

OYUNCULUK EĞİTİMİNDE ZEYBEK DANSLARI KAYNAKLI BEDEN FARKINDALIĞI YARATMA YÖNTEMİ ÖNERİSİ¹

A Proposal of Creating Body Awareness Using Zeybek Dance Principles in Acting Training

Sema Erkan*

ÖZ

Tiyatro ve dans, sahne sanatı olarak iç içe etkileşimli bir gelişim ve değişim süreci geçirmiş, iki sanat dalının da temel amacı seyirci ile iletişim kurmak olmuştur. Bu iletişimin gerçekleşmesini sağlayan en güçlü anlatım aracı da sanatçının bedenidir. Duygu ve düşüncelerin sanatsal ifadeye dönüşmesine olanak sağlayan sanatçı bedeninin, bilinçli kullanımı ancak eğitimle mümkündür. Sahne üzerinde günlük yaşamdan farklı bir anlatım diline sahip olan bedenin, anlatım sınırlarını geliştirebilmek için her iki sanat dalının da farklı çalışma alanlarından yararlanması gerekmektedir. Oyunculuk eğitiminde beden dili ve dans tekniklerinin kullanılmasının gerekli olduğu önermesiyle hareket eden bu çalışma, oyuncuların bedensel anlatım olanaklarını geliştirmesine yardımcı olacak, beden farkındalığı yaratarak, hareketin kültürel kodlarının beden yoluyla aktarımını sağlayacak, zeybek dansları kaynaklı bir yöntem önerisi sunmayı hedeflemektedir. Yöntem önerisi, bedene ve harekete dayalı oyunculuk yöntemlerinin çıkış noktasını merkez alarak, hareketin barındırdığı özelliklerin vücuda aktarımı sürecine odaklanmaktadır. Her geçen gün yeni ve farklı anlatım arayışı içinde olan oyuncular için önerilen bu yöntem, zeybek türündeki dansların yapısal analizi ve egzersiz aşamalarını kapsayan bir uygulama önerisi sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Beden farkındalığı, halk dansları, sahne sanatları, tiyatro, yöntem.

ABSTRACT

Theatre and dance, both targeting communication with the audience, have similar evolution process, closely related to each other. The strongest means expression making that communication possible is the dancer's body itself. The mindful use of the artist's body where emotions and ideas become real as artistic expressions is only possible by right education. Both theatre and dance as two different arts genres have to use different areas for further and improved expression range of human body having a unique language different on the stage than it is in daily life.

Geliş Tarihi: 11.10.2017 Kabul Tarihi: 16.10.2017

¹ Doktora tezinden üretilmiştir.

* Doç. Dr., Ege Üniversitesi Devlet Türk Müziği Konservatuarı Türk Halk Oyunları Bölümü Öğretim Üyesi, erkansema@gmail.com

This work is a recommendation of a method based on zeybek dances aiming enhancement in the expression capabilities of human body creating body awareness transferring the cultural codes in movement by the body with the idea of how body language and dance techniques education are good compounds of drama education. The new idea focuses on the process of the transfer of the content and context of the movement to the body concerning the creation point of acting methods. This method is advised for the actors in needs of new expression ways including structural analyses and stages of the full exercise program in every level.

Keywords: Body awareness, folk dance, method, stage arts, theatre.

GİRİŞ

Sahne sanatlarının amacı duygu ve düşüncelerin sanatsal ifade ile aktarımını gerçekleştirerek seyirci ile iletişim kurmaktır. Bu iletişimin gerçekleşmesini sağlayan en güçlü anlatım aracı da sanatçının bedenidir. Sanatçı ve seyirci arasında kurulan bu sanatsal iletişimde beden dili, karşımıza yeni biçimi ile sahne beden dili olarak çıkmaktadır.

Beden dili "mesajların jest, duruş biçimi, uzamsal ilişkiler vb. ile iletildiği sözsüz bir iletişim biçimi" (Mutlu 1998: 55) olarak tanımlanırken; sahne üzerinde belirli sürede, sıkıştırılmış zaman ve seçici hareketlerle bir anlatım söz konusudur. Sahnede beden aracılığı ile kurulan iletişim günlük yaşamdan farklı kurallarla kendini göstermektedir. Sanatçının görevi kendine özgü yöntemlerle mesajlarını bedenselleştirmek, seyirciyi etkileyebilecek güçlü sentezleri geliştirip uygulamaktır. "Seyircinin duygu düşüncelerini uyararak farkındalık sağlamak" (Özer 2002: 269) sanatsal iletişimin başarılı bir şekilde gerçekleştiğinin kanıtıdır. İnsanın kendini ruhsal ve fiziksel olarak var etmesinde ve diğer insanlarla iletişiminde kullandığı beden dili, kişinin iç dünyası ile ne derece örtüşüyorsa iletişimi o derece başarılı demektir. Ruh, zihin ve beden bütünlüğü iletişimin anlatım gücünü arttırması açısından çok önemlidir. Beden duyguların en doğal şekliyle ifade edildiği iletişim aracıdır. "Düşünceler, duygular, tutumlar ve inançlar gibi soyut kavramların tümü, insanların davranışlarında yakalanabilecek niteliktedir... Beyin, geçmişte kalmış ya da geleceği yaşıyor olabilir. Oysa beden kesinlikle içinde bulunulan anı yaşıyordu" (Tek 1992: 34). Bedenin bu doğal hali de sahne üzerinde sanatçının yaratıcılığını ve inandırıcılığını destekleyen bir unsurdur. Beden dili bu özellikleri ile tüm sahne sanatçıları için özel bir çalışma alanı olmaktadır.

Tiyatro ve Dans sahne beden dilini en etkin kullanan sanat dallarıdır. Bu iki sanat dalı için beden dili eğitiminin özel bir çalışma alanı olduğu kabul edilmiş, bedene ve harekete dayalı çalışmalar günümüze kadar süregelmiştir. "Sese ve bedene yönelme, oyuncunun kendini tanımasını ve maskesini parçalayıp, sesini ve

bedenin olanaklarını tam kapasite kullanmasını sağlar. Kendini tanıyan oyuncu kendini dışa açabilir. Çevresindeki insanlar ve nesnelere ilişkileri gelişir. Bunların sonucunda yaratıcılığı artar. Enerjinin iyi kullanımı, tepkilerin gelişimi gibi özellikler kişilik gelişiminde olumlu etkilerde bulunur. Kişi kendini ve çevresine daha iyi gözlemleyebildiği ve tanıdığı için kendi ile diğerleri arasındaki benzerlik ve farkların ayırına varır (Ergün 2003: 13) ”.

Bu sanat dallarının kaynağı olan ve insanın doğasından gelen hareket, bedensel anlatımı araç olarak kullanan bu sanat dallarının temelini oluşturmaktadır. Hareketin mekanik anatomik, alansal ve dinamik içeriklerini irdelemek ve bunları bilinçli bir denetime sokmak beden dili tekniğinin anahtarı niteliğindedir. Hareketin oluşumunu sağlayan özelliklerin bilinmesi ve kişinin bedenini en iyi şekilde kullanabilmesinin ilk koşulu beden dili eğitimidir. Tiyatro ve dans sanatçıları için hareketin ifadeye dönüşmesi ve anlamlar içermesi açısından bu eğitim bir kat daha fazla önem taşımaktadır. Tiyatro ve dans etkileşimli bir gelişim değişim birlikteliği geçirmiş sahne sanatları olarak, bedenin gücünü arttırmak, dansçılar ve oyuncular için beden farkındalığı yaratmak gibi amaçlar doğrultusunda birbirlerinin eğitim yöntemlerini deneyimlemişlerdir.

Bu çalışma oyunculuk eğitiminde dans kaynaklı beden farkındalığı yaratma yöntem önerisi sunmayı hedeflerken aynı zamanda disiplinler arası çalışmaya vurgu yapmayı amaçlamaktadır. Oyunculuk eğitiminde dansın yerini vurgulayarak dans ve tiyatro sanatlarının eğitim birlikteliğinin de altını çizmektedir. Dans sanatının kullandığı hareket öğretim yöntem ve tekniklerinin, tiyatro sanatının kullandığı oyunculuk yöntemlerinin birbirleri ile olan etkileşimli beraberliğinin, oyuncu ve dansçı açısından farklı birikimler kazanmanın yolu olduğunu vurgulamaktadır.

Dans içinde bireyselliği, özgünlüğü, toplu hareketi, gösteriyi, ritmi ve müziği barındıran bir oluşumdur. Bu oluşum, her dans türünde farklı özelliklerle kendini göstermekte ve bu farklılıklarla dans, zengin bir hareket dağarcığı kazanmaktadır. Dansın bu zengin türlerinin, uzman kişiler aracılığı ile oyuncunun eğitiminde var olması oyuncunun role beden olarak hazırlanmasını sağlayacaktır. Oyuncunun “sahne üzerinde nasıl yürüyeceğini, duracağını ve özel hareketlerle belli bir şeyi nasıl ifade edebileceğini öğrenmesi gerekir. Oyunculuk sadece ses ile ifadeyi değil beden ile de ifadeyi de kapsamı içine alır (Tek 1992: 34)”. Hareket sistemlerini kullanarak bir hareketin ifadeye dönüşebilmesi için oyuncunun içinde bulunduğu duruma uygun duygusal düşünsel ve fiziksel koşullar ile bedeni arasındaki ilişkiyi anlayabilmesi gerekir. “Beden, fiziksel, zihinsel, duygusal, vokal, ruhsal açılardan oyuncuya hizmet edecek, onun karakterini şekillendirmesi için ona destek olabilecek yegane araçtır (hazalselcuk.net)”. Beden dili eğitiminin bir parçası olan dans eğitimi; oyuncunun teknik birikim edinmesine ve bedenin sahip olduğu olanakları ortaya çıkarmasına yardımcı olabilecek bir yöntemdir.

Oyuncu dansçı kadar bedenini tanımalı ve kullanmalıdır önermesiyle, bu çalışmada dansın çalışma yöntemlerinin tiyatro oyuncuları tarafından, öğrenilmesi ve

uygulanması ile oyuncu role bedensel olarak hazır olacaktır. Dans eğitimi; oyuncunun teknik birikim edinmesine ve bedeninin sahip olduğu olanakları ortaya çıkarmasına yardımcı olabilecek bir yöntemdir. Çalışma halk danslarının öğretim tekniklerini oyuncu adaylarının eğitiminde kullanılabileceği, zeybek dansları çerçevesinde sınırlandırılmış, zeybek oyunlarının genel adım yapısı üzerinden egzersiz örnekleri sunarak, çalışma evrelerini de sıralamaktadır.

Halk Dansları ve Beden Kullanımı

Halk dansları her ülkenin kendi halk kültürünün içinde oluşan, aynı zamanda kültürü oluşturan bir yapıya sahiptir. Danslar her oynandığında yeni bir anlam üretir diyen A. J. Greimas'a göre halk dansları hareketlerindeki anlam ve duygu, hiç kuşkusuz kültürü yaratan, taşıyan, organize eden ve anlam veren üretici kişinin üzerine odaklanmalıdır. Dans, bu bağlamda gerçekleştirildiğinde hem dansçı için hem de seyirci için ortak bir anlam uyandırır. Halk Dansları, sosyal alan içinde anlamdan bağımsız ifadelerin, özgün ve sanatsal alanda ise anlamlı olan fiziksel hareketler bütünüdür. Dans eden kişi ise hem bir toplumun üyesi hem de tek başına sosyal bir unsurdur. Bu açıdan dansın yapısını fiziksel, psikolojik ve zihinsel özellikleri içeren, sosyal tarihi ve çevresel faktörlerle incelemek doğru olur (Giurcescu 2009: 31).

Grup içinde yaşayan insanın davranışlarını, insanlar ve toplumlar arasındaki benzerlikleri, farklılıkları ve insanların neden ve nasıl değiştiğini karşılaştırmalar yaparak inceleyen Antropoloji'nin gelişen alanları içerisinde yer alan Dans Antropolojisi; dansın taşıdığı anlamı bulmak için, sembolik öğeleri oluşturan toplum kültürünün diğer yönlerini de inceler. "Antropolojinin bütünselci yaklaşımı yorumlama için şarttır. Asıl nokta dansın kültürel bir sembol olmasının yanında bir anlamlar sistemi olmasıdır (Hanna 1979: 20)".

Halk danslarındaki sembolik hareketler kültürel özelliklerle şekillenir. Bir toplumun genel yer, zaman, enerji, zihin, beden kavramlarının işlevleri sonuçta dansın anlam ve duygu birlikteliğini getirir. "Dans yer ve zaman içerisinde insan vücudunun ustalıklarla kullanıldığı yaratıcı bir sürecin sonucu olarak düşen kültürel bir formdur. Şiirde kelimelerin işlevi nasıl önemliyse dansda da figürlerin tarzı aynı şekilde ve aynı oranda önemlidir (Kaeppeler 1997: 102)". Kültür kendine has özellikleri kuralları ile koruyarak zamana karşı direnir. Bu kurallar kültürlerin buna bağlı olarak da dansların genel tavrını oluşturur.

Dansın ve hareketin kültürel bilginin bir parçası olduğunu söyleyen Dans etnoloğu Deidre Sklar kültürel öğrenmeye dayanan kinestetik, kavramsal ve duygusal bir deneyim olarak gören yaklaşımını önermelerle ortaya koymaktadır. İlk önermesinde hareket bilgisinin, kültürel bilginin bir parçası olduğunu ifade ederken, insanların hareket etme şeklinin, onların kim olduğuna dair ipuçları verdiğini ima etmektedir (Sklar 2007: 240-243). "İnsanların hareket ediş şekilleri biyolojiden, sanattan, eğlenceden öte bir şeydir. Tüm hareketler kültürel bilginin

bedenleştirilmesi, bu bilginin kinestetik karşılığı olarak değerlendirilmelidir (Sklar 2007: 240-243)".

Sklar, dans ve ritüelin kodlanmış ve stilize edilmiş hareketlerle hayatın somutlaştırıldığına inanır. Hareket bilgisinin, kinestetik olduğu kadar kavramsal ve duygusal olduğunu belirtir. Sklar'a göre hareketler yalnızca insanların düzen hakkındaki fikirlerini yansıtmakla kalmaz, bunlarla ilgili duygularını da harekete geçirir. Hareket etmek en basitinden, beden değiştiğinde bir şeyler hissetmek demektir. Hareketler kaçınılmaz olarak belli duyguları içerirler.

Sklar'ın hareket etnografisi üzerine yaptığı doktora tezinde sunduğu önermelerden biri de hareket bilgisinin diğer kültürel bilgilerle iç içe geçtiği, bir diğeri de kişinin hareketlerinin anlamını kavramak için hareketin ötesine bakmak gerektiğidir. Sklar, son önermesinde de hareketin her zaman o anda gerçekleşen bedensel bir deneyim olduğunu belirtir. Hareketin içerdiği kültürel bilginin yalnızca hareket aracılığıyla bilinebileceğini söyler. Harekette konuşlanan bilgiyi anlamak için, kişi harekete anında gerçekleşen bir bedensel deneyim olarak bakılması gerektiğine, empatik ve kinestetik algı kavramına dikkat çekmektedir (Sklar 2007: 240-243). Bu önermelerden çıkan sonuç her hareketin kültürel bir bilgi içerdiği, kişiye ait kinestetik, duygusal ve kavramsal özel ipuçları taşıdığıdır.

İnsanlık tarihi ile birlikte gelişen ve değişen dansın bir dalı olarak toplumların kültürel kimliklerini içinde barındıran Halk Dansları; içinde yaşadığı kültürün özelliklerini yansıtan, dinamik bir yapı içerisinde kuşaktan kuşağa aktarılan bir dans türüdür. "Dansın tarzı ve şekli, ırkla, milliyetle, bir milletin adetleriyle sıkı sıkıya ilişkilidir, ...dansın çeşitleri bir millet ile diğerleri arasındaki ilişkiyi ve yakınlığı gösterir (Tevfik 1998: 283)". Halk dansları, halkın geleneksel kültür özelliklerini, kişisel özelliklerini, sanatsal yaratılarını, konu, müzik, ve kostüm zenginliği içinde anlatabilme özelliğine sahiptir. Sahne danslarının oluşumu sürecinde sürekli bir kaynak niteliği taşımıştır. Ülkemizde uluslaşma çalışmaları ile birlikte başlayan halk bilimi derlemelerinin sonucunda halk danslarının sahneye geliş süreci başlamıştır. Amaçları oynandıkları yere zamana göre değişse de halk dansları, özünde toplumun duygularını, geleneklerini yansıtan iletişim aracı olma özelliğini hiçbir zaman kaybetmemiştir.

Tarihi bir yaşanmışlığı beden hareketleri ile somutlaştıran halk danslarının, hem dansçının hem seyircinin aynı duyguyu yakalayabilmesinde oldukça başarılı olduğunu söylemek mümkündür. Bu başarının sırrı, halk danslarını oluşturan hareketlerin, her iki tarafın ortak hareket mirasından gelmesine bağlıdır. Kültürel olarak kodlanmış beden dili hareketleri ile dansçının kurduğu iletişim, seyircide oluşturulmak istenen duyguyu ortak özelliklere bağlı olarak daha kolay yakalamış olur. Dansçılarda olduğu gibi tiyatro oyuncusu açısından da kültürel özelliklerin beden dili ile aktarılabilmesi zorunlu bir ihtiyaçtır. Çalışmanın öngörüsü, oyuncuların beden dili kullanımının dans eğitimi ile geliştirilebileceği yönündedir. Bu dans

eğitiminin halk dansları üzerinden bir uygulama ile gerçekleştirildiğinde; oyuncu dansların barındırdığı özellikleri doğal olarak bedenine yerleştirebilecek ve istediği zaman kullanabilecektir. Bu doğrultuda bedensel hazırlık için gereken çalışma evreleri özel alan çalışması ile başlayabilir.

Zeybek Dansları ile Oyuncunun Bedensel Hazırlığı

Oyuncuların karakter yaratma süreçlerinden biri de bedensel hazırlıktır. Oyuncunun kendi bedenini nasıl şekillendirebileceğini bilmesi, başka bir kişiliğe dönüşebilme sürecini kolaylaştırır. Bu bedensel hazırlığın, teknik olarak dans türlerinin beden eğitimi için kullandığı tekniklerle sağlanması mümkündür.

Dans teknikleri olarak bilinen birtakım sistematik eğitim programları vardır. Her bir teknik; bedensel dayanıklılığı, esnekliği ve uyumu beden tarafından yaratılan şekilleri; hareketin ritmini ve bundan dolayı ortaya çıkan kaliteyi ve içindeki gerilimin oranını geliştirir. Birçok teknik, eğitmenin gösteren bedeni tarafından seçilen hareket kalıplarının taklit edilmesiyle işleve konur (Foster 2007: 154).

Dans türleri içerisinde halk dansları sahip olduğu geleneksel özellikler nedeniyle oyuncuya bedenin kullanımı açısından farklı detaylar kazandıracaktır. Bu sebeple oyunların teknik bir şekilde öğretilmesi gerekmektedir. Halk dansları, halkın geleneksel kültür özelliklerini, kişisel özelliklerini, sanatsal yaratılarını, konu, müzik ve kostüm zenginliği içinde anlatabilme özelliğine sahiptir.

Dansçılar teknik öğrenim süresinde kendi bedenlerini tanıma fırsatı bulurlar. Bedenlerinin çeşitli bölgelerini çeker, sıkıştırır, genişletir, kaldırır, yumuşatır ve uzatırlar. Dansçılar, bedenlerinin parçalarını bunların oluşturabileceği kavisleri ve açıları öğrenirler. Bunun yanında belirli bir zamanda bedenlerini belirli bir biçime sokmayı da başarırlar (Foster 2007: 155). Hareketlerin ritmik yapıları bu biçimlendirmede büyük bir önem taşımaktadır. Hareketin gerçekleşmesi sırasında gücün bir bölgeden diğerine geçişinin ayarlanması da ritimle desteklenir.

Bedenin fiziksel bir performansı gerçekleştirmesi için önce bir ısınma evresinden geçmesi gerekir. Oyuncunun bu evreden sonra yapacağı dansın genel tavrını hareket öğrenimi sırasında bedenine yerleştirebilmesidir. Teknik olarak oyuncunun dans çalışması egzersizlerin tekrar edilmesine dayalıdır.

Fazlasıyla tekrarın amacı bedeni yaratmaktır... Tekrarla birlikte, bedeni tarif etmeye yarayan imgeler ve bedenin hareketi, beden haline gelir...İlk gösterildiklerinde uygulanamayan veya anlaşılamayan mecazlar zamanla; belirli bir hareketle olan inatçı birliktelikleri sonucunda somut bir gerçekliğe bürünür... arka kalça kaslarını kullanarak bacağı ileri doğru kaldırmak imkansız görülebilir. Ancak hareketi yapmak için zihinde canlandırılan imgeyle birlikte gösterilen çaba, kasların işe karışımını ustaca yeniden örgütler ki, bu da tam olarak hareketin gerçekleştiğine dair net bir resim üretmek içindir (Foster 2007 :155).

Teknik dans eğitimi, bedeni biçimlendirir, kişinin önceden fark etmediği bedenini tanımaya yardımcı olur. “Çeşitli parçaları birbirine bağlayan dinamik hareketlerle bütünü yeniden yapılandırır. Dansçının yeni imgeleri kavramasını ve aşına olduğu imgeleri de yeni bir bakış açısıyla tekrar düşünmesini mümkün kılar (Foster 2007: 155)”. Bedenin nasıl hareket ettirebileceğinin farkına varır. Yapılan rutin tekrarlar sayesinde bedensel alışkanlıklar yerleşir.

Halk danslarının zengin hareket dağarcığı ile şekillenen dans tavırları, diğer bir deyişle dansın karakteristik özellikleri hareket öğrenimi sırasında bedene aktarılmış olmaktadır. Zeybek kelimesi ile akla gelen yiğitlik, mertlik, cesurluk gibi özellikler zeybek danslarına ve duruşlarına yansıyan zeybek dansının karakteristik özellikleridir. Dansta tavır; “bireyin içinde yaşadığı toplumdan kazandığı kültürel ve sosyal birikimlerini dans esnasında kendine eşlik eden ezgi ve ritimle çakıştırarak ortaya koyduğu hareket ve hareket serisidir (Karademir, 2003: 205)”. Kişisel, yöresel, bölgesel oyun tavırlarının oluşumunda coğrafi ve kültürel yapı, cinsiyet, eşlik eden sazlar, dans için kullanılan araçlar ve hız önemli etkenlerdir.

Oyuncunun amacı önce genel tavır özelliklerini daha sonra da bireysel tavır özelliklerini edinmeye çalışmak olmalıdır. Oyuncu dans etmeden de sadece bir yürüyüşle ya da bir duruşla zeybek tavrını seyirciye yansıtmak zorundadır. Sahne üzerinde zeybek dansı icra eden bir dansçı, zeybeklik kültürü ile büyümemiş olsa da bu dansın içinde barındırdığı yiğitlik, mertlik içeren mesajları danstan edindiği hareket bilgisi ile bedenine aktarabilir. Dansçı, seyirci arasındaki iletişimde bu mesajlar iletebiliyorsa, oyuncunun da aynı iletişimi dans etmeden bedeniyle aktarması mümkündür. Dansın beden dili iletişimi sadece dans adımlarıyla değil bazen sadece birkaç saniyelik beden duruşları ile de gerçekleşir. Beden, hareketli ya da hareketsiz her an mesajlar üretmektedir.

Zeybek danslarındaki diz vurma adımının seyirciye verdiği mesajı Mahmud Ragıp Gazimihal şöyle dile getirir: “Zeybek oyunları diz vuruş figürleriyle adeta devleri çökerten bir gücün sembolünü yaratırlar (Gazimihal 1999: 222)”. Bu açıklama sadece bir hareketin kişide nasıl bir mesaj tanımlamasına dönüştüğünü göstermektedir. Oyuncuların da zeybek kişisini canlandırırken dansın karakteristik beden duruşlarından edinecekleri hareket bilgisi ile karakterin kişiliğini belirleyen özellikleri bedenlerine aktarabilirler.

Cemil Demirsipahi zeybek danslarının adım sıralanışını şöyle tarif etmiştir:

Zeybek oyunları kol, bacak ve gövde davranışlarına göre kurulmuşlardır. Önce yürüme yapılır. Burada tartım bedene alınır. Sonra ikinci kez yürüme müzikle yapılır. Sonra ani bir saldırış ve atak davranış gösterileri sergilenir. Burada diz üzerine düşme, çığlık atma, diz üzerinde yürüme hareketleri yapılır. Sonra oyun ikinci kez düz yürüme ile sona erer. Bazı duruşlar ani bir vuruşu veya bir darbe alındığını gösterir (Demirsipahi 1975: 346).

Bu adım sıralanışında konu gereği dikkat çekmek istenilen nokta; dansın geleneksel yapısında oynayan kişinin bedensel ve zihinsel bir hazırlık evresinin olduğudur. Sahne sanatçısı olarak dansçının ve oyuncunun yapması gerekli görülen hazırlık süreci, halk danslarının doğal oluşumunun içinde yer almaktadır. Zeybek oyunlarında gezinleme adı ile anılan bu ısınma süreci hem doğal ortamında hem de sahneye taşınmış dans gösterilerinde yer almaktadır. Bir anlamda müziğin ritmini ve duygusunu yakalamak, hissetmek ve oyuna hazır olmak gibi işlevleri bulunur. Ritmik yürümlerle başlayan zeybek dansları basitten zora doğru giden dans bölümlerinden oluşur.

Bu çalışma ile oyuncuların eğitimi için önerilen yöntem, bu görüşlerden destek almaktadır. Eğitim sürecinde uygulama aşaması oyuncunun hareket ve dans eğitimine hazır bir beden oluşturmak üzere önce genel ısınma egzersizleriyle başlar.

-İlk aşamada oyuncuların dans eğitimi amacıyla zeybek danslarının ortak adımlarından oluşmuş kalıplaştırılmış adım cümlecikleri öğretilir.

Oyuncularının bedensel olarak hazırlığında, zeybek danslarından seçilen adımlar, türün beden dilini ve dansın karakteristik yapısının kavranması açısından tümevarım yöntemi ile analiz edilerek uygulanır.

-İkinci aşama bu adım cümleciklerinin ritim ile eşleştirilmesi ve güçlü-zayıf adımların belirlenmesidir.

Bu konuda halk danslarında tavrı belirlemede büyük önem taşıyan ritim ve müzik, adım çalışmalarına eşlik eder. Adım cümlelerinin ritmi ile müziğin ritminin eşleşmesi ve güçlü-zayıf adım cümleciklerinin belirlenmesi ile sağlanır. Tümevarım ve tümdengelim yöntemleri ile eğitimi sürdürülen halk danslarının her türü adım müzik ve ritim cümlelerinin birleşimi açısından farklı özellikler göstermektedir.

-Adım cümlecikleri birleştirilerek adım cümleleri oluşturulur ve tekrar ettirilir.

Adım cümlelerindeki vurguların yerleri ile ritim vurguları ile eşleştirilir. Dansçı göz aracılığı ile bedenine aktardığı hareket cümlelerini parçalara ayırabilme, anlama ve tekrar bütün haline getirebilmeyi öğrenir. Hareketleri, analiz yöntemi ile çözümlenebilmek dans eğitiminin gereğidir.

-Oluşturulan farklı adım cümleleri farklı ayakla tekrar ettirilir.

Adımların ağırlık merkezlerinin saptanması, bedenin denge merkezinin algılanması sağlanır.

-Ritim-adım vurgularının eşleşmesi farklı ritim tempoları ile tekrar ettirilir.

Halk danslarının yapısında danslar yavaştan hızlıya ve zayıftan güçlüye doğru birbirini tamamlayan hareketlerden oluşur. Yavaş-hızlı, zayıf-güçlü hareket değerlerinin varlığı, dans kurgusuna güç verir ve koreografik bir denge oluşturur. Koreografik dengesi doğru olan hiçbir dans baştan sona kadar aynı hız ve aynı

hareket değerindeki adımlardan oluşmamaktadır. Değişik değerde hareket ve adımların bulunması, dansı tekdüzelikten çıkarır (Şenel 1990: 26).

Bale sanatçısı ve koreograf Suna Eden Şenel'in dans hareketlerinin yapısal analizi ile belirlediği özellikler, tiyatro oyunlarının hareket yapısı için de önemlidir. Tiyatro oyunlarında da hareket; hareketin değeri yavaş-hızlı, güçlü-zayıf olması, oyunun temposu, sözün ve hareketin dengesi önemlidir. Hareketleri analiz edebilmek, bedene doğru aktarabilmek adına gereklidir. Hareket esnasında beden kapladığı alan, hareketin doğrultusu ve hızı gibi özellikler bu sayede ayırt edilebilir.

Bu yöntemle yapılan dans derslerinin sonucunda; oyuncu Zeybek dans adımları üzerinden, öncelikle bu tavır için gerekli olan kas kontrolünü öğrenmiş olacaktır. Zeybek gibi yürümek, zeybek gibi hissetmek için önce zeybeğin beden duruşunu bu kas kontrolü ile bedenine yerleştirebilecektir. Omuzlar dik, baş yukarıda, kollar kabarık, gibi tanımlamalarla beden dili duruşunu yakalamanın ardından zeybeğin korkusuz, yiğit, mert olur mesajı da vücuda yerleşecektir. Oyuncu; duruşu, yürüyüşü, davranışları ile bu dersin sonunda farklı bir karakter daha öğrenmiş olacaktır.

SONUÇ

Sahne sanatları; sesin, sözün, hareketin ve müziğin yorumla bütünleşmesi ile sanatçıya zengin anlatım olanakları sunan bir alandır. Bedenin anlatım olanaklarını en iyi şekilde kullanabilmeye yönelik çalışmalar sahne sanatlarında uzun yıllardır güncelliğini korumaktadır. Sahne sanatçıları sahne üzerindeki beden dilini, yaşamdaki kısıtlamalardan da arındırarak iletişim imkânını arttırmayı hedeflemektedir. Bu iletişimi kuvvetlendirmek, olaylar ve durumlar üzerinden duygu düşünceleri yansıtabilmek ve seyirci üzerinde etki bırakabilmek amacı ile kendi bedenlerinin sınırlarını genişletebilmek adına çalışmalar yapmaktadır. Bu çalışmalar sahne sanatlarının birbirleri ile iletişimini gerekli kılmakta ve zorunlu ortak çalışma alanları oluşmaktadır.

Tiyatro ve dansın hem sahne üzerinde hem de eğitim sürecindeki birlikteliklerinden, bedene ve harekete dayalı oyunculuk ve dans yöntemleri gelişmiş ve halen gelişmektedir. Çalışma, bu görüşten hareketle disiplinler arası çalışmaların gerekliliğine vurgu yaparak, disiplinler arası eğitim çalışmalarının akademik anlamda uzmanlaşma imkanı yaratacağı ve yeni uzmanlık alanlarının oluşumuna da destek sağlayacağı görüşündedir. Ayrıca halk danslarının beden dili duruşları ve hareket kattıkları anlamsal ifadelerini oyuncular için katkı sağlayacağı yönünde görüşe sahiptir.

Önerilen dans yönteminin uygulaması sonucunda asıl amacın dansın adım cümlelerini ardı ardına birbirine eklemek, sayıları akılda tutmak olmadığı görülmüştür. Dansın öğrenme sürecinde kullandığı gözlem ve analiz tekniği ile adım cümlelerinin içinde bulunan beden dili duruşlarının, karşı tarafa ne gibi mesajlar aktardığının çözümlenmesi önem kazanmaktadır.

Oyunların ortak karakteristik adımlarından oluşan adım cümleleri oyunculara öğretildiğinde, Zeybek tavrının genel özelliklerinin belirgin bir halde oyuncu bedenine aktarımının mümkün olduğu görülmektedir. Oyuncunun bu çalışmalardan sonra zeybek tavrını bedenine daha iyi yerleştirmesi için ritim ve müzik eşliğinde de çalışmalar tekrar edildiğinde ise aktarımın pekiştiği gözlenmiştir. Oyuncuların zeybek tavrı ile doğaçlama çalışmaları da bu özelliklerin beden üzerinde kalıcılığını sağlamaktadır. Doğaçlama çalışmalarının sonucunda oyunlardan öğrenilen adımların ritim, denge, vurgu gibi nüansların da oyuncuların bedenine yerleştiği gözlenmiştir.

Çalışmada önerilen yöntemin temelinde, dansın analiz edilerek oyuncuya öğretilmesinin bir zorunluluk olduğunun altı çizilmektedir. Oyuncuyu sadece dans ettirmeye çalışmak, bedenin anlık çalışmasının ötesinde bir yarar sağlamayacağı için oyuncunun hareketleri bedenine hissederek yerleştirmesinin önemi vurgulanmıştır. Beden farkındalığı oluşturabilmek adına zeybek dansı kaynaklı bir uygulama önerisi sunan çalışmanın, oyuncuların bedensel hazırlık sürecindeki eğitim uygulamaları açısından farklı bir bakış açısı kazandıracağı ve özel alan çalışmalarına örnek olabilecek nitelikte bir çalışma olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Demirsipahi, Cemil (1975). Türk Halk Oyunları. Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi.
- Ergün, Selda (2003). Çağdaş Doğaçlama. İzmir: Dokuz Eylül Yayınları
- Foster, Susan Leigh (2007). "Dans Eden Bedenler". Yirminci Yüzyılda Dans Sanatı: Kuram ve Pratik (Editörler: Şebnem Selişik, Gurur Ertem Aksan), İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi: 154.
- Gazimihal, Mahmut Ragıp (1999). Türk Halk Oyunları Kataloğu. C.3. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları.
- Giurcescu, Anca (2009). "Dansın Gücü ve Sosyal ve Politik Kullanımı". İpedak Erasmus Programı Basılmamış Ders Notu. Trondheim.
- Hanna, Judith Lynne (1979). To Dance is Human: A Theory of Nonverbal Communication: University of Chicago Press.
- Kaepler, Adrienne Lois (1997). "Dans". Milli Folklor Dergisi. S.33: 102.
- Karademir, Abdurrahim (2003). "Zeybek Dansları". Halk Bilimi Araştırmaları 1. Kitap: 194-196.
- Mutlu, Erol (1998). İletişim Sözlüğü. Ankara: Cantekin Yayıncılık.
- Nutku, Özdemir (2001). Dram Sanatı. İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Özer, Handan Ergiydiren (2002). "Çağdaşlık Ölçütleri ve Dans". Dans Daima (Editör M. Evcı) Ankara: Favori Yayınları: 269.
- Selçuk, Hazal (2017, 09. 22). hazalselcuk.net. /yazilar/farkindalik.
- Sklar Deidre (2007). Dansa Kültürel Açından Duyarlı Bir Yaklaşım İçin Beş Önerme. Yirminci Yüzyılda Dans Sanatı Kuram ve Pratik. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi: 240-243.
- Şenel, Suna Eden (1990). Hareket Notasyonu Halk Oyunları Yazımı. İzmir: Levent Müzikeyi Yayınları.
- Tek, Fidan Karlova (1992). "Bedenin Dili ve Oyunculuk". Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul: Mimar Sinan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tevfik, Rıza (1998). "Dans Hakkında". Dans Müzik Kültür Çeviri Araştırma Dergisi. S. 63: 283.