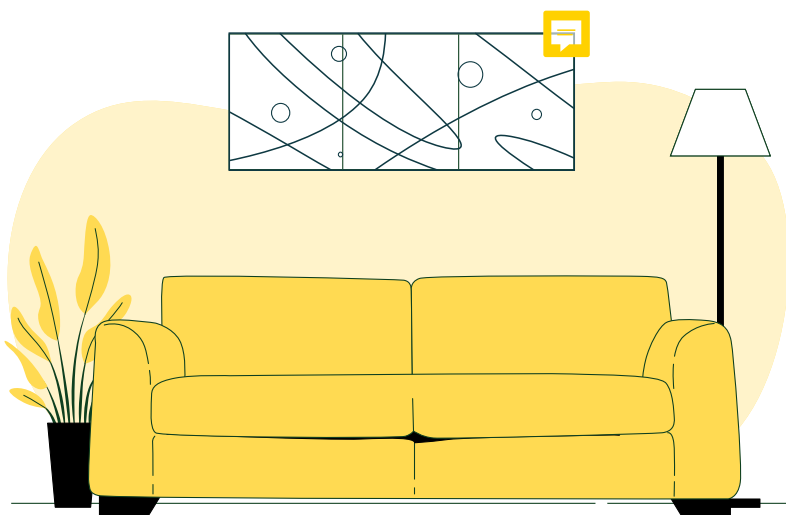


זיכרון
בסלון

ערכת התקווה זיכרון בסלון



מארחים יקרים,

אירועי השבועה באוקטובר טלטלו אותנו כיחידים וכעם; נחשפנו לזוועות ולמעשים אכזריים קשים מנשוא שהיינו בטוחים שהיו נחלתו של העם היהודי בעבר ולא ישובו עוד לעולם. לאור אירועים אלו זיכרון השואה מקבל משמעות אחרת: הקבלות והשוואות בין השבועה באוקטובר לבין השואה נערכו בכל מקום - באו"ם, בנאומי נציגינו בממשלה, ברחוב ובתקשורת. החברה הישראלית לא מצאה די מילים בשפה העברית לתאר את הזוועה. **מצרפת לכם כאן הצעה לקיום מפגש זיכרון בסלון, ההצעה הזו באה לענות על צורכי המציאות החדשה שלנו. זיכרון בסלון הינו כלי שיקנה לכם דרך משותפת לעבד את הטרגדיה של השבועה באוקטובר ותוצאותיה, לעבוד על חוסן ולמצוא את השביל אל התקווה.**

סלון ייחודי זה מבקש ליצור תחושת קהילתיות ומחויבות משותפת לתמונת עתיד טובה יותר. קיום כל שלבי הסלון המוצעים כאן, והעמקה בשיח משותף של המתארחים בסלון, יקנו למשתתפים כלים ל"תרגול תקווה", תקווה שתתרום לחוסן ולכוח להם אנו נזקקים בימים אלו.

זיכרון בסלון הוא יוזמה חברתית המאפשרת לזכור ולציין את השואה בצורה אחרת, אישית ורלוונטית. זיכרון בסלון נע על הציר שבין זיכרון העבר לתיקון העתיד. אנחנו רוצים לזכור את השואה, לדאוג שהיא נשארת רלוונטית כאן ועכשיו ולהבטיח שאנחנו לומדים את הלקחים ושואבים מסיפורי השורדים מסרים של תקווה, חוסן ותקומה.

למפגש זיכרון בסלון שלושה חלקים:

- עבר** | **הווה** | **עתיד**
- עדות, סיפור אישי ואנושי | קטע אומנותי, להיות ולחוות יחד | שיח פתוח על מה הלאה

צרו מרחב פיזי נעים

העדיפו לקיים את המפגש בסלון הבית, ואם לא ניתן - אז במרחב נעים ולא פורמאלי. הסידור האידיאלי ביותר הוא מעגל שבו כולם רואים את כולם.

חשוב לתת לכולם להרגיש בנוח

אם המשתתפים אינם מכירים זה את זה, אנו ממליצים על היכרות קצרה כדי ליצור תחושת קרבה. עבור קבוצות שכבר מכירות, התחילו בהצגת שאלה שמעודדת את המשתתפים לשתף ולהתייחס, כמו 'למה הגעת לכאן היום?'

גבולות השיח

במפגש זיכרון בסלון אפשר להגיד הכול, עם זאת יש לדאוג לכך שיווצר מפגש משמעותי, בו יצוינו ערכים חינוכיים ומוסריים.

הערכה שלפניכם היא פרי מאמץ משותף בין זיכרון בסלון ומרכז טיש לדיאלוג יהודי ב-ANU: מוזיאון העם היהודי.

פתיחה למפגש:

זיכרון השואה מקבל משמעות חדשה לאחר השבועה באוקטובר. השבועה באוקטובר 2023 הוא יום שהביא את כל היהודים (בישראל ובתפוצות) לנקודת שבר גדולה בסיפור היהודי המשותף שלנו. השבועה באוקטובר והמלחמה שבאה בעקבותיו מסמלים את נקודת השפל הנמוכה ביותר בהיסטוריה של העם היהודי מאז השואה, והם מתרחשים לאחר תקופה הנחשבת אחת מהתקופות הטובות ביותר לעם היהודי בהיסטוריה העכשווית כשיש לנו מדינה יהודית משגשגת.

עכשיו, בתקופה האפלה שהתחילה בשבועה באוקטובר, כולנו מחפשים אותות של תקווה.

רק בעזרת תקווה ניתן לזהות ולהפעיל את החוסן שקיים את העם היהודי לאורך כל הזמן.

תקווה נוצרת מנרטיב משותף, מהסיפור - איך אנחנו מספרים את הסיפור שלנו. הסיפור שלנו יושב על ציר זמן יהודי, משתרע על פני זמן ומרחב. הבנת הסיפור שלנו בהקשר הזה מספקת בהירות וביטחון מסוים בתוך נקודת השפל, ומאפשרת לנו לחקור את אופני החוסן והכוח השומרים על העם שלנו.

הנרטיב של העם היהודי הוא סיפור של ירידות ועליות. כל נפילה מגיעה עם תקווה שהעלייה הבאה תהיה גבוהה מקודמתה. הסיפור הזה, שמסופר כך בכוונה, הוא סוד החוסן של העם היהודי.

הוא כולל את המסורות, האמונות, הטקסטים, השפה, הקהילה ועוד.

אלה בינינו עם "שרירי החוסן" החזקים והמאומנים ביותר הם השורדים שנתנו עדויותיהם של השורדים הן שיעורים לא רק על זוועות השואה ועל הצורך להבטיח "לעולם לא עוד"; הן גם מחזיקות בתשובה לשאלה, כיצד למצוא את האור בתוך חשיכה מתמשכת שערערה את ביטחוננו העצמי.

היום, כשנשמע עדות, נזהה את החלקים בסיפור המפגינים חוסן וחוזק, וננסה לבדוק כיצד אנחנו יכולים לשלבם בתוך הסיפורים שלנו.



כדי לפתוח את המפגש ולהיכנס לאווירה, מומלץ גם להקריא טקסט פתיחה. ראה נספח כדוגמא (עמודים 9+10)

הווה - חלק שיתופי להרגיש את ההווה - לבנות ולשתף את הנרטיב שלנו

חלק זה משמש כנקודת מעבר, ומעניק זמן להתכנס יחד ולשתף בסיפורים אישיים, רעיונות ומחשבות. אנחנו מזמינים אתכם לפתוח את החלק הזה בשיר - אפשר להזמין את אחד האורחים לגן או פשוט להקריין שיר שתמצאו. פתחו את החלק הזה עם הגדרה של מהו נרטיב גלי, מרכיביו וערכו (מצורף). לאחר מכן הציגו את המשך המהלך - **בניית הנרטיב הגלי - נרטיב שיש בו נקודות שפל ונקודות שיא**. ספקו נייר ועטים להערות. תקבלו מאיתנו גם את **ציר הזמן**. בקשו מכמה אנשים לחלוק את הסיפורים שלהם עם הקבוצה.

1 נרטיב גלי ויכולתו ליצור חוסן

לאחר הפיגוע בבניין התאומים בניו יורק ב-11 בספטמבר, הפסיכולוגים ד"ר מרשל דיוק וד"ר רובין פיבוש מאוניברסיטת אמור גילו שבני נוער שמקבלים "נרטיב משפחתי גלי" הם בעלי חוסן חזק יותר המאפשר להם להתמודד עם משבר. תחושת החוסן המוגברת מבוססת על ההבנה שההיסטוריה שלנו רצופה בעליות ומורדות, אבותינו בהיסטוריה ואנחנו בהווה עברנו דרך אתגרים, תקופות משבר ורגעי שיא רבים ויש להניח שגם אנחנו נחוות נקודות שפל במהלך חיינו.

נרטיב גלי אומר, "היו עליות והיו ירידות, אבל בגלל א, ב ו-ג, עברנו את זה." נרטיב זה מייצר ביטחון המבוסס על "עצמי בין-דורי" חזק, תחושה שאדם הוא חלק מנרטיב ארוך וגדול מהם, הוא חלק משרשרת הדורות. למשל השואה והשבעה באוקטובר מייצגים נקודות שפל בנרטיב הגלי של העם היהודי, הקמת המדינה היא עלייה, נקודת שיא.

גם בתוך נקודות שבר גדולות אנו יכולים להבחין ברגעי שיא ושפל - במלחמת חרבות ברזל חווינו רגע שיא עם שחרורם של החטופים ורגעי משבר עם הידיעות על חיילים שנפלו בקרב. ראה נספח ב' למרכיבים של נרטיב גלי.

2 הנרטיב הגלי שלך

עיבוד החוויה וניסוחה במילים שלנו היא אחת הדרכים החזקות ביותר להגיב לאנטישמיות מבחוץ ולבלבל או כאב פנימי. החוויות האישיות שלנו יושבות בתוך נרטיב יהודי ארוך וגדול יותר - ציר זמן יהודי. ראשית, **חשבו על הנרטיב הגלי שלכם - עד כמה נקודות שיא ורגעי שפל מחייכם ומחיי אבותיכם משפיעים על מי שאתם ועל נקודות המבט שלכם**. בתוך הנרטיב הגלי שלכם נמצאת השואה. השואה - ללא קשר לשאלה אם יש לך קשר משפחתי לשואה - מוטבעת בציר הזמן של הסיפור היהודי.

עבר - עדות

סיפור אישי ואנושי בגובה העיניים של שורד שואה, בן או בת דורות ההמשך או עדות מוקלטת. כאשר אנו מקשיבים לעדות, אנחנו לוקחים חלק בהעברת לפיד זיכרון השואה - במידה מסוימת נושאים באחריות להעביר את הסיפור הלאה. במהלך המפגש, נבקש לשאוב את הכוח והחוסן הטמונים בסיפורים של השורדים כדרך למצוא תקווה בזמנים מאתגרים אלה. עבור החלק של העדות אנחנו מזמינים אותך לאתר בקהילה נותן עדות - שורד שואה, בן או נכד שירצו לשתף בסיפור המשפחתי שלהם.

אם לא מצאתם, אנחנו ממליצים לראות את עדותה של דבורה ויינשטיין - ילידת 1936 מאוקראינה - שמספרת על ההגעה של הצבא לביתה והנדודים מכפר לכפר. דרך המסע שעברה, החיים בגטו ולבסוף סיום המלחמה והעליה לארץ ישראל. (זמן צפייה 30 דק').



את העדויות המוקלטות
ניתן למצוא באתר זיכרון בסלון
zikaronbasalon.com



במקום או בנוסף לעדות שורדים, ניתן לבקש מדור שני או שלישי מהקבוצה לשתף את הסיפור של משפחתם. זוהי דרך לתרגל נרטיב בין-דורי, מעשה חשוב יותר ויותר ככל שהשורדים הולכים לעולמם או אינם יכולים להמשיך את עדותם.

שאלות מומלצות עבור דור שני או שלישי לשיתוף הסיפור שלהם:

1. איך סיפרו לך את הסיפור שלהם? מה הם אמרו? מה לא אמרו? איך קיבלת את הסיפור שלהם?
2. למה ואיך לדעתך הם שרדו? מה אתה לומד מהסיפור שלהם?
3. איך הרגשת, והאם תעביר את הסיפור שלהם הלאה?
4. מה רצה המספר שניקה מסיפורו (ערכים, תכונות, זהות וכו')?

טיפ: לא לשכוח להעניק תעודת הוקרה לנותן העדות לאחר שמדבר. תוכלו למצוא באתר של זיכרון בסלון תעודה לדוגמא zikaronbasalon.com

עתיד - שיחה בסלון

החלק האחרון הוא שיח פתוח, המספק הזדמנות לחקור את הלקחים שנלמדו כיחידים וכקבוצה או כקהילה. השיחה שלנו היום תתרכז בתחושות שלנו בעקבות העדות ששמענו, תחושות המתמקדות בנושאים של אנושיות, תקווה, חוסן וחוזק הדדי.

אתם יכולים לבחור מבין השאלות הנ"ל או להנחות את הדיון אחרת:

חוזק וחוסן

1. מהם כלי החוסן שאתם מזהים בסיפורי השורדים? כלים שעזרו להישרדות וסייעו להישאר מלאי תקווה? האם יש לכם כלים דומים? כיצד ניתן להשתמש בהם ביעילות בתקופה זו?
2. מה ניתן ללמוד מהשואה על חוסן ותקווה?
3. חשיבה עתידית חיובית - הפעולה המכוונת - לצפות למשהו בעתיד - חשובה הן לבריאות הנפשית והן לרווחה הפיזית.* בתוך מעמקי הייאוש, רבים מהשורדים דמיינו את עתידם בעקבות המלחמה. איך אתם מדמיינים את "היום שאחרי?" "זמנים טובים יותר?" האם אתם יכולים לדמיין ולתאר מציאות כזו?

*MacLeod, A.K. & Conway, C. Well-being and positive future thinking for the self versus others. Cognition and Emotion 21, 1114-1124.

אחדות וסובלנות:

כיצד השואה השפיעה על נקודת המבט שלכם על החיים והאנושות?
כיצד נוכל להשתמש בלקחי השואה כדי לפעול באופן אקטיבי למען עולם צודק וסובלני יותר?

מה הלאה? מחויבות אישית: תרגול הנרטיב

החזיקו בנרטיב הגלי שלכם - שתפו אותו

ספרו לעצמכם את הסיפור שלכם מהשבעה באוקטובר כשאתם מחדדים את רגעי השפל והשיא שלכם וזוכרים את רגעי השפל והשיא מההיסטוריה היהודית שלנו. שאבו כח מרגעי השיא בהיסטוריה שלנו דווקא בנקודה זו. חשבו על הסיפור שאתם רוצים לספר לאחרים על מי אתם, מה חוויתם, ומאיפה אתם באים.

העבירו לדור הבא

איך להעביר את לקחי השואה לדורות הבאים? זה יכול להתחיל כתרגול אישי. שתפו את המסר עם המשפחה, הצוות והקהילה שלכם.

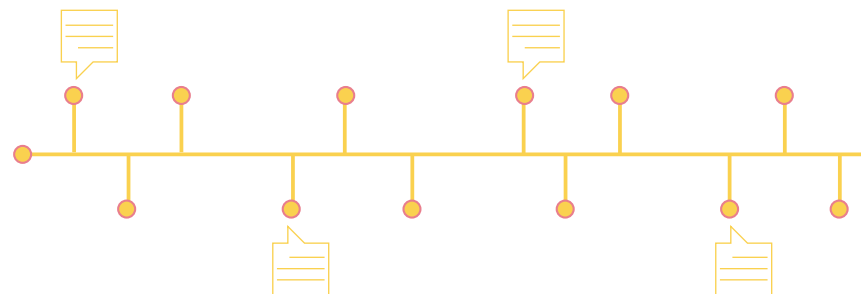
תרגלו "שרירי התקווה"

גם אם אתם לא מאמינים בזה בהתחלה, תרגול הנרטיב המכוון הזה הוא "שריר תקווה" שיחזק את החוסן לאורך זמן. ארחו מפגש זיכרון בסלון עם חברים או משפחה. קחו חלק בהרחבת המסורת, רק כך נוכל להבטיח שנזכור את השואה ונלמד להפיק ממנה ערכים של תקומה ומוסריות.

משימה לאורחים בסלון

חשבו על המרכיבים של "הנרטיב הגלי שלכם" - וכיצד הוא מתחבר לציר זמן יהודי גדול וארוך יותר. הקדישו כמה דקות להרהר בשאלה: כשגדלת, איפה הייתה השואה בסיפור שלך? איך ההורים, הסבים והמורים שלך סיפרו לך על השואה והשלכותיה עליך? מה זה אומר לך היום? תחשוב על הסיפור הזה, ותחשוב כיצד תרצה לשתף אותו. הסיפור הזה יכול לשקף מורכבות, אי נוחות או כל דיסוננס שאולי יש לך או שאתה חווה סביב השואה.

צריך לתת זמן לרפלקציה אישית, להציע להם את ציר הזמן כדי לבנות את הסיפור שלהם או פשוט לרשום את מחשבותיהם.
אם הקבוצה גדולה מ-10, מומלץ לחלק את כולם לקבוצות של שלושה ולשתף את הסיפורים. אספו את הקבוצה ובקשו שיחלקו את הסיפורים שלהם.





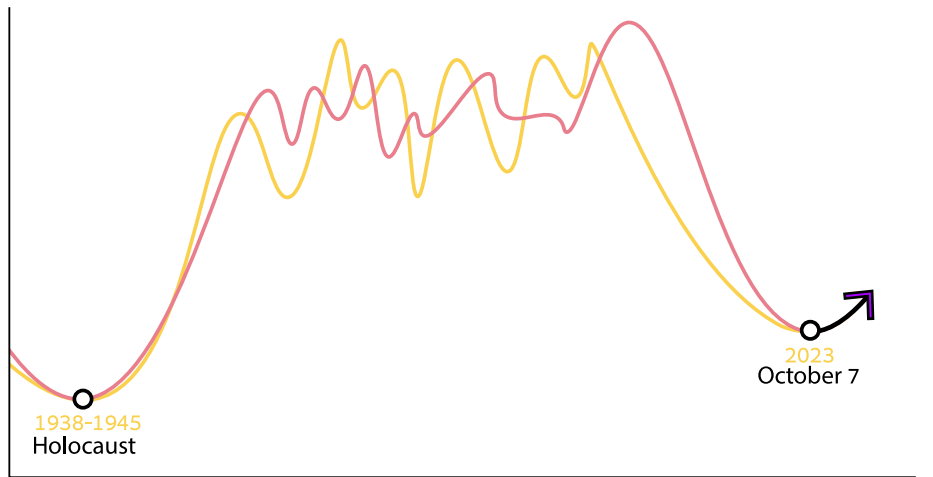
קטע שכדאי להקריא בסלון כפתיחה לסלון שלכם.

פלא שלא זנחתי את כל האידיאלים שלי, כי הם נראים אבסורדיים ובלתי אפשריים ליישום. בכל זאת, אני שומרת עליהם, מפני שלמרות הכל אני עדיין מאמינה שבני אדם הם באמת טובים בליבם. אני פשוט לא יכולה לבנות את התקוות שלי על בסיס בלבול, אומללות ומוות. אני רואה את העולם משתנה בהדרגה לפראות. אני שומעת את הרעם הקרב, אני יכולה להרגיש את הסבל של מיליונים ועדיין, אם אני מסתכלת למעלה לרקיע, אני חושבת שביום מן הימים זה יסתיים על הצד הטוב, שהאכזריות הזאת תבוא אל סופה, ושלוש ושקט ישובו.

אנה פרנק,

נקודת המבט האופטימית של אנה פרנק על החיים היא יוצאת דופן. למרות הנסיבות ההרסניות שלה, יש לה תחושה עמוקה של תקווה.

מהשואה לשבעה באוקטובר, הנרטיב הגלי



הנרטיב הגלי

1

משתרע לאורך זמן היסטורי: צריך להבין את אתמול כדי למצוא תקווה למחר. על פי המחקר של אוניברסיטת אמורי, אנשים צריכים לשמור על תחושת קוהרנטיות פוסט טראומה. אפשר לעשות זאת באמצעות חיבור המשבר הנוכחי בתוך קשת ארוכה של היסטוריה: "זה סיפור עליי, ועל העם היהודי שבא לפניי ויבוא אחריי. היינו במצרים, בהר סיני, במחנות הריכוז, בהקמת מדינת ישראל, בירי בית הכנסת בפיטסבורג וב-7 באוקטובר 2023. בדיוק כמו ש"אנחנו" עברנו את זה אז, נעבור את זה עכשיו ובעתיד. יותר מסתם פרספקטיבה, ירשתי את הצוואה שנולדה מהסבל שלהם, החוסן והכוח שלהם".

2

נרטיב מעגלי: ניתן להרחיב נרטיב כך שיכלול אחרים בהיקפו. זה יכול וצריך להיות ממוסגר בהקשר יהודי גלובלי רחב יותר. הוא מעורר נרטיב של סולידריות מעבר לפערים דוריים, פוליטיים או גיאוגרפיים. זה סיפור עליי, היהודי משמאלי ומימיני.

3

לנרטיב נקודות שפל מתמשכות ולא ברורות: בתוך ה"שיא" וה"שפל" של הנרטיב הזה, יש תקופות של שקט. לאחר סיבוב, קו העלילה לא עולה או יורד מיד. למעשה, במרחב הזה, אנחנו נמצאים גם למעלה וגם למטה - אנחנו לא מרפים לגמרי מהגבוה (המחשבה הקודמת והמציאות) ועדיין מעבדים את ההלם וההשלכות של הנפילה הראשונית. זה יוצר בלבול גדול - האם אני חזק או חסר אונים? בתקופה זו ישנם מיני פרקים של העליות והמורדות (המעקב אחר מחזור החדשות היומיומי והעליות והמורדות הרגשיות שלנו). בתקופה מאתגרת זו, אנחנו מחפשים קרקע בטוחה וסימנים ליציבות ושגרה.

4

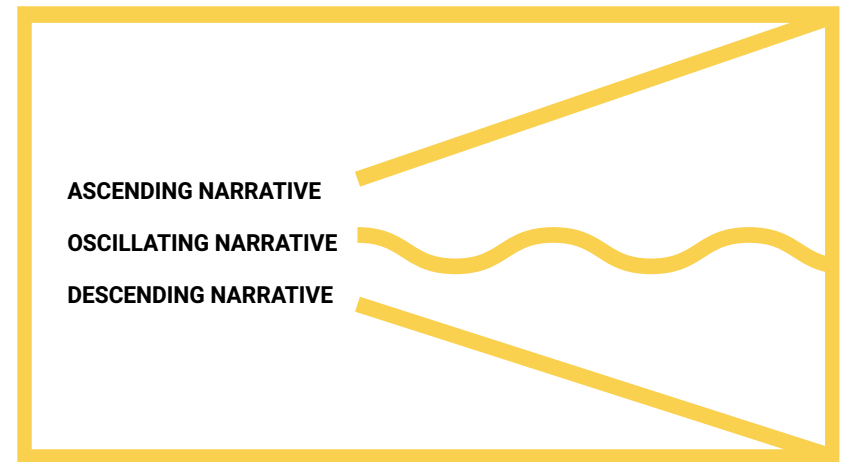
הנרטיב מגן מהפתעות: הרעיון שניתן למגר את האנטישמיות עם מדינת ישראל היה בבחינת ציפיית שווא. אנטישמיות תמיד תהיה קיימת - עם כל דור היא לובשת צורות וזנים חדשים. להתקדם, לקבל את המציאות הזו ולתפקד בבהירות רבה יותר. "בעבר שלנו, היו עליות ומורדות, מה שאומר לי שימשיכו להיות עליות וירידות בעתיד".

5

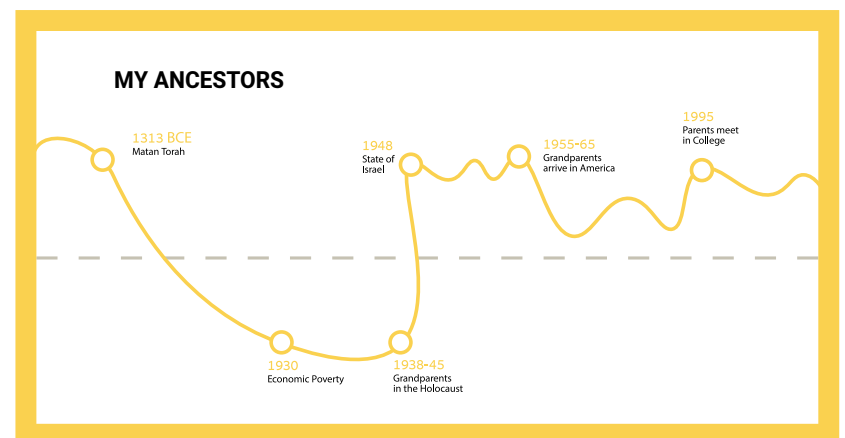
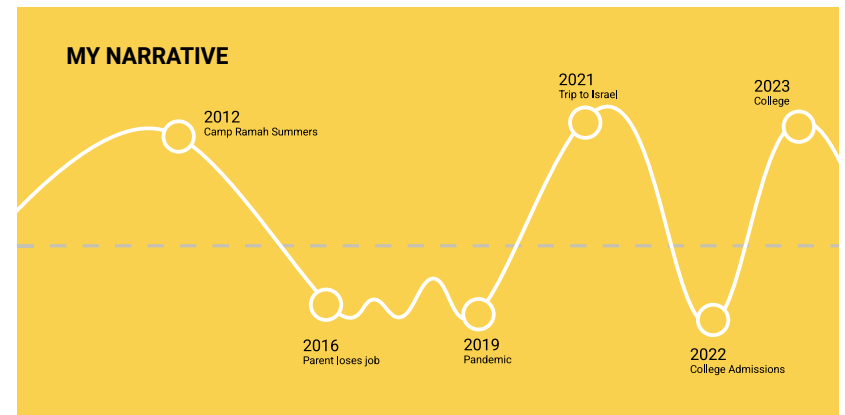
הנרטיב מכיל נקודות מפנה מהותיות: יש את "היום שלפני" ו"היום שאחרי" ה-7 באוקטובר. הנרטיב של היום שאחרי כבר מתגבש. עם כל כך הרבה מחוץ לשליטתנו, יש לנו אוטונומיה איך אנחנו רוצים לספר ולרתום את הנרטיב הזה.

ELEMENTS OF AN OSCILLATING NARRATIVE

- 1 It stretches through historical time. It requires one to understand yesterday to find hope in tomorrow. According to the Emory University study, individuals need to maintain a sense of coherence post-trauma. This can be done using “seder logic” - connecting the current crisis within a long arc of history: “This is a story about me, and the Jewish people who came before me and will come after me. We were present - in Egypt, at Mount Sinai, in the concentration camps, at the Creation of the State of Israel, at the Pittsburgh Tree of Life Shooting, and on October 7, 2023. Just like “we” got through it then, we will get through it now and in the future. More than just perspective, I have inherited the gift born of their suffering, their resilience, and strength.”
- 2 This narrative is circular: A narrative can be expanded to include others in its scope. It can and ought to be framed in a larger global Jewish context. It inspires a narrative of solidarity beyond generational, political, or geographical divides. It’s a story about me, the Jew to my left and to my right.”
- 3 This narrative has sustained and uncertain low points: Within the “highs” and “lows” of this narrative, there are periods of quiescence. Following a turn, the story line doesn’t immediately go up or down. In fact, in this space, we are in both an up and down – one has not fully let go of the high (the previous mindset and reality) and is still processing the shock and consequences of the initial fall. This creates great confusion - am I powerful or powerless? In this period, there are mini episodes (tracked by the day-to-day news cycle and our emotional ups and downs). In this floating period, one can begin to “look for land”– to determine what signs we are looking for to symbolize that the plateau is coming to an end.
- 4 The narrative protects us from surprises: The idea that antisemitism could be eradicated with the State of Israel was a false expectation. Antisemitism will always exist – with every generation it takes on new forms and strains. Moving forward, accept this reality and function with greater clarity. “In our past, there were ups and downs, which tells me there will continue to ups and downs in the future.”
- 5 The narrative embraces fundamental turning points: There was “the day-before” and “the day-after” October 7. The day-after narrative is already forming. With so much out of our control, we have autonomy in how we want to tell and harness this narrative.



EXAMPLES OF PERSONAL OSCILLATING NARRATIVE



WHAT NEXT?

A Personal Commitment: Practicing your narrative.

SHARE YOUR STORY.

Start by telling your own experience from October 7 until today, tell the story you were told by those who came before you, tell the story you told on October 6, consider the story you want to tell to others about who you are, what you've experienced, and where you come from. Share on social media.

#HopeKit @zikaronbasalon_global @anumuseum

CONSIDER THE NEXT GENERATION.


How do you want to pass on the lessons of the Holocaust to future generations as a part of your own story? This can begin as a personal practice. When ready, share this message with your family, team, and community.

EXERCISE YOUR "HOPE MUSCLES".

Even if you don't believe it at first, practicing this intentional narrative is a "hope muscle" that will strengthen your resilience over time. Host your own Zikaron BaSalon gathering with your friends or family. It will grow and spread, launching us towards a more just and whole global future.

WE HOPE YOU HAD A MEANINGFUL GATHERING.

We kindly ask that you take a few minutes to fill out a short feedback form so we can learn more about your experience.

To fill out this form please scan this QR code, or [click on the link](#) 



APPENDIXES:

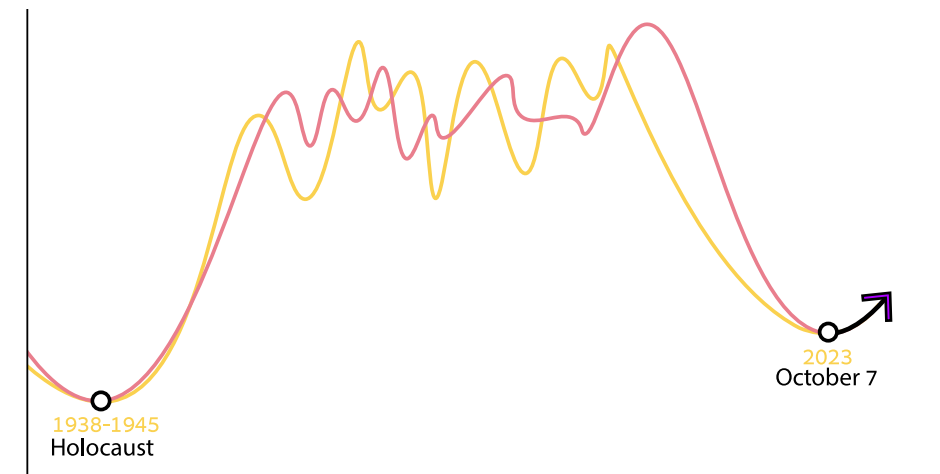
Zikaron
BaSalon

It's really a wonder that I haven't dropped all my ideals, because they seem so absurd and impossible to carry out. Yet I keep them, because in spite of everything I still believe that people are really good at heart. I simply can't build up my hopes on a foundation consisting of confusion, misery, and death. I see the world gradually being turned into a wilderness, I hear the ever approaching thunder, which will destroy us too, I can feel the sufferings of millions and yet, if I look up into the heavens, I think that it will all come right, that this cruelty too will end, and that peace and tranquillity will return again.

Anne Frank,

Anne Frank's optimistic perspective on life is remarkable. Despite her devastating circumstances, she has a profound sense of hope.

THE HOLOCAUST TO OCTOBER 7 IN OUR OSCILLATING NARRATIVE



FEEL THE MOMENT -

Building and sharing our oscillating narrative.

This part serves as a transitional period, providing time to come together and exchange personal narratives, ideas, and thoughts. Following your explanation, give participants a few minutes to consider their own oscillating narrative. Start by defining an oscillating narrative, its components, and its value. Then introduce the prompt. Provide paper and pens for notes. You can also provide them with This Timeline. Ask for a few individuals to share their stories with the group.

1 EXPLAIN AN OSCILLATING NARRATIVE AND ITS ABILITY TO GENERATE RESILIENCE:

The Holocaust and October 7 both sit as two low points within the oscillating narrative of the Jewish people.

In the aftermath of September 11, Psychologists Dr. Marshall Duke and Dr. Robyn Fivush of Emory University discovered that youth who receive an oscillating family narrative are most resilient when faced with a crisis based on their understanding that they and their ancestors have navigated through challenging times, and the expectation that they, too, will experience low points. An oscillating narrative goes, "There were ups and there were downs, but because of x,y, and z, we got through it." This narrative generates confidence based on a strong "intergenerational self," a sense that one is a part of a narrative longer and larger than themselves.

See Appendix B for elements of an oscillating narrative.

2 PROMPT: YOUR OSCILLATING NARRATIVE

Articulating one's own experience of being Jewish is one of the most powerful ways to respond to outside antisemitism and internal confusion or pain. Our own personal experiences sit within a longer and larger Jewish narrative – a Jewish timeline. First, think of your own oscillating narrative - a few highs and lows from your own life and the lives of your ancestors that impact who you are and how you see the world.

Within your oscillating narrative is the Holocaust. The Holocaust – regardless of whether one is descended from survivors - is embedded (sometimes loudly and sometimes quietly) in the story timeline of every Jew.

From the Holocaust to October 7 and beyond, consider the elements of your own oscillating narrative - and how it connects to a larger and longer Jewish timeline. Take a few minutes to reflect on the question: **Growing up, where was the Holocaust in your story? How did you conceptualize it? How did your parents, grandparents, teachers tell you about the Holocaust and its implications for you? What does it mean to you today?** Reflect on this story. and consider how you would like to share it. This story can reflect complexity, discomfort, or any dissonance you might have or are experiencing around the Holocaust.

The facilitator should give five minutes for personal reflection, offering them the Timeline PDF to structure their story or simply write down their thoughts. If a group is larger than 10, consider breaking everyone into groups of three for each of them to share their stories. Bring the group back together, and ask for a few to share their stories with the group.

SHAPE THE FUTURE

The last part is an open discussion, providing an opportunity to explore the lessons learned as individuals and as a group or community. Our conversation today will specifically center around segments of the testimony that delve into themes of humanity, hope, resilience, and mutual strength.

You can choose from the provided questions or guide the discussion as you see fit:

1 STRENGTH AND RESILIENCE

What are the tools of resilience you recognized in Edith's story that helped her survive and remain hopeful? Do you have similar tools? How can you effectively use them in this period?

2 What can you learn from Edith about resilience and hope?

3 Positive future thinking – the intentional act of looking forward to something in the future - is important for both mental health and physical well-being.* Within the depths of despair, Edith imagined her future following the war. How do you imagine "The Day After?" "Better times?" Can you visualize and describe such a reality?

*MacLeod, A.K. & Conway, C. Well-being and positive future thinking for the self versus others. Cognition and Emotion, 21, 1114-1124.

4 PROMOTING UNITY AND TOLERANCE.

How has the Holocaust's impact on history affected your perspective on life and humanity?

5 How can we use the lessons of the Holocaust to actively work toward a more just and tolerant world?

FACILITATOR FRAMING

OPENING:

Remembering the Holocaust takes on new meaning following October 7, a day which brought every Jew - in Israel and the diaspora - back into a shocking yet shared low point in our collective Jewish story. This period marks the lowest period of the Jewish people since the Holocaust. It follows one of the perceivably greatest periods to be a Jew with a thriving Jewish nation-state and Diaspora.

Now, in the dark period launched on October 7, all of us are looking for signs of Hope.

It is only with Hope that the modes of strength and resilience that sustained the Jewish people throughout time can be identified and exercised.

Hope is born out of narrative - **How we tell our story**. Our story sits along a Jewish timeline, stretching across time and space. Understanding our story within this context provides a certain clarity and confidence within a low point. It allows us to explore the modes of resilience and strength that keep our people safe.

The narrative of the Jewish people is one of rising and falling and rising again. Every fall comes with the hope that the next rise will be higher than the previous one. It is this intentional telling of the story that holds the secret to the Jewish people's resilience. It includes our traditions, beliefs, text, language, community, and beyond.

Those amongst us with the strongest, most practiced muscles of resilience are our remaining survivors. Their testimonies are lessons not only on the horrors of the Holocaust and the need to ensure "Never Again"; **They hold frameworks for how to bring about the light within sustained and uncertain darkness.**

Today, we will hear a survivor's testimony. We will identify elements from their story that demonstrate resilience and strength. We will then consider what it would look like to take on these elements of resilience within our own narratives as inherited gifts that we can practice in this period and beyond.

To set the tone, consider introducing a text. See appendix.

REMEMBERING THE PAST

When we listen to a survivor's testimony, it becomes our responsibility (and indeed, honor) to uphold and preserve the memories of survivors and victims, drawing essential lessons for a better future. In the course of this gathering, we seize the moment to tap into the strength and resilience inherent in the survivors' narratives as a way to find hope in these challenging times.

For this part, you have the option to invite a Holocaust survivor, 2G, or 3G to share their life story or utilize recorded or written testimonies.

We recommend exploring the testimony of Dr. Edith Eger, a renowned psychologist and author. Her compelling testimony, recorded in 1995 in La Jolla, California, is taken from the USC Shoah Foundation Visual History Archive.



Edith's Story: (Password: Eger)

Additional recorded or written testimonies can be found on the Zikaron BaSalon website. Instead or in addition to a survivor testimony, consider asking 2G or 3G to share their family's story. This is a way to practice intergenerational narrative, an increasingly important act as it falls to descendants of first-generation survivors to carry on their testimony.

Please  a few recommended questions for 2G or 3G sharing their story:

1. **How** were you told their story? What did they say? What did they not say?
How did you receive their story?
2. How did their story impact you?
3. Why and how do you think they survived? What lessons do you draw from that?
4. How have you and will you pass on their story?
What did you inherit (not in terms of physical possessions) from them?

FINDING THE HOPE IN NARRATIVE: from the Holocaust to October 7

DEAR FACILITATOR,

Remembering the Holocaust takes on new meaning and nuance following October 7, 2023. This Zikaron BaSalon aims to meet the needs of our new reality. It is a tool to guide you in navigating the collective processing of the October 7 tragedy and its aftermath and find the hope within it. A collaborative effort between Zikaron BaSalon and the Tisch Center for Jewish Dialogue at ANU: Museum of the Jewish People, this distinctive Zikaron BaSalon gathering intends to foster a shared sense of narrative, community, and vision for the future. While perhaps not intuitive, participants are meant to walk away from this unique program with an intentional kind of practiced hope that brings about the resilience and strength we all need right now in navigating through this period.

Zikaron BaSalon, a social initiative commemorating the Holocaust, takes participants on a journey through time - remembering the past to shape our future.

Zikaron Basalon has three parts:

REMEMBER THE PAST

Listening to personal testimonies.

FEEL THE MOMENT

Providing time for reflection, sharing, absorption, and processing.

SHAPE THE FUTURE

Engaging in discussions about the impact of the Holocaust on our lives today and in the future.

CONSIDERATIONS FOR THE GATHERING

SETTING

Transform the atmosphere by altering the setting to create intimacy and openness. Arrange the room in a way that facilitates visibility and connection, ideally forming a circle or half-circle.

SAFE SPACE

Establish the foundation for a secure and open environment. If participants are unfamiliar with each other, we recommend brief introductions to create a sense of togetherness. For groups already acquainted, begin by posing a question that encourages participants to share and relate, fostering engagement.

BOUNDARIES

It's essential to note that this is not a platform for political discussion or psychological or therapeutic activity. This gathering is a meaningful Mifgash with educational, emotional, and moral values.

Zikaron
BaSalon



HOPE KIT ZIKARON BASALON

