

Akış Kuramı Bağlamında Kavramsal Sanat: Gösteriye Dayalı Sanat Pratiklerinde Deneyim ve Katılım

Conceptual Art in the Context of Flow Theory: Experience and Participation in Performance-Based Art Practices

ÖZET

Bu araştırma, Mihaly Csikszentmihalyi tarafından geliştirilen akış kuramını temel alarak, kavramsal sanatın süreç temelli yapısıyla kurduğu ilişkileri incelemeyi amaçlamıştır. Akış kuramı, bireyin bir etkinliğe tam anlamıyla odaklandığı, zaman, mekân ve benlik algısının silikleştiği ve bununla birlikte bireyin bir etkinlik sırasında içsel tatminin ön plana çıktığı bir bilinç hâlini ifade etmektedir. Akış deneyiminin ortaya çıkabilmesi için bireyin sahip olduğu beceriler ile karşılaştığı zorluk düzeyi arasında dengeli bir ilişki bulunmalıdır. Bu denge sağlandığında kişi yaptığı eyleme bütünüyle kapılır ve süreç, sonuçtan daha önemli hâle gelmektedir. Dolayısıyla bu kuram, yaratıcı süreçlerde ve sanatsal faaliyetlerde yoğun biçimde kendini göstermektedir. Özellikle 20. yüzyılda ortaya çıkan Fluxus, Happening ve Performans sanatı gibi kavramsal sanat akımlarının, sanatçının sürece odaklandığı, izleyicinin aktif bir katılımcı hâline geldiği yapıları sayesinde akış deneyimini mümkün kıldığı görülmüştür. Bu nedenle çalışmada, akış deneyiminin yalnızca bireysel yaratım süreçlerinde değil, aynı zamanda sanatsal üretim ve izleme deneyiminde de ortaya çıktığı vurgulanmaktadır. Kavramsal sanat adı altında toplanan bu ifade biçimlerinde eser, sabit ve tamamlanmış bir nesne olmaktan ziyade, izleyicinin katılımıyla şekillenen dinamik bir deneyim alanına dönüşmektedir. Makale kapsamında John Cage, Allan Kaprow, Marina Abramović, Yves Klein ve Hermann Nitsch gibi sanatçıların işleri üzerinden akış deneyimi somut örneklerle açıklanmıştır. Örneğin Cage'in 4'33'' adlı eseri, izleyiciyi sessizlik içinde çevresel seslere odaklanmaya yönlendirerek aktif bir farkındalık hâli yaratırken, Kaprow'un happening'leri ise izleyiciyi doğrudan sürece dahil ederek pasif seyirci konumunu ortadan kaldırmaktadır. Abramović'in performanslarında ise hem sanatçı hem izleyici yoğun bir dikkat ve anda kalma deneyimi yaşamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Akış Kuramı, Kavramsal Sanat, Fluxus, Performans, Happening

ABSTRACT

This study aims to examine the relationships established between conceptual art and its process-oriented structure based on the flow theory developed by Mihaly Csikszentmihalyi. Flow theory refers to a state of consciousness in which an individual is fully immersed in an activity, while the perception of time, space, and self diminishes, and intrinsic satisfaction comes to the forefront during the activity. For the flow experience to emerge, there must be a balanced relationship between the individual's skills and the level of challenge encountered. When this balance is achieved, the person becomes completely absorbed in the action, and the process becomes more important than the outcome. Therefore, this theory manifests itself intensely in creative processes and artistic activities. Especially in conceptual art movements that emerged in the 20th century such as Fluxus, Happening, and Performance art it is observed that the artist's focus on process and the transformation of the viewer into an active participant make the flow experience possible. Accordingly, this study emphasizes that the flow experience emerges not only in individual creative processes but also in artistic production and the experience of viewing art. In these forms of expression grouped under the title of conceptual art, the artwork transforms from a fixed and completed object into a dynamic field of experience shaped by the participation of the viewer. Within the scope of the article, the flow experience is explained through concrete examples drawn from the works of John Cage, Allan Kaprow, Marina Abramović, Yves Klein, and Hermann Nitsch. For instance, Cage's 4'33'' directs the audience to focus on environmental sounds within silence, thereby creating a state of active awareness, while Kaprow's happenings eliminate the position of the passive spectator by directly involving the audience in the process. In Abramović's performances, both the artist and the viewer experience an intense state of attention and presence in the moment.

Keywords: Flow Theory, Conceptual Art, Fluxus, Performance, Happening

GİRİŞ

İnsanlık tarihinin en eski dönemlerinden itibaren, sanat gibi yaratıcı eylemler varlığını sürdürmüştür. Her toplum yaşadığı deneyimlerin kalitesini artırmak amacıyla özgün etkinlikler geliştirmiştir. Bu pratikler bireylerin akış deneyimini tetikleyen önemli unsurlar olmuştur. Akış deneyimi, bireyin bir etkinliğe kendini tamamen kaptırdığı, zaman ve benlik algısının silikleştiği yoğun bir odaklanma hâlidir. Akış durumunu sağlayan bu tür etkinlikler her ne kadar farklı amaçlarla ortaya çıksa da günümüzde hala devam etmesinin temel nedeni, bireylere sağladığı tatmin olarak görülebilir. Bu doğrultuda akış kuramının 1960'lı yıllarda ortaya çıkıp, sürece ve deneyime öncelik tanıyan kavramsal sanatın felsefesi ve akımlarıyla ortak zeminde bulunduğu görülmektedir. Özellikle de Fluxus ve performans sanatı akımları, süreç, deneyim ve odaklanma unsurları taşıması bakımından önemlidir. Bu nedenle

Hüseyin Demirel¹

How to Cite This Article
Demirel, H. (2026). Akış Kuramı Bağlamında Kavramsal Sanat: Gösteriye Dayalı Sanat Pratiklerinde Deneyim ve Katılım. *International Academic Social Resources Journal*, 11(2), 251-259. (e-ISSN: 2636-7637). DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.19918306>

Arrival: 23 February 2026
Published: 28 April 2026

Academic Social Resources Journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

¹ Yüksek Lisans Öğrencisi - Öğrenci No: 2316411001, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Lisanüstü Eğitim Enstitüsü, Resim, Bolu, Türkiye. ORCID: 0000-0001-6601-1472

araştırma, akış kuramı bağlamında kavramsal sanat akımları arasındaki ilişkiyi ele almayı amaçlamaktadır.

Araştırmanın ilk bölümünde, Mihaly Csikszentmihalyi'nin ortaya koyduğu akış kuramı hakkında temel bilgiler verilerek, bu kuramın sanatla olan bağlantısına değinilmiştir. Bu kapsamda Sanatçının veya izleyicinin sanatsal üretim ve deneyim sürecinde yaşadığı bilinç durumu ele alınmaktadır. İkinci bölümde ise söz konusu bu kuramın kavramsal sanatla olan paralelligi ve sanat pratiğinin belli koşullar altında üretici ya da izleyici için akış durumunu mümkün kılmasının daha açık bir şekilde saptanması bakımından John Cage ve Allan Kaprow gibi kavramsal sanatçıların çalışmalarından örnekler verilerek incelenmiştir.

AKIŞ KURAMI VE SANAT

Pozitif psikolojinin kurucularından biri olan psikolog Mihaly Csikszentmihalyi, akış kavramını ilk dile getiren ve bu kuram üzerinde araştırmalar yaptığı çalışmalarıyla dikkat çekmiştir. İlk olarak 1970'li yıllarda pozitif psikoloji alanında incelenen bir olgu olan akış kuramı, kişinin bir eylemi gerçekleştirirken yaşadığı psikolojik deneyimi anlamak ve açıklamak için ortaya konmuştur. Güncel olarak da araştırmaları devam eden geniş kapsamlı bir konu olarak bilinmektedir. (Turan, 2021, s. 3). Akış kuramı, kişinin bir etkinliğe tamamen odaklandığında zaman ve benlik duygusunu yitirmesi o anda kalması olarak yorumlanabilir. Akış durumunda kişinin öz farkındalığı kaybolmaktadır. Kişi yaptığı işin sonucunda başarısızlık ihtimalini dahi görmezden gelerek odaklandığı faaliyet dışında dışsal uyaranlara karşı tamamen kendini kapatmaktadır. Bu nedenle Gerçekleştirdiği eylemde sıkılmaz ve endişelenmez, böyle bir durumda olan bir kişi, eylemlerinde tatmin olunan, haz verici bir geri bildirim alabilmektedir (Csikszentmihalyi, 1975, s. 36).

Akış birden farklı etmeni içinde bulunduran bir yapı olmakla beraber, yapılan eylemde zorluk seviyesi yüksekse kişi endişe duyarak, kontrol hissini ve ilgisini kaybetmektedir. Zorluğun ve yeteneğin birbirine paralel olduğu durumlar akış deneyimini yaşamayı kolaylaştırarak kişinin içerisinde bulunduğu an da kalmasını sağlar. Ayrıca kişi gerçekleştireceği eylemde ne kadar yüksek seviyede zorluk algılasa bile, yeteneklerinin farkında olarak yaptığı takdirde kendini işe odaklamış halde bulmaktadır ve eylem üzerinde kontrol duygusu ve keyif hissederek akış durumunu sağlamaktadır (Turan, 2021, s. 7-9).

İnsan bilinci günlük yaşamda çok sayıda uyarıcı ve bilgiyle karşı karşıya kalır. Bu yoğun bilgi akışı içinde bilinç, hangi bilgilerin önemli olduğunu seçer, onları değerlendirir ve gerekli olanları bellekte saklar. Yeni edinilen bilgiler öncelikle farkındalık alanına ulaşır ve burada diğer bilgilerle karşılaştırılarak anlamlandırılır. Bilinç, farklı uyarıcılar arasından öncelikli olanı belirleyerek zihinsel süreci düzenler. Bu süreç sayesinde birey, duyular yoluyla algıladığı deneyimleri zihinsel olarak değerlendirebilir ve onların farkına varabilir. Böylece bilinç, kişinin hem kendi iç dünyasını hem de çevresini algılamasını sağlayan temel bir farkındalık mekanizması olarak işlev görür. (Csikszentmihalyi, 2014, s. 242). Bu bakımdan bilinç, algılama, düşünebilme, karar verme ve plan yapma, gibi öğelere sahip olan sinir sistemi olarak tanımlanabilir. Bilinçte yaşanan duygu ve düşünceler hayatımızdaki tüm davranışlarımızı şekillendirmektedir. Kişi arzuladığı bir şeyi yapmak istediğinde durumun farkındalığına girerek dikkatini tek bir yöne odaklamayı sağlamaktadır. (Csikszentmihalyi, 2017, s. 50-59). Bu bağlamda akışı sağlayan en önemli koşul kişinin eylem ile farkındalığının bütünleşmesidir. Bu süreçte kişi, kendi benliğini düşünmekten çok gerçekleştirdiği etkinliğe odaklanır ve dikkatini tamamen yaptığı işe yöneltir. Ancak bu durumun uzun süre devam etmesi her zaman kolay değildir. Birey, etkinlik sırasında kendisini dışarıdan gözlemlemeye başladığında ve performansını değerlendirmeye yöneldiğinde öz farkındalık artar. Bu durum da kişinin eyleme tamamen odaklanmasını zorlaştırarak akış deneyiminin kesintiye uğramasına neden olabilir. Bu nedenle eylem ile farkındalığın bütünleştiği akış hâli genellikle sınırlı bir süre boyunca sürdürülebilen bir deneyim olarak ortaya çıkar (Csikszentmihalyi, 1975, s. 38). Bu nedenle bireyin akış deneyimini yaşayabilmesi için gerçekleştirdiği etkinliğe tüm dikkatini yöneltmesi gerekmektedir. Bu süreçte birey, gündelik düşüncelerden uzaklaşarak eylemle bütünleşen yoğun bir odaklanma durumu yaşar. Dolayısıyla akışta önemli noktalardan birisi de eylemin zorluğu ile kişinin becerileri birbirine paralel olmalıdır. Yani bir denge gerekmektedir. Bir iş kişiyi sıkılmaya itecek kadar kolay, strese sokacak kadar zor olmaması gerekmektedir. Akış deneyimi sürecinde kişi hedeflerini gerçekleştirmek için otomatik beceriler geliştirmeyi öğrenmeyi bilmesi ve anlık geribildirimleri algılaması gerekmektedir. Ayrıca bu deneyim kişinin yaşamındaki olumsuzlukları düşünemeyecek kadar kontrasyon içinde zahmetsizce gerçekleştirmesi durumudur. Ve kişi aktivitelerin üzerinde özerklik kurması söz konusudur. Bu bağlamda kişinin hem zaman algısı hem benlik hissi ortadan kaybolmaktadır. (Carr, 2016, s. 144).

Akış kuramının özünü oluşturan temel noktalardan bir diğeri de bireylerin bir aktivitede performanslarını en iyi şekilde nasıl açığa çıkardıklarını ve başarılı giden eylemlerde kişinin süreç boyunca ne hissettiğini, bu deneyimin nasıl yaşandığını incelemektedir (Hefferon ve Boniwell, 2014, s. 79). Buradan hareketle Csikszentmihalyi, yazdığı doktora tezinde ressamların eser üretirken nasıl hissettiklerini araştırmıştır. Csikszentmihalyi, ressamlar üzerinden yaratıcı süreci incelerken stüdyolarında çalışan sanatçıları takip etmiştir. İhamlarının kaynağını ve fikirlerini nereden çıktığını merak etmiştir. Daha sonra ise, ressamların resim yaparken çok keyif aldıklarını fark etmiştir. Hatta bazı zamanlar işlerine o kadar çok konsantre olmuşlardır ki zaman algılarının dahi ortadan kaybolduğunu gözlemlemiştir.

Bu nedenle bu kişilerin nasıl odaklanma durumuna geçtiğini anlamak istemiştir. Bunun sebebini ressamın yaptığı aktiviteyi içsel ödüllendirici ve eğlenceli bulmalarından kaynaklandığı sonucuna ulaşmıştır. Ancak yaptığı resim bittiğinde eyleme olan ilgileri tamamen kaybolmaktadır. Çünkü onlar için sonuç çok önemli olmamaktadır burada önemli olan resimlerini yaparken geçirdikleri süreç ve deneyimin kendisinin keyif vermesi olarak görülmüştür (Beard, 2015, s. 354; Gaya, 2019, s. 40). Csikszentmihalyi, ressamlar üzerine yaptığı araştırmaların ardından çalışmalarını farklı meslek gruplarını kapsayacak şekilde genişletmiştir. Bu kapsamda müzisyenler, satranç oyuncularını, sporcular ve cerrahlar gibi farklı alanlarda faaliyet gösteren bireyleri incelemiştir. Araştırmalarında bu kişilerin gerçekleştirdikleri faaliyet sırasında yoğun bir keyif ve odaklanma deneyimi yaşadıklarını gözlemiştir. (Csikszentmihalyi, 2017, s. 21). Akış “Sıradan deneyimi aşan, katılım ve bağlılık duygusu sağlayan genel bir kendini verme/dalma durumu” olarak nitelendirilmektedir. (Celsi ve diğerlerinden aktaran Turan, 2019, s. 184). Bir ressamın eserini yaparken sonuca değil de sürece odaklanması, kendini işe tam anlamıyla vermesi olarak yorumlanmaktadır. Böylece akış deneyimini yaşamaktadır. Çünkü kişi sanatını icra ederken ona deneyimin içerisinde olduğu an mutluluk vermektedir (Dönbak, 2018, s. 61). Sanat eserinin anlamı, yalnızca görsel ya da biçimsel unsurlar üzerinden değil, sanatçının düşünsel üretimi ve kavramsal yönelimi üzerinden şekillenmektedir. Bu bağlamda eser, tamamlanmış bir nesne olmaktan çok, izleyiciyi düşünmeye sevk eden zihinsel bir sürecin parçası hâline gelmektedir. Sanatçının niyeti ve üretim süreci, eserin anlamlandırılmasında belirleyici bir rol üstlenmektedir (Özemer ve Eliri, 2025, s. 110-112). Dolayısıyla akışı deneyimlemek yalnızca eylem içerisinde bulunan kişi için değil onu izleyen birey içinde geçerli olmaktadır. Örnek olarak Gaziantep mozaik müzesinde yapılan bir araştırmada, müzedeki eserleri inceleyen kişilerin kendilerini iyi hissettikleri ve akış hissini deneyimlediklerini sonucuna ulaşılmıştır. Yalnız akışın deneyimlenmesi için müzede çalışan kişilerin tutumu, ortam ve müzede geçirilen zaman gibi faktörler, akışı deneyimlemek için birer unsur olduğu belirtilmiştir. Ayrıca görüşme yapılan müze ziyaretçilerinin merak ve yapılan eyleme ilgisine bakıldığında ziyaretçilerin çoğunda iyi oluş hali görüldüğü sonucuna ulaşılmıştır (Dönbak, 2018, s. 61). Bu noktada, bireyin yaptığı eylem içerisinde anlam ve doyum bulmasını açıklayan yaklaşımlardan biri olan Japon kökenli ikigai felsefesine de değinmek yerinde olacaktır. Garcia ve Miralles’e (2017, s. 10-16) göre ikigai kavramı Japon kültüründe bireyin yaşamına anlam kazandıran temel motivasyon kaynağı olarak görülür. Bu kavram, insanın her sabah yeni bir güne başlamak için sahip olduğu içsel nedeni ifade eder. Okinawa’da uzun ve sağlıklı yaşamlarıyla bilinen insanların hayat anlayışında ikigai önemli bir yer tutar. ikigai, bireyin kendi içinde keşfettiği derin bir anlamdır. Kişinin sevdiği ve anlam bulduğu uğraşlara yönelmesi, yaşamın her döneminde aktif kalmasını sağlar. Bu durum, bireyin yaptığı işte yoğunlaşarak zamanın akışını fark etmediği “akış” deneyimiyle de ilişkilidir. İnsan sevdiği bir uğraşla meşgul olduğunda hem üretken hem de huzurlu hisseder. Dolayısıyla ikigai, insanı sürekli hareket halinde tutan, günlük yaşamı anlamlı kılan ve bireyin kendini gerçekleştirmesine yardımcı olan bir içsel yönelimdir. Bu bağlamda akış deneyimini yaşamak hem aktiviteyi gerçekleştiren kişi için hem de izleyici için geçerli kılındığı görülmektedir.

AKIŞ KURAMI BAĞLAMINDA GÖSTERİYE DAYALI KAVRAMSAL SANAT PRATİKLERİ

Kavramsal sanat, düşüncenin bir sanat malzemesi olarak kabul edildiği bir anlayışı temsil etmektedir. Sanat eleştirmenleri, kavramsal sanatın dönemin baskın estetik anlayışı olacağını fark etmişlerdir. Ünlü sanat eleştirmeni Lucy Lippard, 1966-72 yılları arasında tuttuğu günlüklerinde kavramsal sanatı, sanat galerilerine ve piyasa koşullarına karşı duran, maddesellikten uzaklaşmayı hedefleyen bir dalganın parçası olarak tanımlamaktadır. Ona göre bu sanat anlayışı, geleneksel sanattan daha geniş bir düşünsel hareketin içindedir. Her ne kadar “Kavramsal Sanat” terimi ilk olarak 1961’de Fluxus sanatçısı Henry Flynt ve Sol LeWitt tarafından kullanılmış olsa da, bu anlayışın teorik çerçevesi Joseph Kosuth’un 1969 tarihli “Art After Philosophy” adlı makalesiyle netleşmiş ve bu terim sanat dünyasında geniş kabul görmüştür (Hopkins, 2018, s. 149). Bu tür ifade biçimleri genellikle izleyiciden daha fazla yorum ve düşünsel katılım talep eder. Bu da onun tanımını zorlaştıran, ancak aynı zamanda çağdaş sanatın düşünsel boyutunu vurgulayan bir yönüdür. Kavramsal sanat, sanatın merkezine nesneyi değil fikri yerleştiren bir anlayış olmasına karşın, geleneksel sanatta olduğu gibi keskin sınırları yoktur. Bu tür bir sanat, yalnızca bir nesne üretmekle ilgilenmez onun yerine bir düşünceyi, öneriyi ya da süreci ifade etmeyi amaçlamaktadır. (Godfrey, 2024, s. 47-48). Bu bağlamda kavramsal sanat eseri bir nesnenin sunumu, bir metin, fotoğraf ya da bir mekânda performans yoluyla ortaya konur.

1960’larda ortaya çıkan happening Fluxus hareketi ve performans sanatı, sanatçının eylemle bütünleştiği, anın içinde eriyerek akış deneyimini yaşadığı üretim biçimleri olarak öne çıkmaktadır. İzleyici ile sınırları ortadan kaldıran ve sürecin ortaya çıkan üründen daha önemli olduğu bu sanat pratikleri, akış halinin kavramsal sanattaki yansımalarını incelemek açısından zengin bir zemin sunmaktadır. Happening, 1950’lerin sonlarına doğru ortaya çıkan ve sanatla yaşam arasındaki sınırları kaldırmayı amaçlayan ilk deneysel sanatlardandır denebilir. Ardından 1960’ların başında Fluxus doğmuştur. Bu akım happeninglerden etkilenmiş, müzik, edebiyat ve performansı bir araya getiren daha disiplinler arası ve kavramsal bir yapıya sahiptir. 1970’lere gelindiğinde ise performans sanatı, bu iki akımdan beslenerek sanatçının bedenini, mekânı ve zamanı doğrudan kullandığı bağımsız bir ifade biçimi haline gelmiştir.

Fluxus, kavramı ilk kez George Macianus tarafından ortaya çıkmıştır. Akış, akmak gibi anlamlar taşımaktadır. 1963 yılında Akımın kurucusu olan Macianus, Fluxus manifestosunu açıklamıştır. Macianus manifestoda sanatçı “Sanatı burjuva hastalıklarından, entelektüel, profesyonel ve ticarileştirilmiş kültürden arındırmak, ölü sanattan, taklitten, yapay sanattan, soyut sanattan, illüzyon sanatından, matematiksel sanattan arındırmak” diyerek amacını dile getirmiştir (Martinez ve Demiral, 2016, s. 186). 1950’lerin sonu ile 1960’lar boyunca gelişen happening, Fluxus ve karşı-sanat hareketleri, sanat ile gündelik yaşam arasındaki sınırları ortadan kaldırmaktadır. Happening ve Fluxus gibi deneysel sanat biçimleri, geleneksel sanat anlayışlarına tepki olarak ortaya çıkmış olup, sanatçılar ve izleyiciler arasında doğrudan etkileşime dayanan, anlık, çoğu zaman doğaçlama etkinlikler şeklinde gerçekleştirilmiştir. Bu hareketler, John Cage’in sanatta ego baskısını kırma ve izleyiciyi sürece dahil etme fikirlerinden etkilenmiş, Allan Kaprow, George Maciunas ve George gibi sanatçılar tarafından sürdürülmüştür. Happening’ler genellikle belirli mekânlarda ve belli bir anlatı kurgusu içinde izleyici katılımına açık biçimde sahnelenirken, Fluxus ise daha sade, doğrudan deneyimlere dayalı ve değişken yapıları performanslara yönelmiştir. Bu akımların ortak paydası, sanatın yalnızca estetik bir nesne olmaktan çıkarılıp yaşamın kendisiyle bütünleşen bir deneyim haline getirilmek istenmesidir (Hopkins, 2018, s. 120). ardından gelen performans sanatı ise 1970’lerde New York’ta ortaya çıkmıştır. Avangart dans ve deneysel müziğin önemli bir rolü olmuştur. Bu disiplinler, daha önce 1950’lerin sonu ve 1960’ların başında gelişen happeningler, Fluxus hareketi ve Judson Dans Tiyatrosu gibi deneysel sanat pratikleriyle birleşerek performans sanatına zemin hazırlamıştır. Bu süreçte farklı sanat alanları birbirine etki etmiş, performans sanatı da bu etkileşimlerden beslenerek şekillenmiştir (Fineberg, 2014 s. 340). Bu bakımdan içerisinde disiplinler arası özellikler barındıran performans sanatı ise, tüm yönleriyle bir sanat türü olarak 1970’lerde kabul edilmiştir. “Beden Sanatı”, “Oluşum”, “Aksiyon” gibi çeşitli isimler altında öne çıkmakta ve Sitüasyonizm, Fluxus, arazi sanatı gibi farklı akımlar içerisinde de kullanılmıştır. Performans sanatı her ne kadar tiyatro ile benzerlik taşısa da birbirleri arasındaki ilişki mesafeli olarak tanımlanmaktadır. Performans sanatının içerisinde müzik, şiir ve dans içeren sınırları olmayan bir yaklaşımlardan oluşmaktadır (Antmen, 2009, s. 219) Sanatçının kendisi veya modeller üzerinden yapılan gösterilerde izleyici kendisini eylemin içerisinde bulmaktadır. Bu nedenle insan bedeninin sanat eylemlerinde kullanılması sanatçı ve izleyici arasında ilişki kurarak farklı bir deneyimin ortaya çıkmasını sağlamaktadır. performans gibi sanat pratiklerini kullanan sanatçılar eylemlerini gerçekleştirirken süreç içerisinde herhangi bir kurguya gerek duymamaktadırlar. Sanatçılar, her şeyin hareket ve akış içinde olması önemli görülmektedir. Bu anlayışın şekillenmesinde ise kuşkusuz en etkili figürlerden biri John Cage olmuştur. Müzik ve felsefeyi sanatla buluşturan Cage, sanatın aynı zamanda bir deneyim olduğuna işaret ederek bu dönüşümün zeminini hazırlamıştır. Cage’in etkisi, yalnızca biçimsel yeniliklerle sınırlı kalmamış, onun sanatı yaşamın akışı içinde anlık bir farkındalık hâline getiren yaklaşımı, Mihaly Csikszentmihalyi’nin ortaya koyduğu akış kuramıyla da örtüşür. Her iki yaklaşımda da, bireyin zaman ve mekân algısını yitirdiği, eylemle bütünleştiği bir yoğun dikkat durumu söz konusudur. Cage’in müzik ve sanat anlayışı, tam da bu akış hâlini tetikleyen, anda var olmayı önceleyen bir deneyim alanı yarattığı söylenebilir.

John Cage, Duchamp’ın fikirlerini Amerika’da yaygınlaştıran önemli bir figürdür. Sanatla hayat arasındaki keskin ayrımları sorgulayan Cage, Zen Budizmi’nden etkilenerek sanatın bilinçli irade ve amaçtan bağımsız olması gerektiğini savunur. Ona göre sanat, yaşamın sıradan akışı içinde farkındalık yaratmalıdır. Duchamp’ın “hazır nesne” anlayışını benimseyen Cage, sanatçının müdahalesini en aza indirerek izleyicinin anlamı kendisinin üretmesini hedefler. Bu yaklaşımla birlikte sanat eseri, yalnızca sanatçının yarattığı bir nesne olmaktan çıkarak izleyiciyle birlikte anlam kazanan bir sürece dönüşür (Hopkins, 2018, s. 50).

John Cage’in 1952 yılında bestelemiş olduğu 4 dakika 33 saniye adlı eser, onun müzik ve sessizlik anlayışını köklü bir biçimde ortaya koymaktadır. Cage bu eserinde, müzikal sesin yanı sıra sessizlik ve ortam seslerinin de müziğin bir parçası olabileceğini savunur. Bütünsel ses alanı teorisine göre, müziğe ait olmayan her türlü ses - hatta sessizliğin kendisi bile işitilebilir bir deneyim olarak değerlidir. 4’33’’ boyunca müzisyen hiçbir nota çalmaz, böylece dinleyiciler yalnızca çevredeki ortam seslerini fark etmeye yöneltilir. Bu eser, izleyicinin pasif dinleyici rolünden çıkarak aktif bir algılayıcıya dönüştüğü bir deneyim yaratmaktadır. (Fineberg, 2014 s. 166). İzleyicinin bulunduğu anı tüm saflığıyla deneyimlemesini amaçlayan bir yapıya sahiptir. Müziği önceden belirlenmiş notalardan kurtararak tesadüfe ve ortamdaki doğal gelişimlere açan Cage, sanatta belirsizliği ve anda var olmayı ön plana çıkarır. Bu eser, sessizliğin dahi bir tür dinleme biçimi olarak sanatın kapsamına dahil edilebileceğini göstermektedir.



Görsel 1: John Cage, 4'33" 1952, New York. (David Tudor performansı sergiliyor.)

Kaynak: <https://yalebooks.yale.edu/2014/09/05/what-is-433/>

4'33" adlı eser ilk kez 29 Ağustos 1952 tarihinde, piyanist David Tudor tarafından New York'un Woodstock kentinde verilen bir piyano resitali sırasında sahnelenmiştir. John Cage'in 4'33" ilk gösterimi hakkında şunları söylemiştir. *"Bir noktayı kaçırdılar. Sessizlik diye bir şey yoktur. Sessizlik diye düşündükleri şey rastlantısal seslerle doluydu, ancak onlar dinlemeyi bilmiyorlardı. Birinci bölüm boyunca dışarıdaki rüzgârın kımıldarını duyabilirdiniz. İkincide, yağmur taneleri damda pıtırtya başladı. Üçüncüdeyse insanlar bu kez kendileri konuşmaya, dışarı çıkmaya ve bu sırada türlü, ilginç sesler çıkarmaya başladılar"*. (Kostelanetz 2003, s. 70)

Bu noktada akış kuramıyla doğrudan bir ilişki kurulabilir. Akış hâli, kişinin yaptığı işe ya da deneyime tüm dikkatini vererek zamanın, çevrenin ve hatta benliğin farkındalığının silikleştiği bir yoğun odaklanma durumudur. Dolayısıyla Cage'in eserinde izleyici, klasik anlamda pasif bir konumda değildir. Tam tersine, çevresindeki en küçük sesleri fark etmek için içsel bir dikkat geliştirmek zorundadır. Bu durum, izleyiciyi ana, yani şimdiye çeker ve onu zihinsel olarak tam bir odaklanma hâline sokar. 4'33", izleyiciye aktif bir üretici olmasa da farkındalık temelinde bir deneyim yaşatır. Sessizlik içinde kişi çevresindeki sesleri dinlemeye, mekânın seslerini ve kendi içsel tepkilerini fark etmeye başlar. Bu, dikkat odağının bütünüyle ana yöneldiği ve zihinsel bir yoğunlaşmanın yaşandığı bir durum yaratmaktadır. Bu aktif dinleme hâli, tıpkı akış deneyiminde olduğu gibi bireyin anda kalmasını ve o ânı tüm varlığıyla yaşamasını gerektirir. Ortamın gürültüsü, nefes alış verişler, sandalye gıcırtiları ya da kalp atışları gibi sıradan sesler, eserin bir parçası hâline gelirken, bu sesleri algılayan her birey kendi dikkat düzeyine, ruh hâline ve beklentisine bireysel bir deneyim yaşar. Bu noktada Cage'in eseri, sadece kolektif bir sessizliğin aksine aynı zamanda bireyin kendi algı sınırları içinde şekillenen kişisel ve özgün bir akış deneyimidir.



Görsel 2: Allan Kaprow, "18 Happenings in 6 Parts" (6 Bölümde 18 Oluşum)1969, New York.

Kaynak: <https://yalebooks.yale.edu/2014/09/05/what-is-433/>

Allan Kaprow'un "6 Bölümde 8 Oluşum" (18 Happenings in 6 Parts, 1959) adlı çalışması, happening türünün ilk örneklerinden biri olarak kabul edilir ve performans sanatının gelişiminde önemli bir dönüm noktasıdır. Allan Kaprow, "6 Bölümde 8 Oluşum" adlı çalışmasıyla izleyiciyi geleneksel sanatın pasif izleme konumundan çıkararak doğrudan sanatın bir parçası hâline getirmiş öncü bir Amerikalı sanatçıdır. Bu yapıtta izleyicilere önceden mektuplar ve talimatlar gönderilmiş, böylece performansa belli bir plan doğrultusunda katılmaları sağlanmıştır. Kaprow, izleyicinin sürecin aktif bir bileşeni olmasını hedeflemiştir. Onları belli roller üstlenmeye davet etmiştir. Gösteri sırasında izleyiciler bir salonda farklı bölmelere yerleştirilmiş ve her bölümde farklı ışık, ses, hareket ve eylemlerle karşı karşıya bırakılmıştır. Bu sayede her izleyici aynı yapı içinde kişisel ve benzersiz bir deneyim yaşamıştır. Kaprow'un bu yaklaşımıyla sanatçı, eser ve izleyici arasındaki geleneksel sınırlar ortadan kalkmış izleyici, Rancière'in tanımladığı gibi edilgen bir gözlemciden çıkıp sorgulayan, düşünen ve yaratıcı sürece katılan aktif bir birey konumuna geçmiştir (Ranciere, 2013, s. 11).

Akış durumunun temelinde yer alan hedefe odaklanma, anda kalma ve kendiliğinden gelen tatmin duygusu gibi akış deneyimini sağlayan etmenler, Kaprow'un gerçekleştirdiği interaktif ortamda, izleyicinin karşılaştığı deneyim yoğunluğu yoluyla ortaya çıktığı söylenebilir. Bu nedenle her izleyici, performansın farklı bölümlerinde kişisel bir deneyim yaşamaktadır. Bu deneyim, dışarıdan gelen yönlendirmelere rağmen içsel dikkat ve odaklanmayla şekillenmektedir. Bu deneyim bilişsel ve duygusal olarak da sürecin içinde kalmasını gerektirir ve izleyicinin performansla kurduğu ilişki akış hâlinde bir bilinç deneyimine dönüşmektedir. Dolayısıyla 6 Bölümde 18 Oluşum, sadece bir sanat etkinliği olmaktan çıkarak, aynı zamanda izleyicinin kendisiyle, mekânla ve sanatın doğasıyla kurduğu odaklı, derin ve süreklilik içeren bir etkileşim sürecidir.



Görsel 3. Marina Abramoviç, "Artist is Present" (Sanatçı Aramızda) 2010, MoMA.

Kaynak: <https://www.moma.org/audio/playlist/243/3133>

Marina Abramoviç, performans sanatının sınırlarını zorlayan, bedenini sanatın bir aracı olarak kullanan öncü bir sanatçılardan biri olarak nitelendirilebilir. Özellikle 2010 yılında New York Modern Sanat Müzesi'nde (MoMA) gerçekleştirdiği Sanatçı Aramızda performansıyla büyük yankı uyandırmıştır. Bu performansta Abramoviç, uzun saatler boyunca hareketsiz bir şekilde oturarak karşısına gelen izleyicilerle sessizce göz göze gelmiştir. Bu sade ama derin etkileşim, sanatçının varlığını ve dayanıklılığını sorgulatan, izleyiciyi doğrudan duygusal bir karşılaşmaya davet eden bir yapıttır. Performans, sabır, içsel direnç, kişisel sınırları aşma gibi kavramlar etrafında şekillenmiştir. Bu işi en iyi tanımlayan sözcüklerin katlanmak ve karşılaşmak olduğu söylenmektedir (Wilson, 2015, s. 14).

Marina Abramoviç bu performansında günlerce süren uzun süreli bir oturuşla izleyicilerle göz teması kurarak, hem fiziksel hem zihinsel dayanıklılığını sergilemiştir. Bu süreçte sanatçı, dış dünyayla bağı koparmış, yalnızca içinde bulunduğu ana ve etkileşime odaklanmıştır. Performansın tekrar eden yapısı, sanatçının zihinsel olarak derin bir yoğunlaşma yaşamasına olanak tanımıştır. Aynı şekilde hem karşısına oturan kişi hem de izleyiciler bu duruma tanıklık ederken benzer bir dikkat yoğunlaşmasına girmiş, zaman algıları ortadan kalkmıştır. Sanatçının kendisiyle ve izleyiciyle kurduğu bu sessiz bağ, akış durumunun hem yaratıcı eylemde bulunan bireyde hem de onu deneyimleyen kişide nasıl ortaya çıkabileceğini gösterir niteliktedir.



Görsel 4. Yves Klein, “Mavi Çağ’ın Antropometrilere” 1960, Galerie Internationale d’Art Contemporain, Paris.

Kaynak: <https://www.facebook.com/nudefloor/posts/curatedbynudefloor-yves-klein-anthropometry-of-the-blue-period-cc1960-yves-klein/2774925109425339/>

Yves Klein’ in 1960 yılında gerçekleştirdiği bu performansında, tuvali kendi eliyle boyamak yerine, çıplak kadın bedenlerini boyaya batırıp onları birer “yaşayan fırça” olarak kullanmayı tercih ettiği bir gösterebilir. Bu yöntemle ortaya çıkan eserler, sanatçının maddi üretimden geri çekilerek yalnızca yönlendiren ve düzenleyen bir rol üstlendiği, törensel ve ritüelistik bir sanatsal eylem niteliği taşımaktadır. Klein’in Contemporain’de gerçekleştirdiği bu performansta, bir orkestra tarafından yirmi dakika boyunca yalnızca tek bir notadan oluşan “Monoton Senfoni” çalınmıştır. Bu monoton ve meditatif müzik, ardından gelen yirmi dakikalık sessizlikle birlikte hem sanatçının hem izleyicinin zaman algısını askıya alan bir atmosfer yaratmıştır. Performans boyunca Klein, modelleri doğrudan yönlendirerek onların vücutlarını tuvale bastırmalarını sağlamış, fakat çalışmaya fiziksel olarak dokunmamıştır (Fineberg, 2014 s. 211). Bu noktada Yves Klein’in yaşayan fırçalar adlı performansı, akış deneyimini başka bir açıdan göstermektedir. Performans sırasında monoton müzik ve ritmik eylemler sayesinde performansı gerçekleştiren modellerin zaman algısı silikleşmiştir. Hem sanatçı hem izleyici hem de modeller şimdikiye odaklanır. Modellerin yüzey üzerindeki hareketleri bilinçli olmasının yanında sezgiseldir. Resim yüzeyiyle beden arasında bütünleşme yaşanmaktadır. Modeller sanat eseri değil, sürecin ve akışın bir parçasıdır. Klein ise, üretici kimliğini geri çekerek sadece süreci yönetir ve bu yönüyle benliğini eylem içinde geri plana atarak sürece odaklanır. Böylelikle akış kuramındaki önemli noktalardan biri olan sürecin esas, sonucun ikincil planda olduğu vurgusu yapılabilir.



Görsel 5. Hermann Nitsch, "Action 122" 2005. Burgtheater Viyana, Avusturya.

Kaynak: <https://www.moma.org/audio/playlist/243/3133>

Viyana'da Burgtheater'da 2005 yılında gerçekleştirilen Aktion 122, adlı performans Hermann Nitsch'in geliştirdiği Orgien-Mysterien-Theater (Orgya ve Gizem Tiyatrosu) dizisinin 8 saat süren 122. performansıdır. Bu gösteri, ritüel, tiyatro, resim ve müzik öğelerini bir araya getiren, bedensel ve duyuşsal olarak yoğun bir performanstır. Performansta beyaz kostümlü modeller, gerçek hayvan kanı ve iç organlar kullanarak ayinsel bir atmosfer yaratılmıştır. Bu malzemelerle bedenler, zemin ve mekân boyanarak, sahne adeta canlı bir tabloya dönüşmüştür. Tüm eylemler müzik ve seslerle desteklenerek izleyicinin içine işlemesi sağlanır. Nitsch'in amacı, izleyicide katarsis (arınma) yaratmak, bastırılmış duyguları yüzeye çıkarmaktır. Performans, insan varoluşuna, dinsel ritüellere, kurban ayinlerine ve kolektif bilinçaltına göndermeler yapar. Performans, estetik olduğu kadar etik açıdan da tartışmalıdır. Çünkü hayvan organlarının kullanımı eleştirilmiş, ancak sanat çevreleri Nitsch'in işlerini insanın karanlık yönleriyle yüzleşme aracı olarak görmüştür (Goldberg, 2011). Bu performans akış kuramı bağlamında değerlendirildiğinde, izleyicinin estetik deneyimini sıradan algının ötesine taşır. Katılımcılar yalnızca izleyen değil, bedensel ve duyuşsal düzeyde dahil olan birer ritüel taşıyıcı hâline gelmektedir. Performansın bir ayin ritüeli şeklinde gerçekleşmesi, izleyici bakımından duyuşsal yoğunluk içermektedir. Bu nedenle izleyicinin dikkatini başka yöne kaydırmasına izin vermez. Kan, et, ses ve kokularla oluşturulan atmosfer, zihinsel ve bedensel farkındalığı en üst düzeye taşır. Bu durum hem performans gerçekleştiren modellere hem de izleyiciye derin odaklanma halini ve oluşturarak akış deneyiminin ortaya çıkmasına zemin hazırladığı söylenebilir. 8 saat süren performans boyunca tekrarlanan ritüel benzeri eylemler, izleyicinin zaman algısını kaybetmesine yol açarak izleyici için zamanın nasıl geçtiğini anlaşılabilir hale getirmektedir. Ayrıca Kan sıçraması, bedenlerin hareketi, müzik ve çığlıklar gibi etmenler, sadece zihinsel bir eylem olmaktan çıkıp, bedensel olarak da izleyiciyi performansa çeker. Seyirci artık performans içerisinde bir katılımcıya dönüşür. Bu bağlamda performans sanatı, izleyiciyi yoğun bir deneyimin içine çekerek akış durumunu mümkün kılan bir sanat pratiğine dönüşür. Aynı zamanda bu süreç, bireyin bastırılmış duygularıyla yüzleşmesini sağlayarak katarsis (arınma) deneyimini ortaya çıkardığı söylenebilir.

SONUÇ

Kavramsal sanatın, estetik nesne üretiminden çok sürece, düşünceye ve izleyiciyle kurulan etkileşime odaklandığını göstermektedir. Bu bağlamda Fluxus, happening ve Performans sanatı gibi kavramsal sanatın öncü akımları, akış deneyimini hem sanatçı hem de izleyici düzleminde tetikleyici birer araç haline gelmiştir. Sanatçının üretim sürecine kendini bütünüyle kaptırması, zamanın ve benliğin algısının silikleştiği bir odaklanma hâliyle örtüşmekte, aynı zamanda izleyici de pasif bir gözlemciden çıkarak eylemin içine dâhil eden aktif bir katılımcıya dönüşmektedir. Böylelikle sanat, yalnızca bir nesne ya da sonuç olmaktan çıkıp, bireyde zihinsel ve duyuşsal bir bütünleşme yaratan deneyim alanına dönüşmektedir. Bu bağlamda, sanat ve psikoloji alanları arasında kurulan bağ hem bireysel estetik deneyimin hem de çağdaş sanatın anlaşılmasına katkı sağlamakta sanatın, yaşanan ve hissedilen bir süreç olduğunu yeniden vurgulamaktadır.

Çalışma kapsamında kavramsal sanatın özellikle süreç, deneyim ve izleyici katılımına dayalı yapısının akış kuramının temel özellikleriyle önemli ölçüde örtüştüğü ortaya konulmuştur. Araştırmada incelenen John Cage, Allan Kaprow, Marina Abramović, Yves Klein ve Hermann Nitsch gibi sanatçıların çalışmaları, sanat üretimi ile izleyici deneyimi arasındaki sınırların giderek belirsizleştiğini göstermektedir. Bu sanat pratiklerinde sanatçının eyleme yoğunlaşması, izleyicinin sürece katılması ve performansın zaman içerisinde deneyimlenen bir süreç olarak gerçekleşmesi, akış kuramının temel bileşenleri olan odaklanma, anda kalma ve eylem ile farkındalığın bütünleşmesi gibi özelliklerle paralellik göstermektedir. İzleyici sürecin aktif bir parçası hâline gelmektedir. Bu durum ise estetik deneyimin aynı zamanda zihinsel ve bedensel bir katılım biçimi olduğunu göstermektedir. Son olarak Çalışma çağdaş sanat pratiklerinin psikolojik deneyim boyutuyla birlikte ele alınabileceğini göstermektedir. Sanat eğitimi

açısından ise, öğrencilerin yaratıcı süreçlere, deneyime ve katılımcı sanat pratiklerine odaklanmasının önemini vurgulamaktadır. Günümüzde çağdaş sanatın disiplinlerarası yapısı ve izleyiciyle kurduğu etkileşim düşünüldüğünde, akış deneyimine dayalı yaratıcı süreçlerin sanat eğitimi içinde değerlendirilmesi hem üretim hem de algılama biçimlerinin gelişmesine katkı sağlayabilecek bir yaklaşım olarak öne çıkmaktadır.

KAYNAKÇA

- Antmen, A. (2009). Sanatçılardan yazılar ve açıklamalarla 20. yüzyıl Batı sanatında akımlar. Sel Yayıncılık.
- Beard, K. S. (2015). Theoretically speaking: An interview with Mihaly Csikszentmihalyi on flow theory development and its usefulness in addressing contemporary challenges in education. *Educational Psychology Review*, 27(2), 353-364.
- Carr, A. (2016). Pozitif psikoloji: Mutluluğun ve insanın güçlü yönlerinin bilimi (Ü. Şendilek, Çev.). Kaknüs.
- Csikszentmihalyi, M. (1975). *Beyond boredom and anxiety: Experiencing flow in work and play*. Jossey-Bass.
- Csikszentmihalyi, M. (2014). *Flow and the foundations of positive psychology*. Springer. Csikszentmihalyi, M. (2017). *Mutluluk bilimi: Akış* (B. Satılmış, Çev.). Buzdağı Yayınevi.
- Dönbak, E. R. (2018). Akış teorisinin müze ziyaretçilerinde araştırılması: Gaziantep Mozaik Müzesi örneği. 2. Uluslararası GAP İşletme Bilimleri ve Ekonomi Kongresi, 4-7 Ekim, Şanlıurfa, 56-62.
- Fineberg, J. (2014). 1940'tan Günümüze Sanat. (Çev. S. Atay Eskier ve G. E. Yılmaz). Karakalem Kitabevi.
- Garcia, H., & Miralles, F. (2017). *Ikigai: Japonların uzun ve mutlu yaşam sırrı*. İndigo Kitap.
- Hefferon, K., & Boniwell, H. (2014). *Pozitif psikoloji: Kuram, araştırma ve uygulamalar* (T. Doğan, Çev.). Nobel Yayıncılık.
- Hopkins, D. (2018). *Modern sanattan sonra: 1945-2017* (F. C. Erdoğan, Çev.). Hayalperest Yayınevi.
- Gaya, M. C. (2019). *Autotelic principle: The role of intrinsic motivation in the emergence and development of artificial language* [Doctoral dissertation, PSL Research University].
- Godfrey, T. (2024). *Çağdaş sanatın öyküsü* (E. B. Alpay, Çev.). Hayalperest Yayınevi.
- Goldberg, R. (2011). *Performance art: From futurism to the present*. Thames ve Hudson.
- Kostelanetz, R. (2003). *Conversing with John Cage*. Routledge.
- Martinez, E. H. V., & Demiral, A. (2016). 20. ve 21. yy.'da sanatta malzeme olarak beden: Performans sanatı. *Anadolu Üniversitesi Sanat ve Tasarım Dergisi*, 6(6), 180-201.
- Özdemir, M., & Eliri, İ. (2025). Sürrealizmin izinde çağdaş Türk resminde gerçeküstü manzaralar. *Sanat ve Yorum*, 46, 108-118.
- Ranciére, J. (2013). *Özgürleşen seyirci* (E. B. Şaman, Çev.). Metis Yayınları.
- Turan, N. (2021). *Akış: Çalışma hayatı bağlamında*. Ekin Basım Yayın.
- Turan, N. (2019). Akış deneyimi üzerine genel bir literatür taraması. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (37), 181-199.
- Wilson, M. (2015). *Çağdaş sanat nasıl okunur? 21. yüzyıl sanatını yaşamak* (F. C. Erdoğan, Çev.). Hayalperest Yayınevi.