

Stanislavski'nin *Fiziksel Eylemler Yöntemini* Geliştirirken Temel Aldığı Bilimsel Dayanaklar ve Oyunculukta Duygunun Kaynağı¹

Süleyman Karaahmet²

Özet

19. yüzyılın son evresi hem sanat hem de bilim disiplinlerinde beden-zihin ilişkisine dair düşünsel çerçevenin kökten yeniden tanımlandığı bir döneme işaret eder. Pozitivist dünya görüşünün etkisiyle, insan davranışı ve zihinsel işleyiş, nicel olarak ölçülüp sistematik biçimde çözümlenebilecek araştırma alanları olarak konumlandırılmış; bu paradigma kayması, sanatta duyguların gözlenebilir ve nesnel ölçütlerle değerlendirilebilen eylem analizlerine yönelimini beraberinde getirmiştir. Tiyatro sanatında 20. yüzyılın başlarında köklü bir dönüşüm başlatan Konstantin Stanislavski, bilimsel çalışmaların yoğunlaştığı ve yeni buluşlara imza atıldığı bu dönemin sanat insanlarından biridir. O zamana kadar oyunculuk eğitiminde ve pratiğinde metodik ve tekrarlanabilir bir sistem olmaması onu bu yönde araştırma yapma ve bir oyunculuk yöntemi geliştirme çabasına yönlendirmiştir. Nasıl ki bilim ölçülebilir ve deneysel olanın izindeyse, Stanislavski de sistemini geliştirirken bu ilkeler doğrultusunda hareket etmiş ve yöntemini dönemin bilimsel çalışma ve verilerine dayandırma yoluna gitmiştir. Bu noktada da tiyatrosunu bir laboratuvar gibi kullanmış, kuramsal alt yapısını oluşturduğu çalışmalarının, oyuncularla pratik denemelerini gerçekleştirmiş ve bunları seyirci önünde sinema imkanını bulmuştur. Temeldeki yaklaşımı ise duygunun kaynağına erişim üzerinedir. Sahnede gerçekliği yakalamak isteyen Stanislavski, bunun ancak, insan beyninin bilinç vasıtasıyla erişilemeyecek bir bölgesinde yer alan duygu merkezinin tetiklenerek duyguların açığa vurulması üzerine gerçekleşebileceği savı üzerinden hareket etmiştir. Bu inceleme, Stanislavski'nin Fiziksel Eylemler yöntemini geliştirirken bir yol gösterici olarak yararlandığı ve sistemin dayanak noktası olarak kabul edilen bilimsel verilerin incelenmesi üzerine bir çalışmadır.

- 1 Bu çalışma “Stanislavski Sisteminde Fiziksel Eylemler Yönteminin İncelenmesi ve Bir Uygulama” adlı sanatta yeterlik tezinden üretilmiştir.
- 2 Dr. Öğr. Üyesi, Anadolu Üniversitesi Devlet Konservatuarı Sahne Sanatları Bölümü Tiyatro Anasanat Dalı, suleymankaraahmet@gmail.com, 0000-0002-8442-5895

Giriş

Stanislavski, yalnızca döneminin değil, sonrasındaki tüm oyunculuk sistemlerinin kurucu figürlerinden biri olarak kabul edilmektedir. Stanislavski'nin yaklaşımı, oyuncunun sahnede *gerçekliğe* ve *inandırıcılığa* ulaşmasına yönelik sistemli bir teknik geliştirme çabası üzerine temellenmiştir. Bu bağlamda, Stanislavski'nin amacı, yalnızca geçmiş dönem kalıplarının yıkılmasına yönelik bir çaba olmaktan öte, dönemin bilimsel gelişmelerinin temel alındığı yeni ve metodolojik bir sistem kurulmasına yöneliktir. Günümüze dek uzanan tüm oyunculuk yaklaşımlarının, doğrudan ya da dolaylı biçimde Stanislavski'nin sanatsal mirasından etkilenmiş olduğu söylenebilir. Candan'a göre "Stanislavski, oyunculuk üzerine yöntem geliştiren ilk büyük sanatçıdır. Öyle ki yüzyıl boyunca etkili olmuş, ardından gelen tüm yaratıcılar kendi geliştirdikleri kuram üzerinden onunla hesaplaşmak zorunda kalmıştır" (2003, s. 32). Onun yöntemi, insan gerçekliğinin, dıştan ve içten, maddi ve manevi, bedensel ve ruhsal bir bileşim olduğu inancına dayanmaktadır. Ona göre, fiziksel olanla ve ruhsal olan bölünemez bir şekilde birbirine bağlıdır (Jones, 1986, s. 38). Temelleri 1908-1909 yılları arasında atılan (Whyman, 2012, s. 69) *Stanislavski Sisteminin* özü, *bilinçli bir teknik ile bilinçdışına ulaşmak* üzerine kuruludur. "Bir oyuncunun sahnede yaratıcı hale gelmesini sağlayan adımlardan" (Stanislavski, 2015, s. 9) bahsedebileceğine inanan Stanislavski için, belli bir duygu durumuna ulaşabilmenin en temel yolu ancak bilinçdışının derin kaynaklarına ulaşabilme koşuluyla mümkün görünmektedir (1996, s. 30). Ona göre bir sahne eserinin başarılı bir şekilde ortaya çıkması yalnız prodüksiyonun büyüklüğüne değil aynı zamanda sahnede tüm gücü ve gerçekliğiyle yer alabilen oyuncuların varlığına bağlıdır. Stanislavski yönetmen-oyuncu bağlamına dair "Bir yönetmenin hayalleriyle onların gerçekleştirilmesi arasında bir uçurum olduğuna bir kez daha inandım; yeni sanat, bütünüyle yeni bir teknikle donanmış yeni oyunculara ihtiyaç duymaktaydı" (Beneditti, 2012, s. 41) ifadelerini kullanmıştır. Bu yaklaşımı, bir oyunculuk metodolojisi yaratma düşünceyle ivmelenerek, 1906-1912 yıllarını kapsayan ve *Psikolojik Eylemler Yöntemi* diye de ifade edilen ön çalışma dönemini oluşturacaktır. Stanislavski, Beneditti'nin aktarımıyla "oyunculuk sanatının (fizyolojik, fiziksel, entelektüel, duygusal, tarihsel) tüm yönlerini araştırma dönemine girdi. Ne var ki, yaslanabileceği herhangi bir bilgi birikimi mevcut değildi" (2012, s. 45). Bunun üzerine çalışmalarını genel-geçer yasalara dayandırmak adına, kaynak olabilecek bilimsel yöntemleri araştırma yoluna gitmiştir.

1. Modernizm ve Beden-Zihin İlişkisi

19. yüzyılın sonları hem sanatta hem de bilimde beden-zihin ilişkisine dair köklü dönüşümlerin yaşandığı bir dönemdir. Pozitivizmin etkisiyle insan davranışı ve zihni ölçülebilir, sistematik olarak incelenebilir bir alan olarak görülmeye başlanmış; bu da sanatta duygusal dışavurumun yerini ölçülebilir ve gözlemlenebilir davranış analizlerine bırakmasına yol açmıştır. Tiyatro da bu dönüşümden payını almıştır. Yaşanan gelişmeler, yalnızca dönemin bireyinin yaşam pratiklerini dönüştürmekle kalmamış; aynı zamanda bu dönüşüme koşut olarak yeni bir insan tasavvurunun oluşumuna da zemin hazırlamıştır. Whyman'ın ifadesiyle:

Sanayileşmenin başlamasıyla, 1886'da motorlu taşıtların, 1895'te ilk hareketli filmlerin, 1903'te uçağın icat edilmesiyle on dokuzuncu yüzyılın sonlarında makineler çağı başlarken başat bir kavram ortaya çıktı. Modernizmin makine takıntısı insan bedeninin kavramsallaştırılma biçimine kadar uzanınca insan bedeni tinsel boyut taşıyan bir makine olarak algılanır oldu. (2012, s. 16)

Modernizm dolayısıyla şehirlere göç, endüstrideki gelişimler ve makineleşme algısının içerisinde, tinsel boyutun da dönüşüme uğramasını sağlamıştır. Bu dönüşüme ayak uydurmaya çalışan sanatçılar da bireysel dertlerden, romantik acılardan ve buhran dolu duygulardan uzaklaşıp yaşam savaşı ve onun koşulları üzerine çalışmaya başlamışlardır (Şener, 1991, s. 185). Toplumsal dönüşümlere paralel olarak sanat da dönemin düşünsel iklimine uygun şekilde yeniden şekillenmekte; başka bir ifadeyle dönüşüm, yalnızca endüstriyel ya da sanatsal alanlarda değil, eş zamanlı ve birbirlerine koşut olarak bilimsel gelişmelerde de kendini göstermektedir.

Farklı disiplinlerin etkileşiminden doğan entelektüel zemin sayesinde, Wilhelm Wundt ve Gustav Fechner gibi psikoloji eksenli düşünürlerin katkılarıyla psikoloji, bağımsız bir bilim alanı olarak biçimlenmeye başlamıştır (Whyman, 2012, s. 25). Benzer biçimde, edebiyat ve sanat çevreleri de bilimsel gelişmelere kayıtsız kalmamış; bu etkileşim, kuramsal düzlemde yeni estetik ve düşünsel yaklaşımların filizlenmesine olanak tanımıştır. Fizyoloji alanında Claude Bernard'ın, psikoloji sahasında ise Sigmund Freud'un ortaya koyduğu bulgular, edebiyatı ve sanatı derinden etkilemiştir (Şener, 1991, s. 186). Bilimsel gelişmeler ve farklı düşünce biçimleri, *makineler çağına* uyum sağlamaya çalışan modern insanın *bedenle* olan ilişkisini de yeniden şekillendirmesine zemin hazırlamıştır:

Tıp teknolojisiyle görünür ve erişilir kılınan, öznenin kimliğinin ikamet ettiği beden artık hayal edilen ya da temsili değil, tümüyle gerçek bir şeydir. Dünyanın gösterimleri bu gerçek beden sayesinde mümkündür. Beden, dünyanın duygular ve algılarla kavranmasını mümkün kılan, dışarıyla içinin ara yüzüdür. (Feral, 2019, s. 244)

Friedrich Wilhelm von Schelling, zihin ve beden arasındaki ilişkiyi sorgulayan ve bu bağlamda tiyatro kuramını geliştirmeye çalışan Stanislavski üzerinde etkili olmuş önemli bir filozoftur. Stanislavski, Schelling'in *Doğa Görünür Tın, Tın De Görünmez Doğadır* önermesi üzerinden, Doğa Felsefesi ile ilgilenmeye başlamıştır (Whyman, 2012, s. 25). Stanislavski'nin takip ettiği isimlerden bir tanesi de 1913'te yayımlanan *Psychology* adlı kitabında, "birbiriyle bağlantılı olan duygu ve imgelerin ve arzu ya da iradeye dayalı çaba gibi ruhsal durumların devinime yol açtıklarını" (Whyman, 2012, s. 33) ifade eden Faddeev'dir.

Stanislavski, çağının bilimsel keşiflerini yakından izleyerek, geliştirdiği oyunculuk sisteminde bilinç ile bilinçdışı kavramlarına sıkça yer vermiştir. Asıl amacı bilinç yolu ile bilinçdışına ulaşmak olan Stanislavski, ruh ile beden uyumunu yakalamaya çalışmıştır. Ona göre tüm yönelimler fiziksel ve aynı zamanda psikolojik olabilir (2011, s. 63) ve bilinçli bir yaklaşım ancak oyuncunun duygularını tetiklediği sürece teatral açıdan işlevseldir (2011, s. 61). Stanislavski için, yaşamda ve sahne üzerinde gerçekleştirilen eylemler ile bu eylemleri tetikleyen nedenler arasında güçlü bir bağ bulunmaktadır; bu nedenle rolün fiziksel ifadesi ile ruhsal yapısı birbirinden kopmaz biçimde bağlantılıdır (2015, s. 49). Esas amaç, sahnede rol aracılığıyla bu bütünleşik ilişkiyi kurmaya olanak sağlayan bir sistem geliştirmektir. O, bu bağı şu sözlerle açıklamaktadır: "Aslında her fiziksel eylemde, fiziksel eylemi doğuran bir iç psikolojik dürtü bulunur; keza, her psikolojik içsel eylemde, hareketin psişik doğasını dışa yansıtan bir fiziksel eylem söz konusudur" (2015, s. 10). Bir başka ifadeyle, her duygu belirli bir eylemi tetiklerken, her eylem de içinde bir duygu taşımaktadır.

Stanislavski, sisteminin temelini oluştururken Fransız psikolog Ribot'un görüşlerinden de yararlanmıştır. Whyman'ın aktarımıyla, "Ribot gibi çağrışımçı psikologlar, zihnin keşfedilebilir fiziksel yasalara göre işleyen bir sistem olduğunu" (2012, s. 80) savunmuştur. Bu yaklaşım, Stanislavski'nin *bilinçli teknikle bilinçdışına erişim* hedefiyle örtüşmektedir. Ayrıca, oyunculuğun dilini oluşturacak bir terminoloji geliştirme açısından da bu kuram önemli bir temel teşkil etmektedir:

Ribot, *Coşkuların Psikolojisi* adlı kitabında ve 'Yaratıcı İmgelem' üzerine makalelerinde Stanislavski'nin kendi kuracağı stüdyoda yürüteceği çalışmalara ışık tutacak fikirler öne sürmüştü. Bunlardan ilki, herhangi bir coşkunun fiziksel sonuçlar doğurmaksızın var olamayacağıydı. Ribot, Biçimlendirilmemiş ya da gövdeselleşmemiş bir duygunun yok sayılacağını belirtiyordu. Ruh ve beden arasındaki bu ortak bağımlılık teorisi, Stanislavski'yi, "her fiziksel aksiyonun içinde psikolojik ve psikolojik olanın içinde de fiziksel bir unsur yatar" önermesine götürdü. (Karaboğa, 2012, s. 56-57)

Stanislavski Sistemi'nin ön çalışmalarına dayanan *Psikolojik Eylemler Yöntemi* içerisinde, *duyu belleği* ve *sihirli eğer* yöntemleri kullanarak oyuncunun duygusal duruma ulaşması ve bu duygu hali ile, sahneye yönelik bir motivasyonun oluşması ve de dışa yansıyan davranışlar sayesinde ise rolün iç dünyası ile dış yaşantısı arasında organik bir bağlantı kurulması hedeflenmiştir. Ancak pratikte, duygu dünyasının kapılarını aralamak için başka yöntemlere ihtiyaç duyulduğu görülmüştür. Benedetti'ye göre "Bir rolün hayal gücüne dayanılarak hazırlanması ve onun fiziksel ifadesi arasındaki ayrım yapaydı ve kendi pratiği tarafından boşa çıkarılmıştı" (2012, s. 63). Bunun üzerine tekniğin tekrar gözden geçirilmesi adına Stanislavski, 1911-1912 yıllarında (Whyman, 2012, 95) ilgilenmeye başladığı ve terim olarak ilk kez 1934 yılında (Whyman, 2012, s.69) adından bahsettiği Fiziksel Eylemler Yöntemi üzerine çalışmalarına yoğunlaşmıştır.

2. Fiziksel Eylemler Yöntemi

Stanislavski Psikolojik Eylemler Yönteminin merkezine, oyuncunun geçmiş yaşantılarından süzölmüş duygusal izlere dayanan bir kavram olan *duyu belleği*ni yerleştirmiştir (Whyman, 2012, s. 69). Bu yöntemle, oyuncunun sahne üzerinde özgün bir duygulanıma erişmesi, kuramsal olarak mümkün kabul edilmektedir. Ulaşılan bu duygulanımın, bedende spontane tepkiler yaratması ve bu tepkilerin oyunculuk sürecine içkin bir organiklik kazandırması beklenmektedir. Ancak uygulamada asıl mesele, duygunun nasıl çağrılacağı ve içsel dünyadan nasıl yüzeye taşınacağıdır.

Benedetti'nin aktarımıyla Stanislavski, duyguların zorla ortaya çıkarılamayacağını, onların nazikçe davet edilmesi gerektiğini savunmuştur. Ona göre, "Duygular ayartılmalı, tatlılıkla ikna edilmeliydiler. Oyuncuya dışsal gerçek ve bilgiden oluşan bir taburla hücum etmek ne kadar yanlışsa, oyuncunun kendi duygularına hücum etmesi de o kadar yanlıştı" (Benedetti, 2012, s. 71). Stanislavski'nin önündeki temel sorun, duyguyu sahnede yeniden üretmenin zeminini oluşturmak, bir başka deyişle, onu *ayartmanın* yöntemini bulmaktı. Bu arayış, Stanislavski'yi Pavlov'un çalışmalarına yönlendirmiştir:

Pavlov canlıların tepkileriyle sinir merkezi olan beyinleri arasındaki bağlantıyı bulmuştu: Canlı belli uyarılara karşı, istencinin denetimi dışında kalan belli tepkileri gösteriyor, uyarılara eşlik eden koşullara da koşullanıyordu. Bu koşullar uyarılardan bağımsız olarak oluştuğunda canlının aynı tepkiyi gösterdiği görüldü. Stanislavski, Pavlov 'un şartlı refleks adını koyduğu bu fizyolojik olgudan hareket ederek yeni bir oyuncu çalıştırma yöntemi uygulanmıştır. (Şener, 2003, s. 135)

Bu yöntemin özünde, daha önceki sisteminde olduğu gibi duygulardan hareketle eyleme ulaşmak yerine, eylemin, içsel süreçleri harekete geçirerek duyguların kendiliğinden ve yansız bir biçimde ortaya çıkmasını sağlama düşüncesi yer alır. Başka bir deyişle, sahne üzerinde duygudan bağımsız gerçekleştirilecek fiziksel bir eylem, tam da oluşması arzulanan duygunun belirmesini sağlayacaktır.

3. Bilimsel Dayanaklar

Stanislavski, sistemini bu doğrultuda yeniden yapılandırırken yalnızca teatral denemelere değil, aynı zamanda çağının erişebildiği tüm bilimsel yaklaşımlarına da başvurmuştur. Bu bağlamda, Fransız psikolog Théodule Ribot'un çalışmaları onun düşünce dünyasında önemli bir yer edinmektedir. Ribot'un çağrışımçı psikoloji anlayışı, Stanislavski'ye, bilinçdışı süreçlere bilimsel bir zemin üzerinden yaklaşabilme olanağı sunmuştur:

Ribot, biçimlendirilmemiş ya da gövdeselleşmemiş bir duygunun yok sayılacağını belirtiyordu. Ruh ve beden arasındaki bu ortak bağımlılık teorisi, Stanislavski'yi, 'her fiziksel aksiyonun içinde psikolojik ve psikolojik olanın içinde de fiziksel bir unsur yatar' önermesine götürdü. (Karaboğa, 2012, s. 56-57)

Stanislavski'nin yöneldiği yeni oyunculuk yaklaşımı, doğrudan duyguya ulaşma çabasını bir kenara bırakarak, duyguyla bağ kurabilecek fiziksel eylemlerin sahne üzerinde gerçekleştirilmesini esas almaktadır. Stanislavski ile birlikte çalışan Toporkov, bu yaklaşımın prova süreçlerindeki yansımalarını şu sözlerle dile getirmektedir:

Sadece fiziksel davranışla meşgul oluyorduk: Diğer oyuncunun neredeyse tam arkasında otururken onun seni göremeyeceği ama senin onu izleyebileceğin şekilde masanın yanında nasıl saklanılır, karşıdaki kişi aniden nasıl durdurulur, karşıya giderken yolu nasıl kesilir ve kimseye çaktırmadan karşıdaki kişiye nasıl rüşvet verilir gibi. Oyun metniyle alakamız yoktu. (2017, s. 90)

Stanislavski'nin sistemini biçimlendiren bilimsel kaynaklardan biri de fizyolog Seçenov'dur. Onun, bireyin henüz kendi duygularının farkına varmadan, beden bu içsel durumu dışa vurduğuna dair yaklaşımı (Moore, 2009, s. 44) Fiziksel Eylemler Yöntemi açısından büyük önem taşımaktadır. Bu yöntemde esas amaç, sahne metninin sunduğu koşullar doğrultusunda, belirli bir hedefe yönelmiş fiziksel eylemler aracılığıyla, oyuncunun doğru duygu durumlarına ve bedensel itkilere ulaşmasının sağlanmasıdır. Buna paralel olarak, James ve Lange'in görüşlerini özetleyen "Duyguların kaynağının zihinsel ya da psikolojik süreçler değil, daha çok içsel, fizyolojik ve sinirsel mekanizmalar olduğu" (Whyman, 2012, s. 88) önermesi, sistemin dayandığı temel görüşlerden bir tanesidir.

Rast gele gerçekleştirilen bir *fiziksel hareket* ile duruma uygun seçilen bir *fiziksel eylem* arasındaki fark, sistemin özünü oluşturmaktadır. *Bir odaya girmek* fiziksel bir harekettir; birisine *müjdeli bir haber vermek* için *bir odaya girmek* ise fiziksel bir eylemdir. Birincisinde oyuncunun belirgin bir amacı yoktur; ikincisinde ise bir *amaç*, bir *sebebe* vardır. Bu hem oyuncuya oynamak için bir gerekçe sunmakta hem de dikkate değer bir *durumun* oluşmasına zemin hazırlamaktadır. Odaya giriş sebebi *müjdeli bir haber vermek* yerine *içerideki birisine zarar vermek* olarak seçildiği taktirde ise bu başka bir *durum* yaratacak ve doğal olarak bu da farklı *duygu* ve itkilerin tetiklenmesini sağlayacaktır.

Beynimizin Parmak İzleri adlı kitabında Barrett “Klasik duygu görüşüne göre, *parmak izi* adı verilen duygu devrelerinden birçoğu beynimizde mevcut ve her birinin harekete geçirdiği bir dizi eylem var” (2018, s. 11) düşüncesini öne sürmüştür. Ona göre: “Her uyanışınızda beyniniz, eylemlerinize rehberlik etmek ve hislerinizi anlamlandırmak için kavramlar olarak düzenlenen geçmiş deneyimlerinizi” (2018, s.58) kullanmaktadır. Beneditti’in konuya dair yaklaşımı ise şu şekildedir:

Sinirsel ‘sistem’ tüm önceki deneyimlerin izlerini taşır. Her zaman elde edilebilir olmasa da bunlar zihinde kaydedilir. Ani bir uyarıcı –bir dokunuş, bir ses, bir koku- hafızayı tetikleyebilir. Geçmiş olayları yeniden yaratmak, geçmiş duyguları canlı bir biçimde yeniden yaşamak mümkündür. Sadece bu değil; benzer deneyimler birleşme eğilimindedir. Belirli bir olayın hatırası benzer olayların, benzer duyguların hatıralarını çağırır. (2012, s.46)

Bu anlayış, beynin çalışma biçimini daha yakından inceleme gerekliliğini beraberinde getirmektedir. Bilimsel araştırmalar, duyguların merkezinin beyinde yer alan *Limbik Sistemle* doğrudan ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Goleman, 2006, s. 37) ve Ekman’a göre, bilimsel çalışmalar, duyguların kökeninde yer alan nörolojik süreçlerin işleyişini ve örgüsünü giderek daha net biçimde tanımlamaktadır (2013, s. 40). Bilim insanları, evrimsel gelişim açısından beyni üç temel bölüme ayırmaktadır. En ilkel yapı olan ve zihin tarafından en az müdahale edilebilen alan olarak tanımlanan *beyin sapı*, evrimsel süreçte *sürünge* *beyni* olarak adlandırılır. Nefes alıp verme, kalp atışı gibi yaşamsal işlevleri düzenler. İkinci katman, memelilere özgü olan ve *limbik sistem* adı verilen bölgedir. Duygu, istek, dürtü gibi biliş öncesi tepkileri yöneten bu yapı da bilinçli denetimin dışındadır. Üçüncü ve en gelişmiş katman ise *neokortekstir*; insan beyninin düşünme, planlama ve mantık yürütme gibi bilişsel işlevlerini yürüten, zihinsel kontrolün merkezi olan bölgedir (Goleman, 2006, s. 37).

Duygu, yalnızca gündelik yaşamın dinamiklerini belirleyen bir unsur değil, aynı zamanda oyunculuksanatının da temelyapıttaşlarından biridir. Damasio’ya

göre, “Birincil duygular, başrolde amigdala ve ön singulatin bulunduğu limbik sistem devrelerine” (1998, s. 139) dayanmaktadır. Refleksif yasalarla işleyen ve zihinsel müdahaleye kapalı olan bu sistem, oyunculuk pratiğinde *duygunun* ortaya çıkmasını sağlayan merkezdir. Dr. Damasio, duyguları iki kategoriye ayırmaktadır: İlki, doğuştan gelen ve limbik sistemdeki amigdala tarafından düzenlenen birincil duygular, ikincisi ise, yaşantılar yoluyla edinilen temsillere dayanan ikincil duygulardır. Ancak Damasio’ya göre, bu ikincil duyguların oluşumu da birincil duygularla doğrudan bağlantılıdır (1998, s. 143). Bu durum, Stanislavski’nin *duyu belleği* kavramında işaret ettiği tüm duygulanım alanlarının, beynin bilinçle doğrudan erişilemeyen bir bölgesinde yer aldığını kanıtlar niteliktedir. Stanislavski’ye göre, bu gizemli bölgeye ancak dolaylı biçimde ulaşmak mümkündür ve bunun yolu da duyguları tetikleyebilecek eylemlerden geçmektedir. Gerçekleştirilecek basit fiziksel eylemler, beynin zihin ile ulaşamayacak bölgesini harekete geçirecek ve bu da duygunun çağrılabilmesini sağlayacaktır.

Eylemlerin duygusal tepkiler yaratabilmesinin temelinde ise, yaşanan her deneyimin sinir sistemi aracılığıyla belleğe kodlanması yatmaktadır. Moore’a göre: “Hayattaki her deneyim, merkezi sinir sistemimizde bir iz bırakır ve sonuç olarak verili bir deneyimi yaşayan sinirlerimiz benzeri bir uyarana karşı daha duyarlı bir hale gelir” (2009, s. 74). Başka bir ifadeyle, fiziksel eylemler, beyinde kayıtlı olan benzer deneyimleri harekete geçirerek duyguları uyandırmaktadır. Psikolog Ekman, konuyu bilgisayar metaforuyla açıklayarak, deneyimlerimizin *duygu alarm veri tabanında* saklandığını belirtmiş ve bilinç dışı olarak beynimizin, bu veri tabanındaki kayıtlara benzer durumları sürekli tarayıp, bir eşleşme bulduğunda alarm verdiğini (2013, s. 59) aktarmıştır. Ekman, bir başka kaynağında ise oyuncular üzerinde yapılan ilginç bir deneyden bahsetmiştir. Bu çalışmada oyunculardan, gerçek bir duyguya kapılmadan, sadece yüzlerindeki kasları kullanarak korku, sevinç veya endişe gibi duyguları ifade etmeleri istenmiş; sonuç kısmında ise bedenlerinde bu kas hareketlerinin tetiklediği fizyolojik tepkiler—kalp atışında hızlanma, terleme ve ciltte soğuma gibi—gözlemlenmiştir (2019, s. 123). Yani dışsal bir etkiyle beraber, zihnimiz bedenimize tepki göstermek üzere komut vermektedir. Goleman bu konuyla ilgili olarak şu gözlemi yapmıştır: “Bir duyguyu zihninizde kaydederken, onu kelimelerle tanımlayan sözel merkezler yerine, o duyguyu bedeninizde taklit eden beyin devrelerinden sinyaller alırsınız” (2007, s. 24). Bahsedilen tepkinin kökeni, bilinç dışımızda saklı duran ve geçmiş deneyimlerimizin izlerini taşıyan kayıtlı anılarımızdır. Barrett’e göre: “Yaşadığınız rastlantılardan, fotoğraflardan, filmlerden ve kitaplardan edindiğiniz geçmişteki deneyimleriniz, bugünkü hislerinizi” (2018, s. 52) anlamlandırmaktadır. Damasio ise, yaşanan anların

ve deneyimlerin zihinde nesne, olay veya sözcüklerin fotokopik kopyalar (1998, s. 108) gibi bire bir depolanmadığını belirterek, kayıt işleminin şu şekilde gerçekleştiğini ifade etmektedir:

Zihnin bütünleşmesi olarak algıladığımız şey, farklı beyin bölgelerindeki sinirsel etkinlik kümelerini senkronize eden geniş ölçekli sistemlerin birbiriyle uyumlu etkinliğiyle, yani bir tür zamanlama oyunuyla meydana gelir. Etkinlik anatomik olarak farklı beyin bölgelerinde, ama hemen hemen aynı zaman diliminde oluyorsa, sahne arkasında parçaları birleştirip, sanki her şey aynı yerde olup bitiyormuş izlenimini yaratmak mümkündür. (1998, s. 103)

Beyinde tüm kayıtlar eşzamanlı gerçekleşmekle birlikte, farklı beyin bölgeleri tarafından yürütülmektedir. Damasio, gelen görsel ve duyuşal verilerden bir tür harita oluşturan *yönlendirici temsillerden* (1998, s. 110) söz ederken ve bu temsillerin *devreler* (1998, s. 118) halinde organize olduğunu belirtmektedir. Bu önermeye göre beyin, yaşanan her deneyimi ve dışardan gelen tüm uyarıları farklı alanlara ayırarak kaydetmektedir. Benzer durumlar ortaya çıktığında, bu kayıtlı devreler ya yeniden birleşmekte ya da yeni kombinasyonlarla farklı devreler oluşturmaktadır. Bu mekanizma, beyin vücutu hayatta tutma ve değişen koşullara hızla adapte olma yolu olarak kabul edilebilir. Bu sayede oyuncunun, canlandırdığı karakterin hissettiği duyguları birebir yaşamış olması gerekmemekte; amaca yönelik yapılan eylemlerle, beyin kendiliğinden mevcut duruma uyum sağlayan bir devre yaratmakta ve bu da uygun *duygu* ve *itkilerin* ortaya çıkmasını sağlamaktadır.

Sonuç

Stanislavski, oyuncu, yönetmen ve kuramcı olarak çok yönlü bir tiyatro insanıdır. Onun önemi, sonraki dönemlere aktarılacak ve ardılı tüm oyunculuk kuramlarını etkileyecek bir yöntem yaratmasının yanı sıra, sistemini döneminin bilimsel verilerine dayanarak geliştirmesine dayanmaktadır. Temel amacı, uygulanabilmekle kalmayıp aynı zamanda tekrarlanabilir yönü olan ve tüm oyuncular için geçerli olabilecek bir yöntem, bir oyunculuk sistemi yaratmaktır. Kuramcı olarak bir başka önemi ise, geliştirdiği tekniklerin, dönemin bilimsel yaklaşımına uygun olarak, bir deneme alanı içerisinde sınanmaya açık bir şekilde oluşturulmuş olmasıdır. Onun için sahne bir laboratuvardan farksızdır. Çalışmalarının nihai sonucu sayılabilecek *Fiziksel Eylemler Yöntemi* ise, kendisi bir duygulanım içerisine girmeye çalışan bir oyuncunun sahnede oynama eylemini gerçekleştirme çabasından ziyade, duruma uygun basit eylemlerin, oyuncuyu gerekli duygu durumuna sokması üzerine kuruludur. Aslında önerme basittir; gündelik

kaygılarla uğraşan zihin ile derin duyguları ve her duruma özel tepkileri barındıran bilinçdışı arasındaki duvarı geçebilmenin koşulu, bir amaca dayalı fiziksel bir eylem ile vücudun *duygusal* ve *itkisel* bir tepki vermesini sağlamak. Stanislavski'ye göre ancak o zaman duygular *ayartılabilecek* ve oyuncu tüm gerçekliğiyle sahnede varlık gösterebilecektir.

Kaynakça

- Barrett, L. F. (2018). *Beynimizin parmak izleri* (Y. Konyalı, Çev.). Timaş Yayınları.
- Beneditti, J. (2012). *Stanislavski bir giriş* (K. Karaboğa, Çev.). Habitus Yayıncılık.
- Candan, A. (2003). *Yirminci yüzyılda öncü tiyatro*. İstanbul Bilgi Ü. Yayınları.
- Damasio, A. R. (1998). *Descartes'in yanılgısı* (B. Atlamaz, Çev.). Varlık Yayınları.
- Ekman, P. (2013). *Yalan söylediğimi nasıl anladın* (2. Basım). (E. İ. Akter, Çev.). Okuyan Us Yayınları.
- Ekman, P. (2019). *Ne düşündüğünü biliyorum* (E. Karababa, Çev.). Diyojen Yayıncılık.
- Feral, J. (2019). *Oyunculuk sanatı*. D. W. Dymkowski (Ed.), Tiyatro tarihi. (S. Sertaboğlu, Çev.). Ayrıntı Yayınları.
- Goleman, D. (2006). *Duygusal zekâ* (30. Basım). (B. S. Yüksel, Çev.). Varlık Yayınları.
- Goleman, D. (2007). *Sosyal zekâ* (O. Ç. Deniztekin, Çev.). Varlık Yayınları.
- Jones, D. R. (1986). *Great directors at work*. University of California Press.
- Karaboğa, K. (2012). *Oyunculuk sanatında yöntem ve paradoks* (2. Baskı). Habitus Yayıncılık.
- Moore, S. (2009). *Stanislavski sistemi* (Ö. Çiçek, B. Sezgin ve C. Yalaz, Çev.). bgst Yayınları.
- Stanislavski, K. (1996). *Bir aktör hazırlanıyor* (3. Basım). (S. Taşer, Çev.). Papirüs Yayınları.
- Stanislavski, K. (2011). *Bir rol yaratmak* (4. Basım). (Ç. Genç, F. Güllü ve B. Tanyel, Çev.). Boğaziçi Ü. Yayınevi.
- Stanislavski, K. (2015). *Oyuncunun el kitabı* (3. Basım). (O. Akınhay, Çev.). Agora Kitaplığı.
- Şener, S. (1991). *Dünden bugüne tiyatro düşüncesi*. Anadolu Ü. Yayınları.
- Şener, S. (2003). *İnsanı geçitlerde sınavan sanat dram sanatı*. Mitos Boyut Yayınları.
- Toporkov, V. (2017). *Stanislavski provada* (C. Yalaz, D. Dalyanoğlu ve Ö. Eren, Çev.). bgst Yayınları.
- Whyman, R. (2012). *Oyunculukta Stanislavski sistemi* (H. Gür, Çev.). Dost Kitabevi.

