişkisine dair doğrudan beyanları olmasa da, egzersizlerle ilerlettiği ve sesi tüm yönleriyle açıklayan kitabında; rahatlama, açık olma ve keyif üzerine söyledikleri tezin konusuyla örtüşecek yaklaşımları tetikliyor. Patsy Rodenburg'un kitapları ses eğitiminde cinsellikten nasıl konuşulabileceğine dair pedagojik öneriler sunmasıyla tezin bakış açısını derinleştiriyor. Jacqueline Martin'in *Voice in modern Theatre* adlı eseri oyunculuktaki ses kullanımını tiyatro yönetmenleri özelinde araştırıyor ve sesin erotik yönlerine eğilmiş sanatçıları teşhis etmeyi mümkün kılıyor. Michael McCallion'ın *The Voice Book* adlı eseri sese dair sunduğu kapsamlı bakış açısıyla tezin düşünce akışına yeni gidişatlar kazandırıyor. Oyunculuk ve ses konusuna değinmiş Levent Suner ve Zeynep Nutku'nun yazdıkları da, nefes öğretileri ve tantra aracılığıyla açıklanan libidinal enerji için ilham sağlıyor. Başlıcalarını yukarıda saydığım kaynaklardan edinilen bilgi ve alıntılarla ilerlettiğim tezime kendi hayatımdan ve oyunculuk deneyimlerimden anekdotlar ile sorular eşlik ediyor. Bireysel anlatım ile akademik bir dilin harmanlanması sayesinde düşünceler hem teorik düzlemlerinde hem de hayat ve sahnedeki karşılıklarıyla ele alınıyor.

Tez için araştırma sürecime başladığımda Zeynep Günsür'ün önermiş olduğu *Spinoza'nın Sevinci Nereden Geliyor?* ve *Şimdinin Gücü* kitapları, tezde doğrudan alıntıladığım kaynaklar olmasalar da, her iki metnin de odağında bulunan ve birbirleriyle örtüşen yaklaşımlar, benim de düşünce tarzıma sirayet etti. Tolle'nin mevcudiyet öğretisi ve salt hayatta olmanın haz verebileceği düşüncesi, bana insanın memnuniyet hissetmek için kendi bedeninin varlığıyla yetinebileceğine dair önemli bir farkındalık kazandırdı. Bu, Linklater'in oto-erotizm yaklaşımıyla desteklendiğinde, insanın kendi sesini sevmesinde yardımcı olabilecek bir zemin sunuyor. Dolayısıyla daha tez konum tam olarak belli değilken bana önerilen bu kaynaklar, oyuncunun sesinin cinsel yönlerini tanıyarak onla bağıını yeniden kurabileceğini savunan bu tezin genel yaklaşımında pay sahibi oldular. Konunun belirlenmesi süresince, Zeynep Günsür ile gerçekleştirdiğimiz konuşmalar bana fikirlerimi ilerletirken serbest hissetmem konusunda cesaret verdi. Zeynep Günsür ile cinsellik ve ses ilişkisi üzerine konuşurken

güncel kültürel ve sanatsal referanslara değinebilmek, bana çağımızla senkronize düşünebildiğimizi gösterdi. Dünyada hızla değışen cinsellik ve cinsiyet kimlikleri algılarına ve toplumsal dönüşümlerdeki sirayetlerine adapte olabilmek, tezin yazıldığı dönemi dikkate alan bir perspektif kazanmasında önemliydi.

Oyunculuk ve ses konusunda yazılmış temel modern literatürü yeniden ele alan ve bunu Jean Abitbol'un başını çektiği ve oyunculuk araştırmalarında görüşlerine başvurmaya aşına olmadığımız ses teorisyenlerinin birikimleriyle besleyen tezimde, geliştirdiğim fikirlerin uygulanabilirliğini, gerçekleştirdiğim *Durak* ve *Beyrut* performanslarını analiz ederek değeriendiriyorum. Sesin ilkel kullanımının anlaşılmasını sağlayan ve bunun oyuncunun hayatına ve performansına etkili olabileceğini ortaya koyan tezim, sosyal bilimlere temas etmeyi ihmal etmiyor.

Sesi fizyolojik yönüyle incelemek, insani bilimleri dahil etmeden mümkün olamaz. İnsanın iletişimsel üretimini ele alırken, onu oluşturan ve tanımlayan yönlerine de eğilmek gerekir. Ses üzerinde çalışırken sadece anatomik ve biyolojik özellikleriyle sınırlı kalmak, sesin dahil olduğu iletişim sürecini aydınlatmaya yetmez. (Aguilera 2008)<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> İsimleri Kaynakça bölümünde İngilizce ve Fransızca olarak yer alan kaynaklardan yaptığım alıntılarım Türkçe'ye tercümelerini kendim gerçekleştirdim.

# 1. SESİN EROTİK BİR BAĞLAMDA İNCELENMESİ

## 1.1 SES, CİNSELLİK ve ÇEKİCİLİK

Sesin erotik özelliklerini araştırırken, erotizm ve cinsellik terminolojisine dahil edilebilecek kelimelerin yer aldığı ifadeleri ele almakla sınırlı kalmadım ve bu açılımların nasıl çoğaltılabileceğine odaklandım. Seks, insanın bir arada yaşamı mümkün kılmak için kurduğu toplumsal düzenekler içinde, kamusal olarak icra etmenin çoğunlukla hukuken engellendiği bir performans. ‘*Kamusal alanda sevgi gösterisi*’<sup>2</sup> dozajı kültürden kültüre değişmekle beraber sınırları belli. Cinselliğin kapılar ardında ya da buna rezerve edilmiş kurumlar içinde yaşanmasının hayatta neye mal olduğunu düşünmek konu dışı ancak sorunun sorulmasının zihinde yaratacağı merak, ses ve cinsellik ilişkisini konuşurken açığa çıkacak konuları incelemekte yararlı bir filtreye dönüşebilir. Eğer seks arzusu, ihtiyacı, fantezileri vs. bastırılması bu kadar sık görülen insan içgüdüleri olmasaydı, insanları cinsel güçleriyle kavuşturmak için çalışacak istihdam alanları doğmazdı. Hem psikologlar, hem Uzak Doğu menşeli bedensel pratik guruları, hem seksologlar toplumsal teşkilatlamayı sürdürülebilir kılmak için arzularına ket vurmamak durumunda kalmış insanları, cinsel işlevleriyle barıştırmak ve doyum yaşamalarını mümkün kılmak için çalışıyorlar. Belki de zevkin bedende vuku bulma hali hissel olarak çok yoğun olduğu için, insan bu denli güçlü bir enerjiyi yaşayabileceğini tasavvur etme iyimserliğini yitirdi. Cinsellik hayatın bir kategorisi olarak kaldıkça ve ancak belirli bir zaman diliminde ve uygun koşullarda uygulanabilecek bir faaliyet olarak görüldükçe, kısıtlanmalarının hayatın başka alanlarına sızması sürecektir. Gizlenerek yaşanması belki de onun heyecanını arttıran şeylerden biri ancak insanlığın bu konuda verdiği sınavlar tükenmek bilmediğine ve dünya gündemini de son birkaç yıldır tacizler özellikle işgal ettiğine göre, her şeyi doğru yapıyor olamayız. En yaygın ılımlı ifadeyle yemek yemek ve su içmekle bir tutulan cinsellik ihtiyaç etiketiyle konuşulabilir kılınmaya çalışıldığında bile bir şeyler

---

<sup>2</sup> ‘Public Display Of Affection’ tabirinin çevirisi için bir öneri.

eksik kalıyor. Giderilmesi gereken bir arzudan ziyade yaşamı bütünüyle kaplayan bir enerji kaynağı olarak algılanması da mümkün. Brillat-Savarin'in altıncı algı önermesi, cinselliği duyuşsal olarak düşünmeye davet ediyor ve bu onu yatak odası bağlamına hapsetmektense sahiplenmeye yarıyor.

Ve sonuç olarak, iki cinsiyeti çoğalabilmeleri için bir araya getiren fiziksel arzu.

Neredeyse Buffon zamanından beri, bu sonuncusu kadar önemli bir duyunun yanlış anlaşılması ve dokunmaya duyuşuyla karıştırılması hayretlik vericidir.

Halbuki ikisinin ortak bir özelliği yoktur: Altıncı duyu ağız ve gözlerinki gibi kendi organizmasına sahiptir. Gariptir ki, her iki cinsiyet de bu arzu tepkisinin ortaya çıkması için gerekli her şeye sahip olsalar da, bu arzunun var olma sebebi olan nihai amaca ulaşabilmeleri için dişi ve erkeğin bir arada olmaları gerekir. Eğer insanoğlunun varlığını sürdürmesini sağlayan tat alma, tartışmasız bir şekilde duyu olarak kabul ediliyorsa, onun türünün devamını sağlayan bir parçasını da bir duyu olarak nitelendirmek gayet mantıklıdır.

Fiziksel arzuya sahip olması gereken duyu ismini verelim ve gelecek nesillerin de böyle kabul etmesiyle duyu olarak kalsın." Brillat-Savarin (2009, s.38)

İnsanın cinsel arzularını bir duyu gibi algılamaya çağırın bu perspektifi, her ne kadar cinsel çekimi karşı cinse duymakla sınırlandırmasıyla eksik olsa da, akla ilk olarak cinsel çağrışımlarıyla gelmeyen sesi düşünürken de kullanmaya devam etmek önemli. İnsan sesi, artiküle edilen bir dili seslendirmeye yaramasından önce çok daha ilkel bir dışavurum aracıydı. İletişim kurarken ses aracılığıyla şekillendirilen kelimelerin anlamlarına odaklanıyoruz ve birileriyle konuşmak aynı zamanda dinleme esnasında söyleyeceklerimizi tasarladığımız zihinsel bir faaliyet. Oluşum süreci fizyolojik olarak açıklansa da ses kullanımının kazandığı bilişsel nitelikler ağır basıyor. Ancak konsantrasyonumuzun bir kısmını sesin nasıl tınladığına ve kullandığı sözcüklerin anlamlarından ziyade, sesin kendine has karakterine ayırdığımızda iletişime gizemli ve heyecan verici bir katman eklemiş oluruz. Sese her kişide farklılık gösteren kimliğini veren özellikler olduğunu keşfederiz ve bunlar sesin şiddetini, tonunu, rengini vs. niteleyen sıfatlarla anlatılabilir. Tezim, sesi tanımlayan bu niteliklerin bazılarının cinsellikle ilgili olduğunu savunuyor. Cinsel eylemler esnasında alınan hazzın vokal dışavurumu sadece zevke verilen bir tepki olmakla kalmaz, aynı zamanda tepkinin kendisi de zevk vermektedir. Bunun farkındalığına varmak, hayatın cinsellikle örtüştürülmeyen anlarında ses kullanırken hatırlanacak ve kişinin kendi ses kullanımını



farklı algılamasını sağlayacak bir yaklaşım verebilir. Seks seslerini düşünmek sesi cinselliğin bir ifade aracı olarak görmekle sınırlamasın diye, onu erotik bağlamında ele almak tezde önemsedğim bir prensip olacak. Bu sayede nefes kullanımı üzerine söylenenler de tartışma alanına dahil edilecek ve insan sesinin tüm vücudu harekete geçiren bir enerji olarak görmek mümkün olacak. Sesi cinselliği araştırarak ve nefesle ilişkisi üzerinden tanımlamak onu sahiplenme halimizi değiştirebilir ve bir oyuncunun ses enstrümanını enerji kaynağı olarak görüp cazibe yaratması için kullanmasını sağlayabilir.

Fransız gırtlak cerrahı Jean Abitbol'un yazdığı Power of Voice kitabında, aynı oyunculuk terminolojisinde olduğu gibi sesi bir enstrüman olarak tanımladığı 'Bir Enstrüman olarak Ses' bölümü yer alıyor. Abitbol'un sestem bahsederken kullandığı sürükleyici dil ilham verici. Bir doktor olması sebebiyle kitabı, sese dair anatomik ve fizyolojik tanımlar ve hikayeler arayışında olduğunda güvenle başvurulabilecek bir kaynak. Ancak sesle ilişkisi mesleğinin gereklilikleriyle sınırlı kalmamış; araştırmaları insanoğlunun tarih boyunca geçirdiği süreçlerde sesinin uğradığı değişimler ve sesin flört bağlamında üstlendiği işlev gibi farklı alanlara uzanıyor. Ayrıca sesi kariyerleri yapmış farklı mesleklerden hastaları sayesinde, sesin ifade aracı olabileceği sanatsal icraları tanıyan ve anlatımına dahil eden bir yazarlık pratiği yapıyor kitabında. Sesi erotik bağlamında düşünürken faydalanılacak bilgiler sunmakla birlikte, sesi kavrayışımızı genişletecek geniş bir bilgi dağarcığı paylaşıyor. Jean Abitbol'ü oyunculuk ile ilgili bir yüksek lisans tezine dahil etmek, oyunculuk mesleğini ve eğitimini sürdürürken edinilmesi gereken bir reflekse de işaret ediyor. Oyunculuk bedenle ilişkisi gereği çok fazla disiplinin kesişim noktasında ve ortalama dört yıllık bir oyunculuk eğitiminde tüm bu alanların bilgisine ulaşmak mümkün değil. Ancak bedenini merak eden her oyuncu zaman içinde nörobilim, tıp, spor bilimleri gibi alanların çalışma alanlarıyla kesişmek durumunda. Jean Abitbol'un insan sesine duyduğu tutkuyu tanımak, oyuncunun sesini sahiplenmesine ve onu sevmesine teşvik edebilir.

Korteksin gelişimi beyni sesin orkestra lideri olarak kutsar. Bundan itibaren, hiçbir şey eskisi gibi olmayacak ve hayvan krallığından hiçbir tür insanla eşit hale gelemeyecektir.

İnsan sesinin doğması için gerekli koşullar bir araya gelmiştir: dikeylik, vokal organın rezonans bölgelerinin gelişmesi ve larenksin insanın boynunda, birinci boyun omurundan daimi pozisyonu olacak beşinci omura doğru aşağı inişi. Abitbol (2017, s.19)

İnsanın ses çıkarmak için kullandığı gırtlığının bugünkü yerini almasının evrimsel hikayesini Abitbol'un anlatısıyla öğrenmek heyecan verici. Paris Erik Satie Konservatuvarı'nda oyunculuk eğitimi görürken BMC (Body Mind Centering) ağırlıklı dersler yapan Nadia Vadori'den dans dersleri alıyorduk. Derslerde bazen bizi etrafında toplar ve insan iskelet maketi üzerinden bizle anatomimize dair bilgiler paylaşırdı. Bunda Fransızca ders yapmanın benim için ekstra konsantrasyon gerektirmesinin ve genelde derslere uykusuz gitmemin payı da olabilir, ancak konuştuklarımız çok ilgimi çekmezdi. Sanırım eğitimini gördüklerimizle bir ilgisi olabileceğini kabul etmekte diretiyordum. Ancak bugün bedene dair ilgim daha uyanıkken, o dersleri şimdi alıyorsa daha dikkatli takip edeceğimi düşünüyorum. Bir insan iskeletinin kemiklerinin isimlerini bilmeden de yürüyebilir ve gırtlığının evrimsel hikayesini öğrenmeden de konuşabilir. Ancak tüm bu bilgilere vakıf olmak insanın profesyoneli olduğu disiplinle ilgili kendisini daha yetkin hissetmesine yardımcı oluyor. Abitbol'un gırtlakla ilgili verdiği bilginin sese dair bir kültür teşkil etmekten ayrı bir anlamı da var. İnsanın cinsellikle esas özdeşleşen bölgesinin kasık etrafı olduğu düşünülürse, insanın dikey pozisyona geçmesi demek, yatay pozisyonun aksine gırtlığın insanın cinsel merkeziyle aynı seviyede değil daha yukarıda bulunduğu anlamına da geliyor. Boğaz bölgesi ve cinsel bölge arasında ses üzerinden bağlantı kurmak, tezin diğer aşamalarında tantra aracılığıyla tekrar konumuz olacak ancak bu bağlantıya medikal bir perspektif getirmek mümkün. Abitbol'un sağladığı bu tarihi veri, cevaplanmasa bile sorması tezin meraklarına hareket katacak olan bir soruyu akla getiriyor: İnsanın dikey pozisyonu ve beynin yukarıda yer alması, onun toplumsal hayatta gittikçe ussal özellikleri öne çıkan ve ilkel cinselliğini kamufle ederek sosyalleşen bir tür olmasının altında yatan anatomik bir gerekçe olabilir mi?

Bu mekanizma (kafatası sinirleri) sesin komutanı olan bir asiye barındırır, onuncu kafatası sinirini. Bu çiftin işleyişi emsallerine hiç benzemez. Hem duyuşal hem de motor (hareketi kontrol eden) işlevi vardır. Beyne bir aksiyonun nasıl hissedildiğini ve hedeflenen organ tarafından algılanan hissiyat ve uyarılmayı iletir. Simetrik olmayan tek çifttir. Ses tellerini kontrol eden dalı söz konusu olduğunda, 10. kafatası siniri sağ ve sol taraflarında farklılık gösterir. Sol dal, boyuna erişmeden önce ana atar damar yayının altından geçer; esas sinir ise, 10. kafatası siniri diğerlerinden çok daha uzun olduğundan, karın derinliklerimize kadar

ulaşır. Yolu boyunca, yemek borusunu, mideyi, karaciğeri ve karın boşluğu organlarını, kalbin ve akciğerin bir kısmını uyarır. Ona bir isim bulmanın zorluğu da güzergahının karmaşıklığından gelir. Vagus siniri ya da pnömogastrik siniri olarak adlandırılır. (2017, s. 28)

Jean Abitbol'un vücutta ilerleyiş istikametini anlattığı ve işlevinden bahsettiği vagus siniri aracılığıyla, vücudun merkezi ve boğaz arasında bir bağlantı olduğu doğrulanıyor. Bu sinirin varlığı, sesin erotik özelliklerine bilimsel bir dayanak sağlar mı? Bu sorunun cevabını tez yazımında yararlanılan kaynaklardan yola çıkarak kesin olarak cevaplamak mümkün değil, ancak bu sinir üzerinden yapılabilecek araştırmalara sesin dahil edilebileceği kesin. Bu konuyu daha derinlemesine tartışmak uzmanlık gerektiriyor, dolayısıyla bu bilginin varlığını, ses ve cinsellik ilişkisi üzerine gerçekleştirilebilecek araştırmalara çıkış noktası teşkil edebilme özelliği sebebiyle yer veriyorum. Ayrıca ses telleriyle olan ilişkisi sebebiyle vagus sinirini tanımak gerekli.

Eğer ses tellerinin vibrasyonu pasif ve mekanikse, ses telinin fonasyon esnasında boyu pnömogastrik sinirine bağlıdır. Gırtlığımız, duygularımız ve mide reflümüz üzerinde etkili olan güç bu sinirdir. Gırtlığın hassasiyeti de ondan gelir. Tek bir sinirin çelişkili bilgiler (agonist ve antagonist) taşıyabilmesi bizim organizmamızın kendine has bir özelliğidir. Bu sinir hastalandığında ya da hasarlandığında, ses telleri paralize olur ve ses değişir. Vagus diye de adlandırılan pnömogastrik siniri ses tellerinin kasılmasını ve gevşemesini sağlar. Gerilimlerini ve boylarını kontrol eder, nefes alıp verme esnasında onları açık tutarken bağırımız, öksürmemiz, gülmemiz, ağlamamız, kusmamız, yutmamız ve konuşmamız esnasında kapalı tutar. (2017, s.28)

Ses tellerinin çalışmasında etkili olan vagus sinirinin vücut içinde nasıl uzandığına dair bilgiler, sesin tüm vücudu aktive ederek kullanılmasının önemi konuşulduğunda bir dayanak oluşturabilir. Sesi tek başına düşündüğümüzde ya da duyduğumuzda onun tüm bedenle ilişki içinde olduğunu ve aslında tüm bedende titreşebildiğini unuturuz. Etkileyici bir ses duymak tüm vücudumuzun ürpermesine sebep olabilir. Sesin hem çıkarılmasının hem de işitilmesinin tüm bedene yayılabilmesi onu erotik bir bağlamda tartışmaya açmamın sebeplerinden biri. Çünkü ses, 'çıkarmak' ifadesiyle birlikte kullanmaya alışık olduğumuz bir araç. Onu dışarıya atıyor olduğumuza odaklanmışız. Ancak ayrıca onu oluşturuyor, yapıyor, yaratıyoruz da. Böyle düşünmek tasavvurumuza bedensel ve duyuşsal bir katman ekliyor. Bunu hatırladıkça, sesin baştan çıkarmak söz konusu olduğunda etkili bir araç olduğu kabulünü neden bu kadar kolay yaptığımız da anlaşılır. Dikey vücut pozisyonu üzerinden başladığımız düşünce akışının sesin hoş kullanımına gelmesi ise tesadüfi değil ve Jean Abitbol tarafından bağlantılandırılıyor.

“Dik bir postür ile güzel bir ses et ile tırnak gibi bağlıdır” (2017, s.17).

Abitbol, güzel bir sesin oluşmasında vücudunun hizasının etkisini açığa çıkarmakla birlikte, insan tarafından bir baştan çıkarma aracı olarak kullanılan sesin bu bağlamdaki özelliklerine de değiniyor. Cazibe uyandıran bir sesi hissi, bazen erotik ve her zaman duygu yüklü olarak tanımlarken duygular, baştan çıkarma ve hormonların birbiriyle ilişkili olduklarına değiniyor (2017, 30). İnsanın anatomik gelişimini evrimsel bir bakış açısıyla tanıyan bir cerrahın türümüze dair bu sözleri, sahnedeyken izleyiciyle flört etmek isteyen bir oyuncunun işine yarayabilir mi?

## 1.2 SES, CİNSİYET ve KİŞİLİK

Kulağa hoş gelen ve cazibeli sesin özelliklerinin ne olduğuna dair özellikle psikoloji alanında yapılmış birçok araştırma bulunuyor. Ortaya bazı genellemeler çıksa da, her sesin güzel tınlaması için uyulması gereken kurallar ortaya dökmek, insanların birbirlerinden farklı canlılar oldukları gerçeğiyle çelişkili olur. “Bir kişi, ölçü ve şekil gibi fiziksel özellikler açısından, bir diğer kişiden farklıdır. Bu durum her kişinin sesini doğal olarak birbirinden farklı yapar” Berry (1991, s. 9).

Ses üzerine yazan hemen hemen herkesin belirttiği üzere, ses kişiden kişiye farklılık göstermektedir ve dünyadaki insan sesi çeşitliliği insan sayısı ile özdeştir. Eğer ses ve cinselliği beraber düşünürken, etki uyandıran bir sesin tanımını yapmaya ya da özelliklerini sıralamaya kalkışırsak, sesin biricikliği unutulmamalı ve şablon bir *çekici ses* tanımı yapmaktansa herkesin kendi sesindeki cazibeyi keşfetmesini mümkün kılacak önermeler geliştirilmelidir. Sesin cinsiyetlere göre farklılık göstermesinin ergenlikle başladığını belirten Abitbol, çocuk ağlamaları örneği üzerinden kız ve erkek çocuk ağlamalarının birbirinden ayırt edilemez olduğundan bahseder (Abitbol 2017). Ergenlikle birlikte, gırtlığın gelişiminde hormonlar rol oynar ve tiroid hormonları ve seks hormonları sese etki ederler. Gündelik hayatta sık sık bahsettiğimiz hormonların işleyişlerini öğrenmek heyecan verici ve Abitbol’ün kapsamlı anlatısını tezin analiz ve

yoruma dayalı düşünce akışını çok sekteye uğratmadan aşağıdaki gibi özetlemek mümkün.

Hormonlar hücrelerimiz tarafından üretiliyorlar. Bunlar, hedef organa ulaşana dek kan dolaşımına katılan moleküller ve türlerine göre farklı bezler tarafından salgılanıyorlar. Organları yavaşlatmak, sabitlemek ya da hızlandırmak gibi görevler ediniyorlar. Ergenlik, vokal değişimin meydana geldiği dönem. Hem fizyolojik hem de psikolojik değişikliklerin meydana geldiği bu evrede, ses tellerinde net bir değişim gerçekleşiyor ve üçüncü yeni bir epitel tabaka kazanıyorlar. Sesteki harmonik değişiklikler de hem bu tabakanın oluşması hem de çizgili kasların son gelişimiyle gerçekleşiyor. Kadınlar yeni yüksek ve düşük harmonikler kazanıyor. Testosteronun ses tellerinin kas ve mukoz tabakasındaki etkisi, erkeklerin düşük harmonikler kazanmasına ve çocukluğa has bazı harmonikleri yitirmesine sebep oluyor. Erkeklerde ses tellerinin hacmindeki büyüme ve gelişim daha belirgin. Seslerinde bir oktavlık değişiklik olurken, kadınlardaki değişim oktavın üçte birine denk geliyor. Mesela erkek şarkıcılarda tiroid ve gırtlak arasındaki kıkırdak ve kasların devreye girmesiyle kafa ve göğüs sesi belirginleşiyor.. Kadınlarda tüm bu organ ve kaslardaki değişim çok daha küçük ölçüde ve yumuşak gerçekleşiyor. Hormonların larinks üzerindeki etkisi seste dış dünya tarafından net bir şekilde gözlemlenebilen değişimler yaratıyor. Östrojen salınımı ses telleri zarlarını kalınlaştırarak sesi kuvvetlendiriyor. Ayrıca gırtlaktaki damarlardaki oksijen dolaşımını arttırıyor. Adet döngülerinin kadınların sesleri üzerindeki etkisi de hormonlarla ilgili. Sadece kadınlarda olan progesteron ses tellerini kalınlaştırıyor. Mukoz zar üzerinde hücre dökülmesine sebep olması da, adet döneminde üç-dört gün süren boğaz kuruluğu ve sık boğaz temizleme ihtiyacının sebebi. Abitbol, tüm bu tıbbi uzmanlık gerektiren bilgileri sıralarken, sahne sanatları ile ilişkilendirerek hem okuyucusunu diri tutmayı başarıyor hem de verdiği örnek yazdıklarının tezime dahil olması için ne kadar doğru bir kaynak olduğunu gösteriyor. Anlattığına göre, Milan Scala Operası'nda, 19. yüzyıldan beri, kadınlar adet dönemi öncesi ve adetleri sırasında sahneye çıkmaz, yine de ödemelerini almış. Hormonlar böylece profesyonel yaşamdaki yerlerini alıyorlar. (Abitbol 2017)

“Sanatçılar sesleriyle ilgili bir problemden yakınıyorlarsa, çoğunlukla haklıdırlar. Bu demek oluyor ki, eğer ses tellerinde bir patoloji teşhis edemiyorsam, bu öyle bir patoloji olmadığı değil, benim bulamadığım anlamına gelir” Abitbol (2006, s.218).

Jean Abitbol yukarıdaki alıntıdan anlaşılacağı üzere, oyuncu ve müzisyenlerin mesleklerine çok duyarlı ve onların fiziksel farkındalıklarını kendi tıbbi donanımıyla eş görüyor. Sesin hormonlarla ilişkisini anatomik bir perspektiften anlattıktan sonra, tezin sesi düşünürken onu sosyal bağlamlarından da koparmamak refleksiyle uyumlu biçimde, sesin gelişiminin kişiliğe etkisini de masaya yatırıyor. Bu vesileyle açtığı düşünce alanları bir oyuncunun iştahını kabartacak bilgiler sunuyor. Sese etkisi olan seks hormonlarının da görevi, insanların cinselliğine de adapte olmak. Testosteron, libidoyu artırıyor, östrojen ve progesteron genital organları harekete geçiriyor.

Ses ve fiziksel görüntünün uyumlanmasındaki zorluk, ergenliğin en hassas engellerinden biridir çünkü ses sahibinin kişiliğinin yansıması gibi görülür. Bu nedenle, gerekli olduğunda, ergenlere bu dönüşümü başarıyla tamamlayabilmeleri için yardım edilmelidir. Konuşma terapisi bir ergene yetişkin sesini keşfetmesi, gırtlaktan konuşurken nefes vermesi ve bu davranışını sosyo-kültürel çevresine adapte etmesi için yardımcı olur. (2006, s.211)

Alıntı, ses değişimine ergenlikte adapte olmanın, kişilik ve cinselliğin gelişimindeki etkisinin öneminin bir göstergesi. Bu yaklaşımı okumak, insanı etrafta çocuk sesi kullanarak hayatını sürdüren insanları teşhis etmeye itiyor. Bu kişiler ses tellerini çocukluklarındaki gibi kullanarak onlara zarar veriyor bile olabilirler mi? Ya da anatomik olarak sözü edilen değişiklikler gerçekleşmişken, geçmişteki sesi muhafazaya devam etmek mümkün mü? Daha küçük ya da genç yaşları çağrıştıran sesleri korumaya çalışmak, kişinin yaşama, yaşlanmaya, sorumluluklara ve gerçeklere inadı olarak dahi yorumlanabilir ve başka disiplinlerin devreye gireceği derin analizlere sebep olabilir. Abitbol’ün sesin kişiyi tanımamıza vesile olmasını idrak etmemizi sağlayan bu yaklaşımının en kompakt özeti aşağıdaki ifadesi.

“Ses şimdideki geçmiş değil midir?” (2006, s. 471).

Jean Abitbol'un yukarıdaki cümlesini okuduğumdan beri, hem yakınlarımın hem de gün içerisinde konuşmalarını işittiğim yabancıların seslerini yeni bir filtreyle dinlemeye başladım. Nasıl bir beden ve bir yüzün üzerindeki izler o kişinin hayatına dair işaretler taşıyorsa, aslında sesleri de hikayelerine dair çok şey anlatıyor. Bir sesin tınısından, entonasyonundan ve renginden o kişinin karakterini ve geçmişini bir ölçüde deşifre edebiliyor olmak, Abitbol'un bu kısa ve net ifadesi sayesinde edinebildiğim bir alışkanlık. Artık duymak benim için daha manalı.

Bazı insanlar psikolojik sebeplerden ötürü, ergenlik çağında seslerinin cinselleşmesini inkar ederler ve ses tonları sebebiyle kendilerini sevmeyi, kendilerine dair olumsuz bir imge oluştururlar. Foniatriğin görevi, onların gırtlaklarını tekrar yerleştirmelerinde yardımcı olmak ve vokal güçlerini kazanmalarını sağlamaktır. İki-üç ay içinde gerçek seslerini sevmeye ve spontaneleşmeye başlarlar. (Pigani 2009)

Abitbol'un sesin cinsel özelliklerini kabul etme sürecinin önemini açığa çıkardığı bu alıntı, beni kendi sesimin tiz yönüyle kurduğum ilişkiye dair saptamalar yapmaya itiyor. Sesimi pes ve derinden geldiğinde daha çok seviyorum. Eğer konuşmanın spontaneliği içinde kendimi ince ve tiz bir perdeden ifade ettiğimi fark edersem, sesimi toparlamaya ve daha kalın bir yere çekmeye yatkınlığım var. Belki de erkeklik ve kalın sesin kafamdaki özdeşliği, bende tiz sesin erkekliğimi tehdit ettiğine dair bir inanış yarattı. Tabii bu durumun tersi de düşünülebilir ve bir kadının kalın sesinden korkması da cinsiyetlerin sosyal dışavurumlarına dair klişeleşmiş bir norma uyma ihtiyacıyla açıklanabilir.

Babamın kuzeninin eşi olan Y, her yaz tatilimi geçirdiğim Ordu'da yaşayan bir akrabam. Konuşması, küçük yaşta olmanın kolaylaştırdığı bir canilikle, ben ve kuzenim arasında bitmek bilmeyen bir dalga geçme konusuydu. Onun sesini aramızda taklit etmenin yanısıra, bulunmadığı ortamlarda ailenin yetişkinlerine de skeç halinde sunardık. Y, gayet güçlü ve toplu bir fiziği olan, ailesine düşkün ve çok nazik bir Karadeniz ev kadını. Konuşurken ise çok küçük bir kızla özdeşleştirilebilecek bir incelik, kırılganlık ve tatlılıkla konuşuyor. Bu beklenmedik ölçüde yumuşak, dişi ve ergenlik öncesi gibi tınlayan sese hafif cızırtılar ve nefes sesleri eşlik ediyor. Onla yaşadıkça kulağın alıştığı, ama ilk duyanlar için muhtemelen şok etkisi yaratacak bir

özelliği var sesinin. Bunu o dönemler, ilginç ve gülünç bir ses olarak kodlamıştım. Geçtiğimiz aylarda, ziyaret etmediğim on senenin ardından Ordu'ya geri döndüm. Y'ile konuşurken artık o zamanlarda fark etmemin mümkün olmadığı şeylere de dikkat eder halde buldum kendimi. Sesi aynı bıraktığım gibi, ancak sohbetin ateşli anlarında çok kısa süreliğine de olsa, içinden çok gür, neredeyse kaba ve erkeksi bir ses çıkıyor. Aynı zamanda kahkahası da, oldukça pes bir yerden tınıyor. Yani Y'nin kendini saniyelerle ölçülecek kısımlar halinde de olsa, gürül gürül dışavurduğu zamanlar oluşuyor. Konuşmanın en heyecanlı anları ve kahkaha zamanlarını kendi fiziksel ses çıkarma mekanizmaları içinde kontrolü en az elinde tuttuğu ya da bıraktığı zamanlar olarak değerlendirebilirsek, belki de Y'nin sesi özgürleştiğinde kabalaşıyor. Aslında çocukluğumda doğal ve enteresan olarak duyduğum sesi, belki de tam anlamıyla sosyal bir ses. Bunu fark ettiğimde karşıma küçük bir paradoks çıkıyor.

Y, bir oyuncu ya da sesini kullanmak durumunda olan bir profesyonel olsaydı, sesi kendisiyle ilgili tanımak ve yüzleşmek zorunda olduğu gerçeklerin göstergesi olarak karşısına çıkacaktı. Varsayımsal olarak belki de, kendi kadınlık algısına dair teşhislerde bulunmak, toplumun ondan beklediklerine sesini nasıl adapte ettiğini analiz etmek ve insanlar tarafından sevilen, nazik biri, kocasını ve oğluna karşı ödevlerini gerçekleştiren bir kadın olmanın onu nasıl konuşmaya ittiğini anlamak zorunda kalacaktı. Bu belki de, Y için zorlu kişisel, cinsel ve toplumsal idrak süreçleri yaşamaya itecekti. Ancak, şu an yaşadığı koşullar göz önünde bulundurulduğunda, Y belki de kimi bastırma mekanizmalarının sonucu olarak kullanmaya alıştığı bu küçük kadın sesiyle yaşamaya devam edebilir. İhtiyaç duyduğu bir savunma mekanizması yüzünden böyle konuşmaya alışmış ve kendini korumanın ve dış dünyaya sempatik bir vitrin sunmanın yolunu böyle bulmuş olabilir. Y'nin durumu, sesin herkes için aynı özgürleşme yollarını düşündüremeyeceğinin de bir örneği. Belki de Karadenizin bir kasabasında, orayı hiç bir zaman terk etmemek üzere kurulmuş ve ailevi sorumluluklarına ve iyi insan ilişkilerine odaklanmış bir kadının özgür sesi, şu an sahip olduğudur. Y, seste özgürleşme metodları ve düşüncelerinde nerede durulacağıyla ilgili karar vermekte yardımcı olabilir. Oyunculukta iyiliği, başarıyı ve doğruluğu öğreten tüm teorilerde öne



çıkan kendini özgür bırakma literatürünün, okurken ve tartışırken zihne olumlu etki yapan bir ilaç olduğu kesin. Ancak, oyunculuğun icra alanları da toplumdan soyutlanmış değil, dolayısıyla Y'ye etki eden toplumsal dinamikler, başka özellikleriyle oyunculara da etki ediyor. Y'nin sesini özgürleştirmemiş mutlu bir kadın örneği gibi, sesini tanımadığı halde başarılı olabilecek bir aktris düşünmek de mümkün. Sesi özgürleştirme ihtiyacı, kendimizin asla ulaşamayacağımız ideal bir versiyonumuz olduğu düşüncesine sebep olmamalı.

### 1.3 SES VE HAZ

‘Ses tabiatı gereği erotik bir organdır’ (Linklater, 2003).

Kristin Linklater, yukarıdaki cümlesiyle, cinsel yönünün, sesin birincil özelliklerinden olduğunu ifade eder. Vücudun oyuncular tarafından sürekli gözlem halinde tutulması alışkanlığına, ses aracılığıyla da oto-erotik bir katman ekler.

Oto-erotizm ses çalışmasının yeterince reklamı yapılmamış ve en büyük hazlarından biridir. Bunu söylerken sadece genital bölgelerle sınırlı kalmayan ve açık şekilde çok biçimli bir sapmayı ima ediyorum. Gündelik konuşma sonsuz erotik olma potansiyeli taşır. Ses organları, sesin vibrasyonları aracılığıyla vücudun hisselliğiyle iletişim içinde olmalıdır. Gün boyunca, sadece konuşma aracılığıyla bile, cinsel uyarılma ve hatta orgasmik bir haz hissediyor olmalıyız. Psiko-fiziksel bir sihirli değneğin dokunuşuyla, hemen çok biçimli sapsmaya geçebiliriz. (2003)

Kristin Linklater insanın sadece ses çıkarmasının cinsel bir faaliyet gibi görülebileceğini öne sürüyor. Vücudun salt işleyişinden haz alınabileceği düşüncesi, vücudun ses üretimine uygulandığında, oyuncunun ses kullanımıyla ilişkisi değişebilir. Ses çıkarmak, nefesin ve vücudun birçok organının dahil olduğu bir eylem ve insanın düşüncelerini artiküle etmeyi öğrenmeden önceki evresinde, onu ilkel, dürtüsel ve araştırmacı biçimde deneyimliyor. Konuşmayı öğrenmeden önceki aşamada sesin olasılıkları ve verdiği keyif deneniyor. Yani, ses zihinsel niteliklerini kazanmadan önce tamamen bedensel bir tanıma sahip. Onun bu yönüyle tekrar iletişime geçmek ve ses çıkarmanın aslında fizyolojik olarak keyif almaya da yaradığını tecrübe etmek, hem

günlük hayatta hem de ses aracılığıyla sanat icra ederken dönüştürücü bir etki yaratabilir. Linklater'in anlatısı sadece sese şiirsel bir yaklaşım kazandırmakla kalmıyor. Solar plexus (karın boşluğu) ve sakrum (kuyruk sokumu)u birbirine bağlayan nefesi hissetmenin vücutta erotik bir yaşantısı var. Seks esnasında devrede olan bu bölge, aslında sesin de dolaşımında olduğu bir alan. Linklater sesin vibrasyonlarının pelvisten başa uzanan bir bölgede hissedilebilir olduğunu ve bazen bu hissiyatın ayakların altına dek inebildiğini anlatıyor (2003). Yani sesin cinselliği ona erotik bir karakter katma çabasını değil, sesin fizyolojik bir özelliğini ifade ediyor. Sesin vücuttaki yolculuğu, vücudun nerelerinin erojen bölgeler olduğunu tekrar düşünmemize de vesile olabilir. "Omurga seyirciye; gerilimli ya da gevşemiş, yorgun ya da dinlenmiş, soğuk ya da sıcak, yaşlı ya da genç olduğuna dair mesajlar iletir. Omurga bedenini biçiminin ve sesin tınısının dönüşümüne eşlik eder" Pisk (2007, s.13).

Litz Pisk'in bedenini sesin nasıl duyulacağındaki etkisini anlatırken, gerilimlerden bahsetmesi tesadüfi değildir. Sesin doğallığını ve rahatlığını mümkün kılmak, bedeni rahat ve tasarruflu kullanmaktan geçiyor. Vücudun ergonomik kullanımından bahsetmek, ses etrafında şekillendirilecek ve ses kullanımından keyif almanın nasıl mümkün olacağını araştırarak bu bölüm için önemli; öte yandan konu haz olsun olmasın, sesi bedenden bağımsız düşünemeyeceğimiz gerçeğini de içinde barındırıyor.

"Gereksiz tüm gerilim, boşa harcanmış enerjidir." Berry (1991, s.13). Cicely Berry'nin sesi kullanırken vücuttaki gerilimlerin durumunu incelemesi ve onlardan arınmanın yollarını araştırması, ses eğitiminde yaygın olan, sesin efor sarfetmeden ortaya çıkması gerektiği düşüncesini doğrulamaktadır. Sesi, onu oluşturan kas ve organları zorlamadan, kasmadan, ittirmeden ortaya çıkarabilmek, aslında öğrenilmesi gereken bir meziyettir. Çünkü herkesin hayatı boyunca farklı şekilde yerleşmiş fiziksel alışkanlıkları, onları ses çıkarırken doğru olmayan ve zor yöntemler edinmeye itmiş olabilir. Berry'nin arayışında olduğu rahat sesin gerçek hayatta hangi durumlarda kendiliğinden oluştuğunu anlamak, onu günlük hayatta ve sahnede kullanırken faydalanabileceğimiz bir farkındalık geliştirmemize yarayabilir. Berry'nin boğazı rahatlatmak için sayıları

esneyerek saymak gibi esneme egzersizleri önermesinde güttüğü metot buna elverişlidir. Esneyerek boğazını rahatlatan oyuncuya, konuşurken de esnemediği halde esnediğini farz etmesini önermesinde, ona genele yayılan rahat bir boğaz kullanımı öğretmek düşüncesi yatar. Hayatta sesin rahatlıkta çıktığı alanları incelemelerimizin ertesinde, bu zamanlarda sesin meydana gelişindeki fizyolojik koşulları bedenimizde tekrar üretebilir olduğumuzda, bu farkındalığımızı, sesi daha kontrollü kullandığımız koşullara nakşedebiliriz. Cinsel hazzın sesle ifadesi, esneme gibi kontrolsüz ve sesi oluşturan organların gevşediği ve deşarj olduğu zamanlara örnektir.

Seks esnasında kendi çıkardığım ve partnerlerimin çıkardığı seslere duyarlıyım. Bazen sesin; seksin bana verdiği hazzı, günlük hayatta iletişim halinde olmamı sağlayan kelimelere ihtiyaç duymadan ifade etmemi sağlayan bir araç olduğunu düşünüyorum. Bir zevk inlemesi ortaya çıkarken hiç bir rasyonel mekanizmaya başvurmadan, çok hikaye anlatabilir. Seks, benim için çoğunlukla, yaşamın tüm gündelik zorluklarına katlanmaya değer olduğu hissiyatını en yoğun yaşatan eylemlerden biridir. İnlemek, bu duygularımın ve içsel memnuniyetimin, şükranımın ve hazzımın anlatısı gibidir. Bir nevi seks esnasındaki iç dünyanın sessel ve artiküle edilmemiş tercümesi. İnlemenin içerdiği bu hikaye, sesin yüksekliğine, tonuna, rengine ve dalgalanmalarına nükseder. Cinselliğin bana yaşattığı heyecanın vokal dışavurumunu, sesimin çok farklı yönleriyle yaşadığımı biliyorum. Bazen seks bende, çok gürültülü, ilkel, kaba, pes bir ses dışavurumuna sebep oluyor. Böyle zamanlarda en çok dikkatimi çeken, sesimin alışık olmadığım kalın bir perdeden çıkması. Başka seferlerde ise, tam aksine, kendimde tanımadığım kadar ince bir perdeden zevk iniltileri çıkarıyorum. Sesimin hazzı ifade ettiği zamanlarda, alışık olmadığım diyarlarda gezinmesi, belki de seksin kendimi ifade etmek konusunda çok özgür bıraktığım bir alan olduğuna işaret ediyor. Bu özgürlüğün sahneye de yakışacağını ve bunu mümkün kılan koşulları tekrar üretmenin yollarını aramanın öğretici olacağını düşünüyorum. Ancak kendi seks esnasında çıkardığım sesler araştırmamda dikkatimi çeken paradoksal bir durum da var.

Modern yaşam gereği, müstakil evler istisna olarak kabul edilirse, insanlar yüksek ses kullanımlarının aynı evde yaşamayan başkaları tarafından duyulabileceği mimari düzenekler içinde yaşamak durumundalar. Bir apartman dairesinde, gürültülü bir parti ancak komşuların buna onay verdiği zamanlarda düzenlenebilir. Seks de eğer başkalarının duymaması tercih ediliyor ya da gerekiyorsa, ses desibelinin kontrol edilerek gerçekleştirildiği bir insan faaliyeti. Kendimde duyduğum en ilginç seks seslerinden birini, çok katlı bir apartmanın duplex şeklinde düzenlenmiş son kat dairesinde duydum. Partnerimle birlikte en üst kattaydık, alt katta kimse yoktu ve üstümüz boştu. Tabii ki, bulunduğumuz dairenin mimari koşulları dışında da, o günkü seksi diğerlerinden ayıran başka birçok faktör bulunuyor. Ancak ben, duyulmayacak olmanın, çıkardığım seslerde çok önemli rol oynadığını ve kendimi serbest bırakmamda çok etkili olduğunu fark ettim. Yani, kendime duyduğum en ilginç ses rengini, partnerim dışında kimsenin duymayacağından emin olduğum koşullarda işittim. Bu, sesi aslında başkalarının nasıl duyacağına ya da duymalarını istediğimize göre çıkardığımızı da gösteriyor.

Oyunculuk tecrübesi, ister istemez, hayatın her alanını, mesleğin icrasında orijinallik, fark ve doğruluk yaratacak teşhisler koymaya itiyor. Seks seslerinin de bir oyuncu zihni filtresinden bu anlamları kazanması, hayata gözlemi dahil etmeye iten oyunculuk öğretilerinin hepsiyle uyumlu bir yaklaşım. Sadece seks mahremiyete dahil edildiği için konuşulması daha hassas bir konu, ancak insanın enerjisinde bu denli rol oynayan bir kısmın, oyunculuk çalışmalarına yarayacak şekilde incelenmemesi büyük bir eksiklik olur. Üstelik oyuncular, çoğu zaman toplumda seks sembollüğü yakıştırmaları da yapılan bir grupta yer alıyorlar. Oyunculuk mesleği, seks ile belki de başka mesleklerin olmadığı kadar ilintili.

“Doğal olarak, ses keyif verebilmelidir...” (1991, s.15).

Berry'nin sesi keyifle özdeşleştiren bu cümlesinin barındırdıklarına odaklanmak, sesin işitsel haz ile ilişkisi üzerinden daha derinden incelenecek bir konuya başlangıç niteliği

taşıyabilir. Ses kulağa hoş gelme potansiyeline sahiptir. Ancak işitsel haz yaratacak bir sesin özelliklerini saptamak kolay değildir, hatta bunu gerçekleştirmek belki de mümkün bile olamaz. Paris Odéon Tiyatrosu'nda izlediğim bir oyunun çıkışında, fuayedeki kulak kabarttığım hemen herkesin öncelikle ele aldığı mesele, başrol kadın oyuncusunun sesiydi ve birçok kişi kadının sesinin katlanılmaz olduğunu ifade ediyordu. Oyuna dair en çok ele almak istedikleri şey bir oyuncunun sesiydi ve seyirci deneyimlerini etkileyen en önemli faktöre dönüşmüştü. Kadının sesini tanımlayabilmek zor, ancak şimdiye kadar duyduğum insan sesleri içinde gerçekten de en nevi şahsına münhasır seslerden biri olduğunu söyleyebilirim. Sanki cırtlama bir ses olması, özellikle oyunun yönetmeni tarafından teşvik edilmiş ve desteklenmiş gibiydi. Bu seçim bana vücut olumlama hareketinin ardından, sektörel anlamda kusursuz bedenlere sahip olmayan mankenlerin istihdam edilmesini anımsatıyor. Alışlageldik güzel sahne sesleri arasında sırttan bu sesin sahibini, oyunun en çok duyulan rolü için seçmenin altında yatan sebepler olmalı. Ben, her ne kadar kulağıma hoş gelen seslerle aynı kategoriye sokmayacak olsam da, böyle sıradışı bir ses dinlemenin etkileyici olduğunu düşünmüştüm. Üstelik seneler sonra oyunun ve oyuncunun ismi dahi hafızamda yitmişken, sesin tınısına dair zihnimde yer etmiş şeyler var. Sesin hoş gitmesinden bahsederken, kalıplaşabilecek güzel ya da iyi ses tanımları getirmekten kaçınmak bu doğrultuda önem kazanıyor. Belki de kendi olabilmemiş bir sesi duymaktan rahatsız olmamayı öğrenmek de gerekiyor. Peki kendi sesini olduğu gibi çıkarmak isteyen biri, cinsel hayatının seslerinden feyz alabilir mi? Cicely Berry'nin zihinsel ses (1991, s.22) diye tanımladığı sesinin düşünsel işlemlerden geçmemiş bir versiyonundan faydalanabilir mi? “Kaburgaların altını, mideyi ve diyaframı nefes alıp vermeye açarsanız, sesin başladığı yeri hissedebilirsiniz ve sesi yerleştirebilirsiniz. Böylece bedenin tümü sesin oluşumu sürecine dahil olur ve sesin bir parçasına dönüşür.” (1991, s.16).

Yukarıdaki alıntı seks esnasında gerçekleşenleri anımsatıyor ve seks ile sesi açma ve rahatlama egzersizleri arasındaki fizyolojik benzerlikleri ortaya koyuyor. Cicely Berry'nin *The Actor and The Voice* kitabında sesi erotik bağlamında incelediğini

söylemek mümkün değil ancak şaşırtıcı bir şekilde öğretisi; tezde savunduğum ve sesin cinsel dışavurumunun oyuncunun ses tekniği için kullanabileceği bir araştırma alanı olduğu düşüncesini destekleyecek bir zemin yaratıyor. Bu nedenle ses öğretisine detaylı yer vermek önemli.

Cicely Berry, 92 yaşında vefat ettiği 2018 yılına dek çok aktif çalışma hayatı sürdürmüş Amerikalı bir ses koçu. 21. yüzyılın önemli tiyatro yönetmenlerinden Peter Brook ile işbirliği yapmış, Royal Shakespeare Company’de ses direktörlüğü görevini üstlenmiş ve İngiltere ile Amerika’daki oyunculuk eğitim ve ekollerini yakından tanıyan bir ses uzmanı. *Voice and the Actor* kitabı, sesin oluşumunu fizyolojik açıdan daha iyi tanımaya yarayan bilgiler içeren ve sesin kullanımını geliştirmeye yönelik egzersizler sunan kapsamlı bir rehber. Berry’nin kitabını bölüm bölüm okumanın ses kullanımında beden farkındalığını arttıran bir özelliği var. Ses, bu konuyla ilgili derinlemesine araştırma yapsın ya da yapmasın, herkesin iletişim kurma aracı. Dolayısıyla bu kitabın içeriği, spesifik bir alanda eğitici olmakla beraber aslında herkesin hayatına dokunabilecek niteliklere sahip. Sesin her insanda olduğunu hatırlamak, oyunculuk eğitimi ve mesleğinin bir deformasyonu olarak görülebilen ‘bu meslekten olmayanlardan farklı olma’ sanrısının önüne geçmeye bile yarayabilir.

Berry’nin kitabında yer alan ve öne çıkarılması yorum ve tartışma üretebilecek ifadeler yer vermeden önce, farkındalık olgusu üzerine düşünmek yararlı olabilir. Ses özelinde düşünüldüğünde, Berry’nin anlattıkları ve öğrettikleri, bir oyuncunun bedeninde sesini kullanırken devreye sokmayı henüz bilmediği bölgelerini tanımasını sağlayabilir. Örneğin kas kullanımına değindiği bölümde, göğüs kafesindeki kaburga kemikleri arasındaki kasları hissetmeye yarayan egzersizleri detaylarıyla açıklar. Eğer bir oyuncu, bunu okuyuncaya dek, vücudunun bu bölgesini tanımaya ve hissetmeye yönelik özel bir çalışmada bulunmadıysa, bu egzersizler vesilesiyle kendini bir keşif sürecinde bulur. Göğüs kafesi hareketlerine dikkat kesilir ve kaburga kemikleri arasındaki kasları hisseder. Ardından günlük hayatını sürdürürken ya da sahnede sesini kullanırken bu yaptığı egzersiz onun beden farkındalığına tesir edebilir ve sesinin rengine nüanslar

katabilir. Dolayısıyla egzersiz, onu yapmadığımız zamanlarda etkisini sürdüren bir eylemdir. “Egzersizler sizi daha teknikli değil, daha özgür kılmalıdır” Berry (1991, s. 11).

Celine Dion, youtube’da yer alan ve ona sesini nasıl çalıştığını sordukları bir röportajında, bir vokal koçuyla beraber çalıştığından ve her gün sıkıcı egzersizler yaptığından bahsediyor; ardından da özellikle sıkılmış bir surat ifadesine bürünerek örnek egzersizler yapıyor. Egzersiz, Dion’un alışılmadık şekilde itiraf ettiği üzere sıkıcı olabilen ve tekrara dayanan doğası sebebiyle, cayması ve terk etmesi kolay bir alışkanlık. Üstelik ona yaklaşımda fazla kuralcı olmak durumunda, oyuncuya seyirciyi itecek antipatik bir teknik dahi verebilir. Cicely Berry, uzun yıllar çok sayıda oyuncuyla çalışmış olmanın verdiği yetkiyle, egzersizlerin nasıl yapılması gerektiğiyle ilgili hiçbir noktayı es geçmediği detaylı tanımlamalar yapıyor ve bu alıştırmaların oyuncunun yaratıcılığını, özgürlüğünü ve rahatlığını engellemek yerine nasıl arttıracağını anlatıyor. Disiplin ve kendini adama, bir oyuncunun çalışma süreçleri için öne çıkarılan erdemler ancak bunların neredeyse ‘dinî’ bir baskı yaratmasından kaçınılmalı. Beden farkındalığı, eğer oyuncuya kendi bedenine aşırı konsantre olmak gibi bir hal verirse bu ketleyici olabilir. Arzu edilen, farkındalığın sürekli taşınan bir yükten ziyade, sesi tanımaya ve kullanırken bedende yaptığı yolculuğun keşiflerine müsaade etmeye yarayan bir araç olması. Bu bir kere kurulup kullanılan değil, her daim gözlem altında tutulan bir denge.

Cicely Berry’nin sistemini; bedene ve nefese dair egzersizler aracılığıyla yapılacak keşiflerin, sesin günlük ve sahnedeki kullanımına faydalı tesiri olarak nitelendirmek mümkün. Berry yazımında yer verdiği ‘bilgiyi icraya uygulamak/nakşetmek’ (1991) tabiriyle bu işleyişi özetlemektedir. Berry oyunculara; mercek altına aldığı konulara göre sunduğu egzersizlerden kendileri için gerekli olanları, sürekli bir idmana dönüştürmelerini öneriyor. Egzersiz ve gerçek hayat/sahne hayatı arasındaki bu etkileşim bize cinsel hayat ve ses kullanımını birlikte konuşmamız için geçerli bir model teşkil edebilir. Berry’nin yazdıkları ‘egzersizde elde ettiğimiz farkındalığı, ses kullanımımıza nasıl yansıtırız?’ sorusuna verilmiş bir cevap gibidir. O zaman ‘cinsel haz

seslerinin dışarıya çıkmasını sağlayan fizyolojik koşulları tanımak ve istenildiğinde yeniden üretebilir hale gelmek sesimize ne kazandırır?’ sorusunun cevabını da Berry’nin aşağıdaki alıntıda örneklenen çalışma ve düşünce sistemini örnek olarak yanıtlayabiliriz.

...Nefes ve kas egzersizlerinde bulduğunuz özgürlük konuşurken açığa çıkmalı. Bu farkındalığı konuşmanıza taşımalısınız ve teknik hünerlerinizden ziyade anlamı nasıl yorumladığınız önem kazanmalı. Şarkı söylerken ve nefes alırken işinize yarayan neyse, onu sesinizi özgürleştirme için kullanmalısınız. Berry (1991, s.77)

Time dergisinde yayınlanan ve online erişilebilir makalesinde<sup>3</sup>, yazar Mara Altman seks esnasında ses çıkarmıyor olmasının sebeplerini merak ederek antropoloji, seksoloji vs. gibi farklı alanlardaki uzmanlardan bilgiler alıyor. Öncelikle ses çıkarmanın efor sarf etmenin bir sonucu olduğunu ve seks esnasında çıkarılan hırlama ve inlemelerin de aslında böyle basit bir fiziksel açıklaması olduğunu öğreniyor. Ancak seks seslerini tanımlayan tek unsur gerekçeleri değil. Sesin ortaya çıkması iletişimsel bir anlam da kazanıyor ve alınan hazzın partnere ifadesi niteliğini taşıyor. Yazarın ilginç ve belki de yerinde bir sıfat kullanımıyla ‘amorf’ olarak nitelendirdiği seks sesleri, insanın fiziksel eylemlerinin doğal bir sonucu, ancak ifade ettikleri de var. Altman’ın danıştığı akademisyen Lorraine McCune, üzerinde çalışmalar yürüttüğü hırıltının ortaya çıkışına anatomik bir tanım getiriyor.

Metabolik talep durumunda, nefes verme esnasında, kaburga arası kaslarının akciğer şişmesini sürdürmesi için aktifleşmesi; gırtlak kaslarının istenç dışı kasılmasını harekete geçirir. Bu nefesin verilmesi aşamasını uzatan bir basınç sistemini meydana getirir ve kandaki oksijen seviyesini artırır. Soluğun sıkışan glotis (nefes borusunun ağzı) üzerinden verilmesi, ses itkileri üretir. (Altman 2018)

Anlaşıldığı üzere insan hırıltı çıkarırken, sosyalleşirken iletişim gereği ses üretirken geçirdiğinden farklı fizyolojik süreçler yaşıyor. Makalede tenis oyuncularının topa raketleriyle vururken çıkardıkları seste de aynı prensibin geçerli olduğu bilgisi yer alıyor. Güç sarf ettikleri bu esnada sporcular, eğer seslerini bastırmak isterlerse bunu yapmak için kullanacakları enerjiyi performanslarından kaybediyorlar, dolayısıyla seslerini serbest bırakmaları lehlerine işliyor. Bu veri, sesin cinsel ilişkide

<sup>3</sup><http://time.com/5370374/sex-sounds-noises-faked-mara-altman-gross-anatomy/>



dışavurulmasının da eylemin doğal bir sonucu olduğu düşüncesini destekliyor. Aslında solunum yoluyla rahatlamak gibi bir çıkış noktası olan seks sesleri, zevkin ifadesi anlamını kazandıkça partnerler arası bir iletişim aracına dönüşüyor. Güzel bir yemek yendiğinde de kullanılabilen inleme sesi de benzer bir mekanizmayla işliyor. Öte yandan, hazzı ses çıkarmadan yaşamak da, vücudun içinde ne olup bittiğine konsantre olmanın bir sonucu gibi. Haz seslerini çıkarırken vücutta olan bitene duyarlı olmak, aynı Berry'nin egzersizlerini yaparken olduğu gibi, ses organlarını tanımaya da yarayabilir.

Bustle internet sitesinde yayınlanan makalesinde<sup>4</sup> makalesinde seksolog Betty Dodson'un mastürbasyon atölyelerine değiniliyor. Kadınların bir araya geldiği ve cinselliğe dair sohbetlerin ardından kolektif bir şekilde mastürbasyon yaptığı bu gruplarda orgazmın yaşanışının iyileştirilmesi hedeflenirken nefes ve yüksek ses kullanımı destekleniyor. Sesin cinsel yaşantıdaki önemi Altman'ın yazısında görüşlerine yer verilen seksolog Barbara Carellas tarafından da onaylanıyor. Ses çıkarmanın nefes alıp vermeyle ilgili olduğunu ve erotik deneyime çok şey kattığını belirten Carellas, ayrıca nefesi arttırmanın orgazm süresini de uzatmaya yaradığını söylüyor. Eğer sesin cinsel zevkin ifadesi olarak çıkarılması aşaması, cinsel yaşantı esnasında fizyolojik olarak gözlemlenirse, bu Cicely Berry'nin egzersizleri 'yeniden çağırma' önerisinde olduğu gibi, vücutta istenildiğinde kullanılan mekanizmalara eklenebilir. Berry'nin kitabında dikkat çeken ifadelerinden 'vokal enerji' ve 'ritmik özgürlük', oyuncuların seslerinde edinmesine teşvik ettiği özelliklerdir ve cinselliğe özgü seslerde bu nitelikler doğal olarak bulunmaktadır. Oyuncu, Berry'nin ses kullanımında rahatlık ve etkilere hazırlık öğretisinde egzersizlerden nasıl yararlanacağını kavratsa, kendi vokal seks hayatını da aynı yöntemle ses çalışmasını zenginleştirmek için kullanabilir. Berry'nin aşağıdaki alıntıda sesi açığa çıkaran enerjiyi anlatması bunu doğrular niteliktedir.

...Kaslardaki enerjinin kendisini arıyorsunuz ve bu enerjiyi bulduğunuzda onu dışarı çıkarmanıza gerek yok, o kendisini serbest bırakıyor. Duygunuzu dışarı çıkarmak zorunda

---

<sup>4</sup><https://www.bustle.com/p/how-to-find-your-voice-in-bed-according-to-sex-experts-8440592>

değilsiniz, o sesiniz aracılığıyla açığa çıkıyor. Bunu oyuncu olarak hedeflerinizle birleştirebilerseniz, peşinde olduğunuz şeyi buldunuz demektir, fiziksel ve duygusal enerjinin birlikteliğini... Berry (1991, s.13)

Enerjinin açığa çıkmasına müsaade etmeyi öneren bu anlatım, oyuncunun vücudunu gerginliklerinden arındırmasına yarayabilir ve vücudunu sesinin dolaşımına açmasına yardımcı olabilir. Oyuncu bu öğretilerden seks esnasında sürdürülecek bir farkındalıkla yararlanmaya devam edebilir; hırlama ve inleme gibi sekse değin sesleri, bedeninin aldığı hazzın vokal tercümesi gibi düşünebilir. Bu sesin nereden geldiğini ve vücudun hangi bölgelerini titreştirdiğini anlamak, rengini ve yankılarını tanımak; seks koşulları söz konusu olmadığında da, ses çıkarmaktan haz almayı mümkün kılabilir. Eric Morris'in aşağıdaki egzersiz önerisinde benzer bir yaklaşım sezilmektedir.

Anbean birbirleriyle ilişki kurarlarken, metnin kelimeleri yerine sesleri ikame ettiklerinde, çok ilginç durumlar oluşmaya başlar! Aniden, duygusal olarak çok renklilik ve çok çeşitlilik ortaya çıkar. Oyuncu duyguların entelektüel tanımı ve açıklamasıyla tüm bağlantısını keser. Çok yüksek düzeyde bir önceden tahmin edilemezlik ve tazelik ortaya çıkar. Ayrıca sesler kullanıldığında, oyuncu, sahnenin mantığına illa uymak zorunda olmayan dürtülerin sansürlenmemiş akışını da uyarmış olur. Morris (2012, s.70)

Morris'in önerisi, oyuncuların sözcüklerle ilişkisini değiştirmek için, onları bir süreliğine devre dışı bırakmak. Bu sayede oyuncular dürtüsel sesler çıkararak hem kendi ses çıkarma hallerinde değişiklikler tecrübe ediyorlar hem de bunun oyuncu partnerlerindeki etkilerini gözlemleyebiliyorlar. Deneyimledikleri serbestliği, sözcükleri tekrar kullanmaya başladıkları zaman, uygulamaya devam edebilirlerse egzersiz amacına ulaşmış sayılıyor. Sesin dürtüsel kullanımı üzerine düşünenler oyunculuk eğitmenleri değil. Ses uzmanı bilimadamı Krzysztof Izdebski insanların seks esnasında çıkardıkları seslere merak salıp araştırmalar yapmış. Seks süresince inleme gibi sesler çıkarmanın cinsel trans hallerini derinleştirdiğinden ve tahrik olma hissini tüm vücuda yaymasından bahsediyor. Izdebski (2007 p.14). Ses hem cinsellikten alınan zevki göstermenin bir aracı hem de sesi çıkarmanın kendisi cinsel bir zevk verebiliyor. Sesin bu niteliklerine eğilmek, onun günlük ve sahnedeki kullanımından aldığımız keyfi arttırabilir mi?

## 2. LİBİDİNAL ENERJİDE NEFESİN ROLÜ

Zeynep Nutku'nun 'Çağımız tiyatrosunda ses-nefes-beden ilişkisi' makalesinde çocukluğa dikkat çekmesinin, sesin kullanımında insanın konuşmayı öğrenmeden önceki evreden bahsetmesinin önemi büyük. Sesi şekillendirilmiş nefes olarak tanımlayan Nutku'nun tanımındaki kelime seçimleri ilham verici, bazı açılımlar getirmek verimli olabilir (Nutku 2012).

Nutku nefesi şekillendirmekten bahsederken, damağın, dilin, dudakların ve ses çıkarmaya aracı olan diğer organ ve kasların hareketlerini ve pozisyonlarını ima ediyor (Nutku 2012). Gerçekten de nefesin bedenin karın bölgesine denk gelen merkezinde başlayan ve ağızdan dışarıya çıkmasına kadar geçirdiği süreçteki yolculukta şekillenmeye uğradığı düşünülebilir. Ancak şekillenmenin en net ifade edilebileceği durumlar, ses aracılığıyla cümleler kurmak ya da şarkı söylemek gibi eylemlerde bulunmak. Yani sesi anlam ifade edecek formlara bürümek. İşte bu süreç, çocuğun etrafı taklitte öğrendiği ve kendiliğinden bir süreçte geliştirdiği bir yetiyi anlatıyor. Sesi düşünürken, bu süreçten öncesine odaklanabilmek ve kültür, sosyal çevre, yetiştirilme tarzı gibi dış faktörlerin sesteki etkilerinin belirginleşmeye başlamasından önceki zaman dilimini inceleyebilmek, sesin ilkel özelliklerini keşfetmek için önem teşkil ediyor. Ses, her ne kadar, her insanda değişiklik gösteren öznel bir özellik olsa da, onun her insanda ortak olan yönlerini bebeklik ve çocukluk dönemlerini gözlemleyerek kavramak, o dönemde sahip olunan ancak yitirilen bazı gerekli yetenekleri tekrar kazanmaya yardımcı olabilir. Sesin öğrenilmemiş kullanımı, bastırılmamış bir cinsellikteki dışavurumuyla paralellikler taşır mı? Bu soru, tezin bütünlüğünde hemen hemen her konuya yaklaşımda yinelenebilir ve tartışılan yeni başlıkların ana meseleye nasıl hizmet edeceğini hatırlatabilir.

Levent Suner ise "Nefes ve Oyuncu" adlı makalesinde nefesin konuşmadan önce geldiğini anımsatıyor. Bu gerçekten çıkarılacak sonuçlar var. Suner, makalesinde

solunumun meydana gelmesini tüm anatomik özellikleriyle açıklayarak, nefesi oluşturan fiziksel mekanizmaların tanınmasının önemini açığa çıkarıyor. Oyuncunun teknik aracılığıyla sahnenin ve kameranın gereksinimlerine uygun bir kullanımını öğrenmeye çalıştığı sesin öncesinde, aslında nefesin kendisi var. (Suner 2011) Bu bilinci taşımak ve fizyolojik açıklamalarını bilmek, oyuncu için önem arz ediyor. Nefes, yaşamın getirdiği alışkanlıklarla ne olduğu unutulmadan önce, insanın alıp verirken tüm vücudunu angaje ettiği bir eylemin yarattığı bir sirkülasyon. Bedenin kimi kısımlarının zamanla devre dışı kalması ve vücuttaki çeşitli gerilimler sebebiyle nefesin uğraması gereken bölgelere ulaşamaması sebebiyle, nefes kalitesinin azalması bu konuda meslek ya da ilgi icabı farkındalığı oluşmamış ve çoğu yetişkinde görülen bir problem. Nefesin yaşamsal önemi ve önceliği göz önünde bulundurulduğunda, insanların çoğunun enerjisini zıyan etmesi söz konusu. Nefesle bütünleşebilmek ve onun bedeninin tümüne dağılımını öğrenebilmek, yaşamın kendisinden ve yaşamda olmaktan haz almaya neredeyse eş değer. Nefesin yaşama sevinciyle, zevkle ve keyifle ilişkisi, onu tanımanın ve doğru kullanmanın insanın hayatına katacaklarının anlaşılmasıyla daha iyi anlaşılıyor. Nefes insanın unutmaya en yatkın olduğu haz kaynağı.

Sesin erotik yönlerine dair araştırma yapmanın en heyecan verici yönlerinden biri, araştırmaya dahil olabilecek çalışma alanlarının çokluğunu keşfetmek. Oyunculuk mesleğinin, insanın kendi bedeniyle icra ettiği bir meslek olduğu düşünülduğünde, aslında -evrimsel ve milyonlarca yıla yayılan yavaş değişimini göz ardı edersek-enstrümanı değişmiyor. Böyle bakıldığında, oyunculüğün kendini güncellemesine gerek kalmadığı ve eski oyunculuk öğretilerinin geçerliliğini koruduğu düşünülebilir. Ancak birçok disiplinde yeni öğrenilenler aslında insan bedenini daha iyi keşfetmeye yarıyor ve dolayısıyla oyunculugu ilgilendiriyor. Dolayısıyla oyunculuk dünyada olup bitenleri takip etmek için seçilebilecek bir meslek gibi bile öne çıkabilir. Üzerinde uzmanlıklar oluşması yönüyle nefes, insana has en temel özelliklerden olmasına rağmen, son zamanlarda daha çok değer verilen bir yaşamsal faaliyet. Artık orijinal nefes alma yetisini hayatın başka getirdikleri sebebiyle yitiren insanlara, bunu tekrar öğretmek için çalışan profesyoneller var. Nefese dair donanımları olan insanların çalışma alanına

dalmak, nefes ile cinsellik enerjisi arasındaki ilişkiyi açığa çıkarmayı sağlıyor. Nefesin sesin oluşumundaki gerekliliği göz önünde bulundurulduğunda, bu ilişki kaçınılmaz olarak sesin cinsellikle ilgisine dair söylenebilecekleri de kapsıyor.

*Nefes Kitabı*'na önce temkinle yaklaştım. Ön ve arka kapağında dingin bir yoga pozunda yerleşmiş huzurlu insanların ve rüzgarla dalgalanan mavi bir tülü andıran temsili bir nefes görselinin yer aldığı kitap, bende insanların ruhani arayışlarını sömürme potansiyeli olabileceği şüphesini uyandırdı. İnsanın kendisiyle bütünleşmesinin promosyonunu yapan ve doğu menşeli öğretileri ticari başarıya alet eden kitaplardan bir olması beni hayal kırıklığına uğratmayacakken, Cem Şen'in anlatısında yoğun bir birikimle karşı karşıya kaldım. Cem Şen kitabına, insan beyninin evrimsel sürecini çok anlaşılır bir dille anlatarak başlıyor ve üç aşamada oluşumlarını anlattığı beyin bölümlerinin insanın enerji merkezleriyle bağlantısından söz ediyor. Özellikle ilgileneceğimiz ve karnın alt kısmında yer alan alt enerji alanını sürüngen beyin diye nitelendirdiği beyin bölgesiyle ilişkilendiriyor. İnsanın seks ve yemek gibi yaşamsal dürtülerinin yönetildiği bu bölümün duygularla irtibatının yoksunluğundan bahsetmesi, insanın sosyal yönlerinin bu denli gelişmediği zamanlarda, beynin nasıl bir işlevi olduğuna dair bir fikir veriyor Şen (2012, s.26) Ayrıca sesin ilkel kullanımını tekrar keşfetmenin yollarını merak eden ve teşvik eden tezim için, yaklaşımımı destekleyici arka plan bilgileri sunmuş oluyor. "Bu bölgede biriken enerji tıpkı ruh için yakıt gibidir" (2012 s.26) ifadesi, sesin de çıkış noktasına tekabül eden bu alt merkezin insanın yaşamsal enerjisindeki önemini vurguluyor. Cem Şen'in insan sesinin cinsellikle ilişkisini araştırmamıza yardımcı olacak anlatılarından bir tanesi de, simya sürecinden bahsettiği bölüm. Nefesin enerji merkezlerindeki yolculuğunu omurga aracılığıyla sürdürdüğünü anlatan Şen, iç simya pratiğinin aslında asıl hareketi gökten yere, yani yukarıdan aşağıya olan yaşam enerjisinin, insan bedeninde tersine dönüştürülmesiyle ilgili olduğunu belirtiyor. Taocuların 'akışı tersine döndürmek' diye adlandırdıklarını belirttiği bu eylemin gerçekleşme güzergahı, sesin bedenden çıkışıyla aynı. (2012) Yani sesin nefes aracılığıyla, omurgayı takip ederek ve insanın enerji merkezlerinden geçerek

dışarı çıkma yolculuğu yaşamsal enerjiyle özdeşleştirilmiş. Ses cinsel enerjinin açığa çıktığı meskende oluşuyor.

“Cinsel enerji öznesizdir. Yani karşı cinsten birisine karşı duyduğunuz bu dürtünün çok ötesinde bir anlam taşımaktadır”(2012 s.37) derken, Şen’in dürtülerin yöneldiği cinsi karşı cinsle sınırlayarak eşcinselliği yok sayan bir cinsellik tasviri yapması olumsuz bir durum teşkil ediyor. Ancak peş peşe cümlelerin birinde çağın gerisinde kalırken, diğerinde üzerinde durulması değerli olabilecek bir yaklaşım sunuyor. Öznesizliğe değinmek, cinselliği seksten bağımsız olarak düşünmeyi teşvik ediyor. Cinsellik bedensel zevkler ve arzunun giderilmesi ekseninde konuşulduğunda insanın başkalarıyla birlikte gerçekleştirdiği bir eylem olarak algılanıyor. Tatmin ve üreme gibi sonuçları olan bu faaliyetin tarih boyunca değerlendirilme biçimleri değişmiş ve özellikle tek tanrılı dinlerin yasaklı alanlarına dahil edilmiş. İnsanlar arası ilişkileri düzenlemek söz konusu olduğunda cinselliğe bir anlam biçmek ve işlev yüklemek kaçınılmaz, dolayısıyla toplumların cinselliğe dair sınav halinde olması da anlaşılır. Ancak cinsel partnerlerin varlığına değinmeden cinselliği konuşabilmek insana yeni bir perspektif kazandırıyor. Onu dürtüsel olarak düşünmekten ziyade bir enerji gibi görmeye yarıyor. Cinsellikle ilintili alt enerji bölgesinin işlevinde böbreklerin ve bel altı omurlarının etkili olduğunu söyleyen Cem Şen, enerjiye dair açıklamalar yaparken iç organları ve omurgayı konuya dahil etmesiyle, nefes konusuna çok yönlü ve tıbbi bilgiler desteğiyle yaklaştığını gösteriyor. Ona göre, alt bölgedeki enerjiyi arttırmak, yaşam ve cinsellik kalitesini yükseltmek mümkün.

Doğru nefes alışkanlığı, bedenin alt enerji alanında bulunan depoda jing olarak adlandırılan enerjinin gittikçe güçlenmesini ve yoğunlaşmasını sağlar. Bu sayede cinselliğin yaratıcı ve besleyici enerjisi alt enerji alanımızı güçlendirirken ona bağlı olarak sağlığımızı da iyileştirmeye başlar. Hormonal enerjinin, yaratıcı cinsel enerjiye dönüşmesini sağlayan şey doğru nefes alışkanlığıdır. (2012 s.41)

Sesin oluşmasını mümkün kılan nefesin vücuttaki yolculuğunun zamanla bebeklikteki orijinalinden sapması, anlaşıldığı üzere insanın cinsel enerji kanallarının verimsizleşmesine de sebep oluyor. Sesin kaynağı olan nefesin insanın merkez bölgesindeki erişim bölgelerinin çoğalması ve özüne dönmesi, cinsel enerjinin ve

dolayısıyla yaratıcılığın artmasına vesile oluyor. Kundalini<sup>5</sup> olarak da nitelendirilen bu enerjiyle ilgili öne çıkarılan özelliklerden biri de yolculuğunun güzergahı. Ağaçların büyüme istikameti örneğiyle pekiştirilen ve yaratılış hareketi olarak nitelendirilen aşağıdan yukarıya hareket, belirttiğimiz üzere sesin de doğrultusunu anlatıyordu. Bu yöndeki hareketi de insan vücudunun dikey pozisyonu mümkün kılıyor. Yani, Cem Şen'in nefes ve cinsellik ilişkisine dair yazdıklarındaki bir diğer şaşırtıcı yön ise, Jean Abitbol'un güzel ses ve dik postür ilişkisine değin yazdıklarını alıntılarla değindiğim insanın fiziksel dikeyliğinin, nefes söz konusu olduğunda da önem taşıması. Sesin erotik yönlerine dair araştırma yaparken, farklı alanlarda çalışsalar da, araştırmacı ve kuramcıların hemfikir olduğu noktalar beliriyor. Tez içerisinde ses ve haz ilişkisi üzerine konuştuğumuz konular da, Cem Şen'in yazılarında beliren saptamalarla zenginleşiyor.

“Cinsel enerji ve fiziksel dayanıklılık arttıkça, insan bunları daha fazla kullanmaya başlar. Bu gerçekten çok zevklidir, vahşice bir zevk hem de. Enerji kullanıldıkça kullanılmak ister” (2012 s.43).

Öncelikle insanın cinselliğini, seks eyleminden ayrı düşünülebilecek bir kavram olarak güncelleyen Cem Şen, nefes tekniklerinin insanın karın bölgesinin altındaki enerji merkezini daha iyi kullanmasını öğrenmesini sağlamasıyla hayatında meydana gelecek yeniliklerden söz açıyor. Nefesin iyi kullanımının afrodisyak etkisi olduğunu belirtiyor ve insanın bunu keşfettikçe sahip olduğu iştahın artacağını öngörüyor. Bu esasen zevk almayı öğrenmekle ilgili. İnsanın kendi bedenini ona zevk yaratabilen bir kaynak olarak algılaması onla ilişkisini bütünüyle değiştirecek bir perspektif kazandırır. Dünya üzerindeki sigara, uyuşturucu ve alkol gibi bağımlılık yaratıcı alışkanlıklara başvurulmasının önde giden sebebi özünde bu keyif ve haz arayışı. Halbuki, dışarıdan bir unsura ihtiyaç olmadan sadece bedeninin kendisinden bu zevki temin edebilmek, hem *Şimdinin Gücü* kitabının felsefi bir bağlamda anlattığı öğretisi, hem de Cem Şen'in

---

<sup>5</sup> “Kundalini: Omurganın temeline yakın bir oyukta uyuyan bir yılan gibi çöreklenmiş olan Şakta enerjisi. Yoga çalışmasıyla ya da başka yollarla uyandırıldığı zaman merkezi omurga kanalında ya da sushumna'da yükselmeye başlar” Garrison (2016 s.182).

nefesin gücünü ifade edebilmesi için gerekli. Nefesin ve dolayısıyla sesin kaynağının insana enerji, güç ve haz verebileceğini idrak etmek, insanın ses kullanmasını gerektiren tüm durumlara dönüştürücü bir etki yaratabilir. Ses çıkarmak bu sebeple cinsel çağrışımlar kazanabilir. Cem Şen'in anlatıları aracılığıyla inşa ettiğimiz beyin, enerji bölgeleri ve ses ilişkisi, sese erotik anlamlar yüklemenin tesadüfi bir yaklaşım olmadığının göstergesidir.

Sesin erotik açılımlarını deşmek yolculuğu, farklı terminoloji kullanan ayrı disiplinlerin birbirlerine benzer yorum ve saptamalarda bulunduğunu görme şansı tanıyor. Cem Şen'in nefesin insan vücudundaki diğer organlarla ilişkisi ve enerji merkezleri üzerinden anlattığı yolculuğunu tantra dilinden de takip etmek mümkün. Omar Garrison'un *Tantra Seks Yogası* kitabı, hem tantra öğretisini nitelikli bir dille anlatıyor hem de öğretilerin güncel bilimsel gelişmeler ışığındaki karşılıklarını da içeriyor. Perspektife tantra öğretisi yerleştiğinde, insanın seslere yaklaşımında da bir oynama gerçekleşiyor. Öncelikle ses ve renkler arasında kurulan benzetme, bir duyuyu farklı bir duyuya üzerinden tanımlamaya ve deneyimlemeye yarıyor. Dünyayı ve etrafımızı çevreleyen her şeyi tanımlayışımızda gördüklerimizin etkisi büyük. Bir gün boyunca görüş alanımıza dahil olan her şey aslında günlük konuşmalarımızda anlattığımız konularda da kendine yer ediniyor. Halbuki bu niceliği yüksek bu görsel bilgiyle eş zamanlı olarak aynı ölçüde çok işitsel bilgiyi işleyerek de yaşıyoruz. Etrafımız seslerle çevrili. Her ne kadar insan sesini odağına olan bir düşünceyi ilerleterek çalıyor olsak da, hayatımızda seslerin kapladığı yere dair farkındalığımızı güncellemek ileride iç ses ile ilgili bahsedeceklerimiz için yapıcı bir zemin teşkil edecek. Çünkü insanın merkezindeki sese ulaşması için alıştırımlar içeren tantra öğretilerinde, bizi kaplayan bu seslerden sıyrılmayı da öğrenmek gerekiyor. Omar Garrison'un düşünce akışını takip ederken, tantra öğretilerinde sese atfedilen yüceliğe tanık olunuyor. Öyle ki 'başlangıçta söz olduğuna'<sup>6</sup> dair bir ifadeyi içeren Hristiyan metnine gönderme yaparak, var oluşun çıkışını dahi sesle özdeşleştiriyor. Tantrada neredeyse evrenin merkezi gibi düşünülen sesi, cinsel bir enerji kaynağı olarak yorumlamak kaçınılmaz olacak.

---

<sup>6</sup> Avalon Arthur, yılan gücü, s.67



“Tanrının sesi (Shabdabrahman) herseyde bilinç olarak var olur. Yani yaşayan varlıkların bedenlerinde kundalini şeklinde var olan, özü bilinç olan bu sestir; sonra psişik akım tarafından boğaza, dişlere ve diğer bölgelere taşınarak beyitlerde, şiirlerde vs. ortaya çıkar” Garrison (2016 s.70).

Sesle ilgili yukarıdaki tanım, günümüzdeki bilimsel gelişmelerin terminolojisi oluşmadan geliştirildiği için ilk bakışta şişirme bir ruhaniliğe sahip gibi gözüküyor. Ancak ifade edilen, günümüzde bir tıpcıya ses nasıl oluşur sorusu sorulduğunda alınacak ve anatomiye değin kelimelerle dile getirilecek cevaptan çok farklı değil. Ses, tantra öğretilerinde de insanın merkeziyle bütünleşmesini ve enerjisini açığa çıkarmasını mümkün kılacak bir araç olarak ortaya çıkıyor. Sese dair oluşturulan literatürde, onun çıkmasının ardından semada oluşturacağı biçimden de bahsediliyor. Yani bizim duyulabilir ama görünmez olduğu yönünde tanımlaya alıştığımız sesin gözle görülebilir biçimleri olabileceğini savunan bir yaklaşım söz konusu. Bu ister istemez tekrar nefesi düşünmeye itiyor ve nefesin büründüğü biçimin ses aracılığıyla belirlendiğini akla getiriyor. Buna hemen ikna olmak kolay değil ancak bu düşüncüyü görselleştirmeyi mümkün kılan teknik icat eidophone sayesinde, sesin biçimini düşünmek kolaylaşıyor. Youtube üzerindeki videolarda çalışma prensibi kolaylıkla izlenebilecek olan bu düzende bir zar üzerine yerleştirilmiş tanecikli ve akışkan kuma benzer bir madde seriliyor. Ardından çıkarılan sesin altına ulaşmasını sağlayacak bir boru sayesinde sesin zarın altına transferi sağlanıyor. Tanecikli yapı gelen titreşimlerin etkisiyle hareket ettiğinden ortaya çıkarılan sese göre farklılaşan desenler çıkıyor. Bu görüntülerin doğal olarak sahip olduğu dengeli ve muntazam görseller ister istemez insanda hayranlık uyandırıyor. Ancak bu görsel büyüye kapılmadan önce, aslında bu düzeneğin sınırlandırılmış bir düzlem olduğunu hatırlamak gerekiyor. Yani, eğer çıkmasından söz edildiğini kabul edersek, ses insan vücudundan dışarıya çıktığında sonsuz bir evrenle karşı karşıya. Dolayısıyla eidophone düzeneği onun sınırlandırılmış bir gerçeğini ortaya koyuyor. Yine de, her türlü sesin bu icat aracılığıyla oluşturulan görsel dışavurumunu test etmek mümkün. Yani bir aktörden seks esnasında aldığı hazzı vokal

olarak tekrar üretmesi istense bu ortaya çıkan sesi eidophone zarına gönderse, ortaya çıkan şekil nasıl olurdu? Muhtemelen diğer ses çeşitlerinde olduğu gibi ilahi.

Her ne kadar OM hecesi üzerinden Sanskritçe ve dünyadaki diğer diller üzerinde görüşlerini ses doğrultusunda anlatması ilgi uyandırır olsa da Omar Garrison'un bu alana dair verdiği bilgiler tezin doğrultusundan şaşmasına sebep olabilir. Ancak OM hecesine atfedilen gizli ve gizemli gücün üzerine gitmekte fayda var.

Ses dışında ses organları aracılığıyla ifade bulsa da Şaktizme göre orada oluşmaz. Tersine, bir arı sürüsünün vızıltısı gibi hafif, mırıltılı bir ses oluşturduğu temel çakra ya da muladhara açıklığında ortaya çıkan ortaya çıkar ilk olarak... ..Hindu metinlerinde para olarak adlandırılan sesin bu son derece gizli halini sıradan insanlar algılayamaz. Onun enerjisi omurganın merkez nadisi'nden kalp bölgesindeki anahata çakraya doğru çıkar. Vishvasara Tantra orada 'seslenmeyen sesin oluştuğunu söyler.' (2016 s.73)

Tantra öğretisinin terimleriyle ifade edilen bu açıklamalar insanın sesinin dışavurduklarıyla zihninin gerçek sesinin arasındaki ayrımı yapmayı kolaylaştırıyor. Sesin zihnin birebir tercümesi olduğunu hangimiz söyleyebiliriz? Bunu düşünmeye başladığımız an bile, aslında iç yaşamımızı dış dünyayla hangi filtreyle paylaşacağımıza dair verdiğimiz kararlar aklımıza gelecektir. Bunu uygulamaya devam etmekte sakınca gözükmüyor çünkü hepimiz hayatta kalma mücadelesi veren canlılarız ve bunu yapmaya çalışırken kurduğumuz ittifaklar kadar özerklikler de belirleyici oluyor. Ancak bu öğretilerden anlaşılacağı üzere, dışarıya çıkarmadığımız ve insanlarla paylaşırken dönüşümlere uğrattığımız sesi kendimizin duyması mümkün. Bunu yapmak için önerilen ve özellikle dış seslerin mümkün olduğunca az olduğu yerlerde uygulanacak egzersizler öneriliyor Omar Garrison'un sese adanmış bölümünde. Bu yolculuğu başarıyla sürdüreceklerin teşhis edilmesinde etkili olacağını söylediği faktör ise, tez boyunca sık sık karşımıza çıkan hoş ve güzel ses ile ilişkili. Bir kere daha, sesin merkezine ulaşmaya dair konuşmalar bizi kulağa hitap edecek tınlara götürüyor. Bizi baştan çıkarma konusuyla tekrar yakınlaştırıyor.

“Yoga uygulamasının meyve verdiğinin ilk işaretlerinden birinin hoş ve tınlayan bir ses olduğu söylenir. Buradaki teori, sadhaka kendisini uygulamalar yoluyla arıttıkça

içindeki ses enerjisinin Mantra-şakti ya da ilahi sesin yaratıcı ahengine daha çok benzemeye başladığıdır” (2016 s.74).

Demek ki, insanın kendi öz sesini duyabildiğinin göstergelerinden biri, kendi vokal ifadesinin tınısının kulağa hoş gelmesine de sebep oluyor. Peki yukarıda zihnin sesi ve çıkarılan ses olarak ifade ettiğimiz ayrımın her tür seste aynı olduğunu düşünebilir miyiz? Artiküle edilmiş ve düşünceler aracılığıyla şekil verilmiş bir konuşmanın zihindeki düşüncelerden farkı olduğu aşikar. Söylenen sözler kime, hangi koşulda ve nelere sebep olabileceği gibi faktörler değerlendirilerek seçiliyor ve zihnin filtrelenmiş bir versiyonunu açığa çıkarıyor. Ağlama, öksürme, horultu, inilti gibi sesleri düşünecek olursak yine de böyle bir farktan söz etmek mümkün mü? İnsan öksürme şiddetini, horultusunun derecesini ya da iniltisinin desibeli üzerinde oynar mı? Teknik olarak bu mümkün görünüyor ancak yine de insanın serebral korteksiyle ilişkili konuşma eyleminde görüldüğü kadar çok olmasa gerek. İkinci tip ses çıkarımları Cem Şen’in ifadesiyle sürüngen beynimizle daha ilgili olmalı. Dolayısıyla tantra öğretisinde özdeki sesi bulmaya teşvik eden öğretisi aslında bizi daha vahşi ve ilkel yönümüzle de iletişime geçirmeye çağırıyor olabilir mi? Hoş ses dediğimiz şey, cinselliğin sağlıklı yaşantısıyla örtüştürülebilir mi?

Bu sorularla meşgul olan tek kişinin ben olmadığı zaten sese dair yazan herkesin enerji, baştan çıkarma ve haz üzerinden yaklaşımları aracılığıyla sundukları araştırma bilgilerinden anlaşılıyor. Ses ve cinselliğe dair yaptığım google aramalarında karşıma çıkan Tahlia Brand opera eğitimi almış ve Avustralya’da yaşıyor. Ses ile ifadenin ve cinselliğin birbiriyle ilişkisini öne çıkaran bir yaklaşımla kişi ve gruplara dersler veriyor. Tezim ile ilgili araştırmaya başladığımda tezimle bu denli örtüşecek ve bu denli spesifik çalışma alanları olan insanlarla karşılaşmayı beklemiyordum. Esasen, araştırmalarımı sese dair yazılan mevcut kaynakların cinsellik konusuna çekilebilecek yönlerini taramaya odaklarım diye düşünüyordum. Ancak araştırmalarım sayesinde, Avustralya’da opera kariyerinin ardından birikimini ses ve cinselliği merkezine alan bir yaklaşımla insanlara aktarmayı seçen bir uzman bulunduğunu öğrendim. Kendisine kısa

bir mail attım ve araştırma konumdan bahsettim. Onunla kısa bir skype görüşmesi yapmamızın mümkün olup olmadığını sordum. Cevabı çok çabuk geldi ve önerisiyle zoom uygulaması üzerinden hemen tanıştık. Bir araştırma alanım olmasının keyfini en çok hissettiğim anlardan biriydi. İlgiyi kanalize etmek aynı istikamete girmiş insanlarla tanışmayı kolaylaştırıyor. Tahlia Brand'in ses çalışmalarının merkezine cinselliği alması, yaşadığı Avustralya toplumunda konuşmak yerine içe atmak alışkanlığının yerleşik olduğuna inancından kaynaklanıyordu. Yani toplumundaki bireylerin kendilerini rahatça ifade edemeyişlerine reçete olarak, seslerinin cinsel özgürlüklerini kazanmalarını öneriyor.

### 3. SESİN EROTİK VEÇHELERİNİN OYUNCULUK EĞİTİMİNDE, PROVADA VE SAHNEDE ARAŞTIRILMASI

Théâtre de la Ville’de Cate Blanchett’in başrolünü oynadığı *Big and Small* oyununu salonun arkalarına yakın bir koltuktan izliyordum. Gösteriyi diğer seyircilerden sıyrılmasına sebep olacak analitik bir dikkatle izleyen bir seyirci önümde oturuyordu. Vücut dili tiyatroyla ilişkisinin herhangi bir seyirci olmadığına işaret verir nitelikteydi; dirseklerini dizlerinin üzerine koymuş, öne eğilmiş ve neredeyse abartılı bir konsantrasyonla sahneyi takip ediyordu. Bir ara yanındaki arkadaşına doğru eğildi ve Cate Blanchett’in sahnedeki herkesten daha alçak bir ses kullandığını ancak çok net bir şekilde tüm salon tarafından anlaşılacak şekilde oynadığını söyledi. Haklıydı. Belki sesine hâkimiyeti onu bildiğimiz Cate Blanchett olmaya iten nedenlerdendi, belki de Cate Blanchett olmanın özgüveni ona sesini duyulmaktan korkmadan kullanma cesaretini vermişti. Muhtemelen iki seçenekten birinin tek başına sebep olmadığı ve sahnedeki sesini oynadığı salona muntazam bir ayarda uydurma becerisi, onun dinlenmesindeki en önemli etkenlerdendi. Sesini dikkatin ona yönelmesini sağlayacak şekilde tutması, belki de seyirci ile arasında mahrem bir alan açıyordu. Ses onun seyirciyle bağ kurduğu görünmez alanı inşa ediyordu ve bu alanda etkisini gösteren hissiyatı, onun sesini kullanma tarzı belirliyordu. Linklater’in oyuncuya ses kullanımında önerdiği ve bedeninin erotik farkındalığını gerektiren aşağıdaki yaklaşımı, oyuncunun seyircisiyle ilişkisini nasıl etkiler?

Eğer oyuncu Oidipus’a, Medea’ya, Kleopatra’ya, Kral Lear’a ya da Queen Margaret’a sadık ise, sesi toplumsal hassasiyetler, psikolojik ket vurmalar ya da duygusal korkular tarafından sınırlanmamalıdır. Oyuncunun sesi vücudun bedensel, duyuşsal ve erotik yollarında koşmalı ve dalgalanmalı; karakterin iç varoluşunun nüanslarını ortaya çıkarmada pay sahibi olmalıdır. Linklater (2003)

Linklater’in yukarıdaki ifadesi oyuncunun sesini kullanarak kendini uyarabileceğini ve tahrik edebileceğini gösteriyor. Oyuncunun sesini bedeniyle bu denli yoğun duyumsayabilmesi ortaya çok etkileyici performanslar çıkarabilir. Yorgos Lanthimos’un

Saray'ın Kraliçesi filmindeki kraliçe rolü oynayan Olivia Colman'ın performansında dikkatimi en çok çeken şeylerden biri ses kullanımıydı. Nasıl kameraya güzel görünmek kaygısı, oyunculuğun önüne geçebilecek bir tehlike yaratıyorsa, güzel ses çıkarmak güdüsü de benzer bir kısıtlama getirebilir. Olivia Colman oynarken kıskançlığı, despotluğu ve yalnızlığı sesinde de yaşıyordu ve bu onun canlandığı karakteri tahammül edilemez gösteren yönlerden biriydi. Karakterin antipatik olarak algılanmasından korkmayan ve muhtemelen Lanthimos'un da teşviğiyle kamusal ve sosyal olarak gösterilmesi kolay olmayan mahrem yönlerini kameraya açan Colman; feryatları ve çığlıklarıyla sesinin bürünebileceği 'çirkin' halleri de cömertçe paylaşıyordu. Linklater'in bu saptaması bana Colman'ın performansını neden bu kadar başarılı bulduğumu hatırlatıyor ve sebebini daha iyi anlamamı sağlıyor. Ses performansı, Colman'ın rolünün çok önemli bir parçasıydı. Bir otorite figürünü kalıplaşmış, kapalı ve net bir tonla konuşturmadan ziyade o kişinin iç dünyasını derinlemesine teşhis ediyordu ve işitilmesi kulağa hoş gelmeyen ses renklerini de performansına dahil ediyordu. Sesin vücuttaki dolaşımındaki serbestliğinin cinsellik ve erotiklik ile beraber düşünülmesi, her zaman cazibe ve çekiciliği çağrıştırmamalı. Sesin bedenden güç alması, oyuncuya keyif verse de, seyirci üzerinde her zaman afrodizyak etkisi yapmıyor.

Linklater erotik kelimesini kullanırken, ses eğitiminde çoğunlukla pedagojik sebeplerden ötürü 'hissel' gibi sözcüklerin kullanıldığından bahsediyor. Yani eğitim söz konusu olduğunda, hayatın cinsellikle ilgili ya da onla bağdaşan yönlerini konuşurken terminolojik bahanelerle konudan sapabiliyoruz. Aslında oyunculuk, hayatın tamamını kaplayan içsel ve çevresel bir gözlem alışkanlığı getirdiğinden, kelime seçimlerinde önlem almaya gerek yok. Çünkü seks hayatın bir parçası ve oyunculuğa dair bazı şeylerin anlaşılmasında oyuncunun kendi cinselliğiyle ilgilenmek gerekiyorsa bundan kaçınılmamalı. Konuyla ilişkilendirme gayesi güderek ve teorik açıklamalara örnek teşkil etmesi için, kendi cinselliğimden de bahsetmemin arkasında bu gerekçe yatıyor.

Victoria Worsley'in Feldenkrais for Actors kitabında ses ve nefese ayrılmış bir bölüm yer alıyor. Bölümde en öne çıkan düşünce, sese dair egzersizlerin beden çalışmasından ayrılamayacak olması. Beden çalışması esnasında çalıştırılan kaslardan sesin ortaya çıkmasında etkili olanların değişimi ister istemez sese de yansıyor. Önerdiği egzersizlerin bir aktörün vücudundaki organlar ve kaslar arasında daha önceden fark etmediği bağlantılar keşfetmesi olası. Örneğin yerde uzanırken kafanın sağa ve sola çevrilmesi gibi basit bir harekete dilin, çenenin ve gözlerin ayrı ayrı harekete eşlik ettiği yeni varyasyonlar ekleyerek, bu üçünün birbiriyle ilişkili çalıştığını ve boynun rahatlamasında nasıl etkili olduğunu hızlıca açıklayabiliyor. Egzersizlerini uygulamak, anlatısının çok hızlı bir şekilde bedende tecrübe edilmesini sağlıyor. Worsley'in bölümün sonunda önerdiği egzersiz ise yine farklı varyasyonlar aracılığıyla konuşma eyleminde aktif olan tüm yüz teçhizatının işlevini arttırıyor. Bu egzersiz, çok iyi bilinen bir dizinin önce normal söylenmesi ardından, konuşma esnasında aktive olan kas ya da organlardan birinin devre dışı bırakılarak diğerlerinin çalışmasının arttırılması prensibine dayanıyor Worsley (2017). Yani bir seferinde dişleri, bir seferinde dudakları hareketsiz bırakarak kalan organ ve kaslara konsantre oluyorsunuz. Bu hem ses çıkarırken oyuncunun az devreye soktuğu yüz bölgelerini çalıştırmasını sağlıyor hem de tez boyunca ilerlettiğim düşünceleri test etmeye elverişli bir zemin sunuyor. Seks ya da mastürbasyon esnasında, zevkin arttığı ve bunun vokal dışavurumunun yükseldiği bir esna hayal edelim. Bu herkes için farklı koşullarda meydana geliyor olabilir, dolayısıyla spesifik bir vücut pozisyonundan ziyade, zevk sesi çıkarılan herhangi bir durum hayal etmek yeterli olacaktır. Bu hali, hangi oyunculuk tekniğinden yararlanırsak yararlanalım tekrar üretebiliriz. Yani bizle beraber olan bir partnere gerek duymadan ya da cinsel bir eyleme girmeden, haz sesleri çıkarmamıza sebep olan durumu fiziksel olarak yaşatabiliriz. Bunu yaptıktan sonra, bir kere de, bu sefer ses çıkarmadan, vücudumuzda o sesi çıkardığımızda olup bitenleri tekrar canlandırmak nasıl olurdu? Ben denediğimde, yani ses çıkarmadığım halde vücudumu cinsel haz sesleri çıkardığı zaman büründüğü hale soktuğumuda, normalde öne eğmeye yatkın olduğum başım geriye gidiyor, çenem gevşiyor, boğazım açılıyor ve nefes alıp verişlerim rahatlıyor. Birçok farklı ses eğitmeninin türlü egzersizlerle öğrettiği gevşemenin bir benzeri vücudumda

gerçekleşiyor. Rahat ses kullanımını için seksten ilham almak, Victoria Worsley'in egzersizini tezde savunulan düşüncelere adapte ettiğimizde, gayet mantıklı gözüküyor.

Cinselliği ve cinsel enerjiyi oyuncunun antrenmanına dahil etmek büyük tiyatro kuramcılarının çalışmalarında da izini sürebileceğimiz bir durum. Aktör Zygmunt Molik, Campo'nun kitabında yer alan röportajında Grotowski'nin çalışmalarından bahsederken konu cinselliğe geliyor. Cinsel enerjinin yaratıcılık için çok önemli bir kaynak olabileceğini belirtiyor ve Grotowski'nin Cieslak ile çalışmasında bunun görülebileceğini söylüyor.

“Cieslak ile çalışırken ne yaptığı çok açık. Onun cinselliğine yönelerek çalıştı, bunu kesin olarak söyleyemem, ama gördüklerimden bunu çıkarıyorum. Cinselliğe has alanlara yöneldi, yani herkesin sahip olduğu ama kimsenin sahne gibi koşullarda kullanmadığı kaynaklara...” Campo (2010).

Molik'in cevabında hem çok emin olduğu hem de bir tür temkine sahip olduğu hissediliyor. Belki çalışma esnasında yapılanın cinsellikle ilgili olduğu kelimelerle ifade edilmediği için, bunun sandığı gibi olmayabileceğine dair de açık bir kapı bırakıyor. Bedenden bahsetmek bu kadar kolayken konu cinselliğe geldiğinde önlem alma ihtiyacının hissedildiği ifadeler çelişkili duyuluyor. Ancak, kısaca değinildiği üzere, Grotowski için de cinsellik bir oyuncuyla çalışırken üzerine gidilebilecek bir alan olarak görülmüş. Grotowski'nin sese dair kullandığı kelime seçimlerinde de cinsel çağrışımlar bulmak mümkün. Jacqueline Martin'in *Voice in Modern Theatre* kitabında anlattığı üzere, Grotowski asil tonları ve harika diksiyonu reddederek, oyuncunun geliştirmesi gereken ses tekniğinin başka özellikler barındırması gerektiğini düşünmüş Martin (1991, s.71). “Oyuncunun sesi, seyirciyi sanki stereofonik imiş gibi penetre etmelidir” (1991 s.72).

Penetre etmek tabii ki cinsel bağlamı dışında da anlam taşıyan bir ifade, ancak seçilmiş olması, sese erotik bir işlev yüklenebileceği hipotezine kapı açabilir. Öncelikle bu ifade



oyuncunun sesi ve seyirci arasında, tiyatrodaki gösteri halinde var olan diğer tüm unsurlardan izole edilmiş bir ilişki ve alan yaratıyor. Grotowski sesin seyirciye ulaşması gerektiğinden, seyircinin oyuncuyu duyması gerektiğinden ya da sesin seyirciyle oyuncu arasında bağ kurmasından da bahsediyor olabilir. Ancak tüm bunların yerine, oyuncunun sesine, seyirciyi penetre etmesi işlevini yüklemesi ne anlama geliyor? Öncelikle sese atfettiği bir kudret söz konusu olmalı. Bir seyirciyi penetre etmek gibi güçlü bir etkiyi yaratabilmesi beklendiğine göre, sesin bir enstrüman olarak nüfuz eden, derinlemesine etki bırakan özellikler taşıması gerekiyor. Bunu mümkün kılan bir ses kullanımını nasıl olur? Eğer tiyatrodaki başarılması gereken bir durum söz konusuysa, günlük hayatın müsaade etmediği bir ses çıkarma eylemi mi tatbik edilmelidir? O halde, oyuncu bedeninin gündelik ses kullanımında belki de gerekmeyen ve alışılmadık noktalarını devreye sokabilmelidir ki, açığa çıkan ses onu duyanda penetre edildiği hissiyatına nail olabilsin. Bu varsayımlı düşünce ilerleyişini bir video kaydı aracılığıyla örneklendirebiliriz. Youtube’da izlenebilen videoda<sup>7</sup> Grotowski’nin 1967 yılında sahnelediği Sadık Prens oyunundaki bir sahnede, oyuncuların birinin deyim yerindeyse böğürdüğüne şahit oluyoruz. Çıkan sesi herhangi bir duygu ya da durumla ilişkilendirmek kolay değil. Söz konusu ses oyuncunun acı çekiyor olduğunu düşündürüyor ve bir feryadı andırıyor. Öte yandan canının yandığı teşhisini koymak o kadar kolay değil çünkü aslında kendisine çok iyi gelen bir deşarj içinde olduğunu da farz edebiliriz. Oyuncunun içini boşaltma ritüeli uyguluyor gibi bir hali de var. Tanımlamasının güçlüğü olağandışılığından geliyor ve bu sesin ortaya çıkması için gerekli olan fiziksel koşullar da, eyleme performatif bir yön katıyor. Bir arada düşünülmesi zor duyguları aynı anda içinde barındıran bu sesi çıkaran aktörün tüm vücudu devrede ve bütün kasları aktif halde. Tüm garipliği ve seyirci üzerindeki muhtemel yabancılaştırıcı etkisine rağmen, bu ses ile ilgili yadırganamayacak gerçek, ortaya büyük bir enerji açığa çıkarıyor oluşu. Muhtemelen oyuncu vücudunun cinsel enerji merkeziyle iletişim halinde olmasa, ortaya çıkamayacak türden güçlü, etkileyici ve sarsıcı bir enerji. Grotowski’nin oyuncusunda görülen bu niteliklerin bir benzeri, ses

---

<sup>7</sup>(<https://www.youtube.com/watch?v=QVCDuVM1L6c>)

öğretisini şekillendirirken Grotowski'den ilham alan Jean Rene Toussaint'in atölye çalışmalarında kaydedilmiş bir kadında da gözlemlenebiliyor.

Jean Rene Toussaint oyuncu olarak başladığı profesyonel kariyeri boyunca Living Theatre, Roy Hart Theatre ya da Polish Laboratory Theatre gibi önde gelen tiyatro gruplarıyla çalışmış. Artaud ve Grotowski'den esinlenerek oluşturduğu ve ilkel ses adını verdiği ses tekniğini Afgan, Tibet ve Japon gibi farklı ses tekniklerini de öğrenerek beslemiş ve artık kendi kurduğu bir ses ekolünün eğitmeni olarak farklı ülkelerde dersler veriyor. İnternet sitesinde yer alan ve bir atölye çalışmasının katılımcılarıyla yaptığı egzersizlerin görülebildiği videoda<sup>8</sup>, bir kadının çıkardığı sesler çok etkileyici ve dikkate değer. Sesin dürtülerle, vibrasyonla, duygularla ve genel anlamda fizikselliğiyle açığa çıkması için çalışan Toussaint'in dersinin katılımcısı bu kadın, bedenine konsantre olduğu ve vücudunun ne söylediğine kendini teslim etmiş gibi gözüküğü anlarda, aynı Grotowski oyuncusunun örneğinde olduğu gibi, herhangi bir yere çekmesi kolay olmayan sesler çıkarıyor. Kadının sesi çok derinlerden geliyor ve sanki kadının yaşam hikayesini barındırıyor gibi tınıyor. İnleme, gürlleme ve haykırmanın özelliklerine ayrı ayrı sahip ancak sadece bir tanesiyle ifade edilebilecek gibi değil. Kadın ses çıkardıkça bunu yapmayı sürdürmek konusunda doğal bir akışa kapılıyor ve hiç kelime kullanmadan kendini ifade etme ihtiyacını gideriyor. Bir süre sonra gözlerinden yaşlar boşanmaya başlıyor. Bu vokal iç yıkama merasiminde şahit olduğumuz içgüdüleri ses aracılığıyla açığa çıkan bir kadın. Tüm bu etkileyici sahne boyunca kadının sesinde, aynı zamanda şiddetli bir cinsellik de duyuluyor. Belki de kendi sesine teslim olması ona sekstekine benzer bir kendinden çıkma hali yaşıyor.

Toussaint'in eğitimi hakkında bilgi verdiği videoda, Grotowski oyuncusuyla atölye katılımcısı kadının çıkardıkları sesin kolay tanımlanabilir olmamalarını da ilgilendiren ve bu konudaki karmaşıklığı ortadan kaldıran ifadeler var. İnsanların seslerinde aynı anda hem şefkatli hem de şiddetli ya da hem mutlu hem de üzgün olabileceklerini belirtiyor. Kendinden ses aracılığıyla geçen kişilerin videolarındaki en çarpıcı nokta

---

<sup>8</sup>[http://www.primitivevoice.com/Primitive\\_Voice/Welcome.html](http://www.primitivevoice.com/Primitive_Voice/Welcome.html)

belki de bu. Seslerini tanımlarken içerdikleri duygular ile ilgili mantıklı ve tutarlı olmaya gerek kalmıyor. Hissiyatı kategorize edilemeyen bu girift sesler, cinsellik esnasında açığa çıkan seslerin müphem özelliklerini hatırlatmıyor mu? Cinsel birleşmenin en yoğun anlarında açığa çıkan sesleri tanımlarken sadece zevke değin bir terminoloji mi kullanırdık?

Tiyatro yönetmeni Anne Bogart, oyuncu ve yönetmen ilişkisi söz konusu olduğunda cinsellik konusunu açanlardan. Josette Féral'ın kadın yönetmenlerle yaptığı röportajları derlediği kitabında, oyuncu ve yönetmen arasındaki ilişkinin erotik yönlerine dair görüşlerini, oyuncularını nasıl seçtiği sorusunun cevabında dile getiriyor. Yani bu ilişki onun için çok merkezi bir yerde duruyor.

Bence erotizm ve cinsel transfer tiyatrodaki önemli bir yer kaplıyor. İnsanların erotik yönlerini çalışmaya dahil etmek herkesin yaptığı bir şey değil. Bundan az kişi bahsediyor ancak yönetmen ve oyuncu arasına yerleşen cinsel bir çekim var. Bu tüketilmek zorunda değil ancak var. Esasen tüketilecek olsa, bir kopukluk oluşabilir ve bir şeyler hasar görebilir. Kişi için heyecanlanılmalı, ilgi duyulmalı ve verilebilmeli. Gerçek hayatta olduğu gibi gerçek bir çekim duyulmalı. Féral (2007)

İnsanların birbirleriyle çalışmalarında aralarındaki cinsel çekimin oynadığı rolü bu açıklıkla dile getirmek önemli. Çünkü bu sayede, cinsellikle bağdaştırılan olumsuz çağrışımların önüne geçilip, profesyonel bir çerçevedeki konuşmalara rahatlıkla dahil edilebilir. Pol Pelletier, oyuncularla kurduğu ilişkiden bahsederken cinselliğe değinen bir başka yönetmen.

Bir oyuncu sahneye çıktığında, gözlerim tüm vücudunu tarıyor. Fiziksel ve psişik olarak vücudunda neler olup bittiğini anlıyorum. Bazı bölgelerdeki enerji çıkışlarını görüyorum. Bu enerjiyi seste de duyuyorum. Özellikle hatırladığım bir oyuncuyu örnek vereyim; gözlerim sürekli onun cinsel organına takılıyordu. Esas enerjisi orada yatıyordu ve bu net bir şekilde sesine de yansıtıyordu. Féral (2007 s.254)

Kanadalı tiyatro yönetmeni Pol Pelletier'nin youtube'da yer alan videolarına bakmak, onun vücudunu ve sesini nasıl kullandığını gözlemlene şansı tanıyor. Kendisini sıradışı ve atipik bir biçimde ifade etmesinin etkisiyle ilk bakışta garip gelebilecek bir havası var. Ancak dikkatle incelendiğinde, neredeyse sese dair yazılmış tüm kitaplarda önemsenen prensipleri uygulayan bir bedene sahip olduğu düşünülebilir. Vücudundaki

büyüğünden küçüğüne tüm kaslarını, iletişim halindeyken sürekli devrede tutuyor. Bedeni rahat ettiği bir hali korumak ya da sesi tutturduğu bir frekansı sürdürmek yerine sürekli devinim halinde. Böyle bir yaşama ve var olma biçimi, ancak kişinin kendi içindeki ve dışındaki itkilerle kesintisiz etkileşim halinde olması durumunda mümkün görünüyor. Stajlar ve dersler nedeniyle binlerce kişinin eğitmenliğini üstlenmiş olan Pelletier, Kanada'da feminizmin önde gelen isimlerinden biri ve hayatının merkezinde tiyatro yer alıyor. Onun Josette Feral ile söyleşilerinde yer alan alıntısı, oyuncular ve enerji ile ilgili konuştuğu bölümde yer alıyor. Çakralara ilgili olan Pol Pelletier, endokrin bezleri ile ilgili de çalışmaya başlamış ve çakraları açık oyuncuların bedenlerindeki ve seslerindeki enerjinin artmasından ve bunu mümkün kılacak egzersizlerden bahsediyor. (2007, s.54) Ses ve cinsel enerji arasında çakralar aracılığıyla kurduğu bağlantı, tez boyunca sürdürdüğüm yaklaşımla birebir örtüşüyor ve bu yaklaşıma sahip tiyatro insanlarının varlığını ispatlıyor. Pelletier'nin oyuncuların cinsel organlarından ve cinselliğinden bahsetmek konusundaki özgürlüğü de, onun ideolojik kimliğiyle örtüşüyor. Bu alıntının da doğruladığı üzere, enerjiye değin özelliklerinden bahsedildiğinde bile ses, onun hakkında konuşanların bakış açıları dolayısıyla, kendini sosyal alanların da ilgi alanında buluyor. Aslında sestem bahsederken cinselliğe dair bir bağlam kurmak, sadece sese dair fizyolojik araştırmaların bir sonucu değil, hayatta tercih edilen bir duruşun da parçası. Tabii bu konuların konuşulması gerektiğinin önemli olması kadar nasıl konuşulması gerektiği de önemli. Bu konuda Patsy Rodenburg'un üslubu yol gösterici olabilir.

Patsy Rodenburg okumanın en güzel yönlerinden biri, pedagojik derinliğini keşfetmek. Her alanda olduğu gibi, eğitimde de insanları hızlı ve etkili bir şekilde dönüştürmeye yönelik propaganda üsluplu söylemlerle karşılaşıyoruz. Dolayısıyla ses çalışmaları üzerinden düşünüldüğünde; kendi sesini, özgür sesini, doğal sesini vs. keşfetmek, insana sesiyle ilgili ulaşması gereken ve muhtemelen kendisinin henüz erişemediği bir etap olduğu duygusunu veriyor. Reklam ve tanıtım dünyasının işleyişinde bu tür mottoları öne çıkarmak oyunun adeta bir kuralı gibi. Ancak bir aktörün gelişimi söz konusu olduğunda, ses çalışmaları birbiriyle ilintili ve farklı alanların uzmanlıklarını

gerektiren faktörlerden etkileniyor. Dolayısıyla aktörün, büyüleyici bir hedefe ulaşmaktan ziyade, hassasiyetleri olan bir süreçte olduğunu idrak etmesi önemli. Rodenburg'un sesin cinsellikle ilişkisine dair anlattıkları bu sebeple çok kıymetli. Şablonlarla ifade edilen bir başarılı ses kullanımı çizmeden, insan sesinin cinselliğe dair neler söyleyebileceğini anlatıyor ve bunu yaparken dönemsel yatkınlıkların oyuncuların ses eğitiminde eğitmenlerin tavırlarına nasıl yansıdığını açığa çıkarıyor. "İngiltere ve Amerika'da bazı ses eğitmenlerinin öğrencilerine 'gidip bekaretlerini kaybetmelerini' öğütlediklerine şahit oldum. Cinselliklerini içlerine attıkları için nefes alamadıklarını söylüyorlardı" Rodenburg (1993).

Ses eğitiminin cinselliğe dair konuları gündeme getirmesinin ilginç örneklerinden bir tanesini, Toulouse'da bir konservatuvarda şan eğitimi alan bir arkadaşımın yaptığı sohbet esnasında yaşamıştım. Arkadaşım erkeklerle cinsel ilişkiye giren bir erkek. Bana pasif olarak anal seks yaptığı bir gecenin ertesindeki sabahta, hocasının onun sesinde istediği yönde bir değişim olduğunu söylediğini anlatmıştı. Hatta 'ne yaptın da sesin böyle oldu' ifadesini kullanmış olması bizi güldürmüştü. Anal seks yapabilmek için, penetre edilen kişinin anüs kaslarını gevşetebilmesi ve kendini teslim edebilmesi gerekiyor. Kendini teslim etmek ise tüm vücuttaki kasların angaje olmasını gerektiriyor. Yani vücudun anal seksi rahatlıkla yapabilmesi için erişmesi gereken gevşeklik, ses organlarının da rahatlamasını ve dolayısıyla sesin açılmasını sağlamış olabilir. Ses çalışmaları yaparken kalçaların konuya dahil olması, sadece arkadaşımın anlattığı örnekte değil, Linklater'in kitabında dahi karşımıza çıkabiliyor. Linklater'in öğrencilerinden biri, nefes egzersizleri esnasında vücudunda aşına olmadığı hisleri şöyle tanımlamış. "Sanki kalçalarıma doğru nefes alıyordum" Linklater (2006, s.60).

Bu örnekler seks ve sesin açılması arasında ilişki kurmanın mümkün olduğu düşüncesini desteklese de, Rodenburg'un dikkat çektiği önemli bir şey var; eğer ses eğitiminde bu konuşulacaksa, sonuçların da düşünülmesi gerektiği. Örneğini verdiği ses eğitmenleri, dönemlerindeki cinsel özgürleşme politikalarının etkisiyle aslında bazı değerlerin savunuculuğunu yapmak niyetinde olabilirler. Yani direkt ifadeler

kullanmaları bu konuyu normalleştirme ihtiyaçlarından olabilir. Yine de söylediklerinde agresif bir yan hissediliyor ve bu pedagojik bir yoksunluğun habercisi. Rodenburg'un ifadeleri, ses eğitimi esnasında cinsel alanların çalışmaya dahil olması durumunda sahip olunacak örnek bir duruş teşkil ediyor.

Cinsel enerji farkındalığının nefesin vücudun pelvis ve kasıkların bulunduğu alt bölgesine yerleşmesi sürecinde yararlı olduğu aşık. Ama burada, ses çalışmaları suistimalin söz konusu olabileceği hassas kişisel alanlara doğru ilerliyor. Kimse tamamen hazır ve kararlı olmadan derin nefesin ve derin nefesin tetikleyeceği derin hislerin istikametine yönelmemelidir. Nefeslerini ve seslerini tam anlamıyla kullanabilmenin verdiği gücün etkisiyle, kendilerinde yeni keşfettikleri bu kuvvetten korkan insanlar biliyorum. Tam bir ses kullanımı insana bunu yapabilir çünkü kişi ona sahip olduğunu hiç öğrenmemiş ve senelerce bloke etmiş olabilir. Tam sesi bulmak kafa karıştırıcı ve şoka uğraticı olabilir. Rodenburg (1993)

Rodenburg'un bu yaklaşımındaki inceliğe sahip olabilmesinde, yıllar boyunca sayısız oyuncuyla çalışmış olmasının ve gördüğü örneklerin sayısının çokluğunun etkisi var. Cinselliğe dair sulara girildiğinde bu denli dikkatli olması, cinselliğin sadece anatomiye değin bir konudan ibaret olarak konuşulamayacağını gösteriyor. Diğer insanlarla ilişkilerimizi düzenleyen en önemli faktörlerden biri cinsellik ve istisnasız herkesi ilgilendiriyor. Dolayısıyla seste buna dair bir şeyler aramamak ya da çalışmamak imkansız ancak iyi sonuç alma girişimiyle, sadece yanlış tutumlar yüzünden istenenden uzaklaşılabilir. Rodenburg'un söylediklerinin gerisinde vücudun zevk alabilme potansiyeli bulunuyor mu? Yani insanın vücudunda cinsel enerjinin kaynağı olan bölgede yapacağı keşiflerle ilgili hazır olmasının gerekliliği, aslında o bölgede hissedilebileceklerin büyüklüğü ve buna aşına olmayanların kendi potansiyellerinden ürkebileceği anlamına geliyor. Peki tek şaşırtıcı olan insanın bunun kendinde bulunduğunu fark etmesi mi? İnsan kendindeki cinsel enerjinin varlığını keşfettiğinde, diğer insanlara dair bir şey bulmuş da olmuyor mu? Bu güce herkesin sahip olduğunu ya da olabileceğini?

Her ne kadar cinsellik üzerinden olmasa da, Mennan Şahin, youtube'daki doğru ses nasıl bulunur videosunda<sup>9</sup> insanın sesindeki değişimlere adapte olmasını

---

<sup>9</sup><https://www.youtube.com/watch?v=LFjJ5McdZu8>

cesaretlendiriyor. Ses çalışmanın günlük ses kullanımında sebep olacağı etkileri sosyal çevrenin yargılamasının, insanı bu değişiklikleri göstermekten alıkoymas4 için, ses çalışmayı vücut çalışmaya benzetiyor. Spor yapılırken vücutta gözlemlenen değişiklikler insanlar tarafından gayet olumlu karşılanır. Sese de aynı perspektifle üzerinde çalışılabilecek bir organ gibi bakmak, çalışma cinsellikle ilgili olduğunda da rahatlatıcı olabilir.

Annette Schlichter esasen karşılaştırmalı edebiyat alanında çalışan bir akademisyen. Ses çalışmalarının pedagojisi üzerine yoğunlaşmaya başladığı bir döneme girmiş, hem bu alandaki yazılı üretime hakim hem de Linklater'in derslerine de bizzat katılmış, teknikleri istikrarla uyguladığı dönemler geçirmiş ve yazarken üzerine dayanabileceği pratik bir tecrübe edinmiş. Schlichter'in yazdıkları, Foucault başta olmak üzere bir çok felsefecinin yapıtlarına referanslarla ilerliyor ve Linklater'in ses çalışmalarında "sesi özgürleştirmek" ve "otantik sesi açığa çıkarmak" gibi kavramlara 'self help' literatürünün filtresinden bakıyor Schlichter (2014).

Araştırmayı sürdürürken üzerine ne kadar kaynak ya da söylenmiş söz olduğunu bilmediğim ve kendi bedenim üzerinden yaptığım gözlemlerle belki içgüdüsel olarak yöneldiğim konum, ses ve cinsellik ilişkisinin gözlemlenebilir olduğunu tespit ettiğim alanların çoğalmasıyla, bana gittikçe daha fazla heyecan vermeye başladı. Ancak kendi düşüncemin müridi olmamak adına, karşı çıkan her kaynaktaki yaklaşımı, düşüncenin doğrultusunu değiştirecek bir görüş gibi karşılıyorum. Ses çalışmalarının terminolojisini büyük bir hâkimiyetle kullanan ve eleştirilerini sistemler içinde sunan Schlichter'in yazdıklarına yer vermek, tezin bir konuya odaklanmanın verebileceği hayranlık dolu yaklaşımlardan sakınma refleksiyle örtüşüyor. Schlichter'in Linklater eğitiminin kar amaçlı bir kurum içinde yetişen öğretmenler aracılığıyla yayılabilmesini anlatması ve bu pedagojiyi düşünürken aslında ticari bir işleyişin de söz konusu olduğunu hatırlatması önemli. Çünkü kültürel ve sosyal yapılanmaların bloke etmesi, bastırması ya da kontrol etmesi gibi sebepler yüzünden yitirdiğimiz ve tekrar arayışına çıktığımız öz seslerimizin, eğer mümkünse, tekrar ortaya çıkmasını da, finansal bir işleyişe sahip bir

kurumun öğretisi mümkün kılıyor. Schlichter'in makalesinin dayanakları güçlü eleştirel yanı, sese ilişkin konuları ele alırken belirlediğim yaklaşımla uyumlu olmakla birlikte, içerdiği bazı ifadeler sebebiyle de yeni düşünce alanları açıyor. Linklater eğitmeniyle yaptığı derslerden birinde, rezonans bölgelerinde yaptığı çalışmaların ertesinde bedenindeki gözlemlerini ifade edişini bir açmak gerek. "Bu benim vücudumdan daha önce çıktığını duymadığım bir sesi keşfetmemi sağladı" Schlichter (2014).

Linklater'in öğretisini anlattıktan sonra kendi ders deneyimlerini ifade eden Schlichter, eleştirel yaklaşımının ardından, derslerin onun için gerçekten iş yarayan ve vaatlerini tutan yönlerini açığa çıkarmayı da ihmal etmiyor. Cümleden anlaşıldığı üzere Schlichter'in ağzından o ana kadar hiç duymadığı bir ses çıkmış. Bunun mümkün olabilmesi için vücudunun o zamana dek kullanmadığı bir bölgesini devreye sokmuş olması gerekiyor. Ayrıca 'daha önce hiç böyle bir ses çıkarmamıştım' demek yerine edilgen bir ifadeyi seçmiş olması da, tecrübesini kendinden ziyade bedenine atfettiğinin göstergesi. Aslında kendisine yabancılaştığı bile söylenebilir çünkü egzersizlerin tetiklemesiyle aşına olmadığı türden bir ses çıkarmaya başladığında, ona artık sesi çıkararak kendisi gibi gelmiyor ve kendinden başka biri gibi bahsetmesine sebep oluyor. Üstelik sesine dikkat kesilen ve onu çalışan herkeste bu tecrübe edilen bir durum. İnsanın kendisiyle özdeşleştirmede sesler çıkabiliyor olması, özellikle şarkı söylemek aracılığıyla ses kullanımının çeşitliliklerini araştıran Roy Hart Theatre'in çalışma alanına da girmiş:

İnsanın içindeki ve dışındaki bazı güçler, onu kendinden hiç beklemediği sesler üretmeye ve muktedir olmadığını sandığı bir enerji açığa çıkarmaya yönlendirebilir. Birden kendinizi, sesinizi normal deneyiminin tamamen dışında kullanırken bulursunuz. Bir bakıma, bizim çalışmamız, sesin ardındaki bu enerjilerin anlamıyla ilgili. İnsanları bazı sesleri belli zamanlarda çıkarmaya iten nedir? Martin (1991 s.65)

Kendi sesime şaşırma durumunu Çetin Sarıkartal ile yaptığım ilk oyunculuk dersinin çıkışında yaşadığımı hatırlıyorum. Vücudun esneyip açılmasına yarayan egzersizler yapmıştık ve ders çıkışında bir arabada dolmuş giderken konuştuğumda, 'benden çıkan sese' hayret etmiştim. Kulağıma çok seksi geliyordu. Sesin, insanın kendine atfetmediği özelliklere sahip olabilmesi, hem şaşkınlığa düşüren hem de kendilik düşüncesini sarsan bir deneyim. Sesimle ilgili benzer deneyimleri cinsellik esnasında da



yaşıyorum. Bazen seksten öyle çok zevk alıyorum ki gürlüyorum. Önceleri bu denli yüksek şiddette ve kaba sesler çıkarmak hem kendime yakıştıramadığım hem de aslında çıkarmaya neredeyse “hakkım olmayan” sesler gibi gelirdi. Modern yaşamın farklı evlerde yaşayan insanların birbirlerinin seslerini duymasına olanak veren apartman dairesi formatındaki yaşam biçimi de seks seslerinin kontrol edilmesinde etkili ancak benim üzerimde etkili olan tek mekanizma bu değildi. Kendi erkekliğime dair bir düşüncenin de değişmesi söz konusuydu. Ergenliğimde eşcinselliğimi belli eden davranışlarım sebebiyle mahalledeki oğlan çocuklarının ben sokaktan geçerken “hop hop Nadir, top Nadir” tekerlemesi tutturması gibi sebeplerin de etkisiyle olsa gerek, erkekliğime dair şüphe ve endişelerle büyüdüm. Belki de erkek olduğuma inanmakta güçlük çektim. Gay olmak insanda ara bir yerde olma hissini uyandırabiliyor. Ancak seks kendimi korkusuzca ifade edebildiğim bir alana dönüşebiliyor ve işte öyle zamanlarda hissettiğim güven duygusunu hayatımda daha geniş bir alana yayabilmeyi isterdim. O esnada olan tek şey, şiddetle gürllemek de değil, aynı zamanda bedenimin haz aldığı gerçeği de var. Ancak buna gelmeden erkeklik üzerine konuşmaya devam etmek isterim.

Netflix'teki ‘I am not your guru’ belgeseli, hayat koçu Tony Robbins'in her yıl Florida'da verdiği ‘Kaderle Randevu’ seminerinde neler olduğunu gösteriyor. İki bin beş yüz katılımcının yer aldığı ve günler süren seminer boyunca, Tony Robbins kalabalık içinden bazı insanlarla; birebir, kısa süreli ve hızlı dönüştürücü etkisi olan seanslar yapıyor. İnsanları söyledikleri üzerinden hızla analiz ediyor ve hayatlarını daha iyi hale getirecek bir reçete hazırlayıveriyor. Konuştuğu insanlarla ilgili değiştiği meseleler, anne-baba-çocuk ilişkileri, aşk ilişkileri, zor çocukluk gibi mevzulara değindiği için, salonda bulunan herkesin kendini özdeşleştirmesi mümkün oluyor. Çok kalabalık bir insan grubu, yoğun sağaltım duyguları yaşayarak, kişilerin özelinde kendi hikayelerine duygulanıyor ve altlarından kalkmakta güçlük çektikleri sorunları kolektif bir teşkilatlanma içinde, birbirlerine sevgi aracılığıyla destek olarak çözmeye çalışıyorlar. Farklı konu başlıkları altında ilerleyen seminerde, çiftlerle ilgili konuşulan bir bölüme gelindiğinde, Tony Robbins otuz-kırkı yaşlarda bir kadın-erkek çiftinin

durumunu masaya yatırıyor. Ayda iki kez seks yaptıklarını öğrenince sayının azlığını ima eden bir tavra bürünüyor ve çiftten erkek olanı kendi yanına çağırıyor. Adamın babasının dişi yönü ağır basan biri olduğunu öğrenince, zaten bu durumun bariz olduğunu düşündüğünü belli ediyor ve adamın erkekliğinin bastırılmış olduğu sonucuna varıyor. Adamın cinsiyetiyle ilişkiye geçmesini sağlamak için önerdiği şey ise, onu izleyen ve Tony Robbins'in her yaptığını desteklemeye hazır bir kalabalığın önünde mikrofonu kükremesi. Adam söyleneni yapıyor ve bir kaç kez mikrofonu kükrüyor. Tony Robbins, muhtemelen feminizmin yükselişine gönderme yaparak ve günümüzde bunu ifade etmenin politik olarak doğru kaçmadığını farkında olduğunu söyleyerek, adamın bir erkek gibi davranması gerektiğini söylüyor. Adam, dünyanın önde gelen devlet adamlarının stratejik danışmanlığını yapan ve milyonların takip ettiği Tony Robbins'in teşvikiyle, mikrofonu kükrerken, gözlemlenebilen bir değişim yaşıyor. Tüm gücüyle içini boşaltır gibi kükredikten sonra, haşin ve vahşi yönü açığa çıkan adamın, üstüne gelen yeni güven duygusunu hem sevdiğini hem de ona çok alışık olmadığı için yadırgadığını gözlemleyebiliyoruz. Seyircinin desteğini arkasına alarak perform ettiği erkekliğinin ardından karısının yanına döndüğünde, onu tutma biçimi değişiyor ve kadın eşinin bu yeni halinin sürmesini temenni ettiğini dile getiriyor. Tony Robbins'in benzerleri çoğaltılabilecek bu örnekteki mini seansı birçok kişiyi hayatlarıyla ilgili dönüştürücü eylemlere sevk ediyor. Şov yönü de olmakla birlikte, Robbins'in bu organizasyonu yönetme biçimi ve kişilerin özgürlüğünün önünü açmaya çalışması, tek bir öğretici ekseninde yürütülen oyunculuk ya da ses çalışmaları atölye düzeneğinden çok uzak değil. Dolayısıyla Robbins'in ses ve cinsiyet arasında kurduğu ilişkiyle bir kişinin güven duygusunu inşa etmeye çalışması, tezimin konusuna yan bir örnek teşkil etmekten ziyade, tezimin araştırma alanına doğrudan giriyor. Ancak herkesin cinsiyete yaklaşımı Tony Robbins'inki kadar çift kutuplu değil. Jacqueline Martin, The Roy Hart Theatre'ın ses çalışmalarının, cinsiyetler ekseninde oluşmuş sosyal kodların da aşılmasına imkan sağladığını anlatıyor.

Eğer kişi insan sesi aracılığıyla tüm potansiyelini açığa çıkarmak istiyorsa, cinsiyet farklılıkları ve sosyal davranışlar ile ilintili bariyerleri kırabilmelidir. Pratikte bu, kadınların genellikle agresiflikle özdeşleştirilmiş daha derin ve erkeksi sesleri araştırmaları ve erkeklerin de kişiliklerinin daha yumuşak, daha kadınsı ve geleneksel açıdan hassas

yönleriyle yüzleşmeleri ile mümkün oluyor. Roy Hart Theatre'a göre bunlar, her bireyin şarkıya dökmesi gereken güçleri temsil ediyorlar ve onların konvansiyon haline gelmiş bir oktavlık hayattan çıkıp sekiz oktavlık ideale yönelmelerinde etkili oluyorlar. Martin (1991)

Roy Hart Theatre'in insanın sesine cinsiyete has özellikleri olan bir organdan ziyade, cinsiyetlerle özdeşleştirilmiş niteliklerin hepsine sahip olabilecek bir spektrum olarak yaklaşımları, hem sesin olasılıklarına dair sınırlamalarından arındırıyor hem de sese dair bir yaklaşım getiriyor. Jean Rene Toussaint sayesinde, sesin birbiriyle çelişkili duyguları aynı anda barındırabileceğine eğilmiştik. Sesin tanımını esneten bu yaklaşıma paralel olarak, Roy Hart Theatre vesilesiyle de sesi cinsiyetlere atfedilmiş sınırlamalarından kurtarmış oluyoruz. Dolayısıyla sesi erotik bağlamında incelerken, aslında sesi nasıl tanımlayabileceğimize dair yeni bir yaklaşım da geliştirmiş oluyoruz. Sesin, bu çalışmaya başladığımızda düşündüğümüzden daha fazlası olduğu açığa çıkıyor. Aslında bu insan sesinin özelliklerine dair genel bir keşif süreci olmakla birlikte, insan sesine sahip her özneyi de ilgilendiriyor. Çünkü belki de insan, zihninde sesin ne olduğuna dair eksik bir anlayışa sahipse, kendi sesini de bütünüyle kullanamıyor olabilir. Bunu daha iyi anlamak için Michael Mccallion'un ses ve kendilik üzerine söylediklerini değerlendirebiliriz. İnsanların, onlar için iyi sonuçları olmasa da, yerleşmiş alışkanlıklarından vazgeçmelerinin ne kadar zor olduğunu hatırlatan Mccallion'un, insanın sesiyle ilişkisinin de benzer bir yerden kurulduğunu söylüyor. Sese dair keşiflerin insanın kim olduğuyla ilgili oturmuş düşüncelerini sarsabileceğini aşağıdaki cümlelerinden anlayabiliyoruz. "Eğer önceki kendimiz olmayacağımız şeyler yapmaya başlarsak nereye gideriz? Kim oluruz? Bu insanları sesleriyle ilgili değişiklik yapmaktan alıkoyan bir problemdir. Çünkü radikal ses kullanımı değişiklikleri kendilik algımıza çok yanlış gelir" Mccallion (1998).

Tezin düşünce alanını açarken, cinsellikten bahsettiğim bölümde, insanların cinsellikten alınabilecek hazzın büyüklüğüne karşı inançlarını kaybetmesine sebep olabilecek güncel koşullardan bahsetmiştim. Yani çocukken bir zevk üretme kaynağı olarak da algıladığımız vücutlarımızı, sosyal yapılanma içinde meslekler adı altında kategorize olmuş çalışan hayatlara teslim ederken, bu becerimizi unutabiliyor olabiliriz. Bu zevk alma alışkanlığını yitirme sesi kullanımımıza da yansıyor olabilir. Belki de ses

çıkarmanın zevkli bir eylem olduğunu hatırlamak da aynı şekilde alışkanlık dışı olacağından, insanın kendilik algısını yenilemesini gerektirecektir.

Aniden, vücudumdan çıkan ses günlük konuşma sesime göre kulağıma daha yüksek geldi, öte yandan bana daha hafif ve yumuşak hissettirdi. Ses çıkarma eylemindeki bu şaşırtıcı kendilik farklılığı; fiziksel olarak hoş, hatta zevkli ama aynı zamanda şaşırtıcı bir keşfe sebep oldu. Bunun sonucunda açığa çıkan soru şuydu: Bu sesle nasıl davranmalı, ne söylemeli? Schlichter (2014)

Annette Schlichter'in Linklater derslerine dair yukarıdaki deneyim aktarımı da, sesin haz verebileceğine dair keşifler yapılabileceğini doğruluyor. Öte yandan bu insanın kendisinde belki de sürdüreceği olduğu yeni bir alışkanlığı kabul etmesi anlamına da geliyor. Çünkü egzersizler aracılığıyla sesin ilkel, vahşi ve cinsel kullanımını deneyimlemek, günlük hayatta bu sesler çıkararak iletişim kurulmuyor olsa bile, ses organlarımızı kullanma biçiminde bir yeniliğe götürebilir ve ses çıkarma eyleminin çağrışımlarını değiştirebilir. Bu değişiklik bizim hem vücudumuzla hem de sesimizle ilişkimize dair farkındalığımıza yeni bir katman ekleyebilir, hem hayattan hem de oyunculuktan aldığımız keyfe tesir edebilir.

## 4. UYGULAMA ANALİZİ

### 4.1 DURAK PERFORMANSI

*Durak* metnini, Aksaray'daki bir meyhaneyi ziyaretimin ardından, gözlerimle kaydetmek isteğiyle yazmıştım. Paris'teki öğrencilik yıllarımdan sonra, İstanbul kendi doğduğum ve uzun yıllar yaşadığım bir şehir olsa bile, gözüme farklı bir filtreden gözüküyordu. Bunda, yurtdışında geçirdiğim yılların on sekiz ve yirmi üç yaşlarım arasındaki zaman dilimine tekabül etmesinin etkisi olabilir. Yani, yaş sınırı engeli ortadan kalkıp da yasal olarak giremediğim yerlere erişimim mümkün olduğunda, İstanbul'dan ayrılmıştım. Dönmemden itibaren, kendi yaşadığım ülkenin kültürüne dair yeni öğrendiklerimi, artık Avrupa'da geçen yıllarda edindiğim bir bakış açısıyla değerlendiriyordum. Bu yönüyle düşünüldüğünde, *Durak*, İstanbul'da çoğunluğu çifte hayatlar süren erkeklerin bulunduğu bir meyhanedeki bir geceyi, neredeyse oryantalist bir yorumla anlatan bir metindir. Bu yazıyı yazdıktan sonra, yakınlarımla paylaştım ve orada yaşadıklarımı insanlara anlatmayı da sürdürdüm. *Durak*, azınlık cinsel yönelimlerinin muhafazakar bir hayat tarzıyla nasıl iç içe geçebileceğini örnekliyor ve anlattığı insanların birbirleriyle ilişkilene biçimi ve anlatıcının iç sesi dolayısıyla erotizm yüklü. Bomontiada'daki Alt Sanat Alanı'nın küratörlüğünü üstlenen A Corner In The World ekibi, yarım saatin altında süren performans işlerinin yer aldığı 29'59" isimli akşamı düzenlemeseydi, *Durak*, sadece yakınlarımla bildiği bir metin olarak kalabilirdi.

29'59", özellikle genç sanatçıların üretimlerini teşvik etmek amacıyla, teknik ve prodüksiyon gereksinimi minimuma indirgenmiş ve otuz dakikanın altında işlerin, aynı akşam içinde birbirinin peşi sıra sahnelenmesiyle gerçekleşen bir etkinlik. Açık çağrının yapılmasının hemen ertesindeki ay içerisinde projeler seçiliyor ve sadece gösteri günü prova yapılabilmesi prensibiyle sahneleniyor. Tiyatro kariyerimi sürdürebilmek için

gelir elde etmem gerektiğinden, tiyatro dışında işler yaptığım bir dönemde, 29'59" açık çağrılar, benim sahneyle ilişkiyi korumamı sağlayan bir formül teşkil ediyordu. Ben de yazdıklarımı insanlarla paylaşmanın onlara metinlerimi okutmak dışında bir yolu da olabileceğini düşünerek, *Durak* metnini bir performansa dönüştürmeye karar verdim. Teknik ve prodüksiyon gereksiniminin minimuma indirilmesi ilkesinin gidebileceği en uç noktalardan birine gitmeye karar verdim ve performansımı karanlıkta gerçekleştirdim. Eğer karanlığın görünebilirliğini saymazsak, gösteride kalan tek şey, bir mikrofonla konuştuğum için seyirciye hoparlörler aracılığıyla ulaşan ve *Durak* metnini okuyan sesimdi. Her ikisi de karanlıkta metinleri okumam prensibine dayanan, *Durak* ve ileride bahsedeceğim *Beyrut* performanslarımı gerçekleştirirken, henüz yüksek lisans tez konumu seçmemiştim. Dolayısıyla sesin erotik veçheleri üzerine karar verip çalışmadan önce aslında bu konuya kendiliğinden yönelmişim.

“İnsan sesinin bileşenleri, sesin çıkarıldığı anda sahip olunan tüm çevresel, bedensel ve ruhsal faktörlerin etkisi altındadır” Denizoğlu (2012 s. 19).

*Durak* performansı seyirci ile ilişki açısından muhtemelen hiç bir zaman unutmayacağım tecrübelerle vesile oldu. Öncelikle, kendi başıma ve sesimi kaydederek provalar yapmış olsam dahi, performansın icrası esnasında sesimin kontrolünü seyircinin enerjisi belirledi. Metin mahremiyet içeren bir anlatımla ilerlediğinden ve büyük ölçüde insan cinselliğine ilişkin olduğundan, seyircinin dinleme halinin dikkatli ve belki de biraz gergin olabileceğine dair bir öngöründe bulunmuştum. Ancak tamamen yanıldım. Tahminlerimi metnin içeriği üzerinden yapmışım ancak yeterince dikkate almadığım ve aslında belki de metnin anlatılanları kadar ve hatta daha fazla önemli olan bir başka unsur sesimin nasıl çıktığı ve seyirciye nasıl bir etki yaptığıydı. Sesimi, duygularım ve seyircinin tepkilerinin bendeki etkileri yönlendirdi. Seyircinin performansa en erken tepkisi gülmek oldu ve bu beni yaşadıkları anla ilgili memnuniyetlerine dair şüpheye kapılmaktan alıkoydu. Ayrıca karanlıkta olmak ve görülmemek vücudumu kullanım biçimimi etkiledi ve eğer görülüyor olsaydım girmeyeceğim türden hallere girdim. Eğer izleyici karşımda olsaydım, kalabalık bir

kitleyle etkileşim halinde olmanın heyecanını belli etmemeye yoğunlaşıyor ve muhtemelen hareketlerimi kontrol ediyordum. Ancak sahne heyecanını yaşadığım halde bunun bendeki etkilerine kimsenin şahit olmamamsı, muhtemelen sahneye de taşımamın ilginç olabileceği bir dışavurum yarattı bedenimde. Aynı zamanda, şimdi ses çalışmalarını alanlarında yazılanları araştırdığım ve oyuncunun ses kullanımına dair daha çok donanıma sahip olduğum bir tez yazma döneminin ertesinde, bu performans esnasında sesimi kullanırken yaptığım hataları da fark ediyorum. İlk defa tek başıma bir performans gerçekleştiriyor olmanın da etkisiyle çok gerilmiş ve boynumu çok sıkılmış ve omuzlarımı kasmıştım. Sesin erotik yönlerini araştırırken nefese özellikle eğilmek, beni sesimi performanslara hazırlamak konusunda da eğitti. İçeriğinin odağıma alarak düşündüğüm performansım aslında sesimin niteliklerinin çok belirleyici olduğu bir düzenek doğurdu. Seyirciyle iletişime geçen ve cisimsiz sesimi, tezdeki bilgiler ışığında masaya yatırmak istersem, Michael Mccallion'un konuşma ve ses enerjileri hakkında bahsettiklerine değinmek, düşüncemin anlaşılması için yardımcı olacaktır.

Ses enerjisi bütün vücudu dahil eden bir tını üretir ve duyguların kaynağıyla doğrudan temas halindedir. Bu, ses düzgün bir şekilde desteklendiğinde meydana gelir. Konuşmanın hissi niteliğini dönüşüme uğratar; konuşma sadece fikirlerimizi aktarmakla sınırlı kalmaz ve duygusal katılımımızla gerçekleşen; düşüncelerimizin, kendimizin, konuştuğumuz kişinin ve o anın durumsal özelliklerinin dahil olduğu bir iletişime dönüşür. Kişiyi kelimelere dahil eder ve seyirciyi empatik bir cevap vermeye davet eder. Mccallion (1998 s.139)

Michael Mccallion, kitabında ses ve konuşma enerjilerine ayırdığı bölümde, bebeklikte sesin kullanımının büyümeyle birlikte gelen sosyal gereksinimlerle nasıl değişikliğe uğradığını ve bunun beden kullanımına nasıl yansıdığını anlatıyor. Sesi kullanırken ağız bölgesine odaklanmak ve vücudun geri kalanını devre dışı bırakmak durumunda oluşan sese entelektüel, gönülsüz, kopuk gibi yakıştırmalarda bulunuyor. Bu sesi nitelerken kullandığı ithamlardan biri de cazibesiz<sup>10</sup> olduğu yönünde. Mccallion da tez boyunca vücudun cinsel enerjisinin sese nasıl yansıtılacağına dair geliştirilen görüşlere paralel düşünüyor. Ses aracılığıyla ifade edilen kelimelere odaklanmak, sesin kendisinin enerjisinin yitirilmesine sebep olabileceğinden, sesi ilkel biçimde kullandığımız bebeklik ve çocukluk dönemindeki vücut kullanımımızı hatırlamak, sese aslen sahip

---

<sup>10</sup> Metinde 'sexless' kelimesi kullanılıyor.

olduğu bedensel özelliklerine kavuşturmamızı sağlayabilir. Bu yaklaşımın *Durak* performansındaki izdüşümü, oyunculukta ses kullanımının nasıl ele alınabileceğine dair, tez boyunca ilerlettiğim düşüncenin uygulama alanı gibidir. Karanlıkta olduğum ve görülmediğim için bedenimin bakıştan uzak ve yalnızken sahip olduğu hareket özgürlüğüne kavuşması ve sesimin kim olduğumun ve ne söylediğimin algılanmasındaki tek araca dönüşmesi, onun enerjisine dair nitelikleri araştırmayı mümkün kılıyor. Sözcükleri öğrenmeden önceki ses kullanma halimizdeki enerjiyi, bir metni icra ederken nasıl geri çağırabiliriz? Oyuncunun hayatı boyunca edindiği fiziksel alışkanlıkların dışına çıkmasını tetikleyebilecek bu süreç, performanslarımın karanlıkta gerçekleşmesi dolayısıyla, *Beyrut* aracılığıyla inceleyeceğim yeni bir katman kazanıyor.

#### **4.2 BEYRUT PERFORMANSI**

29’59’’ performans akşamları, Bomontiada Alt’ta ayda bir kez olmak üzere düzenleniyordu. *Durak* performansı sayesinde tecrübe etmeye devam etmek istediğim bir icra biçimi bulmuştum ve bunun için sonraki aylarda da proje üretmeye devam ettim. *Beyrut* metnini ise *Durak*’tan farklı olarak, performans metni olması için yazdım. Metinde, *Beyrut*’ta tatildeyken, Grindr uygulaması aracılığıyla tanıştığım erkeklerle randevularımı anlatıyorum. Yaşları, meslekleri ve ilgi alanları birbirlerinden farklı erkeklerin cinselliklerine ve sosyal hayatlarına dair gözlem ve görüşlerimi içeren bu metinde de otobiyografik anlatımı sürdürüyorum. *Beyrut* metni mahrem kısımlar içerdiği için bu performansı karanlıkta gerçekleştirmek, anlatılanların içeriğiyle uyumlu bir atmosfer yaratmak için elverişli olacaktı. *Durak* performansında beni hem en mutlu eden hem de okumamın temposuna ve tonuna yön veren, seyircinin kahkahalarıydı. Bu gülme tepkisi, zihnimde öylesine yer etmişti ki, *Beyrut* metnini yazarken seyirciyi hangi anda ve nasıl güldürebileceğimi gözeterek çalışmıştım. İlk performansta seyircinin karanlıkta gevşeyip tepkilerini serbest bırakmasının tekrarlanacağını farz etmiştim. *Beyrut* metnini okurken ise, seyirci çok sessiz ve konsantreydi. Bunun benim okuduklarımla kurduğum ilişkinin sesime yansımalarıyla da ilgisi olabilir, metnin içeriğinin böyle bir dinleyiş yaratmasıyla da. Her iki performansta da, seyircinin tepkisi



beklenti ya da hesaplarımın dışına gelişmişti; bu da icra halindeyken spontane bir adaptasyon süreci başlatmayı ve gerçek koşulları yaşamayı öğrenmeyi gerektiriyor. Sesimin, bedenimin görünmez olduğu bir karanlıkta seyirciye ulaşması, kurduğumuz ilişkiyi değiştiriyor olabilir mi?

Bir kişinin sesi, onun üreme değerine dair (yaş, cinsiyet, bilateral simetri, vücut konfigürasyonu, cinsel davranış vesaire.) önemli bilgiler taşıdığından, insan beynindeki nörolojik mekanizmalar sesin çekiciliğindeki bireylere özgü farklılıkları deşifre ve ayırt etmeye yönelik evrilmiş gözüküyor. Sesin bu gibi bilgileri aktarmaya yarayan; duyuşal ve duygusal bu özellikleri, yapay aydınlatma kaynaklarının icadından önce özellikle önemli olmuş olabilir. Bu sayede insanlar geceleri diğer insanları seslerinin nasıl çıktığına göre birbirinden ayırt ediyor ve cevaplarını buna göre veriyorlardı. M. Hughes & G. Gallup (2008)

Susan M. Hughes ve Gordon G. Gallup'un makalesinde, hangi seslerin kulağa hoş geldikleri ve hangi seslerin baştan çıkarıcı oldukları araştırılıyor. İnsanların eş seçiminde ve flörtteki seslerine değinen ve ses çekiciliğinin hangi fiziksel özelliklerle korelasyon halinde olduğunu açıklayan makalede, sesle ilişkimize dair alıntıdan anlaşılacak evrimsel bir perspektif de sunuluyor. Yapay aydınlatma çok uzun zamandır hayatımızda yer edindiği için artık geceyi insanların görülemediği bir zaman dilimi olarak algılamıyoruz ancak durum her zaman böyle değildi. Karanlıkta ses, insanların etkileşim biçimlerinde aydınlıkta olduğundan farklı bir rol oynuyor. *Beyrut ve Durak* performanslarında oluşan atmosferde, aynı yapay aydınlık öncesi devirlerde olduğu gibi, performansçı ve izleyici birbirlerine ses aracılığıyla bağlanıyor ve işitilen sesin işlenmesi süreci aydınlıkta olduğundan farklı bir anlam kazanıyor. Belki de her iki performansta da, mahremiyet duygusunun yoğun yaşanması ve bakışın var olmadığı ve deşarj olmaya uygun koşulların oluşması sadece karanlık ortamdan kaynaklı değildir. Sesin insan için geçmişte taşıdığı erotik yüklü anlam da performans anına nüksetmektedir.

“...Ses, gürültü, işitilen şeyler fantezi oluşumunun çekirdeğindedir; fantezi o ötümlü çekirdek etrafına bina edilen bir boşluk doldurmaz” Dolar (2013, s.137)

Mladen Dolar'ın *Sahibinin Sesi* adlı kitabında, Freud'un sese dair söylediklerini yorumladığı bölüm, büyük ölçüde fantezi ekseninde şekilleniyor. Freud, küçükken ebeveynlerin cinsel ilişkiye girdiklerini işaret edebilecek tıkırtı sesleri dolayısıyla işitmenin insanda fantezi mekanizmasının çalışmasında nasıl rol oynayabileceğini anlatıyor. Duymanın anlamlandırmadan önce geldiğinin belirterek bu ikisi arasında bir kronoloji yaratıyor ve aradaki zaman dilimini fantezi oluşturulan bir evre olarak görüyor. Beyrut performansının karanlıkta gerçekleşmesi, seyirciyi sadece sesle ilgilenmekle bırakmıyor ve onun sesle kurduğu ilişkiyi de değiştiriyor olabilir. Eğer görüş açısında bir beden bulunsaydı onun vücudu aracılığıyla ilettiği bilgileri de işleyecek olan seyircinin algılarının ve zihinsel faaliyetinin bir bölümü gördüklerine rezerve edilmiş olacaktı. Görülen tek şeyin karanlık ve belki yakında oturan seyircilerin belli belirsiz konturlarının olduğu bir atmosferde duyulan seste deşifre edilebilecek nitelikler çoğalıyor olabilir mi? Sesin Freud tarafından fantezi oluşumda oynadığı rol düşünüldüğünde, performansların düzenekleri, seyircinin hayal gücünü başka türlü çalıştırmaya vesile olabilir mi? Cevaplar ne olursa olsun, performans icrasında sese dair artan duyarlılık, sesin kullanımında performans öncesi yapılabilecek çalışmalar için de zemin hazırlıyor. Sesi, izleyicinin fantezi dünyasını tetikleyecek, boğumladığı sözcüklerin anlamları dışında da bir hikaye anlatabilecek ve bedenin enerjisinin işitsel bir tercümesini yapabilecek bir araç olarak görmek, hem oyuncunun enstrümanına yaklaşımını dönüştürebilir hem de seyirciyle kuracağı ilişkiyi yenilemesini sağlayabilir.

## SONUÇ

Bir dizi için deneme çekimi verdiğim bir kasting odasında, sahneyi ilk oynayışımın ertesinde, görevli bir kere daha almadan önce bana geri bildirimde bulunurken, sesimi melodik kullandığımı söyledi. Bunu gay gibi konuştuğumun örtük bir ifadesi olarak algıladım. Bu örneği vererek o görevliyi eleştirmiyorum, tersine kullandığı tabiri beğendim ve ne demek istediğini anladım. Karakterin konuşmasından bekleneni vermediğim için bana böyle bir geri bildirimde bulunması lehimeydi çünkü konuşma ve tonlama biçimimi değiştirebilirdim. Ses, birçok araştırmada bu yönde elde edilen bulguların da desteklediği üzere, kişinin cinsel yönelimine dair işaretler barındırıyor. İstisnalar olmakla birlikte, gay bir erkeğin sesi ile heteroseksüel bir erkeğin sesi arasında onları birbirlerinden farklı kılan özelliklerden bahsediliyor. Konuyla ilgili David Thorpe'un yönettiği *Do I Sound Gay?* belgeselini izlemek daha kapsamlı düşünmeye sevk edebilir.

Oyunculuğa dair bir çok blokajımı, başka oyuncuların söyledikleri sayesinde çözdüm. Oyuncular toplumda çok prestijli statülere kavuşabiliyorlar ve bu gençliğimde oyunculuğa layık olup olmadığım ile ilgili soru işaretlerine sebep oluyordu. Sanki özel insanların icra etmesi gereken bir mesleği elde etmeye uğraşır gibi hissediyordum. İngiliz oyuncu Tom Cullen'ın youtube'daki bir röportajında geçmişte sahip olduğu benzer bir hissiyattan bahsetmesi bana yalnız olmadığım düşüncesini verdi ve oyunculuk mesleğinin medyada bazı sunuluş biçimlerinin böyle yanılgılara sebep olabileceği fikrini edindim. Oyunculuk yapmama mani olacağını düşündüğüm özelliklerim ve komplekslerimle ilgili örnekleri çoğaltabilirim. Performanslarını başarılı bulduğum için ne konuştuklarını merak ettiğim oyuncuların, mesleklerine dair anlattıkları sayesinde, bana engel teşkil eden birçok düşüncemi iyileştirdim. Bu bana, benim söylediklerimle ilgilenilmesi durumunda, benzer olumlu bir etkileşimi sağlayabileceğim düşüncesini verdi. Bu nedenle özellikle giriş ve sonuç bölümlerinde, direk ve kişisel bir dil kullanarak, kendimi olası meraklı oyunculara açmak istiyorum.

Günün birinde dile getirdiklerim, gay olduğu için kişiliğiyle ilgili problemler olduğu yanılığına düşen bir oyuncuya yardımcı olursa, oyunculuk yapmamın gerçekten bir işlevi olur. Bu yüksek lisans tezi vesilesiyle, sesi erotik bağlamında araştırırken, bana söyledikleri olumlu tesir etmiş insanların bendeki etkilerini okuyucu için mümkün kılmayı önemsedim. Oyunculuk çalışmalarında cinselliğin nasıl bir yere sahip olduğunu ve nasıl konuşulacağını ses ekseninde tartışmaya açtım, araştırmalarımda karşıma çıkan kaynaklardan alıntılarla düşüncelerimi ilerlettim ve konulara örnek teşkil etmeleri için oyunculuk deneyimlerim ile hayattan gözlemlerimden faydalandım. Çalışmanın en heyecan verici yönü, tezin konusunu belirlerken sahip olduğum düşüncelerin, farklı alandaki profesyonellerin yazdıklarıyla desteklenmesi oldu. Sesin cinsellekle ilişkisini anlamaya ve düşünmeye yarayacak düşünceleri keşfetmek beni anlatıları aracılığıyla da olsa, çok değerli insanlarla tanıştırdı.

“Öte yandan, bir insanın sesi sadece kendi limitleri içinde değiştirilebilir ve vokal niteliklerin değişkenlerinin çoğu kişinin biyolojisinden ve genetiğinden tartışmasız biçimde etkilenmiştir”

M. Hughes & G. Gallup (2008).

Tezim oyuncunun sesiyle ilgili yeni keşifler yapmasına, onu anatomik ve sosyal anlamlarıyla daha iyi tanınmasına ve cinselliğinin bir parçası olarak görmesine vesile olabilir. Bu tezin kaynakçası da, ses ile ilgili yapılabilecek diğer araştırmalara yön verebilir. Tez boyunca sesin erotik bağlamında düşünmeyi mümkün kılacak özelliklerini belirleyip düşünmeye açtım ve bunlar yeni çalışma konularını doğurabilir. Ses hakkında konuşulurken, onu oluşturan etmenlerin çalışma alanlarının çokluğu nedeniyle birçok disiplinin araştırmaları bir araya geliyor ve her yeni yaklaşım, araştırmacıyı farklı bir literatürle karşılaştırıyor. Oluşan her merak yeni bir araştırma doğurabilir ancak bu tez aracılığıyla üzerinde durulmak istenen konulardan biri, oyunculuk çalışmalarındaki araştırmaların, evrensel bilimsel yöntemlerle ilerlemesinin gözetilmesinin önemidir. Oyunculuk mesleği, belki bu mesleği icra eden ünlü kişilerin medyadaki demeçlerinin ve oyunculuk eğitmenleri ya da kurumlarının sonuç odaklı vaatleriyle, büyülü bir kiske

içinde değerlendirilebiliyor. Mesleğe esrar katmak amacıyla, dayanağı olmayan ve oyuncuların değişim ve dönüşüm geçirmelerini sağlayacağı iddia edilen mistik öğretiler popülerlik kazanabiliyor. Halbuki oyunculuk tıp ve seksoloji gibi uzmanlık alanlarının da odağında yer alan beden ile icra edilebiliyor ve sesin de üretildiği bedene dair söylenebilecek her şeyi bilimsel perspektiflerle sorgulamak oldukça geçerli bir tutum. Bu sayede, oyuncular bedenlerinin ve seslerinin olasılıklarını daha iyi tanıyabilir ve gerçekleştirilmesi imkansız ve idealize edilmiş normlara erişememenin hayal kırıklığını yaşamaktan uzaklaşıp, kendi bedenlerinden keyif almanın yollarını araştırabilirler.

## KAYNAKÇA

- Abitbol, Jean 2006, *Odyssey of the Voice*, Plural Publishing.
- Abitbol, Jean 2017, *The Power of the Voice*, Plural Publishing.
- Aguilera, Delphine 2008, "Sexualité et voix", *Le Sociographe*, vol.27, no.3, pp. 23-30.
- Altman, Mara 2018, *What our sex sounds say about us*, Time, İncelendiği tarih 5 Mayıs 2019  
<http://time.com/5370374/sex-sounds-noises-faked-mara-altman-gross-anatomy/>
- Balanuye, Çetin 2017, *Spinoza'nın Sevinci Nereden Geliyor?*, İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Berry, Cicely 1991, *Voice and the Actor*, New Jersey: Wiley Publishing.
- Brillat-Savarin, Jean Anthelme 2009, *The Physiology of Taste*, Merchant Books.
- Campo, Giuliano 2010, *Zygmunt Molik's Voice and Body Work: The Legacy of Jerzy Grotowski*, London: Routledge.
- Denizoğlu, İltter 2012, *Klinik Vokoloji Ses Terapisi*, Ankara: Akademisyen Yayınevi
- Dolar, Mladen 2013, *Sahibinin Sesi*, İstanbul: Metis Kitap
- Féral, Josette 2007, *Mises en scène et jeu de l'acteur: Entretien Tome 3: Voix de femmes*, Montréal: Québec Amérique.
- Giddens, Anthony 2014, *Mahremiyetin Dönüşümü*, İstanbul: Ayrıntı Yayın.
- Garrison, Omar 2016, *Tantra Seks Yogası*, Okyanus Yayıncılık.
- Izdebski, Krzysztof 2007, *Erotic and Orgasmic Vocalization: Myth, Reality or Both?*, in *Emotions in the Human Voice*, Volume:1 Foundations, Plural Publishing.
- Linklater, Kristin 2003, *Vox Eroticus*, *American Theatre Magazine*.
- Linklater, Kristin 2006, *Freeing the Natural Voice*, Chicago: Drama Pub.
- M. Hughes & G. Gallup 2008, *Why Are We Attracted to Certain Voices? Voice as an Evolved Medium for the Transmission of Psychological and Biological*

Information, in *Emotions in the Human Voice*, Volume 2: Clinical Evidence, Plural Publishing.

Martin, Jacqueline 1991, *Voice in Modern Theatre*, London: Routledge.

Morris, Eric 2012, *Fütursuz Oyunculuk*, İstanbul: Alfa Yayınevi.

Mccallion Michael 1998, *The Voice Book: For Actors, Public Speakers and Everyone Who Wants to Make the Most of Their Voice*, London: Faber&Faber.

Nutku, Zeynep 2012, Çağımız tiyatro eğitiminde ses-nefes-beden ilişkisi, Süleyman Demirel Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi Hakemli Dergisi, Özel sayı, pp. 208-2019

Paris, Ghislaine 2016, *Cinselliğin Önemi*, İstanbul: Ayrıntı Yayın.

Pigani, Erik 2009, *Aimer sa voix, c'est s'aimer soi*, İncelendiği tarih 5 Mayıs 2019, <https://www.psychologies.com/Moi/Se-connaître/Estime-de-soi/Articles-et-Dossiers/Aimer-sa-voix-c-est-s-aimer-soi>

Pisk, Litz 2017, *The Actor and His Body*, Methuen Drama, Londra.

Rodenburg, Patsy 1993, *The Right to Speak: Working with the Voice*, London: Routledge.

Schlichter, Annette 2014, Un/Voicing the Self: Vocal Pedagogy and the Discourse-Practices of Subjectivation, Johns Hopkins University Press, vol.24, no. 3.

Suner, Levent 2011, Nefes ve Oyuncu, Tiyatro Araştırmaları Dergisi, vol.31, no.1, 79-90

Şen, Cem 2012, *Nefes Kitabı*, Klan Yayınları.

Tolle, Eckhart 2001, *Şimdinin Gücü*, İstanbul:Akaşa Yayın.

Worsley, Victoria 2017, *Feldenkrais For Actors: How to do less and discover more*, London: Nick Hern Books.

## ÖZGEÇMİŞ

### **Kişisel Bilgiler**

Adı Soyadı : Nadir Sönmez  
Doğum Yeri ve Tarihi : 09/11/1989

### **Eğitim Durumu**

Lisans Öğrenimi : Paris III Sorbonne Nouvelle Üniversitesi Tiyatro  
Çalışmaları  
Yüksek Lisans Öğrenimi : İstanbul Kadir Has Üniversitesi Oyunculuk Yüksek  
Lisansı  
Bildiği Yabancı Diller : İngilizce, Fransızca

### **İş Deneyimi**

Çalıştığı Kurumlar ve Tarihleri: Didaskali Tiyatro, 2012 - 2014

### **İletişim**

Telefon : 0538 020 06 24  
E-posta Adresi : nadirsonmez@gmail.com