

My Octopus Teacher belgeselinde doğa-insan ilişkisinin sinematik temsili ve varoluşsal anlam arayışı

Seher Akgün* - Zuhak Akmeşe**

Öz

Bu çalışma, *My Octopus Teacher* (2020) belgeselini temel alarak bireyin doğa ile kurduğu bağ üzerinden yaşadığı ruhsal dönüşüm ve varoluşsal anlam arayışını incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırmanın odak noktası, belgeselin başkahramanı Craig Foster'ın bir ahtapot ile geliştirdiği ilişki aracılığıyla, insanın kendisiyle ve doğayla yeniden bağ kurma sürecinin sinematik düzlemde nasıl temsil edildiğini ortaya koymaktır. Çalışmada, nitel içerik analizi yöntemi uygulanmış; çözümlenmeler varoluşçu felsefe, ekopsikoloji ve derin ekoloji yaklaşımları çerçevesinde gerçekleştirilmiştir. Örneklem olarak seçilen belgesel, gerçek görüntüler ve öznel anlatılar üzerinden hem kişisel bir iyileşme sürecini hem de doğa-insan ilişkisini yeniden düşünmeye davet eden çok katmanlı bir anlatı sunmaktadır. Analiz bulguları, *My Octopus Teacher*'ın bireyin doğadan kopuşuyla bağlantılı fiziksel ve psikolojik acıyı görünür kıldığını, bu acının doğa ile kurulan bağ sayesinde dönüştürülebileceğini gösterdiğini ortaya koymaktadır. Ayrıca belgesel, izleyiciyi doğa-insan ilişkisini yalnızca ekolojik bir çerçevede değil, aynı zamanda varoluşsal ve ruhsal bir bağlamda yeniden değerlendirmeye yönlendirmektedir. Sonuç olarak, *My Octopus Teacher* doğa ile kurulan ilişkinin bireysel ruhsal dönüşüm ve varoluşsal anlam arayışı üzerindeki etkilerini sinematik biçimde görünür kılarak, belgesel sinema alanına özgün ve değerli bir katkı sunmaktadır.

Anahtar kelimeler: My Octopus Teacher, belgesel sinema, ruhsal dönüşüm, varoluşsal anlam, insan-doğa ilişkisi, ekopsikoloji

My Octopus Teacher documentary: The cinematic representation of the relationship between nature and humans and the search for existential meaning

Abstract

This study aims to examine the spiritual transformation and existential search for meaning experienced by an individual through their connection with nature, based on the documentary *My Octopus Teacher* (2020). The focus of the research is to reveal how the process of reconnecting with oneself and nature is represented on the cinematic plane through the relationship developed by the documentary's protagonist, Craig Foster, with an octopus. Qualitative content analysis was applied in the study; the analyses were conducted within the framework of existential philosophy, ecopsychology, and deep ecology approaches. The documentary selected as the sample presents a multi-layered narrative that invites us to reconsider both a personal healing process and the relationship between nature and humans through real images and subjective narratives. The findings of the analysis reveal that *My Octopus Teacher* makes visible the physical and psychological pain associated with the individual's separation from nature and shows that this pain can be transformed through the bond established with nature. Furthermore, the documentary directs the viewer to reevaluate the relationship between nature and humans not only within an ecological framework but also within an existential and spiritual context. Ultimately, *My Octopus Teacher* makes the effects of the relationship with nature on individual spiritual transformation and

* Sorumlu Yazar. Yüksek Lisans Öğrencisi, Dicle Üniversitesi, İletişim Fakültesi, Radyo, Televizyon ve Sinema Bölümü, e-posta: akgunseher@gmail.com, ORCID-iD: 0009-0006-6108-3948

** Doç. Dr., Dicle Üniversitesi, İletişim Fakültesi, Radyo, Televizyon ve Sinema Bölümü, e-posta: zuhakakmesa@gmail.com, ORCID-iD: 0000-0003-3805-8649

the search for existential meaning visible in a cinematic way, offering a unique and valuable contribution to the field of documentary cinema.

Keywords: My Octopus Teacher, documentary cinema, spiritual transformation, existential meaning, human-nature relationship, ecopsychology

Giriş

Belgesel sinema, sinemanın doğuşuyla birlikte ortaya çıkan ve gerçekliği belgelemeyi amaçlayan özgün bir anlatı türüdür. John Grierson, 1926 yılında belgeseli “gerçeğin yaratıcı bir biçimde yorumlanması” olarak tanımlamış, bu tanım belgeselin nesnel gerçekliğin ötesinde yönetmenin algısı ve yaratıcı süzgecinden geçen bir imge oluşturduğunu vurgulamaktadır (Altun, 2020, s. 5). Bu bağlamda belgesel sinema yalnızca olayları aktarmakla kalmayıp, izleyiciye çok katmanlı ve öznel bir gerçeklik sunar. Grierson’un yaklaşımı, belgeselin gerçeklik ve yorum arasındaki etkileşim alanını ortaya koyarken, belgesel sinemanın hem estetik hem de toplumsal sorumluluk taşıyan bir sanat formu olarak gelişmesine de zemin hazırlamıştır (Yüksel, 2006, s. 201).

İnsan-doğa ilişkisi, tarih boyunca felsefi, bilimsel ve kültürel düzeylerde tartışılmış temel bir meseledir. İlkçağ filozoflarında doğaya egemen olma düşüncesi yaygın olmamakla birlikte, 17. yüzyılda bilimsel ilerlemelerle oluşan yeni doğa kavrayışı, özellikle Francis Bacon’ın “bilmek egemen olmaktır” anlayışı ve Descartes’in mekanik dünya görüşüyle şekillenmiştir. Bu dönemle birlikte insan merkeze alınmış; ölçünün insan olduğu, doğanın ise kontrol edilmesi gereken bir nesne olarak konumlandırıldığı bir anlayış egemen olmuştur (akt. Gül, 2013, s.18). Bacon’ın deney ve gözleme dayalı yöntem anlayışı, geleneksel doğa algısını değiştirmiş ve insanın doğayı kavrayış biçiminde köklü dönüşümlere yol açmıştır. Böylelikle insan doğanın merkezine yerleştirilmiş, doğa ise “öteki” konumuna itilmiştir (akt. Gül, 2013, s.18). Descartes’in insanı işleyen canlı bir makineye benzetmesi de bu mekanik dünya görüşünün önemli bir yansımasıdır (Gökberk, 2019, s. 245).

Bu insan-merkezci paradigma, doğayla bütünleşik bir yaşam formundan uzaklaşmayı beraberinde getirmiştir. *My Octopus Teacher* (Ehrlich & Reed, 2020) bu paradigmanın karşısında, insanın doğayla yeniden uyum ve içsel bütünleşme arayışını sinematografik düzlemde temsil eden önemli bir örnek olarak öne çıkar. Craig Foster, Afrika’nın soğuk yosun ormanlarında kendini yeniden keşfetme sürecinde alışılmadık bir dostla, bir ahtapotla, derin bir bağ kurar. Bu doğa-insan etkileşimi, yalnızca dış dünyayla bir temas değil; aynı zamanda içsel ruhsal dönüşüm ve varoluşsal anlam arayışının da somut bir göstergesidir. Foster’ın deneyimi, modern insanın doğadan kopuşuna karşı bir yanıt olarak doğayla bütünleşme ve kendini bulma yolculuğunu gözler önüne sermektedir.

Søren Kierkegaard’ın belirttiği gibi, “yola çıkmak kaygıyı çoğaltmaktır; yola çıkmamaksa kendini kaybetmektir.” Bu bağlamda, insanın doğum ile ölüm arasındaki yaşamı yalnızca biyolojik bir varoluş değil, aynı zamanda içsel bir yolculuktur. Bu yolculuk, bireyin benliğini tanıma, geçmişin izlerini sürme ve bastırılmış duygularla yüzleşme sürecidir. Yola çıkmak ise kişinin kendi iç dünyasına yönelerek gerçek benliğiyle karşılaşma cesaretini göstermesidir (İlhan, 2020, s. 200). Foster’ın belgeseldeki deneyimi de bu bağlamda, yalnızca doğayla fiziksel bir temas değil; aynı zamanda derin bir ruhsal dönüşüm sürecini yansıtmaktadır.

Hayatındaki anlam kaybı ve tükenmişlik duygusuyla başa çıkamayan Foster, günlük dalış rutinleri aracılığıyla yalnızca doğayı gözlemlemekle kalmamış, aynı zamanda kendi iç dünyasına da bir yolculuk yapmıştır. Ahtapotla kurduğu bağ, onun doğaya karşı yeniden sorumluluk ve hayranlık geliştirmesini sağlamıştır. Bu ilişki, doğanın bir özne olarak tanınmasını mümkün kıldığı gibi, insanın kendi varoluşsal sorularına yanıt aradığı bir alan haline de gelmiştir. Foster’ın yaşadığı dönüşüm, modern bireyin anlam yitimine uğradığı bir çağda, doğayla temasın iyileştirici ve bağ kurucu gücünü ortaya koymaktadır. Varoluşsal

anlam arayışı bu bağlamda yalnızca bireysel bir çıkış yolu değil, aynı zamanda insan-doğa ilişkisini yeniden düşünmeye davet eden etik bir yönelim olarak belirir.

My Octopus Teacher, Foster'ın hem kendi ruhsal dönüşümüne hem de ahtapotla kurduğu bağa odaklanırken, izleyiciye sadece bir doğa hikâyesi değil, aynı zamanda derin bir varoluşsal sorgulama alanı açar. Bu çalışmada, belgesel üzerinden insanın içsel yolculuğu, doğayla yeniden bağ kurma süreci ve anlam arayışı ekopsikoloji ve varoluşçu perspektiflerden ele alınmaktadır. Nitel analiz yöntemiyle yürütülen bu çözümlemede, belgeselin anlatı yapısı, görsel dili ve katılımcı belgesel türü içindeki yeri tartışılmış; Foster'ın kişisel deneyimi aracılığıyla izleyicide empati duygusunun nasıl inşa edildiği sorgulanmıştır.

Bu bağlamda çalışmanın amacı, *My Octopus Teacher* belgeselini doğa-insan ilişkisi ekseninde çözümleyerek bireyin ruhsal dönüşüm ve varoluşsal anlam arayışının sinematik temsillerini tartışmaktır. Çalışmada nitel içerik analizi yöntemi kullanılarak belgeselin anlatı yapısı, görsel dili ve katılımcı belgesel türü içindeki konumu incelenmektedir. Bu inceleme, varoluşçu felsefe ve ekopsikoloji yaklaşımları çerçevesinde yürütülmekte; Foster'ın deneyimi üzerinden hem bireysel hem de toplumsal düzeyde insan-doğa ilişkisinin yeniden düşünülmesine katkı sağlamaktadır. Böylelikle çalışma, belgesel sinemanın yalnızca gerçekliği yansıtmaya işlevi değil, aynı zamanda izleyiciyi dönüştürücü bir deneyime davet etme gücünü de ortaya koymaktadır.

1. Belgeselde anlatı yapısı: Biçemsel ayrımlar ve katılımcı biçem

Belgesel sinema, gerçek olayları, mekânları ve insanları konu edinen; gerçek dünyayı yeniden üretmek için sunan özgün bir sinema anlayışıdır. John Grierson'a göre belgesel, "gerçeğin yaratıcı bir şekilde işlenmesi ve yorumlanması"dır ve sadece bir film pratiği değil, aynı zamanda kendine özgü bir anlatı üslubudur (Altun, 2020, s. 5). Nijat Özön ise belgeseli, gerçek yaşayıştan alınan herhangi bir olayı, kendi doğal çevresi ve akışı içinde ya da buna en yakın biçimde ele alan ve çoğu kez belli bir amacı yansıtan sinema türü olarak tanımlar. Nichols ise belgeseli, "gerçekliğin yeniden üretilmesi değil, halihazırda içinde bulunduğumuz dünyanın temsil edilmesi" olarak görür. Bu bağlamda belgesel, kurmaca sinemadan farklı olarak yapay dünyalar inşa etmez; izleyiciye gerçek dünyayı daha yakından anlama ve keşfetme fırsatı sunar (akt. Yılmaz & Alkan, 2023, s. 5387).

Amerikalı film eleştirmeni ve teorisyeni Bill Nichols'a göre belgesel film, gerçek kişilerin yani toplumsal aktörlerin yer aldığı durum ve olayları konu edinir. Bu kişiler, içinde buldukları yaşamlar ve deneyimler hakkında izleyicide inandırıcı bir bakış açısı geliştirmemizi sağlayacak biçimde kendilerini bir öykü içinde "kendileri olarak" sunarlar. Yönetmenin özgün bakış açısı ise, öyküyü kurgusal bir alegoriye dönüştürmek yerine, tarihsel dünyayı doğrudan görmemizi sağlayan bir araç haline gelir (Nichols, 2017, s. 35). Bu yaklaşım, belgeselin vuku bulan gerçekliğe dayansa da yönetmenin anlatsal tercihleriyle yeniden biçimlendiğini ortaya koyar (Yılmaz & Alkan, 2023, s. 5387).

Nichols (1991) belgesel sinema üzerine geliştirdiği sınıflandırma modeliyle alana kuramsal bir çerçeve kazandırmıştır. Ona göre belgesel filmler kesin çizgilerle ayrıştırılamasa da biçimsel özelliklerine göre açıklayıcı, şiirsel, gözlemci, dönüşlü, edimsel ve katılımcı olmak üzere altı biçimle tanımlanabilir (Nichols, 2017, s. 168). Bu sınıflandırma, tek tek türlerin birbirini dışladığı anlamına gelmez; aksine, çoğu filmde farklı biçemlerin bir arada bulunması söz konusudur.

Açıklayıcı biçimde belgesel, tarihsel dünyanın parçalarını retorik bir çerçeve içinde bir araya getirerek belirli bir bakış açısı öne sürer. Bu yaklaşımda seslendirme metinleri ve özellikle "Tanrı'nın sesi" (voice of God) tarzı anlatım öne çıkar. Buna karşılık, şiirsel biçem klasik devamlılık kurgusunu terk ederek estetik ve duyuşsal çağrışımları ön plana çıkarır; izleyiciye daha çok sezgisel bir deneyim sunar. Gözlemci biçem, yönetmenin görünür müdahalesini en aza indirerek olayları kesintisiz ve müdahalesiz biçimde aktarır; böylece

izleyiciye doğrudan tanıklık hissi kazandırır. Dönüştürücü biçimde ise yönetmen, belgeselin yapım sürecini de anlatıya dahil eder; gerçekliğin temsil edilme biçimini görünür kılar. Edimsel biçim ise bilgiyi yalnızca olgulara indirgemek yerine, öznel deneyimler ve duygular üzerinden anlamın inşa edildiğini savunur (Nichols, 2017, s. 179–219).

1.1. Katılımcı biçim ve *My Octopus Teacher*

Katılımcı biçim, yönetmen ile belgesel özneleri arasındaki etkileşimi merkeze alır. Bu yaklaşımda yönetmen yalnızca gözlemci değil, aynı zamanda anlatının aktif bir parçasıdır. 1960'lı yıllarda eşzamanlı ses kaydı teknolojilerinin gelişmesiyle öne çıkan bu biçim, röportajlar, karşılıklı konuşmalar ve yüzleşmelere dayalı etkileşimlerle şekillenir. Yönetmenin soruları, tepkileri ve varlığı belgeselin temel yapı taşlarından biri haline gelir (Nichols, 2017, s. 198). Bu bağlamda *My Octopus Teacher* (Ehrlich, 2020), katılımcı biçimin belirgin örneklerinden biri olarak değerlendirilebilir. Belgeselin yapımcısı ve aynı zamanda baş karakteri olan Craig Foster, yalnızca röportajlarla katkı sunmaz; dalış sahnelerinde bizzat kamera önünde yer alarak anlatının merkezinde bulunur. Foster'ın fiziksel ve duygusal varlığı, izleyicinin anlatılan sürece aktif olarak dahil olmasını sağlar. Bu yaklaşım, gözlemci biçimden uzaklaşarak yönetmen ve özne etkileşimini doğrudan görünür kılar. Böylece belgesel, katılımcı biçimin temel unsurlarını güçlü biçimde taşıırken, doğa ve insan ilişkisini varoluşsal ve ruhsal dönüşüm bağlamında yeniden düşünmeye davet eder.

2. İnsanın kendini ve doğayı anlama süreci: Varoluş felsefesi ve ekolojik yaklaşımlar

Bireyin yaşadığı içsel dönüşümler, yalnızca kişisel değil; aynı zamanda çevresel, duygusal ve varoluşsal boyutlarıyla ele alınmalıdır. Bu bağlamda varoluş felsefesi ve ekolojik kuramlar, insanın hem kendisiyle hem de doğayla kurduğu ilişkiyi anlamlandırmak açısından önemli bir teorik zemin sunar. Bu yaklaşımlar, bireyin doğayla kurduğu bağın niteliğini, anlam arayışını ve diğer canlılarla etkileşim biçimlerini açıklamada işlevsel bir çerçeve oluşturur. Çalışmanın kuramsal arka planı, varoluş felsefesi ile derin ekoloji ve ekopsikoloji perspektiflerinden hareketle şekillenmekte ve bu kuramsal yönelimlerin belgesel anlatıyla ilişkisi analiz bölümünde ayrıntılı olarak ele alınmaktadır.

2.1. Varoluşçu felsefe

İnsan yaşamının anlamına ve sınırlarına dair sorgulamalar, modern dönemde varoluşçuluk felsefesiyle daha sistematik bir boyut kazanmıştır. Varoluşçuluk, bireyin özgürlük, seçim ve sorumlulukla kurduğu ilişkiyi merkeze alarak, insanın yaşamını bizzat kendi kararlarıyla biçimlendiren bir özne olduğunu vurgular (Çarkı, 2022, s. 201; Akmeşe, 2022, s.134). Bu anlayışa göre insan, önceden belirlenmiş bir öze dünyaya gelmez; kendi yaşamına anlam katma yükümlülüğünü üstlenen bir varlık olarak konumlanır. Heidegger'in "dünyaya atılmışlık" kavramı, bu süreci betimleyen önemli bir çerçevedir.

Varoluşçuluk farklı filozoflarca çeşitli biçimlerde yorumlanmıştır. Kierkegaard'ın kaygı ve inanç üzerinden geliştirdiği düşünceler, Gabriel Marcel'in özgürlük ve umut kavramlarına verdiği önem ya da Simone Weil'in varoluşu bir bunalımın ifadesi olarak görmesi bu çeşitliliğe örnek verilebilir. Emmanuel Mounier'nin umutsuzluğun simgesi olarak tanımlaması, Heinrich Rombach'ın varoluşu bunaltıyla ilişkilendirmesi veya Jean Wahl'in başkaldırıyla özdeşleştirmesi de bu çeşitliliği göstermektedir. Julien Benda'nın irrasyonelizm yorumu ve Emile Foulquié'nin saçmalık felsefesi tanımıyla birlikte düşünüldüğünde, varoluşçuluğun ne denli çok katmanlı bir zemin sunduğu daha net anlaşılmaktadır (Duvar, 2024, s. 8).

Bu felsefenin 20. yüzyıldaki önemli temsilcilerinden Albert Camus ise, insanın anlam arayışı ile evrenin kayıtsızlığı arasındaki kopuştan doğan "saçma" kavramıyla öne çıkar.

Camus, *Sisifos Söyleni* adlı eserinde mitolojik Sisifos figürünü insan yaşamının anlamsızlık ve tekrara dayalı çabasının simgesi olarak yorumlar. Ona göre saçmayı fark eden birey için asıl mesele, yaşamı sürdürme ya da intiharı seçme ikilemidir. Camus'nün çözümü, saçmayı kabullenip yine de yaşamı sürdürmek; yaşamın anlamını aşkın bir varlıkta değil, bilinçli bir başkaldırıda bulmaktır (Camus, 1997, s. 15, 127; Aydınalp, 2020, s. 530; Koç, 2016, s. 4). Bu yaklaşım, varoluşun özünü insanın kendi seçimleri ve tutkulu yaşama iradesi üzerinden tanımlar.

Varoluşçu düşünce, bireyin kaygı, yalnızlık ve özgürlükle yüzleşmesi gerektiğini savunur. Viktor Frankl'ın logoterapi yaklaşımı ise bu zemini psikolojiyle ilişkilendirir. Frankl'a göre yaşamın anlamına dair yönelimini kaybeden birey, "varoluşsal boşluk" durumuna düşer ve bu durum depresyon, bağımlılık veya intihar düşüncelerine yol açabilir (Yüksel, 2021, s. 74). Frankl'ın "kendini aşma" kavramı, insanın hayatında anlamı keşfetmesinin özünü oluşturur ve ruhsal sağlığın merkezine anlamı yerleştirir (Yeşilçayır, 2022, s. 59). Dolayısıyla varoluş felsefesi, bireyin yaşamını biçimlendiren özgürlük ve sorumluluk diyalektiğini ortaya koyarken, anlamın kaybının bireysel ve toplumsal düzeyde derin krizlere yol açabileceğini de gösterir.

2.2. Derin ekoloji

Norveçli filozof Arne Naess'in 1970'lerde geliştirdiği derin ekoloji yaklaşımı, insanı doğanın merkezinde değil, onun ayrılmaz bir parçası olarak konumlandırır. Bu düşünceye göre doğadaki tüm varlıklar, yalnızca insan için taşıdıkları işlevlerle değil, kendilerine özgü içsel değerleriyle var olurlar. Naess'in sekiz temel ilkesi, canlıların içsel değerinin tanınmasını, ekosistemin dengesi için sorumluluk almayı, tüketimi sınırlamayı ve faydacı yaklaşımlardan uzaklaşmayı içerir (Arıkan, 2020, s. 200-201).

Derin ekoloji, insan merkezci (antroposantrik) bakış açısını sorgulayarak, doğayı araçsallaştıran anlayışa karşı çıkar. Naess'in "kendini gerçekleştirme" kavramı, bireyin gerçek kimliğini doğayla bütünleşerek bulabileceğini ifade eder. Bu bağlamda doğaya zarar vermek aslında bireyin kendine zarar vermesi anlamına gelir; ekolojik koruma ise özgecil bir görev değil, varoluşun devamı için zorunlu bir eylemdir (Arıkan, 2020, s. 196).

Derin ekoloji hareketi, "sığ ekoloji"yi yani yalnızca teknik çözümlerle sınırlı yaklaşımları eleştirir. Ona göre ekolojik krizin kaynağı insanın doğayla kurduğu ilişkinin yanlış biçimlenmesidir ve çözüm, insanın doğayla bağını etik, felsefi ve varoluşsal düzeyde yeniden kurmasında yatar (Şakacı & Günesen, 2023, s. 69). Toplumsal ekoloji yaklaşımı da bu noktada önemli bir katkı sunar. Murray Bookchin'in öncülük ettiği bu yaklaşım, doğa tahribatının toplumsal eşitsizliklerden ve tahakküm ilişkilerinden bağımsız olmadığını vurgular (Becerikli & Dönmez, 2020, s. 187). Sonuç olarak derin ekoloji, doğayı insanın ötesinde, kendi değeriyle kabul eden bir etik anlayış ortaya koyar.

2.3. Ekopsikoloji: Doğa ile ruhun bütünleşmesi

Ekopsikoloji, ekolojik duyarlılık ile psikolojik sağlığı birleştiren bütüncül bir yaklaşım olarak 1990'larda kavramsallaştırılmıştır. Theodor Roszak'ın *The Voice of the Earth* (2001) adlı eseri, ekopsikolojinin temelini oluşturan metinlerden biridir. Roszak'a göre modern toplumlarda birey doğadan uzaklaştıkça yalnızlaşmakta, benlik duygusu zedelenmekte ve psikolojik sorunlar artmaktadır. Bu nedenle doğayla yeniden bağ kurmak, yalnızca çevresel değil, aynı zamanda ruhsal bir gerekliliktir (Gül, 2024, s.40). Ekopsikoloji, çevre sorunlarının aynı zamanda birer psikolojik kriz olduğunu ileri sürer. Doğadan kopuş, bireyde depresyon, anksiyete ve varoluşsal boşluk gibi sorunlara yol açar. Andy Fisher'ın "radikal ekopsikoloji" yaklaşımı, doğaya yönelen şiddet ile bireyin içsel acısı arasında doğrudan bir bağ olduğunu savunur (akt. Gül, 2024, s. 40-41). Böylece ekopsikoloji, ekolojik tahribat ile ruhsal tahribatı aynı eksenle ele alır.

Bu yaklaşım aynı zamanda Jung'un "kolektif bilinçdışı" kavramını yeniden yorumlayarak "ekolojik bilinçdışı" kavramını ortaya koyar. Roszak'a göre her insan zihninde doğaya dair derin bir bilinç katmanı taşır ve bu katman çocukluk deneyimleri ve farkındalıklarla geliştirilir. Ekopsikolojinin amacı bu bilinci açığa çıkararak bireyin doğayla bütünleşmesini sağlamaktır (Gül, 2024, s. 40). Doğayla kurulan terapötik ilişkiler, ekopsikolojinin pratik yönünü oluşturur. Doğada vakit geçirmek, hayvanlarla temas kurmak, doğal döngülerle uyum içinde yaşamak gibi pratikler, bireyin ruhsal bütünlüğünü güçlendirir. Bu nedenle sürdürülebilirlik yalnızca ekolojik değil, aynı zamanda ruhsal bir gereklilik olarak görülür.

David Abram'ın da belirttiği gibi, modern düşünce geleneği akıl ile maddeyi, içsel olan ile dışsal olanı birbirinden ayırmıştır. Ekopsikoloji bu ikiliği aşarak ruhsal sağlığın doğayla kurulan bağda yattığını öne sürer (Metin & Gül, 2022, s. 91). Bu yaklaşım, insanın doğayı yalnızca gözlemleyen bir nesne değil, onunla var olan ve onunla iyileşen bir özne olduğunu savunur. Nitekim ekopsikolojik bakışa göre, insan ve doğa ilişkisi karşılıklı bir etkileşimdir; bireyin doğayla yeniden kurduğu bağ hem bireysel hem ekolojik iyileşmenin ön koşulu olarak kabul edilir (Er, Canatan, Barut, & Kara, 2020, s. 79).

3. Anlatı, yapım ve tematik dönüşüm boyutlarıyla *My Octopus Teacher* belgeseli

3.1. Belgeselin teması ve anlatı yapısı

My Octopus Teacher (Ahtapot Öğretmenim), doğa bilimci ve belgesel yapımcısı Craig Foster'ın Güney Afrika açıklarındaki Büyük Afrika Deniz Ormanı'nda bir yıl boyunca serbest dalış yaparak geçirdiği sürede vahşi bir ahtapotla kurduğu sıra dışı ilişkiyi konu edinir. Sea Change Project tarafından hayata geçirilen belgesel, yalnızca deniz altı yaşamının görsel zenginliğini sunmakla kalmaz; aynı zamanda bireysel bir dönüşüm hikâyesini merkeze alır. Foster, ruhsal çöküntü ve tükenmişlik yaşadığı bir dönemde her gün okyanusta yüzmeye başlar. Filmin açılışında 2000'li yıllarda Kalahari Çölü'nde *The Great Dance* belgeselinin çekimleri sırasında yaşadığı yabancılaşma deneyimine değinilir. San halkının doğayla bütünleşik yaşam biçiminden etkilenerek "onlar doğanın içindeydi, ben dışında" sözleriyle tanımladığı bu kırılma, doğayla daha sahici bir bağ kurma arzusunun başlangıcı olduğunu vurgular. Bu arayışın sonunda Foster, günlük dalışlarından birinde bir ahtapotla karşılaşır. Onunla kurduğu bağ bireyin doğayla yeniden temas kurarak yaşadığı içsel dönüşümün simgesine dönüşür. Belgeselin anlatı yapısı, bu ilişki üzerinden doğa ile insan arasındaki etkileşimi varoluşsal ve ekopsikolojik bir düzlemde ele alır. Böylelikle film, yalnızca insan ve hayvan ilişkisini değil; aynı zamanda modern yaşamın ruhsal baskılarına karşı doğa aracılığıyla bir denge ve anlam arayışını görünür kılar.

3.2. Yapım süreci ve teknik özellikler

Belgeselin yapımı, yaklaşık on yıla yayılan gözlem pratiği ve disiplinlerarası iş birliğinin ürünü olarak değerlendirilebilir. Craig Foster, uzun süreli dalışlarla Güney Afrika'daki kelp ormanını belgelemiş, 2017'de bir ahtapotla kurduğu temas sürecin dönüm noktası olmuştur. Çekimler kıyıda 100 metre açıkta, serbest dalış yöntemiyle, büyük kamera sistemleri yerine hareket kabiliyeti sağlayan kompakt ekipmanlarla yapılmıştır. Foster ve yönetmen Pippa Ehrlich, dalış kıyafeti ve tüplü ekipman kullanmayarak doğayla doğrudan teması tercih etmişlerdir (Sea Change Project, t.y.). Teknik açıdan, ödüllü kameraman Roger Horrocks'un RED Dragon kamerasıyla çektiği görüntüler, Pippa Ehrlich'in su altı kayıtları ve Foster'ın oğlu Tom'un drone çekimleri filme estetik katkılar sağlamıştır. Görüntülerin büyük kısmı Foster'a odaklanırken, ekosistemi betimleyen geniş planlar ve hayvan davranışlarını ön plana çıkaran görüntülerle filmin anlatısı desteklenmiştir. Bilimsel danışmanlık sürecinde filme Cape Town Üniversitesi'nden Prof. Charles L. Griffiths, Dr. Jannes Landschoff ve

Kanada'dan ahtapot davranışları uzmanı Prof. Jennifer Mather katkıda bulunmuştur. Filmin kurgu süreci ise yüzlerce saatlik görüntünün düzenlenmesini gerektirmiş; bu aşamada James Reed projeye dâhil edilerek Foster ile yapılan uzun söyleşiler aracılığıyla belgeselin anlatı yapısı inşa edilmiştir. Netflix'in dağıtımını üstlendiği belgesel, teknik titizlikle tamamlanmış; farklı formatlardaki görüntüler yüksek standartlarla bütünleştirilmiştir. *My Octopus Teacher*, 2021'de En İyi Belgesel dalında Oscar ve BAFTA ödülleri kazanarak uluslararası başarıya ulaşmıştır (Sea Change Project, t.y.).

3.3. Tematik analiz

3.3.1. Varoluşsal kriz ve doğaya dönüş

Belgeselin açılış sahnesinde Foster, çocukluk yıllarını geçirdiği Fırtına Burnu kıyılarına dönerek ruhsal çöküşünü ve anlam arayışını anlatır. “Artık kamera bile görmek istemiyordum” sözü, tükenmişliğin ve varoluşsal boşluğun ifadesidir. Sartre ve Camus'nün vurguladığı şekilde, bireyin anlamsızlıkla yüzleşmesi bu sahnede görünür olur.

Ekopsikolojiye göre doğadan kopuş, yalnızlık ve tükenmişlik doğurur; yeniden bağ kurmak ise iyileştirici bir süreçtir. Foster'ın okyanusa dönüşü, yalnızca fiziksel bir eylem değil, ruhsal bir yeniden doğuşun başlangıcı olarak değerlendirilebilir. “Onlar doğanın içindeydi, ben dışındaydım” sözleri, doğa merkezli bir farkındalığa geçişin habercisi olarak okunmaktadır.

3.3.2. Bedensel uyum ve ruhsal dönüşüm

Foster'ın dalış kıyafeti kullanmaması ve tüpsüz dalma kararı, doğayla doğrudan temas kurma iradesini yansıtan göstergeler olarak değerlendirilmektedir. Filmde 8 dereceye kadar düşen su sıcaklığı, dalgalar ve vahşi doğa koşulları, içsel kırılmanın dışsal metaforlarına dönüşür. “Sakinleşmen gerek... soğuğu arzulamaya başlıyorsun” ifadesi, bedeninin doğayla uyum sürecinde ruhsal bir disiplin geliştirdiğini gösterir. Soğuğa uyum sağlamak, bu anlamda varoluşsal acıyla yüzleşme ve onu dönüştürme anlamına gelir. Bu deneyim, izleyiciye Camus'nün absürd felsefesinde öne çıkan direnç ve başkaldırı temasını çağırır. Bu durum aynı zamanda ekopsikolojik açıdan, doğayla yeniden bütünleşmenin ilk adımı olarak ele alınabilir.

3.3.3. Güven, empati ve bağın derinleşmesi

Foster'ın ahtapotla kurduğu ilk temas, merakın ekopsikolojik bağa dönüşümünü simgelemektedir. Foster'ın “Bir günü bile kaçırmak istemedim” sözü, doğayla kurulan duygusal bağlılığın ifadesi olarak ön plana çıkmaktadır. Ahtapotun yuvasından çıkışı, adaptasyon stratejileri ve zekâsı ise doğanın karmaşıklığını ve derin ekoloji anlayışını görünür kılar. Kaybolan güveni yeniden inşa etmek için Foster'ın sabrı ve “ahtapot gibi düşünme” çabası, insan ve doğa ilişkisinin hassasiyetini göstermektedir. Ahtapotun Foster'a sarılması ve yüzeye kadar eşlik etmesi ise gözlemci ve gözlemlenen sınırını aşarak derin bir empati ve aidiyet düzeyine ulaşır.

3.3.4. Ölüm, yeniden doğuş ve ekolojik döngü

Belgeselin doruk noktası, ahtapotun yaşam döngüsünün son evresi olarak değerlendirilebilir. Ahtapotun çiftleşme sonrası kendini feda etmesi, Camus'nün absürd felsefesindeki ölüm karşısında yaşamı onurlandırma düşüncesiyle örtüşmektedir. Foster'ın gözyaşları ise ölümün kaçınılmazlığı karşısında insanın kırılmasını yansıtır. Ahtapotun ölümü izleyiciye doğanın döngüsel düzenine saygıyı hatırlatır. Yüz binlerce yavrunun doğaya dağılması ise “tüm canlıların kendi başına bir değere sahip olduğu” derin ekoloji ilkesini somutlaştırır. Foster'ın “artık buranın bir parçasıyım” sözleri ise insanın doğayla bütünleşme sürecini tamamladığını

ortaya koyar. Bu süreç, bireysel yasin ve kaybın ötesinde, doğanın yenileyici döngüsünü kabul etmenin bir parçası olarak okunmaktadır.

Sonuç

My Octopus Teacher (Ahtapotun Öğrendiklerim), yalnızca bir doğa belgeseli olmanın ötesinde, insan ile doğa arasındaki kırılmalı, karşılıklı ve dönüştürücü ilişkinin sinematografik bir temsiline dönüşmektedir. Craig Foster'ın kişisel tükenmişlikten ruhsal iyileşmeye uzanan yolculuğu, belgeselin merkezinde bireysel bir dönüşüm hikâyesi sunarken; aynı zamanda izleyiciyi türler arası bir yakınlık ve karşılıklı öğrenme deneyimine davet eder. Filmde gelişen bağ, güven, sabır, merak ve nezaket gibi evrensel değerler etrafında inşa edilerek, doğayla ilişkiyi yalnızca gözlemci bir perspektiften değil, katılımcı bir deneyim üzerinden de görünür kılar.

Belgesel, biçimsel düzlemde katılımcı belgesel türünün güçlü bir örneği olarak değerlendirilebilir. Foster'ın yalnızca kamerasıyla değil, bedeni, duyguları ve varoluşsal sorgulamalarıyla anlatının merkezinde yer alması, izleyiciyi de bu sürece aktif bir katılımcı olarak konumlandırır. Bu anlatı yapısı, izleyiciyi pasif bir gözlemci olmaktan çıkararak doğaya karşı sorumluluk bilinci geliştirmeye teşvik eder.

Foster'ın deneyimi, aynı zamanda varoluşçu felsefenin temel sorunsalları ile doğrudan ilişkilidir. Yaşamın anlamsızlığı, kaygı ve yalnızlık gibi varoluşsal durumlar, doğayla kurulan bağ aracılığıyla aşılmaya çalışılır. Camus'nün "absürd" kavramıyla örtüşen bu sorgulama, yaşamın kaçınılmaz kırılmalıklarına rağmen varoluşu onurlandırmanın mümkün olduğunu göstermektedir. Ahtapotun ölümü, yaşamın döngüselliğini ve doğanın devridaimini vurgulayarak, Foster'ın varoluşunu yeniden anlamlandırmasına aracılık eder. Öte yandan, filmdeki deneyim derin ekoloji felsefesi bağlamında da okunabilir. Foster'ın gözünden ahtapot, yalnızca bir araştırma nesnesi değil, içsel değeri ve özne konumu olan bir varlıktır.

Bu yaklaşım, insan merkezli doğa anlayışının ötesine geçerek, doğayı kendi hakları ve değeriyle kabul eden bir bakış açısına işaret eder. Bu noktada Foster'ın dönüşümü, doğaya dışarıdan bakan bir ziyaretçiden, onun bir parçası olarak yaşayan bir özneye evrilmesinin göstergesidir. Aynı şekilde, ekopsikoloji perspektifinden bakıldığında ise kelp ormanlarında geçirilen zaman, Foster'ın bastırılmış duygularıyla yüzleşmesini, oğlulu ilişkisini yeniden kurmasını ve ruhsal bütünlüğünü yeniden inşa etmesini sağlar. Ahtapotla kurulan bağ, yalnızca doğayla değil, Foster'ın kendi benliğiyle de derin bir dostluğa dönüşür. Bu yönüyle belgesel, doğanın insan ruhundaki iyileştirici ve bütünleştirici etkisini güçlü bir biçimde görünür kılar.

Sonuç itibarıyla, *My Octopus Teacher* belgeselini yaşamın yalnızca insanlar arası ilişkilerde değil; insanlar ile diğer canlılar arasındaki etkileşimlerde de anlam kazandığını hatırlatan özgün bir sinema deneyimi olarak değerlendirmek mümkündür. Foster'ın ahtapotla kurduğu bağ türler arası empati, şefkat ve dayanıklılığın mümkün olduğunu göstererek, izleyiciye hem bireysel hem de ekolojik düzeyde yeni bir bakış açısı kazandırır. Belki de belgeselin en etkileyici tarafı denizlerin saklı dünyasında yaşayan bir canlının, bir insanın hayatında bu kadar derin ve dönüştürücü bir iz bırakabilmesidir.

Kaynakça

- Akmeşe, E. (2022). Kiraz'ın tadı filmi çerçevesinde birey açısından ölüm ve yaşamın anlamı üzerine bir değerlendirme. Z. Akmeşe (Ed.), *Sinematik imgelemde intihar, ötanazi ve ölüm* (s. 133–153) içinde. Konya: Literatürk Yayınları.
- Altun, A. (2020). Belgesel sinema, ekoeleştirici ve *Kamilet* filminde doğanın temsili. *Tykhe Sanat ve Tasarım Dergisi*, 5(8), 1–16.

- Arıkan, E. (2020). Çevreci düşünce ve çevre hukuku için radikal bir kılavuz: Arne Naess'in derin ekoloji yaklaşımı. *Türk-Alman Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi*, 2(1), 191–220.
- Aydınalp, E. B. (2020). Albert Camus'da saçma kavramı: Sisifos'u mutlu düşünmek. *Söylem Filoloji Dergisi*, 5(2), 529–540. <https://doi.org/10.29110/soylemdergi.781867>
- Becerikli, R., & Dönmez, A. (2020). *Koca Dünya* (2016) filminin toplumsal ekoloji bağlamında çözümlenmesi. *SineFilozofi Dergisi*, Özel Sayı (2), 183-200.
- Camus, A. (1997). *Sisifos söyleni* (T. Yücel, Çev.). İstanbul: Can Yayınları.
- Çarkı, R. (2022). *İnsan felsefesi açısından varoluşçuluk ve varoluşçu psikoloji* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). YÖK Tez Merkezi, İstanbul.
- Duvar, A. (2024). *Varoluşçu felsefe bağlamında Abbas Kiyarüstemi filmlerinde yaşam ve ölüm temalarının yansımaları* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Nişantaşı Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Ehrlich, P. (Yönetmen), & Reed, J. (Yönetmen). (2020). *My Octopus Teacher* [Sinema filmi]. Off the Fence & Netflix.
- Er, F., Canatan, Ç., Barut, B., & Kara, Y. (2020). Sosyal hizmet uygulamalarında ekopsikolojiyi düşünmek. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(1), 73–82.
- Gökberk, M. (2019). *Felsefe tarihi* (32. bs., M. Demir, Çev.). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Gül, M. E. (2024). *Ekosinema üzerine düşünmek: Andrey Tarkovski, Abbas Kiyarüstemi ve Nuri Bilge Ceylan sinemasında doğa* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Gül, F. (2013). İnsan-doğa ilişkisi bağlamında çevre sorunları ve felsefe. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14, 17–23.
- İlhan, N. (2020). Güray Süngü'nün *İbrahim'in kaybettiğini bulmasıdır* romanında bölünmüş benliğin erginlenmesinde içsel yolculuğun etkisi. *Avrasya Uluslararası Araştırmalar Dergisi*, 8(22), 199–214.
- Koç, E. (2016). Albert Camus'un saçma felsefesi: Caligula, Yabancı ve Sisifos Söyleni. *Sobider Sosyal Bilimler Dergisi*, 6, 1-19.
- Metin, A. E., & Gül, A. (2022). Eko-psikolojiyi etkileyen değişkenlerin belirlenmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü*, 26(1), 90–105. <https://doi.org/10.19113/sdufenbed.962645>
- Nichols, B. (2017). *Belgesel sinemaya giriş* (D. Eruçman, Çev.). İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.
- Öngen, O. (2021). Belgesel sinemada sınıflandırma sorunu. *Karadeniz Uluslararası Bilimsel Dergi*, 50, 409–433.
- Özön, N. (1981). *Sinema ve televizyon terimleri sözlüğü*. Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları.
- Sea Change Project. (t.y.). *The making of My Octopus Teacher*. Erişim adresi (25 Ekim 2025): [Erişim bağlantısı kaldırılmıştır.]
- Solomon, R. C., & Martin, K. (2013). *Felsefenin kısa tarihi* (M. Topal, Çev.). İstanbul: İletişim Yayınları.
- Şakacı, B. K., & Günesen, M. (2023). Derin ekoloji ve derin ekolojinin düşündükleri. *Akademik Düşünce Dergisi*, 8, 67–85.
- Uyanık, N. (2025). *Kirazın tadı* (1997) filmindeki intihar sorunu üzerine felsefi bir analiz. *Kilikya Felsefe Dergisi*, 1, 135-158.
- Yeşilçayır, C. (2022). Viktor E. Frankl'ın yaşam felsefesi ve anlam. *Temaşa Felsefe Dergisi*, 18, 57–67.
- Yılmaz, E., & Alkan, G. (2023). Bill Nichols'un belgesel sinema biçimleri bağlamında çağdaş Türk belgesel sinemasına bakmak: *Asfaltın altında dereler var!* örneği. *Social Mentality and Researcher Thinkers Journal (SMART Journal)*, 9(1), 5386–5397.

- Yüksel, C. Y. (2006). Belgesel sinemanın doğruya ulaşma yolları. *Selçuk İletişim*, 4(2), 199–201.
- Yüksel, İ. (2021). Varoluşsal anlam arayışı ve kutsalın etkisi. *Genç Akademisyenler Birliği Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(1), 65–88.

Araştırmacıların Katkı Oranı: (Birden fazla yazarlı makaleler için)

1. Yazar: %50

2. Yazar: %50

Çatışma Beyanı: Yazar(lar), bu çalışma kapsamında herhangi bir kişi, kurum veya kuruluş ile çıkar çatışması bulunmadığını beyan etmektedir.