

Sanatın 3D'si (Duygu-Düşünce-Davranış)

Sanatı duygu, düşünce ve davranış üçgeni içinde analiz etmek oldukça etkileyici bir yaklaşım ve sanat üretiminin psikolojik ve yaratıcı boyutlarını derinlemesine anlamaya yardımcı olabilir. Bu üç unsuru sanat kavramlarıyla nasıl açıklayabileceğimizi şu şekilde detaylandırabiliriz:

1. Duygu (Emotion)

Sanatın büyük bir kısmı, sanatçının veya izleyicinin duygularını harekete geçirme kapasitesine dayanır. Sanatçının yaratım sürecindeki hisleri ve izleyicinin eseri algılayarak hissettikleri, sanatın özünü doğrudan bağlantılıdır. Fotoğrafçı örneğine dönecek olursak, korku duygusu fotoğrafçıyı karanlık ve tekinsiz mekânlara yönlendirebilir. Bu, **ekspresyonizm** gibi sanat akımlarıyla açıklanabilir; çünkü ekspresyonizm sanatçının duygusal dünyasını dışa vurmasına dayanır. Korku, kaygı, tedirginlik gibi duygular fotoğrafın tonunu, konusunu ve estetiğini belirler.

- **Sanat kavramı:** Ekspresyonizm, duyguların sanata yansıtılmasına dair bir yaklaşım sunar. Burada korku, sanatçının içsel dünyasını yansıtan bir araç olarak kullanılır.

2. Düşünce (Cognition)

Sanat, aynı zamanda düşünsel bir süreçtir. Sanatçı, belirli bir kavramı, sosyal olayı ya da felsefi bir düşünceyi eseri aracılığıyla ifade etmek isteyebilir. Fotoğrafçının izbe yerlerin tekinsiz olduğuna dair düşüncesi, onun sanatını yönlendirir. Bu düşünceyi sanat dünyasında **konseptüalizm** (conceptualism) ile açıklayabiliriz. Konseptüalizmde fikir, sanatın merkezinde yer alır ve fiziksel sanat eseri, düşüncenin bir dışavurumudur. Fotoğrafçı, izbe yerler hakkındaki düşüncesini, bu mekânları fotoğraflayarak somut hale getirir.

- **Sanat kavramı:** Konseptüalizm, düşüncenin sanatta başat rol oynadığı bir yaklaşımdır. Fotoğrafçının mekânın "tekinsizliği" üzerine düşündüğü kavramsal çerçeve, eserinin anlamını derinleştirir.

3. Davranış (Behavior)

Sanat üretiminde davranış, sanatçının eylemleriyle ifade bulur. Fotoğraf çekmek, sanatçının belirli bir ortamda fiziksel olarak bulunduğunu, sahneleri seçtiğini ve belirli bir teknik kullanarak onları yakaladığını gösterir. Fotoğrafçının bu eylemi, sanat dünyasında **performans** ya da **görsel pratikler** kavramlarıyla açıklanabilir. Sanatçının bir anı yakalaması, teknik becerilerini sergilemesi ve çevresiyle fiziksel bir etkileşim içinde olması bu davranış boyutunu oluşturur.

- **Sanat kavramı:** Fotoğraf çekme eylemi, sanatçının davranışsal boyutunu temsil eder ve bu eylemi performatif bir süreç olarak değerlendirebiliriz. Sanatçının gözlem

yapma, sahne kurma ve anı yakalama becerileri, sanatsal performansın bir parçasıdır.

Örnek Üzerinden Genel Bir Açıklama:

Fotoğrafçı örneğinde, fotoğraf çekme eylemi (davranış), izbe yerlerin tekinsizliği üzerine bir düşünceyle (düşünce) şekillenirken, bu mekânların sanatçıda uyandırdığı korku (duygu) eserin temel tematik yönünü belirler. Sanatçı, korkuyu anlatmak için bu tekinsiz mekânları tercih ederek duygularını sanata aktarır ve böylece kendi dünyasını izleyiciye sunar.

Bu yaklaşımı genişletirsek:

- **Duygu:** Sanatın içsel dürtüsü; sanatçı hislerini eser aracılığıyla dile getirir.
- **Düşünce:** Sanatın kavramsal yapısı; sanatçı belli bir fikri ya da temayı eserde merkezî hale getirir.
- **Davranış:** Sanatın fiziksel uygulaması; sanatçı düşüncelerini somut bir eylemle (örneğin fotoğraf çekmek, resim yapmak) hayata geçirir.

Sanatçının iç dünyasını ve düşünsel süreçlerini anlamak için bu üç unsuru bir arada değerlendirmek, sanatın çok boyutlu yapısını kavramamıza yardımcı olabilir. Bu açıdan, sanat hem bireysel hem de kolektif bir iletişim formu olarak şekillenir.

Yemeğin 3D'si

Yemeği sanat olarak ele alarak bir annenin davranışı, duygusu ve düşüncesi ile nasıl bir sanatsal ifade oluşturabileceğini analiz edelim. Burada annenin yemeği hazırlama ve sunma süreci, sadece bir beslenme eylemi değil, aynı zamanda sanatın duygusal, düşünsel ve davranışsal boyutlarını kapsayan bir ifade biçimi haline gelir.

1. Duygu (Emotion)

Annenin çocuğunun büyümesi ve sağlıklı gelişmesi için duyduğu sevgi ve sorumluluk, bu sürecin duygusal temelini oluşturur. Sanatta olduğu gibi, yemek hazırlarken de annenin hissettiği duygular, yaptığı yemeğin hem içeriğini hem de sunumunu şekillendirir.

Annenin duygusu, çocuğunun sağlıklı bir şekilde büyümesini istemesidir. Bu sevgi ve şefkat, annenin yemeği nasıl hazırladığını ve hangi malzemeleri kullandığını etkiler. Duygusal olarak, yemeği sevgi dolu bir çaba olarak görüyoruz. Bu, **ekspresyonizm** gibi akımlarda görülen, sanatçının duygularını eserine yansıtmaya biçimine benzetilebilir.

- **Sanat kavramı:** Ekspresyonist bir yaklaşımla, annenin yemeği hazırlarkenki sevgisi ve endişesi, malzeme seçiminden sunumuna kadar her aşamada yemeğin içine işlenir. Yemeğin tatları ve görüntüsü, annenin bu duygusal yansımasının bir ifadesidir.

2. Düşünce (Cognition)

Annenin düşüncesi, çocuğunun yeterli ve dengeli beslenmediği takdirde hastalanacağı korkusuyla şekillenir. Bu, annenin yemek hazırlama sürecine bilinçli ve kavramsal bir

yaklaşım getirmesini sağlar. Yemekte kullanılan malzemeler, pişirme teknikleri ve dengeli beslenme bilgisi annenin zihninde yer alan düşünsel bir süreçtir.

Sanatta konseptüalizmde olduğu gibi, burada da yemeğin hazırlanması bir düşünceyi somutlaştırır: Sağlıklı beslenme, bir kavram olarak annenin zihninde ön plandadır. Bu düşünce, yemeğin her aşamasında kendini gösterir.

- **Sanat kavramı: Konseptüalizm** perspektifinde, annenin hazırladığı yemek, düşüncenin bir dışavurumudur. Yani yemeğin amacı sadece beslemek değil, çocuğun sağlığına yönelik bilinçli bir düşünceyi somutlaştırmaktır. Burada yemek bir mesaj taşıyan bir araçtır: "Sağlıklı yemek, sağlıklı bir yaşam sağlar."

3. Davranış (Behavior)

Yemek pişirme eylemi, annenin duyguları ve düşünceleriyle şekillenen bir davranıştır. Yemeğin fiziksel olarak hazırlanışı ve sunulması, annenin hem içsel hem de dışsal dünyasının bir yansımasıdır. Malzemelerin seçimi, pişirme teknikleri ve hatta sunum biçimi annenin davranışsal ifadesini oluşturur.

Yemek hazırlama süreci, annenin sadece pratik bir görev olarak değil, aynı zamanda bir tür performans olarak yaptığı bir eylemdir. Sanatta **performans sanatı** ya da **görsel pratikler** gibi, burada annenin yemeği hazırlama süreci bir sanatsal performans olarak değerlendirilebilir.

- **Sanat kavramı: Performans sanatı** kavramıyla, annenin yemek hazırlama süreci bir davranış biçiminde sanatsal bir ifade haline gelir. Yemeği hazırlarkenki özeni, yemek masasında çocuğuna sunduğu yemek, bu performansın bir parçasıdır. Bu davranışsal süreç, hem çocuğun sağlığını korumak hem de anne-çocuk ilişkisini güçlendirmek için bir "sanatsal" ritüele dönüşür.

Genel Bir Değerlendirme:

Bu örnekte, annenin yemek pişirme eylemi, duygusal, düşünsel ve davranışsal bir süreç olarak ele alındığında bir sanat formu gibi değerlendirilebilir:

1. **Duygu:** Annenin sevgi ve koruma içgüdüğü, yemek hazırlama sürecine duygusal bir derinlik katar. Yemeğin içerisine annelik şefkati ve çocuğa duyulan sevgi işlenir.
2. **Düşünce:** Annenin yemeği besleyici ve dengeli hazırlama kaygısı, yemeğin düşünsel temelini oluşturur. Sağlık ve büyüme konusundaki endişeleri, annenin yemek hazırlama sürecine bilinçli bir kavram kazandırır.
3. **Davranış:** Yemeğin hazırlanışı ve sunumu, annenin fiziksel ve davranışsal eylemi olarak değerlendirilir. Bu süreç, bir tür performans sanatı gibi düşünüldüğünde annenin çocuğuna duyduğu sevgi ve endişenin fiziksel bir dışavurumu haline gelir.

Sonuç olarak, annenin yemek hazırlama süreci, sevgi, düşünce ve davranış üçgeninde ele alındığında sanatsal bir ifade biçimi olarak değerlendirilebilir. Annenin bu süreçteki amacı sadece çocuğunu beslemek değil, ona olan sevgisini ve koruma içgüdüünü yemeği aracılığıyla aktarmaktır. Yemek, burada hem bir iletişim aracı hem de duyguların ve düşüncelerin bir yansıması olarak sanat formuna dönüşür.

Yemek Bize Hangi Bağlamlarda Neler Anlatır?

Yemek üzerinden ilişkiler bir dil gibi düşünüldüğünde, her bir bağlamda farklı cümleler ve metaforlar ortaya çıkabilir. İşte bazı örnekler ve olası bağlamlar:

1. Ebeveyn İlişkisi:

- **Cümle:** "Sana her sabah kahvaltı hazırladığımda, seni besleyerek büyütmekten başka bir şey düşünmedim."
- **Bağlam:** Ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişki, sevgi ve şefkatin yemek üzerinden aktarımıdır. Bu ilişkide yemek, bakım ve korumanın simgesi olabilir.
- **Temel Anlam:** Sıcak yemek sunmak, koruma ve ilgi sunmaktır.

2. Arkadaşlık:

- **Cümle:** "Birlikte oturup ekmeğimizi paylaştık, sohbetin tadını çıkardık."
- **Bağlam:** Arkadaşlıkta yemek, paylaşılan anlar, dostluk ve dayanışma sembolüdür. Yemek, birleştirici bir unsur olarak anlam kazanır.
- **Temel Anlam:** Sofra arkadaşlığı ve paylaşım, arkadaşlık bağlarını kuvvetlendirir.

3. Eş İlişkisi:

- **Cümle:** "Seninle her akşam yemeğinde yeni tatlar keşfetmek, birlikte büyümenin bir parçası."
- **Bağlam:** Eşler arasındaki ilişki, yemekle yeni deneyimlerin paylaşılması ve birlikte gelişme olabilir. Yemek pişirme ya da paylaşma, romantik veya işbirlikçi bir ilişkiyi yansıtır.
- **Temel Anlam:** Yaratıcılık, sabır, paylaşım ve keşif.

4. Çocuk İlişkisi:

- **Cümle:** "Tatlı yedirdiğimde gözlerindeki mutluluğu görmek, en büyük ödül."
- **Bağlam:** Çocuklarla yemek ilişkisi, onların mutluluğunu besleme ve küçük anlardan zevk alma üzerine kuruludur. Aynı zamanda, bir çocuğa doğru beslenmeyi öğretme süreci de bir dil olabilir.
- **Temel Anlam:** Sevgi dolu bir rehberlik ve ödüllendirici deneyimler.

5. Kendinle İlişki:

- **Cümle:** "Bu yemek, kendime verdiğim en güzel hediye."
- **Bağlam:** Kendine yemek hazırlamak, öz bakım ve öz saygının sembolü olabilir. Yemeği hazırlama süreci, kendini dinleme ve ihtiyaçlarına yanıt verme diliyle açıklanabilir.
- **Temel Anlam:** Kendi ihtiyaçlarına duyarlılık, şefkat ve huzur.

Bağlamlar:

- **Günlük yaşam:** Gün içinde beraber yemek yemenin, hayatı paylaşmanın bir parçası olarak.
- **Özel günler:** Kutlamalar, doğum günleri ya da yıl dönümlerinde yemek, özel anların vurgusu olur.
- **Zor anlar:** Hastalık ya da zor zamanlarda yemek sunmak, teselli ve destek işareti olabilir.
- **Değişim anları:** Yeni bir ilişkiye başlama, ayrılık ya da taşınma gibi değişim süreçlerinde yemek üzerinden sembolik anlamlar kullanılabilir.

Yemek, ilişkilerin yapı taşlarını oluşturan sembollerle dolu olabilir; sevgi, paylaşım, destek ve kendiyi olan barışıklık gibi farklı duygusal bağlamlar ortaya çıkar.

Yemeğin Dil Olarak Olumsuz İfadesi

Yemek üzerinden ilişkilerin olumsuz yönlerini düşündüğümüzde, aynı metaforlar tersine dönebilir ve ilişkilerdeki hayal kırıklığı, çatışma ya da mesafe yemek diliyle ifade edilebilir. İşte beş bağlamdaki olumsuz örnekler:

1. Ebeveyn ilişkisi:

- **Cümle:** "Sana en sevdiğin yemeği yaptım ama tabağına bile dokunmadın, sanırım artık seni besleyemiyorum."
- **Bağlam:** Ebeveyn ve çocuk arasında duygusal bir kopukluk, ebeveynin çocukla olan ilişkisinde besleyici rolünü yitirdiği hissiyle ifade edilir.
- **Temel Anlam:** İlgisizlik, mesafe ve hayal kırıklığı. Ebeveyn, çocuğuna ulaşamadığını hisseder.

2. Arkadaşlık:

- **Cümle:** "Birlikte yemek yiyorduk ama artık sofrada hiç konuşmuyoruz, sanki paylaştığımız hiçbir şey kalmadı."
- **Bağlam:** Arkadaşlar arasındaki ilişkide kopukluk, eskiden paylaşılan anların ve sohbetlerin kaybolmasıyla ortaya çıkar. Yemek, bağın zayıfladığını simgeler.
- **Temel Anlam:** İletişim eksikliği, duygusal uzaklık ve kaybolan dostluk.

3. Eş ilişkisi:

- **Cümle:** "Birlikte yemek hazırlamayı severdik ama artık mutfakta yalnız başıma kalıyorum."
- **Bağlam:** Eşler arasındaki ilişki soğuduğunda, yemek hazırlama ya da paylaşma deneyimi tek taraflı hale gelir. Bu, duygusal bir uzaklaşmayı ve yalnızlığı ifade edebilir.
- **Temel Anlam:** İşbirliğinin kaybı, yalnızlık ve ilişki içindeki boşluk hissi.

4. Çocuk ilişkisi:

- **Cümle:** "Ne kadar uğraşsam da sana yedirmeyi başaramıyorum, seni artık mutlu edemiyorum gibi."

- **Bağlam:** Çocukla ilişkide besleyici rolün etkisiz hale geldiği hissi, çocuğun memnuniyetsizliği ve ebeveynin başarısızlık hissiyle ortaya çıkar.
- **Temel Anlam:** Yetersizlik, hayal kırıklığı ve ilişkiye dair güvensizlik.

5. Kendinle İlişki:

- **Cümle:** "Bu yemeği hazırlarken kendime ne kadar özen göstermediğimi fark ettim, sanki kendime hak ettiğim değeri vermiyorum."
- **Bağlam:** Kendiyle olan ilişkide öz bakımsızlık ve özsaygı eksikliği, kendine hazırladığı yemekle ifade edilir. Kişi, kendine yeterince ilgi göstermediğini fark eder.
- **Temel Anlam:** İlgisizlik, öz değersizlik ve kendine yönelik eleştiri.

Olumsuz Bağlamlar:

- **Sessizlik:** Birlikte yemek yenen anlarda sessizlik, artık konuşacak bir şey kalmadığı ya da duygusal kopukluğun ifadesi olabilir.
- **İlgisizlik:** Tabağında kalan yemekler, yemeğe ya da ilişkiye gösterilen ilgisizliği ve duygusal uzaklığı simgeler.
- **Soğukluk:** Eskiden sıcak ve samimi olan yemek anları artık mekanik, soğuk ya da mesafeli hale gelebilir.
- **Reddedilme:** Birinin hazırladığı yemeği reddetmek, o kişiyi ve onun sunduğu ilgiyi reddetmekle eş anlamlı hale gelebilir.

Yemek üzerinden anne-çocuk ilişkisi

Yemek üzerinden ilişkilere bakıldığında, olumsuzluklar ilişkideki kopukluk, yalnızlık ya da başarısızlık hislerini açığa çıkaran güçlü metaforlarla ifade edilebilir.

Anne:

"Sana bugün en sevdiğin mercimek çorbasını yaptım, biliyorum uzun zamandır istemiyordun ama... belki de bir ısırik alırsın diye düşündüm."

Çocuk:

"Teşekkür ederim ama pek iştahım yok, anne. Zaten bu aralar yediğim hiçbir şeyin tadı yok gibi geliyor."

Anne:

"Eskiden bu çorbayı içtiğinde yüzün gülüyordu. Şimdi tabağın dolu kaldıkça, sanki sana ulaşamıyorum gibi hissediyorum. Ne oldu? Neden hiçbir şeyi beğenmiyorsun?"

Çocuk:

"Bilmem... Bazen canım bir şey istemiyor. Ne kadar uğraşırsan uğraş, her şey aynı gibi geliyor."

Anne:

"Her şeyi senin için en iyi şekilde yapmaya çalışıyorum. Senin sağlıklı olman için, mutlu olman için. Ama tabağın dolu kaldıkça, çabalarım boşuna gibi geliyor. Ne yaparsam yapayım, seni doyuramıyorum gibi hissediyorum."

Çocuk:

"Anne, bu senin yemeklerinle ilgili değil. Sadece kafam çok dolu, yediklerim bile bana ağır geliyor. Ama bu senin suçun değil. Sen her zaman en iyisini yapıyorsun."

Anne:

"Yine de... Hani şu eski günlerdeki gibi, beraber oturup her şeyi konuşsak, içini döksen? Belki bir iki kaşık da olsa, şu çorbayı içsen... Sıcak bir şeyler seni rahatlatır diye düşünüyorum."

Çocuk:

"Belki haklısın. Aslında bu çorbanın kokusu bile bazen beni eski günlere götürüyor. Ama ne bileyim... Eskisi gibi değiliz sanki. Eskiden bir kaşık bile alsam, sanki daha güvende hissederdim."

Anne:

"O zamanlar belki de sadece yemeği paylaşmıyorduk, birlikte geçirdiğimiz anları da paylaşıyorduk. Şimdi aramızda bir mesafe varmış gibi hissediyorum. Ama bil ki... Her kaşığı seninle birlikte olmak için yapıyorum, sadece doyurmak için değil."

Çocuk:

"Anlıyorum anne, gerçekten. Belki de o bir kaşık çorbayı, sadece bir şey yemek değil, seninle tekrar bir şeyler paylaşmak gibi görmeliyim. Deneyeceğim."

Anne:

"Teşekkür ederim. Sen bir kaşık aldığında, ben de biraz daha rahatlıyorum. Her kaşığı beraber paylaştığımızda, sanki seni biraz daha geri kazanıyorum."

Çocuk:

"Belki de bunun sadece yemek olmadığını anlamalıyım, anne. Sadece yemek değil... seninle birlikte olduğum anlar."

Elbette, ebeveynin çocuğuna ulaşamadığı, duygusal bir kopukluk yaşandığı ve karşılıklı anlaşmazlıkların olduğu bir diyalog şu şekilde olabilir:

Yemeğin Olumsuz Diyaloğu

Anne:

"Sana yine en sevdiğin yemeklerden biri olan köfteyi yaptım. Tabakta hiç dokunmamışsın, neden yemiyorsun? Artık ne yapsam seni mutlu edemiyorum."

Çocuk:

"Anne, bunu daha önce de konuştuk. Artık köfteyi o kadar da sevmiyorum. Ama sen sürekli bana bu yemekleri yapıyorsun. Ne istediğimi sormuyorsun bile."

Anne:

"Yıllardır köfteyi severdin, bu da mı değişti? Senin iyiliğin için en besleyici yemekleri yapıyorum, senin tercihlerine göre hareket ediyorum sanıyordum."

Çocuk:

"Sevdiğim şeyler değişti ama sen hala aynı şeyleri yapıyorsun. Her defasında aynı yemeği önüme koyuyorsun ve benim ne istediğimi dinlemiyorsun. Bu yüzden de artık yemek istemiyorum!"

Anne:

"İyi de ben seni düşünüyorum, sağlıklı ol diye en iyi yemekleri yapıyorum. Bunca yıldır severdin, şimdi neden birden değişti ki? Bu yaptığın inatçılık gibi geliyor."

Çocuk:

"İnatçı olan ben değilim, senin beni dinlememen! Benim nelerden hoşlandığımı bile anlamıyorsun. Sürekli aynı yemekler, aynı şeyler... Sanki benim fikirlerim hiç önemli değilmiş gibi."

Anne:

"Sana değer verdiğim için uğraşıyorum. Her akşam senin için yemek hazırlıyorum. Bu yaptığımı görmezden gelmen beni çok kırıyor."

Çocuk:

"Anne, mesele senin çaban değil, mesele beni anlamaman. Ben ne istediğimi söylüyorum ama sen sürekli neyin iyi olduğunu düşündüğün şeyi yapıyorsun. Bu beni öfkeliyor. Kendi kararlarımı vermeme izin vermiyorsun."

Anne:

"Ben sadece seni korumak istiyorum. Yanlış şeyler yiyip sağlığını bozmanı istemiyorum. Yıllardır ne yediğini ben biliyorum."

Çocuk:

"Belki de artık bana kendi kararlarımı vermem için alan açmalısın. Ne yiyip ne yemeyeceğime ben karar vermek istiyorum. Her şeyi senin kontrol etmeni istemiyorum."

Anne:

"Kontrol etmeye çalışmıyorum, sadece seni kaybettiğimi hissediyorum. Sanki artık sana ulaşamıyorum, ne desem fayda etmiyor."

Çocuk:

"Sen bana ulaşmaya çalışıyorsun ama yanlış yoldan. Beni anlamadan, ne istediğimi sormadan yaptığın her şey, beni daha da uzaklaştırıyor. Eğer beni dinlersen, belki aramızdaki mesafe azalır."

Bu diyalogda, anne, çocuğunun ihtiyaçlarını ve tercihlerindeki değişiklikleri anlamakta zorlanırken, çocuk da annesinin onun kararlarına ve tercihlerine saygı göstermediğini düşünüyor. Bu duygusal kopukluk, her iki tarafın da kendini anlaşılmamış ve hayal kırıklığına uğramış hissetmesine neden oluyor. Anne, çocuğunu koruma çabasıyla hareket ederken, çocuk kendi tercihlerini yapma özgürlüğü için mücadele ediyor.

* Bu yazıyı chatgpt ile hazırladım.