
EMILE JAQUES-DALCROZE ve RİTMİK YÖNTEMİ

Emile Jaques-Dalcroze and Eurhythmics

Ebru KEMALBAY EREN *

ÖZ

Bu makalede Jaques-Dalcroze'un geliştirdiği eurhythmics (ritmik) yöntemi üzerinde durulmuştur. Solfej-kulak eğitimi, hareket ve doğaçlama dersleri temelinde öğretilen ritmik yönteminin müzikle bedeni birleştirerek oluşturduğu yeni ifade biçimi, makalenin ana konusunu teşkil eder. Bu yeni ifade biçimine ne şekilde ulaşıldığı ve yöntemin nasıl bir müzikal kimlik hedeflediği anlatılmaya çalışılmıştır. Dalcroze'un kısa özgeçmişinin ardından ortaya koyduğu yöntemin çıkış noktası ile gelişiminden bahsedilmiş; bu yöntemin esasları, müzik eğitimine olan katkıları ve pedagojik olarak öğrenciler üzerindeki etkileri, ayrıntılı bir şekilde ele alınmıştır. Güçlü bir ritim duygusu içerisinde bedensel bir anlatımı hedefleyen ritmik yönteminin teorik alt yapısının kavranması ve bu yapının uygulamaları masaya yatırılmış; yöntemin müzik eğitimine olan katkıları özellikle müzikal kimliğin gelişmesi açısından örneklerle açıklanmaya çalışılmıştır. “Basit değerlerde yürüme egzersizleri”, “Ritmik kol hareketleriyle yürüme egzersizleri”, “Uzuvları bağımsızlaştırmak için yapılan yürüme egzersizleri”, “Şarkı söyleyerek yürüme egzersizleri”, “Ritmi iki misli büyültme-küçültme egzersizi” gibi alıştırmalarla açıklanan bu örnekler, ritmik yönteminin uygulamalarını görsel bir şekilde ele alarak, canlı anlatımlarının nasıl yapılacağına dair bir izlenim oluşturmuştur. Ancak ritmik yöntemi, bedensel hareket ve koordinasyona dayandığından dolayı, sadece teorik bir şekilde değil de sınıf içerisinde birebir eğitim sonucunda öğretilebileceği unutulmamalıdır.

Anahtar Sözcükler: Dalcroze, Eurhythmics, Solfej, Doğaçlama, Kinestezi, Müzik eğitimi.

ABSTRACT

This article focuses on the Eurhythmics method developed by Jaques-Dalcroze. The rhetorical method taught on the basis of solfège-ear education, movement and improvisation is the subject of this article. It has been tried to explain how this new form of expression is reached and how the method aims a musical identity. Following the short background of Dacroze, the starting point and the development of the method is explained and the principles of this method and its contributions to music education and its effects on the students are discussed in detail. Understanding of the theoretical background of rhythmic method aiming a bodily expression in a strong sense of rhythm and the applications of this structure; the contribution of the method to music education has been tried to be explained with examples in terms of the development of musical identity. Exercises like “Walking exercises in simple values” “Walking exercises with rhythmic arm movements”, “Walking exercises to independent the limbs”, “Walking exercises by singing”, “Walking exercises to augment-reduce the rhythms” are explained with by taking an impression of how to make live narratives. However, since the rhythmic method is based on bodily movement and coordination, it should be kept in mind that it can be taught not only in a theoretical way but in the classroom as a result of one-on-one training.

Keywords: Dalcroze, Eurhythmics, Solfège, Improvisation, Kinesthesia, Musical education.

Araştırma Makalesi - Geliş Tarihi/Received Date: 11.04.2019, Kabul Tarihi/Accepted Date: 22.05.2019

***Sorumlu Yazar/Corresponding Author:** Anadolu Üniversitesi Yunus Emre Kampüsü Devlet Konservatuarı Müzik Bölümü No.3 26470 Eskişehir. ekeren@anadolu.edu.tr. ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9548-7637>

Atf/Citation: Eren, E. K., (2019) Emile Jaques-Dalcroze Ve Ritmik Yöntemi. *Eurasian Journal of Music and Dance*, (14), 131-145.

Extended Abstract

In this article, the Eurhythmics method developed by Jaques-Dalcroze is discussed. Dalcroze, who has created a new system by using body and music together, has applied these ideas in solfege-ear education, movement and improvisation courses have begun to be recognized in Europe in a short time. The only feature that distinguishes Dalcroze from other methods is that the body is supported by music with stylized movements and the rhythmic elements are used at the highest level. Dalcroze, who was influenced by kinesthesia, emphasized the importance of body rhythms and a strong sense of rhythm in the expression of music and devoted his entire life to new pedagogical ideas to create a complete musical identity. The rhythmic method, which is the only system in which body and music are used together, has been practiced by many musicians in the twentieth century but it has attracted a great deal of attention from solfege teachers and pedagogues. Dalcroze argued that his method does not only includes teachers, but also all instrumentalists, and believed that from all ages the musicians can adapt to the system. How this adaptation will be provided and how a musical identity is targeted is the main subject of this article. Born in Vienna, Dalcroze graduated from the Geneva Conservatory and continued his education as a teacher in the same institution. Having developed his rhythmic method in this institution, Dalcroze opened a school in Hellerau near Dresden where he worked with many famous dancers, bringing the theoretical and practical side of the rhythmic method to the highest levels. In this article, the fundamentals of his method in Hellerau, his contributions to music education and his effects on the students pedagogically are discussed in detail. Understanding of the theoretical background of rhythmic method aiming a bodily expression in a strong sense of rhythm and the applications of this structure; the contribution of the method to music education has been tried to be explained with examples in terms of the development of musical identity. These examples, which have been explained by various exercises, have given an impression of how the rhythmic method will be performed practically. The term rhythmic, which was first used as "proportional-balanced" in 1624, was later used as a word for coordination between the brain and the body; Dalcroze used the rhythm as a method to represent body and rhythm coordination. By being influenced by Ballet, Dalcroze which developed stylized movements under the name of Dalcrozian, gave a new dimension to the method and thus it has gained international recognition. Spreading the method throughout Europe has aroused curiosity in the conservatories, and it has gradually become a lesson taught at schools. As a result of these lessons, the relations of students with music have gained another dimension, and it has been observed how musicality comes to the upper dimensions with dance and movement. Ensuring music and body coordination by Dalcroze, gaining a strong sense of rhythm, creating correct movements and gestures while expressing music, gaining a musical identity of the body, strengthening the memory, providing auto control and the development of spontaneous expression have been determined as the main aims of the rhythmic method and finally an original pedagogical approach has emerged. In this pedagogical approach, training in groups is an indispensable element of the rhythmic method. In group exercises, students are often taught with improvisation or music samples (classical, folk, pop, rap, ethnic, and jazz) selected from a variety of music literature, or act in an area where no music is played. Dalcroze believed that the rhythmic movements were very important in order to reach a correct expression. As a result of these studies, Dalcroze observed that the students gained a strong sense of rhythm and a musical sensitivity, and concluded that a new profile of musicians was developed. In this article, detailed information about solfege-ear education, movement and improvisation which are the basic elements of rhythmic method are given and then the basic exercises applied in the method are explained one by one. Exercises such as listening, walking, breathing,

reaction, reflex, song, memory were discussed and the benefits of developing a musical identity were examined. However, because the rhythmic method is based on bodily movement and coordination, it is a method that can be learned and taught not only in a theoretical way but also in a practical way. Since the method includes body movements, it is impossible to learn without practicing. Therefore, in order to understand this method, it must be learned either in the classroom or in a one-to-one teaching. In this article, practical applications are not mentioned and the basic features of rhythmic method are discussed and general information is given.

Dalcroze, pedagojik anlamda müzik eğitime olan katkılarıyla şüphesiz yirminci yüzyılın en önemli figürlerinden birisi olarak karşımıza çıkar. Tıpkı Kodaly, Orff ve Suzuki gibi Dalcroze da bestecilik çalışmalarında bulunmuş ancak müzik tarihinde sıklıkla kendi geliştirdiği eurhythmics yöntemiyle anılmıştır.

Eğitimciliği süresince öğrencilerinin kinesteti içeren müzik öğrenme yaklaşımına derinden ihtiyaç duyduklarını fark eden ve müzik eğitimi üzerine sürekli yeni düşünceler ortaya koyan Dalcroze, öğrencilerin müzikal anlayış ve ifadelerinin doğru bir şekilde oluşması, geliştirilmesi ve en üst düzeye çıkarılabilmesi için erken yaşta eğitilmeleri ve beden dilinin kullanılması gerektiğini ortaya koymuştur. Kinestezi¹ ile yakından ilişkili olarak bedenin kullanımıyla kendine göre stilize hareketler geliştiren Dalcroze, bir nevi dans yoluyla müzikteki öğelerin dışavurumcu bir şekilde ifade edilmesini hedeflemiş; bu öğelerden ritim unsurunu en üste koyarak öncelikle ritmik algının güçlenmesine daha sonra da bütüncül bir müzikal kimliğin oluşmasına yönelik bir yöntem geliştirmiştir.

Yirminci yüzyılda müzik eğitiminde yeni arayışlara girilmiş, müfredat ve öğretmen merkezli geleneksel eğitim anlayışından yavaş yavaş çıkılıp, bunun yerine öğrencinin etkin olduğu, keşif ve yaratıcılık anlayışı üzerine kurulan eğitim yöntemleri ortaya çıkmıştır. Dalcroze eurhythmics (ritmik), Kodály metodu, Orff-Schulwerk ve Suzuki Metodu gibi öğrencilere müzik öğretmek için kullanılan bu gelişimsel eğitim yöntemlerinden biridir. Bu yöntem, hareketi kullanarak yeni bir müzikal ifade ortaya koymuştur. Bunlardan çalgı olarak bedenin kendisinin kullanılması ve bedensel farkındalık bakımlarından öne çıkan Dalcroze Eurhythmics, müzik eğitimi alan dolayısıyla çalgı çalan çocukların bedensel koordinasyonu ve müzikal algılarının gelişmesine önemli katkılar sağlamıştır.

Diğer yöntemlerle karşılaştırıldığında eurhythmics, beden ve müzik ilişkisinin doğrudan doğruya ortaya konduğu tek sistemdir. Bu bağlamda, oldukça özgün bir yöntem olup, özellikle müzik eğitimi üzerine kafa yoran solfej öğretmenleri ve pedagoğların bir hayli ilgisini çekmiştir. Aslında Dalcroze, yöntemini, sadece öğretim aşamasındakiler ya da küçük öğrenciler için değil her yaştan müziksever için geliştirmiştir. Ayrıca çalgıcıların kendilerini daha iyi ifade edebilmeleri için yönteminin çok yararlı olduğunu da savunmuştur. Ancak ne olursa olsun bu yöntem, çalgıcılar değil de özellikle müzik eğitimi veren pedagoğlar tarafından yakın takibe alınmış ve hızlı bir şekilde yayılarak neredeyse Avrupa'daki tüm konservatuvarlarda okutulan bir ders haline gelmiştir.

Bu makalede ritmik yönteminin temel esasları teorik olarak ele alınmış ancak pratikteki uygulamalarının nasıl olacağından bahsedilmemiştir. Ritmik yöntemine genel bir bakışla yöntemin öğrenciler üzerindeki etkileri ve kazandırdığı yetiler makalenin ana konusunu teşkil etmiş; bu bağlamda, yöntemin müzikal bir kimlik oluşturmadaki can alıcı noktaları üzerinde durulmuştur.

¹ Kinestezi (Devinduyum): Devinmeden ve özellikle kasların kasılmasından edinilen duyum (devinmek: vücudu ya da herhangi bir organı oynatmak, kıvrıltmak, kıpırdatmak ya da bütünüyle yer değiştirmek)

Emile Jaques-Dalcroze

Yirminci yüzyıl başlarında ortaya çıkan ritmik yöntemi, İsviçreli müzisyen ve pedagog Emil Jaques-Dalcroze tarafından geliştirilmiştir. Bu yönetime göre müziğin temel ögesi ritimdir ve ritmin ifadesi için bedensel hareketlere ihtiyaç duyulur. Dalcroze'a göre doğru bir müzik eğitimi ancak hareket ve müziğin iç içe geçtiği bir pedagojik yaklaşımla gerçekleşebilir, dolayısıyla harekete dayalı duyumsallık anlamına gelen ve bedensel zekayı ortaya çıkaran kinestetik olgusu, Dalcroze'un yönteminde büyük bir önem teşkil eder. Müziğin temel unsurlarının zihin ve vücut koordinasyonlarının etkili bir şekilde kullanılarak öğretilmesi, ritmik yöntemini diğer yöntemlerle karşılaştırıldığında farklı bir yere oturtmuş ve yirminci yüzyıl Avrupa müzik tarihinde sık sık başvurulan bir eğitim sistemi olarak kabul edilmesi sonucunu doğurmuştur.

Emile-Jaques-Dalcroze 6 Temmuz 1865'te Viyana'da doğmuştur. İlk müzik eğitimine küçük yaşlarda annesi *Julie Jaques* ile başlayan Dalcroze, on yaşına geldiğinde ailesiyle birlikte İsviçre'ye taşınmış ve 1877'de müzik eğitimi almak üzere Cenevre'deki konservatuvara girmiştir. Dört yıl sonra "Belles Lettres" adlı edebiyat derneğine üye olmuş ve burada tiyatro, edebiyat ve performans sanatlarıyla yakından ilgilenme fırsatı bulmuştur. 1884'te kompozisyon bölümüne giren Dalcroze, *Léo Delibes* ve *Gabriel Fauré* gibi büyük bestecilerle çalışmış; ardından kendisini ritmik açıdan bir hayli etkilemiş olan *Mathis Lussy* ile eğitimine devam etmiştir. 1886'da Mısır'daki *Nouveautés Tiyatrosu'nun* teklifi üzerine yardımcı şef ve koro öğretmenliğine başlayan Dalcroze; burada Arap müziğinin egzotik tınıları ve özellikle aksak ritmik yapısından oldukça etkilenerek bestecilik açısından yeni bir sürece girmiştir. 1887'de Viyana Konservatuvarı'nda yine büyük bir besteci olan *Anton Bruckner* ile çalışma fırsatı bulmuş, 1892'de Cenevre Konservatuvarı'na dönerek bu kurumda 1910'a kadar öğretmen olarak çalışmalarına devam etmiştir. Bu yıllar arasında armoni ve solfej öğretmeniymiş ritmik yöntemini geliştirmiş ve 1910'da konservatuvardan ayrıldıktan sonra yöntemini uygulamak üzere Dresden yakınlarındaki Hellerau'da yeni bir okul açmıştır.



Şekil 1. Dresden - Hellerau'daki Ritmik Enstitüsü

Bu okulda modern dansın en önemli temsilcilerinden olan *Kurt Jooss*, *Hanya Holm*, *Rudolf Laban*, *Maria Rambert*, *Uday Shankar* ve *Mary Wigman* gibi sanatçılarla birlikte çalışmış ve ritmik yöntemini üst seviyelere getirerek adını Avrupa'da duyurmayı başarmıştır. 1911'de Prens *Sergei Volkonsky* tarafından öğrencileriyle beraber St. Petersburg ve Moskova'ya davet edilmiş; burada da yine ritmik metodunu ayrıntılı bir şekilde açıklamıştır. 1914'te tekrar Cenevre'ye dönen Dalcroze, 1920'de bu sefer Viyana yakınlarındaki Helleray Laxenburg'da yeni bir enstitü açmış ancak okul Naziler tarafından kapatılmıştır. Dalcroze, 1 Temmuz 1950'de Cenevre'de ölmüştür.

Ritmik Yöntemi

Ritmik kelimesi ilk defa 1624'te mimarlık alanında "birbiriyle orantılı-dengeli" anlamında kullanılmıştır. 1721'de tıp alanında kullanılan anlamı ise "düzenli nabız atışı"dır. Günümüzde modern bir sözlük olan Webster'deki anlamı, "uzuvların ritmik hareketini sağlamak için beyin ve vücut arasındaki koordinasyon ilişkisi ve uyumdur" (Spector, 1990, s. 71).

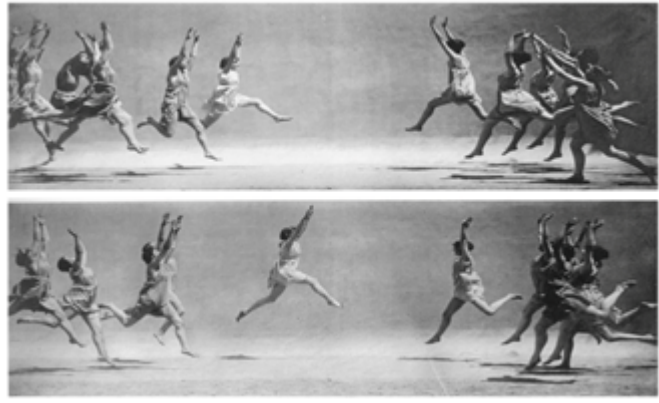
Dalcroze'un yönteminde Eurhythmics terimi, başlangıçta tam olarak istediği kavramı ifade etmiyordu. Özellikle Amerika'da sadece hareketle ilgili bir yöntem olarak biliniyordu. Günümüzdeki anlamıyla Fransızca'dan alınıp (rythmique) İngilizce'ye aktarılan bu kelime, müzikle bedeni birleştiren bir disiplindir ki bu Dalcroze ritmik yönteminin sadece bir kısmını karşılamaktadır.

Dalcroze, yaşamı boyunca kesin bir terminoloji bulamamıştır. Ancak öğrencileri tarafından daha sonra "Jaques'ın adımları ve figürleri" diye bir terminoloji eklenmiştir. Bedensel ifadeye dayanan ritmik hareketler, yöntemine yepyeni bir boyut kazandırmıştır. Baledeki hareket ve temel pozisyonları içselleştirerek stilize bir ifade yolu arayan Dalcroze, "Dalcrozyan Hareketler" olarak adlandırdığı bir sistematik oluşturmuş ve bu sistematikteki hareketler, öğrencinin fiziksel deneyim ile ritim duygusunu ilişkilendirerek kinestetik açıdan beden farkındalığının artırılmasına ciddi katkıda bulunmuştur.



Şekil 2. Müziğin Fiziksel İfadesi

Dalcroze, yöntemini geliştirirken ifadeli hareket anlamına gelen "plastique" terimini kullanmıştır. Güzel sanatlarda yoğrulabilen, şekil verilebilen anlamına gelen plastik terimini Dalcroze, kendine göre yorumlayarak yöntemini "plastiqueritmique", "plastiqueanimée" ve "plastiquecorporelle" gibi terimlerle tanımlamaya çalışmıştır.



Şekil 3. *Dalcroze Plastik Ritmik Hareketleri*

Dalcroze' un yönteminde kullandığı stilize hareketler ilk başta ilgiyle karşılanmıştır. Ancak bu stilize hareketleri bale duruş ve pozisyonlarından alarak oluşturması, tepki ve eleştirileri beraberinde getirmiştir. Rus asıllı bir dans kritikçisi olan *André Levinson* “*bir metronom ne kadar müzikal bir enstrümanrsa bir ritmikçi de o kadar dansçıdır*” diyerek ritmik yöntemini eleştirmiştir. Bu eleştiriler karşısında genellikle sessiz kalmayı tercih eden Dalcroze, ritmik unsur sayesinde müzisyenliği geliştirmek için dansı bir araç olarak kullandığını, bu metodun, bireyin duygu, düşünce, hareket ve iradeden oluşan tüm yetilerini birbiriyle bütünleştiren bir yaklaşım olduğunu söylemiştir.



Şekil 4. *Dalcroze, Ritmik Hareketler*

Dalcroze' un ritmik yöntemini açıklamak üzere yazmış olduğu başlıca kitaplar şunlardır:

“*Exercices Pratiques d' Intonation*” (1894), “*Pour Le Développement De L'instinct Rythmique Du Sens Auditif et Du Sentiment Tonal: En 5 Parties, 8 Volumes*” (1906), “*Le Rythme*” (1907), “*The Rhythmic of Jaques-Dalcroze*”(1913), “*Rhythm, Music and Education*” (1921), “*Rhythmic Solfege By E. Jaques-Dalcroze*” (1925), “*Ear-Training Music and Movevement Games*”(1939).

Ritmik Yönteminin Temel Unsurları

Ritmik yöntemi, zihin ve beden koordinasyonu içerisinde müzikal duyarlılığı geliştirmeyi amaçlayan bir disiplindir. Antik Yunan'da “*Müzikle beden hareketi birdir, ayrılamaz*” fikrinden yola çıkan Dalcroze, yöntemini üç ana başlık altında toplamıştır. Bunlar solfej- kulak eğitimi, hareket ve doğaçlama'dır.

Solfej- kulak eğitimi (1892-1906). 1892-1910 yılları arasında Dalcroze, Cenevre Konservatuarı'nda armoni-solfej öğretmenliği yaparken bir yandan besteciliğe devam etmiş, diğer yandan ise o günlerde “La Rythmique” olarak adlandırdığı yöntemiyle ilgili düşüncelerini ciddi biçimde ortaya koymuştur. Bu düşüncelerinden ilki, orkestra aletlerinin tınısal özelliklerinin bilinmesi gerektiğiydi. Dalcroze, konservatuvardaki öğrencileri için solo literatürden ve orkestra repertuarından seçtiği pasajları, çalgıların kendine has tınısal özelliklerini anlatmak amacıyla onların çalabileceği şekilde düzenlemiş ve sınıfta enstrümanlarıyla çaldırılmış, bu pasajları ezbere okutmuş, daha sonra ritmik gösterilerinde şarkı söylemek yerine, öğrencilerin kendi partilerini hareket yoluyla canlandırmasını istemiştir. Bunun yanı sıra Dalcroze'un üstünde durduğu diğer bir konu ise, müzikal duyarlılıktır. Müzikal duyarlılığın gelişiminde kulak eğitimine önem veren Dalcroze, vokal bir sesi çıkarabilmek için öncelikle o sesin içsel olarak duyulup çıkarılması gerektiğine inanıyordu. Müzikteki teorik veya pratik tüm problemlerin ancak iyi bir duyuş sayesinde çözüleceğine inanan Dalcroze'a göre şarkı söylemek, çalmak veya beste yapmak isteyen bir müzisyen, duyuş kapasitesini geliştirecek egzersizler yapmalıydı. Dalcroze'un kulak eğitimi ile ilgili bu düşünceleri 1894 yılında, “*Exercices pratiques d' intonation (Pratik entonasyon egzersizleri)*” adı altında Paris, Leipzig ve Neuchâtel'de Jobin-CieSandoz tarafından bir metot halinde basılmıştır.

Dalcroze'a göre solfej; duyma, dinleme, cevap verme, şarkı söyleme, çalma, hatırlama ve tanımlama kapasitesini geliştirmeyi amaçlayan alıştırma ve çalışmaları ifade eder. Amaç, duyulan ile yazılanlar arasında bir bağlantı kurmak, ayrıca ses veya enstrüman yardımı olmadan iç duyuş kavramını geliştirmektir. Dalcroze'un solfej sisteminde, işitme ve entonasyonu geliştirmek için özel egzersizleri vardır. Genellikle başlangıç egzersizlerinde kullanılan perdeler sınırlı değildir ancak tüm diyatonik diziler kullanılmaktadır.

Öncelikle sesin duyulması gerektiğini vurgulayan Dalcroze'a göre öğretmenlerin kulak eğitimindeki ilk amacı, öğrencilerin tam perde ile yarım perde arasındaki farkı anlayabilmeleriydi. Sesleri, tıpkı bir rengin ya da cismin tanınması gibi algılayan apsolut kulağa sahip olmayanlarda, müzikal çalışmaya erken yaşta başlanır ve enstrümanla desteklendiğinde, mükemmel duyuşa yaklaşılabildi. Yarım ve tam perde aralıkları, farklı gam dizileri karşılaştırılarak öğretilir, böylelikle örneğin; la bemol majördeki bir melodinin, do majördeki bir melodinin transpoze edilmiş hali olduğu anlaşılabilir iki gam arasındaki ilişki kavranabilirdi. Ancak Dalcroze'a göre gamların öğretilmesi uzun zaman alacağından, ritim çalışmaları dışındaki bütün müzikal çalışmalar bir şekilde gamlarla birleştirilerek ilişkilendirilmeliydi.

Duyuşu geliştirici pratik egzersizlere başlamadan önce nüans ve cümlelemenin önemli olduğunu söyleyen Dalcroze, öğrencinin yaratıcılığını ve doğaçlama yeteneğini geliştirmek için dört önemli fikir ileri sürmüştür: Bunlar; duyduğu notanın sesini notanın adıyla ilişkilendirmek, her sabah uyandıktan sonra verdiği sesi çalgısından kontrol ederek do sesini duymaya çalışmak, otomobil kornaları, kapı zilleri gibi dışarıda duyduğu sesleri adlandırmak ve do sesine basıp doğuşkanlar dizisindeki diğer sesleri duymaya çalışmaktır. Dalcroze, bunun yanı sıra duyma ve şarkı söyleme arasındaki ilişkiyi geliştiren egzersizler ortaya koymuştur. Piyano veya

başka bir çalgıyla farklı oktavlarda sorulan seslerin ses sınırı içerisinde verilmesi, yine farklı oktavlarda çalınan bir melodinin ses sınırı içerisinde söylenmesi bu egzersizlerden bazılarıdır.

Dalcroze, tüm bu deneyimleri sonucunda “*Méthode Jacques-Dalcroze: Pour le développement de l'instinct rythmique, du sens auditif et du sentiment tonal en 5 parties*” (*Jaques Dalcroze Metodu: Ritmik içgüdü, işitsel duyu ve ton hissini gelişimi için beş bölümlü kitap*) isimli ilk kitabını yayınlamış ve ritmik yönteminin oluşması açısından önemli bir aşama kaydetmiştir.

Hareket (1906-1917). Kitabın birinci bölümünü oluşturan “*Gymnastiquerythmique*” (Ritmik Jimnastik), dünyada en çok kabul edilen ve uygulanan yöntemlerden biri olarak kabul edilir. Yöntemini öğrenci ve öğretmenlerin kullanabilecekleri bir rehber olarak düşünen Dalcroze, fiziksel eylemleri sembolize eden “*Hareketin İşaretleri*” adlı bir sistem geliştirmiştir. Bunu takiben, nefes alıp verirken diyafram, göğüs kafesi, karın zarı, akciğerler, kaburga kemikleri arasında olan kaslar ve köprücük kemiğini açıklayan “*Solunumun Kuralları*” adlı bir sistem daha geliştirmiştir. “*Yürümenin Kuralları*” başlıklı diğer bir çalışmasında ise, belli zaman diliminde adımların nasıl organize edileceği konusunu ele almıştır.

Zamanın dilimlerini düzenlerken kasların kuvvetlendirilmesi ve rahatlığının sağlanması, ritmik duygunun ve simetrik hissini gelişmesine yol açar. Bedenin bir enstrüman olarak kullanıldığı ritmik yönteminde, doğru bir ifade için öğrencinin öncelikle kendi bedenini keşfederek bedeninin yapısını ve bölümlerini, temel hareketlerini ve temel adım biçimlerini bilmesi çok önemlidir. Bedenin dış (baş, omuzlar, göğüs kafesi, kalça, sırt, kollar, eller, bacaklar ve ayaklar) ve iç (kaslar, kemikler, eklemler, kalp, ciğer, vb.) olmak üzere ikiye ayrıldığı ritmik yönteminde tüm ana ölçü vuruşları kol hareketleriyle gösterilirken, alt vuruşlar ayak hareketleriyle ifade edilmektedir. Dalcroze, bedenin temel hareketlerini uzanma, sallanma, eğilme, yükselme, çökme, bükülme, titreme gibi hareketlerle açıklarken; temel adım biçimlerini iki kategoride ele almıştır. Bunlardan ilki ağırlığın bir ayaktan diğerine aktarıldığı adımlar iken, ikincisi ağırlığın aynı bacakta kaldığı adımlardır. Ağırlığın bir ayaktan diğerine aktarıldığı adımlar aşağıda görüldüğü üzere:

Yürüme (beden ağırlığının yerde bir ayaktan diğerine aktarılması),

Koşma (beden ağırlığının havada bir ayaktan diğerine aktarılması),

Atlama –Sıçrama (koşmanın genişletilmiş hali).

Ağırlığın aynı bacakta kaldığı adımlar ise şu şekildedir:

Zıplama (iki ayağın yerden kesilerek havaya yükselip ağırlığın tekrar iki ayağa inmesi)

Hoplama – Sekme (tek ayak üzerinde zıplayıp tekrar aynı ayağa inmek).

Doğaçlama. Ritmik yönteminde doğaçlama, müzik, hareket ve çalgının (daha çok vurmali bir çalgı) beraber spontane bir şekilde kullanılması anlamına gelir. Bu çalışmada vokal ses, vurmali çalgılar, piyano, nefesli ya da yaylı çalgılar eşliğinde çalınan müzik ile beden hareketleri bir arada kullanılır ve yaratıcı bir ifade geliştirmeye, öğrencileri kendi fikirlerini ifade etmeleri için motive etmeye, öğrencilerin hayal gücünü geliştirmeye ve bir başarı duygusu yaratmaya çalışılır. Verilen bir temayı enstrümanda çalmak, o fikri geliştirmek; armonik bir yapı üzerine çocuklara yönelik egzersizler oluşturmak ve farklı ritim gruplarıyla eşlik etmek bu ders kapsamında yapılan başlıca çalışmalar olarak yer alır.

Doğaçlama öğretiminde, egzersizlerin katılımcılar için anlamlı bir şekilde tasarlanması ve uygun bir zorluk seviyesinde olması önemlidir. Bu parametreler kişide güven ve doğaçlama istekliliği sağlar. Doğaçlamanın düzenli olarak uygulanması da önemlidir. Doğaçlamayı öğretime entegre etmek, farklı bir alkış ya da adım atma şekli ya da hareketlerine farklı seslerle eşlik etme gibi küçük şeylerle gerçekleştirilebilir. Sesi hareket-doğaçlama alıştırmalarında kullanmak da enstrümantal doğaçlamaya yaklaşmanın bir yoludur.

Dalcroze, doğaçlamayı çalgısal ve hareket doğaçlaması olmak üzere iki biçimde ele alır. Hızlı ve spontan bir bestecilik olarak gördüğü çalgısal doğaçlamanın, öğrencilerin müzikal düşünce ve duygularını ifade etmede önemli bir rol oynadığını ve bu sayede yaratıcılıklarını ciddi bir şekilde geliştirdiğine inanır.

Hareket doğaçlamanın ise belli yetiler kazandırdığını ve bunların müzik eğitiminde oldukça önemli olduğunu savunur. Bu yetiler aşağıda görüldüğü üzere:

- Müziği veya liderin hareketlerini takip etmek,
- Egzersizlerle mekânı, zamanı ve enerjiyi keşfetmek,
- Resim ya da hikayeleri yaratıcı hareketlerle ifade etmek,
- Hareketleri belirli bir vücut parçası (baş, omuz, dirsek) ile uygulamak,
- Hareket halindeyken kendi / başka birinin sesini takip etmek, ses veya bir enstrümanla birlikte harekete eşlik etmek,
- Ritmik bir cümleyi harekete dönüştürmek.

Ritmik Yönteminin Amaçları

Ritmik yönteminin amaçları ve temel kazanımları maddeler halinde şu şekilde sıralanabilir:

- Müzikle beden koordinasyonunun sağlanarak yeni bir ifade biçiminin geliştirilmesi,
- Güçlü bir ritim duygusuyla müziği kavrama yetisinin geliştirilmesi,
- Spontan ifade yeteneklerinin geliştirilmesi,
- Müziği ifade edecek doğru hareket ve jestlerin geliştirilmesi,
- Müzikal ölçü kavramının, müzikal bilincin ve duyarlılığın geliştirilmesi,
- Bedenin müzikal bir kimlik kazanması,
- Belleğin kuvvetlendirilmesi,
- İşitme duyarlılığını geliştirerek iyi bir kulağa sahip olunması,
- Oto kontrolün sağlanması,
- Yaratıcılık dahilinde yeni refleksler edinilmesi,
- Kas sisteminin geliştirilmesi,
- Dikkat, konsantrasyon ve farkındalığın sağlanması.

Ritmik Yönteminde Uygulanan Temel Egzersizler

Dalcroze yönteminde eğitim, genellikle gruplar halinde gerçekleşir. Grup alıştırmalarında, öğrenciler çoğunlukla ritmik öğretmeni tarafından seslendirilen doğaçlama veya farklı müzik literatüründen seçilen müzik örnekleri (klasik, halk, pop, rap, etnik ve caz) ile çalışılabilir, ya da hiç müziğin çalınmadığı bir alanda hareket

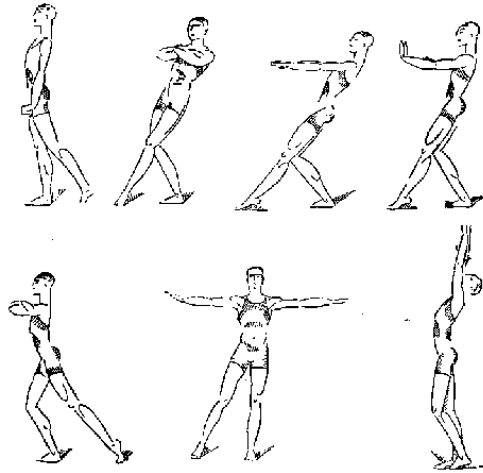
ederler. Dalcroze, ortaya koyduğu yöntem sonucunda ulaşılabilecek amaçların ancak ritmik duyarlılık ile gerçekleştirilebileceğine, dolayısıyla, doğru bir ifadeye ulaşmak için ritmik hareketlerin ön planda olduğu bir ifade oluşturulması gerektiğine inanıyordu. Bu ifadeyi öğretmek üzere Dalcroze'un ritmik derslerinde kullandığı egzersizler şu şekildedir:

Dinleme egzersizleri. Öğrenciden, müziğin başlamasıyla beraber vuruşları elle vurarak veya ayakta yürüyerek sabit ya da değişken tempoya eşlik etmesi, duyduğu ezgisel ya da ritmik bir yapının motif ya da cümle olarak tekrar etmesi istenir. Tüm çalışmaların dayandığı en temel egzersizdir.

Basit değerlerde yürüme egzersizleri (Takip alıştırmaları). Öğrenciden, dinlenen ya da öğretmen tarafından doğaçlama olarak çalınan müziğin temposunda süre birimi vurmada eşit zamanda yürüme ve durması istenir. Ölçülerin hissedilebilmesi için birinci vuruşlar aksanlı çalınmalıdır.

Nefes alma egzersizleri. Öğrenciden, diyaframı doldurarak ve doldurmadan, kısa ve uzun nefesler alıp vermesi istenir. Bu egzersiz sol el boynun ensesinde tutularak ve sağ el yukarı kaldırılarak yapılır.

Ritmik kol hareketleriyle yürüme egzersizleri. Öğrenciden, sabit bir beden duruşu ile ölçüleri kollarla vurarak yürümesi istenir. Farklı zamanlardaki ölçüleri kullanarak öğrencinin ritmik duygularını geliştirmesi istenir.



Şekil 4. Dalcroze'un Temel Kol Vuruşları

Uzuvları bağımsızlaştırmak için yapılan egzersizler. Öğrenciden, uzuvların birbiriyle olan ilişkisi ve uyumuna dayalı ritmik hareketlerle bedensel koordinasyonunu geliştirmesi istenir. Koordinasyon iki türdür: Birincisi; aynı uzuvların, aynı zaman diliminde, farklı şekildeki kullanımı anlamına gelen "dissociation".

Dalcroze'un bu konuyla ilgili sözleri şöyledir:

"Bağımsız bir hareketi sağlamanın en iyi yollarından biri şudur; aynı egzersizleri orijinal hareketi değiştirmeden farklı uzuvlarla ve zıt hareketlerle yapmaktır." (Spector, 1990, s.103).

Dissociation Çalışması

Sağ kolda 3 ölçü vurma
4

Sol kolda 2 ölçü vurma
4

Yürüme

Şekil 5. Aynı Uzun, Aynı Zaman Diliminde, Farklı Şekildeki Kullanımı (Kemalbay Eren, 2015)

İkincisi ise; farklı uzuvların, aynı zaman diliminde, birlikte ayrı biçimde kullanılması demek olan “association”dır. Bu çalışmaya verilebilecek en iyi örnek “Kanon” dur.

2 PARTİLİ KANON

Alkış

Yürüme

Şekil 6. Farklı Uzun, Aynı Zaman Diliminde, Birlikte Ayrı Biçimde Kullanımı (Kemalbay Eren, 2015)

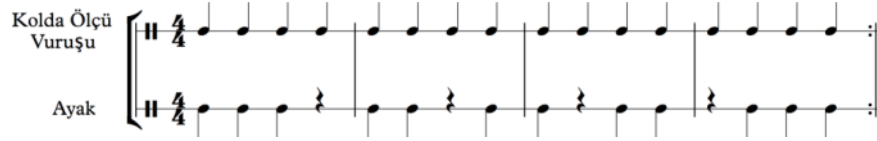
Kanon çalışması, kesilen (bölünen) kanon ve kanon olmak üzere iki şekilde çalıştırılır. Kesilen kanon çalışmasında, öğrencilerden dinlediği bir ritmik kalıbı tekrar etmesi istenir. Bu tekrarlar taklit gibi olduğundan taklit ya da yankı çalışması da denir. Kesilen kanon, kanon için hazırlık niteliğinde bir egzersizdir. Kanonda ise, öğrencilerden ritmik bir kalıbı ya da ölçüyü piyano ile eş zamanlı olmadan, bir ölçü veya bir, iki, üç vuruş sonrasında tekrar etmeleri istenir. Kendi ritmik kalıplarını gerçekleştirirken, aynı anda yeni ritmik kalıbı dinleyip ezberlemeleri beklenir.

Reaksiyon egzersizleri (hızlı tepki). Çalışma öncesinde belirlenen bir sinyale göre öğrenciden hızlı bir şekilde tepki vermesi istenir. Bu tepki iki şekilde gerçekleşir: Birincisi; kişinin bekleme sürecinde yapılan yanıltıcı sinyallere karşı dayanması anlamına gelen “Inhibition” (Engelleme), ikincisi ise; kişiyi bekleme sürecinde yanıltmaya yönelten çalışma durumu demek olan “Excitation” (Dürtme) dur. Aşağıda, ana kalıbı uygulayan öğrenciden verilen sinyalle (hop = iki misli büyütme/ hip = iki misli küçültme) beraber gerekli tepkiyi vermesi üzerine bir örnek sunulmuştur.

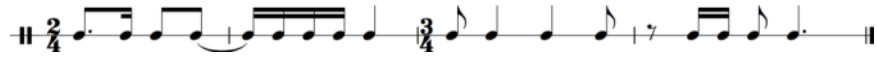
Şekil 7. *Reaksiyon Egzersizi* (Kemalbay Eren, 2014)

Refleks egzersizleri. Öğrenciden, çalışma sırasında hareketlerde yapılan ani değişikliklere uyum sağlaması istenir. Dıştan gelen bir uyarım sonucu doğan ve bilinçsizce yapılan ani hareket anlamına gelen refleksin reaksiyondan farkı, yapılacak uyarımın zamanı ve şeklinin daha önceden belirlenmemiş olmasıdır.

Zamanın Eşit Parçalara Bölünmesini Öğreten Durma Egzersizleri. Öğrenciden, eşit tempoda yürümek kadar önemli olan, eşit süreli zaman içerisinde durabilmesi istenir.

Şekil 7. *Durma Egzersizi* (Kemalbay Eren, 2014)

Ölçü değişimi egzersizleri. Öğrenciden, parça içerisinde yapılacak olan ölçü değişimlerine uyum sağlaması istenir.

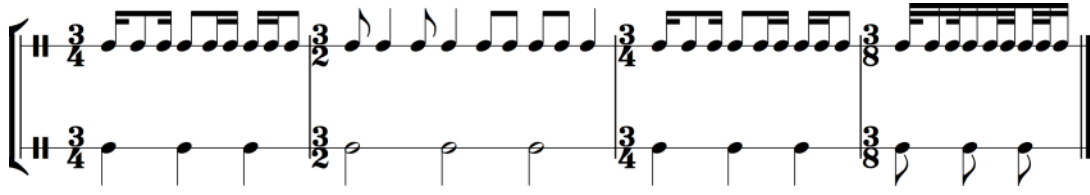
Şekil 8. *Ölçü Değişimi Egzersizi* (Kemalbay Eren, 2016)

Şarkı söyleyerek yürüme egzersizleri. Öğrenciden, piyanoda çalınan parçayı önce şarkı olarak öğrenmesi, ardından kollarla ölçü vuruşları ve ayaklarda sabit ya da değişken ritim kalıplarını birlikte uygulaması istenir.

Şekil 9. *Şarkı Söyleyerek Yürüme Egzersizi* (Kemalbay Eren, 2016)

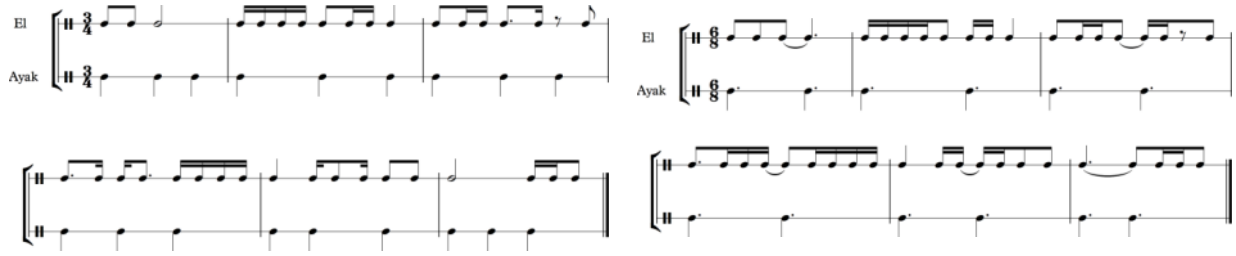
Bellek egzersizi. Öğrenciden, yazılı olan bir egzersizi kısa süre içerisinde ezberleyip, bakmadan yapabilmesi istenir. Bu çalışmalarla öğrenciden hafızasının farkına varması ve mümkün olduğunca geliştirmesi istenir.

Ritmik iki misli büyültme - küçültme egzersizi. Öğrenciden, uygulanan ritmik çalışmanın ölçüsünü, verilen sinyalle iki misli büyütülerek ya da küçültülerek değişken tempolardaki vuruşlara göre yürüyebilmesi istenir.



Şekil 10. İki Misli Büyültme- Küçültme Egzersizi (Kemalbay Eren, 2017)

Ölçü aktarımı. Aktarım (transpoze), aynı sayıda bölümlere sahip olabilen ölçüler arasında yapılabilir. Bölümleri eşit olan bu ölçülerin farklı gruplanmalarından dolayı vurguları farklıdır. Bu tür çalışmada öğrenciden, bölümleri eşit olan ikişerli ve üçerli ölçüler arasında geçiş yapabildiği istenir. (3/4 ölçüden 6/8 ölçüye, ya da 12/8 ölçüden 6/4, 3/2 veya 2/noktalı ikilik ölçüye aktarım yapılır).



Şekil 11. Ölçü Aktarımı (Kemalbay Eren, 2018)

SONUÇ

Ritmik eğitmeni yetiştirmek üzere başta Cenevre'deki Dalcroze Enstitüsü olmak üzere birçok Avrupa ülkesinde ritmik bölümü olduğu görülmektedir. Türkiye'de ise ritmik eğitimi sadece İstanbul Mimar Sinan Güzel Sanatlar Üniversitesi Devlet Konservatuvarı'nda verilmektedir. Cenevre'deki Dalcroze Enstitüsü'nden mezun olan Fevziye İnal'ın açmış olduğu bu bölüm, Türkiye'deki tek ritmik bölümü olup halen ritmik öğrencileri mezun etmektedir. Burada Fevziye İnal'ın asistanı olarak sekiz yıl ritmik dersleri vermiş olduğumdan dolayı bu dersin konservatuvar öğrencileri üzerindeki etkilerini çok yakından gözlemlemiş bulunmaktayım. Solfej derslerinin dışında, haftada iki saat uygulanan ritmik derslerinde öğrencilerin bedensel hareket yoluyla daha koordine bir ifade biçimi geliştirdiklerini, bu sayede de müziği iyi bir şekilde kavrayıp içselleştirdiklerini ve daha dışavurumcu bir ifadeye ulaştıklarını birebir tecrübe etmiş bulunmaktayım. Ritmik dersinin gerek çalgıcılar gerekse sahne sanatları bölümü öğrencileri üzerinde olan en büyük etkisi, onlara yeni bir formasyon kazandırarak çalgıları, sesleri ya da bedenleriyle olan ilişkilerini başka bir boyuta taşımasıdır. Ritmik bölümünün açıldığı ilk yıllarda bölümün çok yeni ve farklı olması sebebiyle bu dersin önemini anlayamayan birçok kişi bulunmakta ve Dalcroze'ü tanımadıklarından dolayı birtakım olumsuz düşünceler ortaya atılmaktaydı. Ancak, yıllar içerisinde yöntem tanındıkça, bu görüşlerin çoğu değişmeye başlamış ve ritmik dersi konservatuvarın vazgeçilmez derslerinden biri haline gelmiştir. Güçlü bir ritim anlayışı ve müziğin bedenle hissedilerek kavranması öğrencilerin çok güçlü bir müzikal kimliklerinin oluşmasını sağlamış; bu da zaman içerisinde konservatuvar öğretmenleri tarafından fark edilerek önyargıların ortadan kalkmasını ve ritmik dersinin herkes

tarafından takdir edilen bir derse dönüşmesine yol açmıştır. Bu dersin Avrupa ve Amerika'da konservatuvar eğitiminin dışında okul öncesi eğitim, özel eğitim (zihinsel ve fiziksel engelli) gibi alanlarda yaygın olarak kullanıldığı görülürken, ülkemizde bu alanda yetişmiş eğitimcilerin sayısının az olması sebebiyle yaygın olarak konservatuvar eğitiminde kullanıldığı görülmektedir. Neticede bu yöntemin bir uygulayıcısı olarak, konservatuvarda özellikle ortaokul devresi çalgı ve bale bölümü öğrencileri, Lisans devresi sahne sanatları (opera, modern dans) öğrencilerinin eğitiminde gerek bedensel koordinasyonun gelişimine katkısı gerekse sahne alan kullanım yetisine sağladığı katkılardan dolayı ritmik dersi önemli bir konumdadır.

Bu makalede pratik uygulamalara değinilmese de hiç değilse ritmik yönteminin ana özellikleri ve amaçları anlatılarak bu yaklaşımın önemi vurgulanılmaya çalışılmıştır.

Kaynakça/References

- Aktüze, İ. (2003). *Müziği okumak*. İstanbul: Pan Yayıncılık.
- Bachmann, M.L. (1991). *Dalcroze Today*. Editör: Stewart R., Çevirmen: Parlett, D. New York: Oxford University Press.
- Becknell, A. F. (1970). *A History of the Development of Dalcroze Eurhythmics in the U.S. and its Influence on Public School Music Program*.
- Dalcroze (t.y.). Erişim adresi <https://www.musikinesis.com/artifacts-of-interest/1914-the-dalcroze-idea-what-eurhythmics-is-and-what-it-means>.
- Dresden Festspielhaus, Hellerau (t.y.). Erişim adresi <https://www.archinform.net/projekte/5082.htm>
- Dresden Hellerau Festspielhaus (t.y.). Erişim adresi <http://www.wikizero.net/index.php?q=aHR0cHM6Ly9kZS53aWtpcGVkaWEub3JnL3dpa2kvRGF0ZWk6RHJlc2Rlbl9IZWxsZXJhdV9GZXN0c3BpZWxoYXVzLmpwZw> adresinden alındı.
- Hall, L. D. *Dalcroze* (1920). *Eurythmics. Francis W. Parker School Studies in Education*, Vol. 6, The Individual And The Curriculum: Experiments in Adaptation, pp. 141-150
- Hellerau (t.y.). Erişim adresi https://www.google.com/search?biw=1280&bih=667&tbm=isch&sa=1&ei=PEcVXJmJ4GsgTV54HoDg&q=dalcroze+hellerarau&oeq=dalcroze+hellerarau&gs_l=img.3...463252.473536..473863...1.0..2.165.2332.0j18.....3...1..gws-wiz
- Jaques-Dalcroze's Arm Beats, With Legs (t.y.) Erişim adresi <https://www.musikinesis.com/ideas-to-try/jaques-dalcrozes-arm-beats/>
- Juntunen , M.L. (2016). The Dalcroze Approach: Experiencing and Knowing Music through the Embodied Exploration. *In C. R. Abril & B. Gault (Eds.)*
- Kemalbay Eren, E. (2014-2018). Basılmamış Ders Notları.
- Plastique animée (2016). Erişim adresi <https://lecourrier.ch/2016/06/12/la-parenthese-de-hellerau/>
- Püsküllüoğlu, A. (2013). *Arkadaş Türkçe Sözlük*. Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Sadler, M. E. (1920). *The eurhythmics of Jaques-Dalcroze / introduction by M. E. SADLER*. London: Constable&Company LTD.
- Spector, I. (1990). *Rhythm and life: the work of Emile Jaques-Dalcroze*. New York: Pendragon Press Stuyvesant.
- Vanderspar E. (ty). *Dalcroze Handbook Principles and Guidelines for Teaching Eurhythmics*. Yyy.

