FILMAJÁNLÓ TANÁROKNAK, DIÁKOKNAK

TESTRŐL ÉS LÉLEKRŐL

Magyar film (2017) 116 perc

Adatok

Adatlap Testről és lélekről

Előzetes **https://www.youtube.com/watch?v=LqMIzLyLTT8**

Névjegy

Rendező és forgatókönyvíró: Enyedi Ildikó

Operatőr: Herbai Máté

Vágó: Károly Szalai

Szereplők: Borbély Alexandra (Mária), Morcsányi Géza (Endre), Tenki Réka, Schneider Zoltán, Nagy Ervin.

A címről

Testről és lélekről – az ember kettősségét, nő és férfi szerelmét, különböző világok egymás-mellettiségét, összekapcsolódását és összekapcsolódásuk sokféle nehézségét mutatja be ez a lírai film.

Vágóhíd és erdő

A történet két, egymástól élesen elkülönülő térben játszódik. A nappali valóság egy vágóhíd: fémes, steril, kegyetlen és fizikai világ. Itt a két főhős - Mária és Endre - idegenként mozognak. Éjszaka azonban – mint később kiderül – ugyanazt az álmot álmodják: két szarvasként találkoznak egy téli erdőben. Az álmukban nincs szükség szavakra vagy társadalmi konvenciókra, ott képesek a legtisztább lelki kapcsolódásra. A film tétje, hogy ez a transzcendens közelség átültethető-e a fájdalmasan hús-vér valóságba.

Röviden a történetről

Egy vágóhídon találkozik két sérült és esendő ember - Mária az enyhén autista vágóhídi minőségellenőr és Endre a béna karú pályát tévesztett pénzügyi igazgató, akik a találkozás érdekében megpróbálnak kilépni saját zárt világukból és hitelesen megküzdenek közös boldogságukért. A film legizgalmasabb kettőssége az, hogy Mária és Endre a gyakorlati életben roppant esetlenek, bizonytalanok és bizalmatlanok, miközben éjszakánként ugyanazt az álmot látják: gyönyörű természeti környezetben, szarvasként találkoznak. Álombeli létük a valósághoz képest idilli, de a rendező épp azt hangsúlyozza, hogy álmaink és vágyaink valóságunk (embervoltunk) természetes részét képezik – és rajtunk múlik, hogy valóságossá (megélté) tesszük-e őket.

Pedagógiai és Módszertani Keretrendszer

Ajánlott korosztály

17–19 évesek (11–12. évfolyam). A film befogadása komoly érzelmi érettséget igényel. A vágóhídi képek naturalizmusa és a lassú, meditatív tempó próbára teszi a diákok ingerküszöbét. Ugyanakkor lehetőséget ad a **mély figyelem** gyakorlására is. Ebből a szempontból érdemes kisebb részleteket is elemzés tárgyává tenni.

Kiemelt pedagógiai fókuszok

1. Kapcsolati, kapcsolódási örömök és nehézségek bemutatása

a/ Két ember találkozásának örömei és nehézségei – nő és férfi találkozása, kommunikációs nehézségek

b/ Az intimitás (testi és lelki szerelem) örömei és nehézségei

c/ Hátrányos helyzetű (sérült) emberek találkozási nehézségei

- nehéz múltbeli tapasztalatok, traumák hordozói
- testi és lelki sebesültek (sérültek) találkozási nehézségei

2. Empátiai és mentalizáció

– Mennyire tudom magam belehelyezni egy másik ember helyzetébe?

- Mennyire tudom megérteni a másik embert?

3. Érzékenyítés az autizmus spektrumzavar (Asperger-szindróma)

Alkalmazható pedagógiai formák:

- Szenzoros érzékenyítő tréning: A világ "túlszabályozott" vagy "túlingerelt" érzékelésének modellezése.
- Csend-alapú drámapedagógia: A verbális és fizikai zaj kiiktatása a kapcsolódás érdekében.
- Mentalizációs gyakorlatok: Tárgyak és szimbólumok használata az érzelmek közvetítésére.

Kapcsolódó pedagógiai területek

irodalom, etika, mozgóképkultúra, osztályfőnöki óra, pszichológia, társadalomismeret.

Háttér az autisztikus világ megértéséhez

1. A „Szenzoros Túltelítettség” megértése

Mária számára a világ nem barátságos hely, hanem zúgó, szúrós és kiszámíthatatlan ingerek halmaza. Az érintés számára nem szeretetet, hanem **szenzoros sokkot** jelent.

- Fontos megértetni a diákokkal, hogy a merevség mögött félelmek és biztonsághiány húzódnak.
- Fontos megértetni a diákokkal, hogy Mária "páncélja" nem érzelemmentességből, hanem a belső rend megőrzésének igényéből fakadnak.
- Fontos megértetni a diákokkal, hogy a gátlásosság és látszólagos passzivitás mögött gazdag „belső színház” rejtőzik.
- Fontos megértetni a diákokkal, hogy a félénkség és visszahúzódás nem jelent önmagában autisztikus sérültséget.

2. Kapcsolódás - (A "Mária-módszer")

Hogyan lehetünk közel valakihez, akit fájdalommal tölt el a fizikai kontaktus? A film gyönyörű válaszokat ad:

- **Közös figyelem:** Ugyanazt nézni (pl. a napfényt a falon).
- **Párhuzamos cselekvés:** Egymás mellett lenni, de saját tevékenységbe merülni.
- **Tárgyakon keresztüli üzenet:** Só- és borsszórókkal modellezett beszélgetés.
- **Digitális/Írásos híd:** A telefonos beszélgetés, ahol a fizikai jelenlét súlya nem nyomja agyon az intimitást.

Drámapedagógiai gyakorlatok az osztályteremben

1. „A Párhuzamos Jelenlét” (Drámajáték)

Cél: Megtapasztalni a közelséget érintés és szemkontaktus nélkül.

- Gyakorlat: A diákok párokba rendeződnek. Egymásnak háttal ülnek le a földre, kb. 20 cm távolságra (nem érhetnek össze!). A feladatuk, hogy 3 percig maradjanak csendben, és próbálják megérezni a másik légzésének ritmusát.
- Reflexió: „Érezted a másikat? Volt-e pillanat, amikor biztonságosabbnak tűnt ez a távolság, mintha szembe ültetek volna?”

2. „Tárgy-avatárok” (Asztali bábjáték)

Cél: Az absztrakt érzelemkifejezés gyakorlása (Mária só- és borsszóró jelenete alapján).

- Gyakorlat: Helyezzünk ki az asztalra hétköznapi tárgyakat (kulcscsomó, radír, gemkapocs, szemüvegtok). Két diák válasszon egy-egy tárgyat. A feladat: a tárgyak mozgatásával jelenítsenek meg egy "ismerkedést". Tilos beszélni és tilos a tárgyaknak összeérniük.
- Kérdés: Hogyan fejezi ki a gemkapocs, hogy fél? Hogyan mutatja ki a radír, hogy érdekli a másik?

3. „Szenzoros Térkép” (Egyéni munka)

Cél: Saját határaink felismerése.

- **Feladat:** Rajzoljanak egy emberi alakot. Színezzék pirossal azokat a pontokat, ahol tilos az érintés idegeneknek, sárgával, ahol csak barátoknak szabad, és zölddel, ahol bárki hozzáérhetne.
- **Tanulság:** Hasonlítsuk össze a rajzokat! Látni fogják, hogy mindenki "autisztikus" valahol – mindenkinek van egy egyéni szenzoros térképe, amit tiszteletben kell tartani.

Vitaszínházi pontok és provokatív állítások

1. „Az érintés hiánya a kapcsolat halála.”

- *Fókusz:* El tudunk-e képzelni szerelmet szex és fizikai kontaktus nélkül? Mi tesz egy kapcsolatot „igazivá”?

2. „Mária nem beteg, csak a mi világunk túl zajos és durva az ő finomságához.”

- *Fókusz:* A társadalmi norma és a másság viszonya. Kihez kell alkalmazkodni?

3. „Az álmok világa valóságosabb, mint a vágóhíd, mert ott nem hazudunk magunknak.”

- *Fókusz:* Belső valóság és/vagy külső elvárások.

VI. Munkalap: „A SZARVAS ÉS AZ EMBERI TEST”

Név: _____

1. Érzékelés-vizsgálat: Mária nem szereti, ha hozzáérnek. Sorolj fel 3 olyan dolgot (hang, illat, fizikai érzet), ami téged is „kikerget a világból”, ha túl sok van belőle!

- _____
- _____
- _____

2. A néma kapcsolódás: Válassz egy jelenetet a filmből, ahol Endre és Mária nem érnek egymáshoz, mégis érezhető köztük a feszültség/szeretet! Írd le, mi közvetíti az érzést (tekintet, tárgy, fény)!

3. Az „üvegfal” lebontása: Mária a végén megveszi a zenélő dobozt és a telefont. Szerinted ez a „gyógyulás” jele, vagy csak megtanult „emberül beszélni”, hogy közelebb kerüljön Endréhez?

Tanári segédlet a feldolgozáshoz

Mária karaktere nem diagnózis, hanem **metafora**. Amikor Asperger-szindrómáról beszélünk, ne orvosi esetként kezeljük őt, hanem a **szélsőséges tisztaság** képviselőjeként.

Pedagógiai tanács

A fiúk számára hangsúlyozzuk Endre karakterét. Az ő béna karja a fizikailag jeleníti meg azt a tehetetlenséget, amit Mária belül érez. Endre "macsós" cinizmusa mögött ugyanaz a magány lakik. A közös pontjuk az álom, ahol mindketten épek és egészségesek.

Kapcsolódó ábra a mentalizációról

A mentalizáció az a képességünk, amivel értelmezzük mások (és magunk) lelkiállapotát. Máriának ez nehezen megy a valóságban, de az álmokban ösztönösen működik. A cél, hogy a diákok megtanulják: a "furcsa" viselkedés mögött mindig van egy érvényes lelkiállapot.



A poszter stílusa a film mágikus realizmusát és lírai drámáját tükrözi. A bal oldal lágy, organikus, tele van mélykékkel és hűvös fehérekkel, míg a jobb oldal rideg, fémes, tele szürkével és rozsdás barnákkal. A poszter kiválóan alkalmas tantermi dekorációnak, de a feldolgozás során a szimbolikus gondolkodás fejlesztésének is kulcsfontosságú eszköze lehet.

A poszter felépítése és használata:

1. **A vertikális hasadás:** Használd a posztert a "Test" (jobb oldal) és a "Lélek" (bal oldal) kettősségének bemutatására! Kérdezd meg a diákokat: *"Ti melyik oldalon érzitek magatokat biztonságban, és melyik oldaltól féltek?"*

2. **A szarvasok és a szereplők kontrasztja:** A bal oldalon a szarvasok (Mária és Endre álombeli énje) a tisztaságot és a természetes kapcsolódást képviselik. A jobb oldalon Mária és Endre (testi-lelki sérüléseikkel) a **Hús/Test** börtönének metaforái.

3. **Az ikonok és leírások:** A poszteren található ikonok és magyar nyelvű leírások (pl. *Csend, Biztonság, Izoláció, Brutalitás*) segítik a diákokat a film szimbolikájának megértésében. Használd ezeket a **„Szarvas-térkép”** gyakorlatnál!

Hogyan használd a tanteremben?

- **Vizuális napló:** Kérd meg a diákokat, hogy a film nézése közben írják le azokat a jeleneteket, amelyek a poszter egyik vagy másik oldalához tartoznak!
- **Drámaóra:** Használd a posztert a „Tárgy-avatárok” gyakorlatnál, hogy a diákok a „vágóhíd-lét” tárgyait az „álom-lét” érzéseivel ötvözzék!

FELDOLGOZÓ KÉRDŐÍV: TESTRŐL ÉS LÉLEKRŐL

Név: _____ **Dátum:** 2026. ___ . ___ .

„Nekem ez az egész... túl sok. A hangok, a fények, az emberek.”

1. SZENZOROS ÉRZÉKELÉS ÉS BELSŐ REND

Mária számára a világ gyakran „túl hangos”. A rend és a szabályok (pl. a hús pontos zsírtartalma, a tárgyak merőleges elhelyezése) számára a biztonságot jelentik.

- **Saját rituálé:** Neked mi az az apróság, amitől megnyugszol, ha stresszes vagy? (Pl. tollak sorba rendezése, egy bizonyos zene hallgatása, ritmikus mozgás).
- **Túltöltődés:** Idézz fel egy jelenetet a filmből, ahol látszott Márián, hogy „sok” neki a külvilág! Mi segített neki ilyenkor?

2. KAPCSOLÓDÁS ÉRINTÉS NÉLKÜL

A film központi kérdése, hogyan lehetünk közel valakihez, ha a fizikai érintés gátolt (Mária Asperger-szindrómája vagy Endre bénult karja miatt).

- **A néma intimitás:** Szerinted miért volt intimebb (mélyebb) az, hogy ugyanazt álmodták, mint egy fizikai érintés?

- **Érintés-mentes kommunikáció:** Sorolj fel 3 módot a filmből, ahogy Mária és Endre közeledett egymáshoz beszéd és érintés nélkül! (Segítség: Figyeld a tárgyakat és a tekinteteket!)

1. _____

2. _____

3. _____

3. A MENTALIZÁCIÓS CSAPDA

Mentalizációnak hívjuk azt, amikor megpróbáljuk kitalálni, mi jár a másik fejében. Máriának ez nehézséget okoz: ő mindent szó szerint ért.

- **Félreértés:** Emlékszel a jelenetre, amikor Endre viccelődni próbál Máriával az étkezdében? Miért nem értette Mária a viccet?

- **Tanulság:** Hogyan lehetne Endre „akadálymentesebb” Máriával? Hogyan kellene beszélnie vele, hogy Mária biztonságban érezze magát?

VÁGÓHÍD ÉS ERDŐ (TEST ÉS LÉLEK)

- **Szimbolika:** Miért pont **szarvasként** tudnak szabadok lenni? Mi az a szarvasokban, ami hiányzik az emberekből a vágóhídon?

- **A váltás:** Mi történik a film végén, amikor már nem álmodnak közösen? Ez szerinted a kapcsolat végét jelenti, vagy azt, hogy már nincs szükségük az álomra a valósághoz?

REFLEXIÓ: AZ „ÜVEGFAL” A MI OSZTÁLYUNKBAN

Érzékenyítés: Ha lenne az osztályban egy olyan társad, mint Mária, aki nem bírja a zajt és elhúzódik az érintéstől, te hogyan jeleznéd neki, hogy kedveled őt és számíthat rád?

Szakmai segédlet az értékeléshez:

A válaszok elemzésekor a tanár figyeljen az alábbiakra:

1. **Empátia szintje:** Mennyire látják a diákok Mária viselkedését "hibának", és mennyire tudják elfogadni azt egy érvényes létezési módnak?

2. **Absztrakciós készség:** Értik-e a vágóhíd (a test börtöne) és az erdő (a lélek szabadsága) közötti különbséget?

3. **Gyakorlati alkalmazás:** A 5. kérdésre adott válaszok megmutatják, mennyire sikerült a filmet a diákok saját szociális környezetére lefordítani.