

## ÇAĞIMIZ TIYATRO EĞİTİMİNDE SES-NEFES-BEDEN İLİŞKİSİ

Zeynep Nutku<sup>1</sup>

### ÖZET

Tiyatro yeni ve güncel olanı yakalayan olmalıdır. Mademki yüzyıllardır süregelen “insanı insana insanla anlatan” sanat dalıdır tanımlaması, insansız bu sanatın icra edilmeyeceğini vurgulamıştır, öyleyse, tiyatro sanatı, insana dair gelişimleri ve değişimleri takip etmek durumundadır. Bugün seyirciye ulaşmak için oyunculuk ve sahnelenme alanında daha doğal, daha evrensel bir dil, daha hızlı, daha merak uyandıran, tek bir uyarıcı ile hayalgücünü ya da düşünceleri altüst etmeye çalışan daha vurucu yöntemler yakalanmaya çalışılmalıdır. Bu da aslında sanatçının bitmek, tükenmek bilmeyen eğitimi ve araştırmaları, çalışması ile mümkün olacaktır. Ancak bu noktaya gelene kadar, oyuncunun temel eğitiminde de yeni arayışlara gidilmesi ve reform yapılması kaçınılmazdır. Konuşma Sanatı Eğitimi ya da Diksiyon adı altında görülen derslerin, beden kullanımı ile sentezlenmesi, sadece düzgün konuşan ve tonlayan değil, bedenini de sözcükler kadar anlamlı kullanan, bedeniyle de anlatan ve tüm bunların yanısıra, gündelik yaşamın da vazgeçilmezi olan nefesi de kullanarak oyunculuğu ve oyunu yaşatarak seyircisine izletebilmeli, zihninde ve yüreğinde hissettirebilmelidir.

---

<sup>1</sup> Dokuz Eylül Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi Sahne Sanatları Anabilim Dalı Doktora Öğrencisi (Devlet Tiyatrosu Sanatçısı), 1729 sok., Arca Apt. No:57 K.2 D.5 Aksoy/Karşıyaka-İZMİR, e-posta: zeynepnutku@gmail.com

*Dünyanın güzellikleri  
arasında hiçbiri insan kadar  
harikulade değildir. Çünkü insan  
konuşma sanatını öğrenmiştir.*

*Sofokles*

Tiyatro günceli yakalayan olmalıdır. Mademki yüzyıllardır süregelen ve klişeleşmiş “insanı insana insanla anlatan” sanat dalıdır tanımlaması, insansız bu sanatın icra edilmeyeceğini vurgulamıştır, öyleyse, tiyatro sanatı, insana dair gelişimleri ve değişimleri takip etmek durumundadır. Artık literatürde yer alan ve sıklıkla vurgulanan “globalleşme” terimi her alanda etkisini göstermektedir. Tiyatro da gerek tematik, gerekse pratikte globalleşmenin getirdiklerinden payını almıştır. Almalıdır çünkü globalleşme ile algılar ve kodlar değişmiştir. Seyirci, çoğunlukla çabuk tüketen, algılamak ve anlamak kaygılarını fazla gütmeyen, pratik sanattan hoşlanan bir kitle haline gelmiş, dolayısıyla, tiyatro sanatını icra edenler tarafından; seyirci kalmamaları, izlemeleri ve değerlendirmeleri dileğiyle, “izleyici” adını almıştır. İzletmek sanatçının işi olduğu için de bu noktada farklı arayışlara, sahneleme ve oyunculuk tekniklerini ortaya sürme ihtiyacı doğmuştur. Elbette bu farklı ve yeni arayışlar sadece seyircinin ihtiyaçlarını karşılamak adına değil, hitap ettiği kitleyle aynı hayatın içinden gelen, aynı derecede etkilenen oyuncunun da, ihtiyaçlarının değişmesi ile de ortaya çıkmıştır.

Globalleşme ile iletişim yolları da değişmiş, hızlanan, kolaylaşan bir iletişim ağı içinde yalnızlaşan kitleler, tiyatro gibi insanın kalabalıklarla birlikte sosyalleştikleri alanlara daha çok gereksinim duymakta ama daha doğal ve güncel olanı aramaktadır. Daha önceleri “katharsis”i; özdeşlemeyi arayan seyirci, bugün bu özdeşlemeden rahatsızlık duymakta ve kendisiyle yüzleşmekten çekinmektedir. Kendisini sorgulamaktan kaçan, kendisinden önce yaşayan kuşağın travmalarını; soykırımlar, savaşlar, açlık gibi- genetik mirasında taşıyan ve kendisi de iletişimin ve medya organlarının hızlanması ile dünyada olup biten şiddete maruz kalan seyirci, dünyadaki yerini, ahlaki değerleri, insani olanı, sanattan beklentilerini yeniden gözden geçirerek farklı arayışlara girmiştir. Bu anlamda seyirciye ulaşmak için oyunculuk ve sahnelenme alanında daha doğal, daha evrensel bir

dil, daha hızlı, daha merak uyandıran, tek bir uyarıcı ile hayalgücünü ya da düşünceleri altüst etmeye çalışan daha vurucu yöntemler yakalanmaya çalışılmalıdır. Bu da aslında sanatçının bitmek, tükenmek bilmeyen eğitimi ve araştırmaları, çalışması ile mümkün olacaktır. Ancak bu noktaya gelene kadar, oyuncunun temel eğitiminde de yeni arayışlara gidilmesi ve reform yapılması kaçınılmazdır. Konuşma Sanatı Eğitimi, Fonetik ya da Diksiyon adı altında görülen derslerin, beden kullanımı ile sentezlenmesi, sadece düzgün konuşan ve tonlayan değil, bedenini de sözcükler kadar anlamlı kullanan, bedeniyle de anlatan ve tüm bunların yanısıra, gündelik yaşamın da vazgeçilmezi olan nefesi de kullanarak oyunculuğu ve oyunu yaşatarak seyircisine izletebilmelidir. Aslında tüm bunların bir özeti olarak sahne üzerinde samimiyeti ve inandırıcılığı yakalamalıdır.

Sosyal bir varlık olan insanın iletişim kurmaya ihtiyacı vardır. Önceleri sadece sesler çıkararak ve beden dilini kullanarak anlaşmaya çalışan insan, zamanla bu sesleri hecelere, kelimelere ve cümlelere dökerek konuşmayı keşfetmiştir. Konuşma dilinin tam olarak nasıl ve ne zaman doğduğu bilinmemektedir. Ancak en önemli ve eski iletişim aracı olduğu bilinmektedir. Konuşma, insanın doğduğu andan itibaren duyarak ve konuşanları taklit ederek, öğrendiği doğal bir süreçtir. Çocuk, konuşmayı içinde büyüdüğü aileden ve çevreden duyarak, taklit ederek, bilinçsizce, kendiliğinden öğrenir. Onu konuşmaya yönlendiren şey, gereksinimlerini, sıkıntılarını, isteklerini bildirmektir. Ancak bunu yaparken sesinin tonu, etkili konuşması, telaffuzu gibi kaygıları yoktur. Amacına yönelik, içinde bulunduğu durumu vurgulamak için konuşur, bağırır hatta gerekirse ağlar. Bu çok doğal bir süreçtir, farklı ihtiyaçlara göre, farklı perdelerden çıkardığı bu kaygısız, doğal sesler birçok insanın ve dolayısıyla oyuncunun da yetişkinliğe geçerken kaybettiği bir niteliktir. Bebeklik aşamasında diyaframın bu kadar kuvvetli ve yüksek perdeden çıkabilmesinin nedenlerinden biri de budur. Elbette akciğerlerin tertemiz olması gibi bir fiziksel kaliteye sahiptir ancak en önemli etkenlerden biri de bebeğin ya da belli bir yaşa kadar çocuğun, biz yetişkinler, onların ruhlarına ve zihinlerine birtakım tabular, korkular, kaygılar, utanma ve “ayıp” duyguları yerleştirene kadarki özgür sesleridir. Daha sonrasında ise çocuk bu olumsuz duygular ile sesini geriye atmaya başlar. Aynı zamanda artık konuşmayı öğrendiği ve iletişim kurabildiği için bağırarak ya da ağlayarak derdini

anlatmasına gerek kalmamıştır. Yetişkinliğe geçiş ile de diyafram kasları giderek zayıflar. Bu konuda Beatrice Manley şunları söylemektedir; *Çocukluktaki nefes en doğru ve doğal nefestir. Anaokulu, ilkokul, orta, lise derken, diğer çocukların alay etmesi, kavga, sataşma ile çocuk nefes tutmaya başlar. Rahatlamak içinse ağlar. Ancak insan büyüdükçe yavaş yavaş unuttur ağlamayı ve sonunda nefesini, tutan, gergin, omuzları kasılmış gençler haline gelir. Oyunculuk okuluna geldiğinde ise artık birer enkaz haline gelmiştir* (Manley, 1998:10). Konuşmanın kalitesi kişinin, yaşadığı çevreye, coğrafi konuma, çocuklukta yaşadığı travmalar olup olmadığına ve yetiştiriliş tarzına göre değişir. Kısacası konuşma çocukken tesadüfen öğrenilmiş bir itki iken zamanla farklılaşır, koşullara göre değişir. Aynı şekilde her oyuncu adayı da eğitiminden önce, kendi yaşadıklarının, sosyal-kültürel çevresinin ve yetiştiriliş tarzının izlerini taşımaktadır. Bu nedenle de her oyunculuk öğrencisi öncelikle kendisini olumlu ya da olumsuz etkileyen bu koşulları tanımak durumundadır. Bu konuda da en başlıca yardımcısı elbette öğretmenleri olacaktır. Bahsedilen bu koşullar öğrencinin bedensel durumundan, sesine, konuşmasına, sanata ve hayata bakış açısına kadar her türlü niteliğini etkileyecektir. Ancak en zor ortaya çıkarılan ve en büyük etki sesine olan yansımalarıdır. Bir oyuncu adayı bedenini, duruşunu değiştirip, düzeltebilse bile, sesiyle ilgili sıkıntılar çok daha sonra ortaya çıkabilmektedir. Bunun nedeni de ses eğitiminde öncelikle, diyafram kasının güçlendirilmesi, sesin güçlendirilerek fırlatılabilmesi, sesin pozisyonunu bulmak, öne alabilmek gibi fiziksel koşullar geliştirilmeden, sesin rengini ve gücünü daha derinden etkileyen psikolojik ve biyolojik koşullarının bulunamamasıdır. Bu dezavantajlarından daha önceden ortaya çıkarılması için oyuncu adayının diğer derslerin de öğretmenleriyle ortak bir çalışma içinde olarak tüm derslerde beden ve ruhsal durumunun bilincine vardırılması gerekmektedir. Bir başka deyişle her ne kadar ses, beden ve anlatım dili birbirlerinden farklı anlatım biçimleri olsalar da, hareket, ses ve konuşma niteliklerini bir araya getirip, sentezleyerek, kendi özel ifade etme biçimini araştırmasına ve keşfetmesine yardımcı olunmalıdır.

Oyunculuk eğitimi veren okullarda Konuşma Sanatı eğitimi, –her ne kadar dersin başlığı değişebilmekteyse de- içerik olarak hemen hemen aynıdır. İlk yıl, diyafram kasının geliştirilmesi, artikülasyon paketleri yani dudakların, dilin, yüz kaslarının çalıştırılarak

esnetilmesi, mimik kaslarının çalıştırılması ve tekerlemelerle konuşma performansı arttırılırken, ikinci yıldan itibaren rol sahneleri ve masal, reklam, seslendirme gibi yardımcı metinlerle diksiyon, tonlama, fonetik çalışmaları eklenir. Üçüncü ve dördüncü yıl ise nefes ve kondisyon üzerinde daha fazla durularak, profesyonel hayata hazırlanan adayların performansı ve konuşma estetiği artırılmaya çalışılır. Ancak genel anlamda bu eğitimin bitiminde oyuncu, diyafram kasının, sesinin güçlenmesi ve doğru pozisyonu bulması ile belli rollere belli sesleri kullanarak bir klişeleşmenin içine girer. Örneğin, yaşlı bir karakteri canlandırması gereken oyuncu sesi göğse indirerek, yapay bir kalınlaştırma ve titretme ile sesini kullanır ya da maalesef sıklıkla yaşanan başka bir klişe de, çocuk oyunlarında oyuncunun, canlandığı karakteri çocuk sesine benzeterek ve kelimeleri heceleyerek, yavaş yavaş söyleyerek karşısında algılama sorunu olan bir kitle varmışçasına konuşmasıdır. Oysa farklı oyuncular tarafından oynanan belli başı roller, karakterlerin asla aynı olmayacağı gibi, aynı oyuncu tarafından oynanan değişik ya da benzerlik gösteren rollerin de birbirinden farklı olması gerekir. Altmış yaşındaki bir karakter, bir rol çalışılırken, mutlaka sesinin titremesi, iki büklüm bir halde göğüs sesiyle konuşması gerekmez. Altmış yaşına gelmiş ancak ekonomik durumu iyi, hayatını fazla yıpranmadan geçirmiş bir insanla, altmış yaşına gelmiş ancak küçük yaşta beri gemilerin kömür kazanında ateşleyici olarak çalışan bir insanın fiziksel yapısı farklı olacağı gibi, sesinin de etkilendiği koşullar farklıdır. Altkolden sesi yanmış bir insanla, kömür soluyan bir insanın sesinin yanıklığı aynı değildir. Bunun gibi örnekler çoğaltılabilir. Rol yaratımında bu klişelere gitmenin nedenlerinden en önemlisi gerek eğitim sürecinde, gerekse meslek hayatında oyuncunun imgelem ve rol çözümlemesinde çalışmalarındaki eksikliğidir. Bu eksiklik nedeniyle soyut ve göreceli olan ses kalıplaştırılarak, somutlaştırılır.

Ses, kişinin kimliği gibidir, parmak izi gibi kişiye özeldir. Tıpkı beden dili gibi duyguları ortaya çıkardığı kadar, kimi zaman da geçmişte yaşanmış olayların izini taşır. *Ses, duyduklarımızın, bunları nasıl duyup algıladığımızın ve onu kişiliğimiz ve deneyimlerimiz sonucunda nasıl kullanmayı tercih ettiğimiz karmaşık bir birlikteliğinden oluşur (Berry, 1973:7).* Ses, beynin motor korteksinde üretilen bir dizi itkinin, sinir sistemi aracılığıyla konuşma yapılarına (konuşma merkezine) doğru gönderilmesiyle oluşur. *İlk önce dudaklar*

*ve burundan akciğerlere kadar olan ses sistemi açılır; havanın akciğerlere nispeten engellenmeden dolmasını sağlamak amacıyla, göğüs bölgesindeki basıncı azaltmak için, solunum kasları kasılır. İstenilen ses (konuşma) için gerekli olan yeterli miktardaki hava ciğerlere alındığında, solunum sistemi işlemleri tersine çevirir, şişirilmiş dokunun esnek bir biçimde geri çekilmesi ve hem karın hem de göğüs kaslarının kasılmasıyla oluşan güç, havayı ses sistemine göndererek, ağız ve burun yoluyla dışarı doğru iter. Bununla beraber gırtlak (larenks), yukarı doğru çıkan hava akımını biraz engellemek için ses tellerini kısmen kapatmıştır. Esnek ses telleri aralarından hava geçerken hemen senkronize bir biçimde titreşmeye başlar. Bu titreşimler, yukarıdaki ses sistemine giden hava akımını hava kümeciklerine böler. Bu hava kümecikleri yutak (farenks)daki havayı harekete geçirirler ve üst ses sistemimizde sesi üretirler (Suner, 2010). Sesin, harflere, hecelere, kelimelere ve son olarak da cümlelere dökülmesiyle konuşma oluşur. Konuşmanın gerçekleşmesi için ses, ağız boşluğunda şekillenerek, dilin kıvrımları ile dişlere ve damağa çarparak, son olarak dudaklarda biçimlenerek nefes yardımıyla bir tınıya dönüşür. Bir bakıma ses, şekillendirilmiş nefestir denilebilir. Cicely Berry'e göre ses dört etken tarafından yönlendirilir; çevresel faktörler, Kulak (sesi algılama), fiziksel çeviklik (kas kullanımı) ve bu üç etkenin oluşturduğu kişilik. Oyuncu, doğru sesi ararken önce kendisiyle ilgili, kişiliğini ve oyunculuk performansını etkileyen bu üç faktörden yola çıkmalı, sesinin doğru pozisyonunu bulduktan sonra da rol kişinin bu üç faktörünü bulmaya çalışarak o karakterin doğru sesini bulmalıdır. Sesi, bedenle uyumlu bir halde kullanmak içinse, nefes devreye girmektedir.*

Nefes, burundan alınan havanın akciğerlere dolması ile otomatik olarak gerçekleştirilen bir eylemdir. Nefes yaşamdır. Tıpkı koku duyusunda olduğu gibi nefes de anıları canlandırır. Her insanın nefes alışığı farklıdır. Oyunculukta ise nefes, role can vermektedir. Doğru nefes nasıl ki, yaşamı daha kaliteli hale getirerek süresini uzatır aynı şekilde rolün işlenişinin de kalitesini ve izlenebilme süresini arttırır. Tam anlamıyla dolu dolu ve doğru alınan nefes, fiziksel bir rahatlama sağlamaktadır ki bu da oyuncunun zihinsel olarak serbest olmasına yardımcı olmaktadır. Nefes kullanılmadan yapılan jest, bedeninin içinde aşağıya basınçlanır, torsoda sıkışıp kalır, yapılan jest de tutuk bir hal alır.

Bu da hareketle söylenen arasında bir bağlantı ve uyum bozukluğuna sebep olur. Nefes şekilsizdir ve aslında duyguları ve ifadeyi kendiliğinden içinde taşır. Ancak eğitim süresinde yapılan hatalardan biri de nefesin, duyguyu unutarak sadece tekniğe bırakılması ve sesi daha güçlü, daha ileriye fırlatabilmek ve konuşma kondisyonunu arttırmak için kullanılan bir araç olarak görülmesidir. Sesi ve hareketi bilinçli bir şekilde sentezlemek için nefes, üzerinde ilk olarak çalışılması gereken konuşma araçlarından biri ve sahnelenen performansın inandırıcılığı, samimiyeti, uyumu ve yaşayabilirliğini sağlamak için de amacı olmalıdır. *“Sessiz bir nefes vermenin uçsuz bucaksız bir alanı vardır. Bir nefes, uzun, kısa, ağır ya da hafif olabilir ve dokusu çeşitlilik gösterebilir. Gergin, güçlü ya da zayıf duyulabilir. Dil de her nefes verişle yol aldığı için o da nefes gibi uçsuz bucaksız tasarım olanağına sahiptir”* (Zaporah, 2011:94). Doğru nefes yolunu bulmak oyuncuyu karakteri doğru çözümlmeye götürecektir. Duygusal yaratıda nefes yollarında çeşitlemelere gitmek ise oyunculuğuna renk ve canlılık katacak, teknik anlamda ise doğru boğumlama ve artikülasyona yardımcı olacaktır. Doğru nefesi yakalamak için ses çalışmalarının temelinde, öncelikle sesin ve nefesin doğru ya da güçlü çıkmasına engel olan etkenler ortaya çıkarılmalıdır. Bunun içinse oyuncu öncelikle kendi sesinin kapasitesini keşfetmeli, düşünsel ve bedensel gerginliklerini azaltacak çalışmalara başvurarak, kendini sınırlandırdığı ve kabuk bağladığı nedenleri kırmalıdır. Böylece ses özgürce çıkabilecek, rolü yaratabilecektir. *“Sesi serbest bırakmak için insanı serbest bırakmak gerekir ve her insan, bölünmez bir zihin – beden birlikteliğinden meydana gelir. Sesin tınısı fiziksel işlemler yoluyla üretildiğinden, iç kasların, beyinden gelen ve konuşmayı oluşturan duyarlı itkileri alabilmesi için serbest olması gerekmektedir. Doğal sesi en belirgin biçimde engelleyen ve bozan şey, bedensel gerginliktir, ama doğal ses duygusal engellerden, zihinsel engellerden ve ruhsal engellerden de zarar görür. Bu engellerin hepsi psiko-fizikseldir. Bunlardan bir kere kurtulunca, insan sesi bütün duyguları ve düşünce nüanslarını iletebilir. Sesin sınırları sadece yeteneğin, hayal gücünün ya da yaşam deneyiminin sınırları kadardır”* (Linklater,1976:2). Dolayısıyla oyuncu bu üç niteliğini iyi tanımalı ve sınırlarını aşmak üzere çalışmalıdır. Bu niteliklerini iyi sentezleyebilmelidir. Bunun için de genelde konuşma sanatı derslerinde çok da üzerinde durulmayan

anatomiye çok iyi hakim olmalıdır. Konuşma, ses ve nefes organlarını nerdeyse bir doktor kadar iyi bilmeli ve hakim olmalıdır ki, kendi kapasitesinin ve nasıl ses çıkarabildiğinin bilincine varabilsin. Fizyolojiyi algılayan oyuncu bir sonraki aşamada kendisinin ve sesinin duygusal boyutuna inerek sesini özgürce kullanabilecek, doğal sesini yakalayabilecektir. Oyuncu, kendi doğal sesini bulduktan sonra, çalıştığı rolünde doğal sesini yakalamakta zorluk çekmeyecektir. Doğal ses, sahne üzerinde samimiyeti ve dolayısıyla seyirci için de inandırıcılığı getirecektir. Kimi oyuncular samimiyet konusunda sıkıntı duymaktadır, ya da kimi oyuncular samimiyetsiz olduğunun farkında bile değildir. Bunun nedeni, sesinin sadece rezonatörlerde tınlamasına, gücüne, tonlamalara ve vurgulara odaklanıp, rolün gerektirdiklerini unutmasıdır. Beden ve ses arasındaki bağlantıyı unuturlar. Levent Suner'in de dediği gibi; *"Birçok oyuncu bedenin kendisine sunacağı olanakları kısıtlar ve hep aynı malzemeyi kullanmaya başlar. O malzeme denenmiş ve sonuçları alınmıştır. Böyle bir durumda oyuncu kendini güvende hisseder. Bir oyuncu elbet hangi malzemelere güveneceğini bilmelidir. Ancak her durumda aynı araçları kullanması onu bilinir hale getirir. Bu oyuncu kısıtlanmıştır ve özgür değildir. Oysa ki, oyuncu açık olmalı, sesin nasıl çıkacağı ile ilgili önceden tasarlanmış düşünceleri olmamalı ve aynı seslere takılıp kalmamalıdır. Bu aşama, oyuncunun kendisine rahat gelen şeyden kurtulması ve bildik alışkanlıklarından uzaklaşması için hazır olmasını içerir."* Oyuncu, sesinin bütün olanaklarını açığa çıkarmalıdır.

*Seyirci tiyatrodan oyunun mesajını konuşarak mı ayrılır, yoksa oyuncunun sesinin kendisini nasıl etkilediğini konuşarak mı? Kristin Linklater, bu tür "iyi eğitilmiş sesler" üzerine şöyle söylemektedir:*

*'İyi yerleştirilmiş' ve 'iyi modüle edilmiş' olduğu için dinlemesi çok hoş olan bir ses, kendisinin 'iyi eğitilmiş bir ses' olmasından başka bir şey ifade etmeyecektir. Ben iyi eğitilmiş bir sese kolay kolay güvenmiyorum, çünkü iyi eğitilmiş bir ses, nasıl algılanmasını istediğini bilen ve arzu edileni yerine getiren bir kişiye işaret etmektedir. Sürekli olarak hoş bir ses*



*tonu sunacak kadar kontrollü olan kişi birçok şeyi saklıyor demektir (Linklater,1976:97).*

### **Sonuç ve Konuşma Sanatı Dersinde Yapılan Çalışmalar ve Öneriler:**

Diksiyon ve doğru konuşma üzerine yapılan hatalardan en önemlilerinden biri, ses ısıtma teknikleridir. Sesi “Ha” hecesiyle nefes fırlatarak ısıtmaya çalışmak ya da artikülasyon paketlerini uygulayarak, dudakları dili ısıtırken sesin ısıtıldığının düşünülmesidir. Bu nedenle anatominin öğrenilmesi, diyaframın geliştirilmesi, doğru ses pozisyonunun bulunması gibi temel öğretilerin ardından sesin ısıtılması ayrı bir ders konusu olmalıdır. Maalesef kimi zaman oyun öncesi sahne üzerinde sadece dolaşan ve sadece yukarıda bahsedilen çalışmaları yaparak sesini ısıttığını düşünen oyunculara rastlarız. Oysaki sesi, beden ve özellikle omurilik ısıtılmadan, yumuşatmak ve ısıtmak mümkün değildir. Bu anlamda öncelikle nefesini akciğerlere ve diyaframa dolduran oyuncu, “mm”lama ve sesli harfler yardımıyla omuriliğini ısıtmaya başlamalı, nefesi, bedeniyle paralel alıp, vermelidir. Ses, konuşma organları ve beden asla birbirlerinden ayrı düşünülmemelidir.

Sahne üzerinde samimiyet ve doğal konuşma, estetiği de içinde barındırmalıdır. Ancak doğal konuşma, gündelik hayattaki konuşma gibi olduğu iddia edilerek tekdüze, nötr, tonlaması olmayan bir konuşma olarak algılanmamalıdır. Tıpkı kalp atışlarının ritmi gibi konuşma da tek bir düz çizgi haline gelirse ölü bir konuşma olacağı unutulmamalıdır.

Her rol ve her karakter, kendi ihtiyaçları ve iletmek istedikleri doğrultusunda algılanmalı, klişelere kaçmadan, doğru alt metin bulunarak, seslendirilmelidir. Rol dramaturjisi çalışılmalıdır.

İmgelemi destekleyecek çalışmalar yapılmalı, nefes ve ses imgelemler doğrultusunda serbest bırakılarak sınırlandırılmadan özgürce çıkarılabilmelidir.

### **Yaptığım Çalışmalardan Örnekler:**

Öğrencilere, mekan ve kişilerden oluşan fotoğraflar dağıtılarak, bir mekan ve bir yüz (kişi) seçmeleri söylenir. Fotoğraflar, oyunculara alt metin sunabilecek nitelikte

seçilmiştir. Seçtikleri fotoğrafları, diğer sınıf arkadaşlarına göstermemek üzere alan oyuncular kısa bir zaman içinde bir hikaye (mimik anı) yazarak, sadece nefes kullanarak hikayelerini anlatmaya çalışırlar. Çalışmanın sonunda eleştirileri ve yorumları alan oyuncu fotoğraflarını göstererek ne kadar doğru ya da ne kadar yanlış aktardığının geri bildirimini alır.

Herkes tarafından bilinen bir sahne yine sınıf arkadaşlarına ve eğitime söylemeden sadece nefes ve nida kullanarak oynanır ve aynı şekilde hangi sahne olduğu ne kadar anlaşılır olduğu tartışılır. Bu iki çalışmanın amacı oyuncuyu sözün getirdiği bedensel tembellikten uzaklaştırmak, bedenini, nefesin ve nidaların yardımıyla daha etkili kullanabilmesini sağlayabilmektedir. Konuşma Sanatı Eğitimi dersinin sadece konuşmakla sınırlı kalmaması, bedeninin de kendine ait bir dili olduğunun unutulmamasıdır.

Tekerlemeler arka arkaya okutulurken, eğitmen tarafından her öğrencinin yanlış çıkardığı sesli ya da sessiz harfler not alınır. Daha sonra ortak sıkıntısı olan öğrencilerle tek tek çalışılır. Örneğin patlamalı harflerle sıkıntısı olan iki öğrenci arka arkaya, patlamalı harflerin olduğu tekerlemeleri okur ve eğitmen onlarla tek tek çalışır. Fiziksel yapılarından yola çıkarak nerde yanlış yaptıklarını bulmaya çalışır. Kimi dudakları kalın olduğun için, kimi dilini dişini yanlış noktada vurduğu için bu sıkıntıyı yaşamaktadır. Böylece her öğrencinin, yaptığı hatanın ortak da olsa kendine özgü yanlışlardan ya da dezavantajlardan kaynaklandığı ve herkesin kendi bireysel sıkıntısını keşfederek, hatalarını giderebileceği ortaya çıkarılır.

Bilinen, rol ya da sahne dersinde çalışılmış bir sahne, gösterge bilimsel olarak irdelenir. Kimi zaman simgelerden kimi zaman renklerden yola çıkılarak sahne çözümlenmeye çalışılır. Örneğin çalışılan sahnedeki karaktere, en baskın karakter özelliğine göre bir ana renk verilir, daha sonrasında repliklerle değişen duygularına farklı renkler eklenerek derecelendirilir. Renklerin elbette göstergebilimsel olarak karşılığı olmalıdır. Yine önce replikler kullanılmadan duyguyu yakalamak için renklerin derecelerine göre nefesle ve sesle canlandırıldıktan sonra repliklerle aynı duygu ile oynanmaya çalışılır.

Konuşma, ses, nefes ve beden daha önce de belirttiğimiz gibi kişiye özeldir. Aslında bu dörtlünün eğitimi ve gelişimi insan yaş almaya devam ettikçe bitmez, çünkü fiziksel ve psikolojik koşullar da değişmektedir. Oyuncu eğitiminde konuşma sanatı adına sadece estetik kaygılar güdülmemelidir. Artikülasyon, diksiyon aslında işin daha kolay düzeltilebilen, daha teorik aşamalarıdır. Önemli olan Peter Brook'un da dediği gibi sahne üzerinde kendi sesini dinleyerek dolaşan, bedeni ve sesi kaskatı dolaşan ruhsuz oyuncular yetiştirmemektir.

*Hayalgücüne bağlı nefes bizi her zaman daha geniş tasarımlara götürecektir. Nefes olmadan hayalini bile kuramayacağımız tasarımlara. Nefes olmadan tutkumuz da asla olmayacaktır (Manley, 1998:7).*

## **KAYNAKÇA**

- ADRIAN, B., (2008). **Actor Training The Laban Way**, Allworth Pres, New York.
- BERRY, C., (1973). **Voice and The Actor**, Wiley Publishing, New York.
- BOSTON, J. and COOK, R., (2009). **Breath in Action**, Jessica Kingsley Publishers, U.S.A.
- CONABLE, B., (2006). **The Structures and Movement of Breathing**, GIA Publications, Chicago.
- DAYME, M. B., (2005). **The Performer's Voice**, W.W. Norton and Company Inc., U.S.A.
- LINKLATER, K., (1976). **Freeing the Natural Voice**, Drama Publishers, Canada.
- MANLEY, B., (1998). **My Breath in Art: Acting From Within**, Applause Books, New York.
- NUTKU, Ö., (2002). **Oyunculuk Tarihi**, Cilt:2, Dost Kitabevi, İstanbul.
- SUNER, Levent, (2010). **Ses ve Oyuncu**, Ankara Üniversitesi Dergisi, Ankara.
- ZAPORAH, R., (2011). **Action Theater, Doğaçlama Tiyatro Yöntemi**, Çeviren: Özge Tomruk, Mitos-Boyut Yayınları, İstanbul.