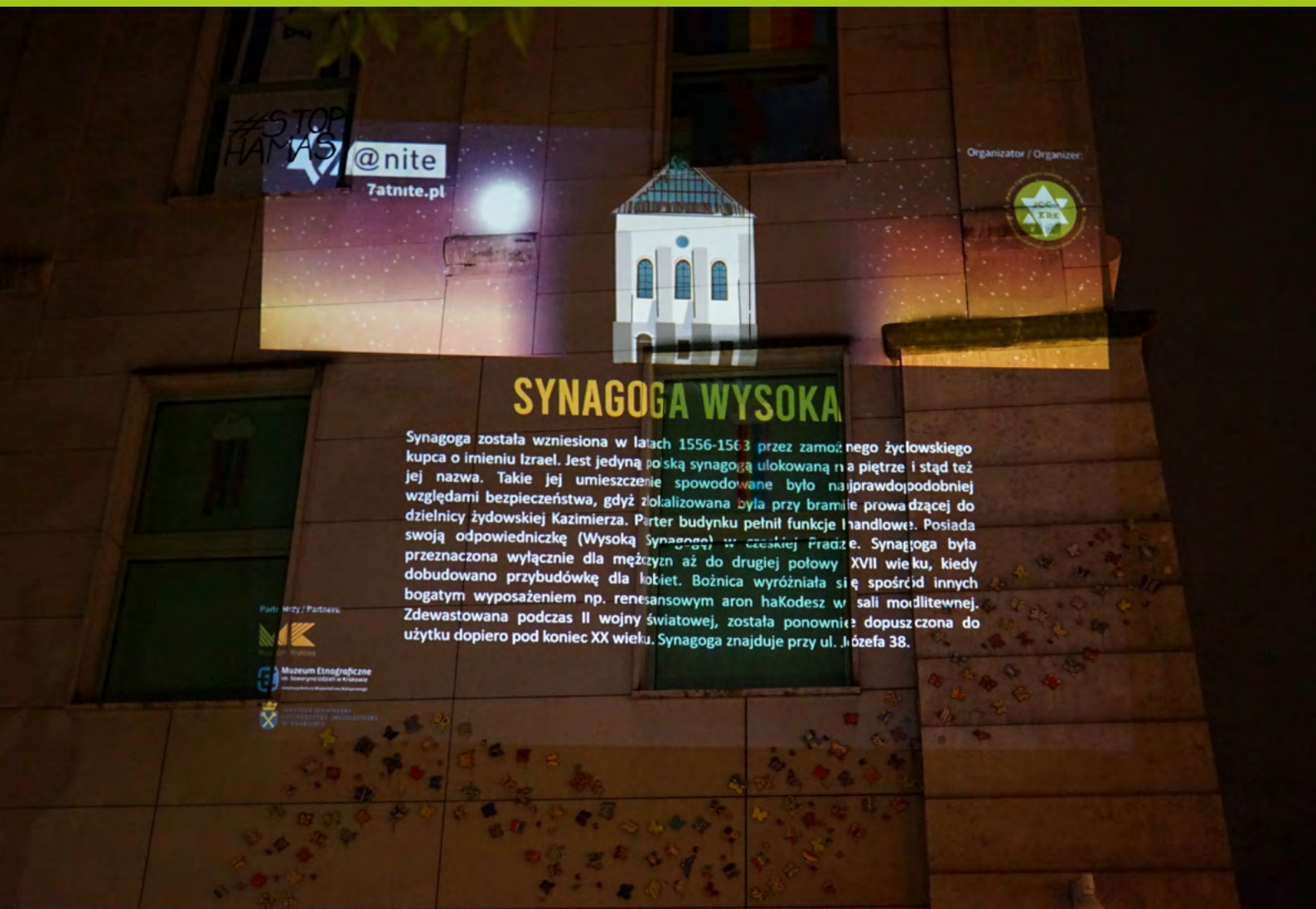




Biuletyn krakowskiej społeczności żydowskiej



7@nite 2021

Nowe otwarcie

Ogród Botaniczny

Nowe otwarcie.....	3
7@nite 2021 Synagogi Nocą: edycja specjalna.....	4
Ogród Botaniczny.....	7
W zdrowym ciele zdrowy duch – część druga.....	8
A healthy mind in a healthy body – part two.....	11
Latający Uniwersytet Młodzieży.....	14
Projekt „Był sobie sztetl...” w Starym Sączu.....	20



Nowe otwarcie

Kochani Czytelnicy!

O czym tu pisać, jak nie o ogrodach? A konkretnie o jednym: o ogrodzie JCC, który jawi się nam jako Gan Eden - Ogród Rajski. Zamknięty przed nami na tak długo z powodu zarazy. Teraz, gdy wszyscy seniorzy są już zaszczepieni, zgodnie z obietnicą Jonathana miał się dla nas otworzyć. I wszyscy marzyliśmy o tym, by w majowym słońcu spotkać się w tym miejscu twarzą w twarz. Człowiek jest istotą społeczną, izolacja i kontakty online nie są dla nas właściwym trybem życia, to nas niszczy i dewastuje. Otwarcie bram JCC jest znakiem wracającego życia.

Niestety, niebo zrobiło nam kiepski żart - lało jak z cebra. Ale wewnątrz JCC były już dla nas przygotowane. Usiedliśmy w dwóch salach, przyszło wiele osób i w Klubie Seniora znowu brzęczało jak w ulu. Przy każdym stoliku wszyscy chcieli porozmawiać nadrabiając cały stracony czas. I była dodatkowa okazja do świętowania: wieczorem zaczynało się święto Szawuot.

Szawuot - czyli tygodnie, to pierwotnie było święto żniwne. Czas, kiedy wnoszono do Przybytku pierwociny nowych zbiorów. Ale później doszedł aspekt religijny, ponieważ był to także dzień nadania Tory na Synaju. W pięćdziesiąty dzień od wyjścia z Egiptu lud Izraela otrzymał Torę, i dlatego pobożni Żydzi studiują wtedy Torę całą noc. Jest tradycja, że jada się tylko potrawy jarskie i króluje na stołach sernik. W JCC także podano nam pyszny sernik, ale to nie wszystko: nasz dyrektor Jonathan, człowiek wielu talentów, wykazał się także talentem kucharskim. Przyrządził świetną pizzę.

Tak więc życzyliśmy sobie wszyscy, aby ten dzień stał się początkiem - powrotem do nowego, normalnego życia!

Tekst: Redaktor naczelna
Zofia Radzikowska

JESTEŚMY to dwumiesięcznik wydawany przez Centrum Społeczności Żydowskiej w Krakowie

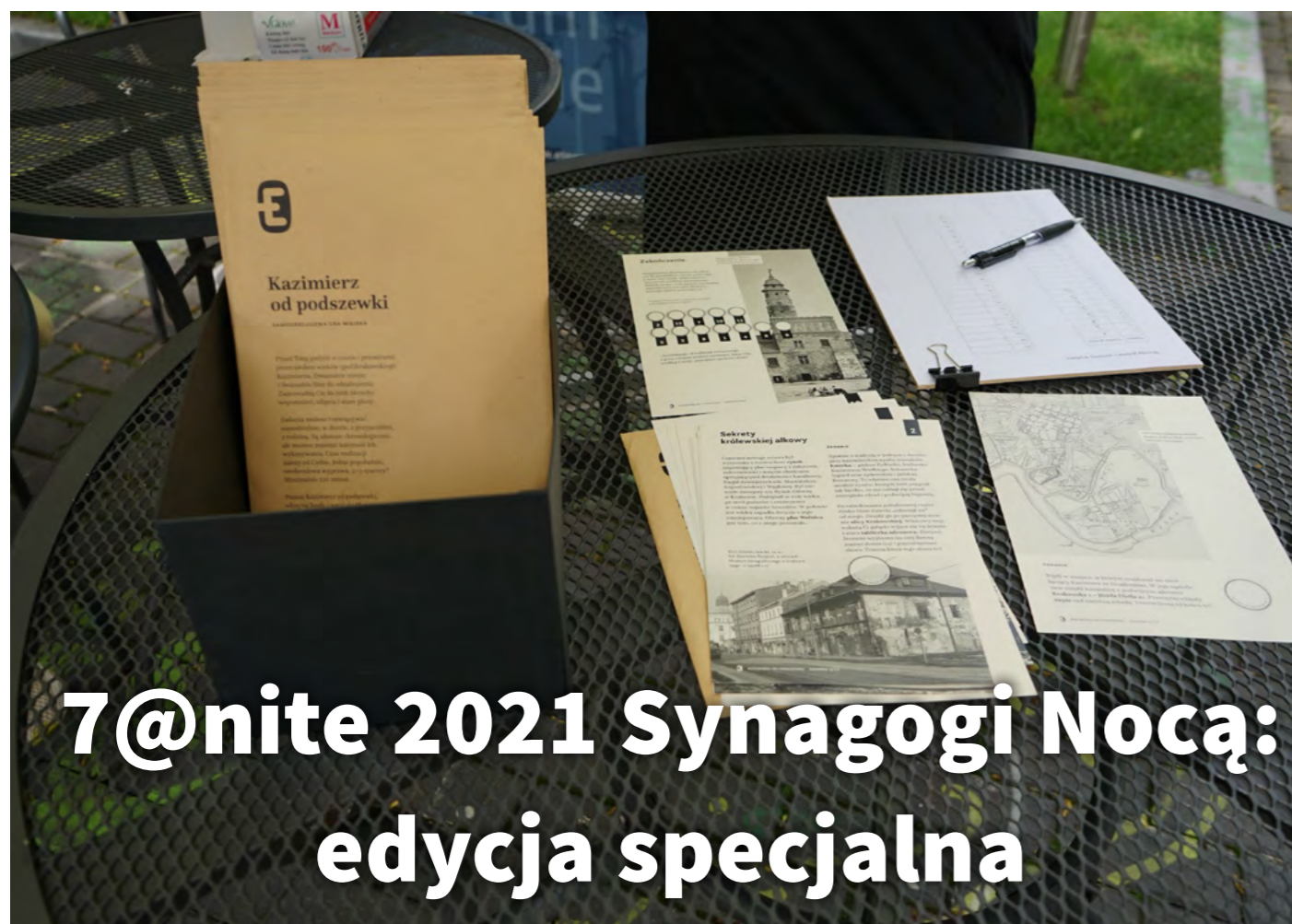
Osoby zainteresowane współpracą z naszym miesięcznikiem prosimy o kontakt z redakcją: redakcja@jcckrakow.org

Redaktor naczelna: Zofia Radzikowska

Redakcja: Biuro JCC, Lucyna Gawęł, Małgorzata Zajda, Agnieszka Kocur-Smoleń, Magdalena Pulikowska

Korekta: Lucyna Gawęł

Zdjęcia: JCC



7@nite 2021 Synagogi Nocą: edycja specjalna

Po raz jedenasty JCC Krakow zaprosiło mieszkanki i mieszkańców Krakowa do udziału w wydarzeniu 7@nite Synagogi Nocą, którego bohaterkami, jak co roku, były krakowskie synagogi.

Zainicjowane przez JDC spotkania z synagogami i ich historią (inspiracją do tych spotkań jest nocne studiowanie, które odbywa się w czasie święta Szawuot) oraz nocne wydarzenia w sercu krakowskiego Kazimierza przyciągały zawsze tłumy gości i uczestników. W tym roku nie mogliśmy się licznie spotkać na ulicach Kazimierza, jednak chcieliśmy zainspirować do samodzielnego odwiedzenia każdej z siedmiu krakowskich synagog, w dogodnym dla zainteresowanych czasie i w oparciu o zasady bezpieczeństwa sanitarnego.

W tym roku nocne wydarzenie postanowiliśmy zrealizować w wersji hybrydowej, czyli częściowo stacjonarnie, a częściowo online. Pomogli nam w tym nasi partnerzy: Instytut Judaistyki Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie, Muzeum Krakowa Oddział Stara Synagoga oraz Muzeum Etnograficzne imienia Seweryna Udzieli w Krakowie. Wspólnie przygotowaliśmy trzy propozycje:

19 maja w środę odbyło się spotkanie online "Fenomen Krakowskich Synagog", które nie ograniczało się tylko do krakowskiej publiczności, lecz było otwarte dla wszystkich poprzez transmisję na profilu Facebook JCC Krakow. Postanowiliśmy wspólnie z zaproszonymi edukatorkami, edukatorem i ekspertka-

mi porozmawiać o fenomenie krakowskich synagog. Spotkali się z nami: dr Ewa Węgrzyn (Instytut Judaistyki UJ), Piotr Figiela (Muzeum Krakowa Oddział Stara Synagoga) oraz Urszula Sobczyk (Muzeum Etnograficzne imienia Seweryna Udzieli w Krakowie). Rozmowę poprowadziła Karolina Koprowska (Instytut Judaistyki UJ).

22 maja w sobotę późnym wieczorem, już po Szabacie, zaprezentowaliśmy projekcję multimedialną: 7@nite na ścianach. Pomimo chłodnego i burzowego wieczoru spacerujący po ulicach Kazimierza mogli odwiedzić dwa adresy: ulicę Miodową 24 oraz skrzyżowanie ulic Izaaka oraz Kupa obok Synagogi Izaaka. To właśnie na ścianach budynku JCC Krakow, a także siedziby Żydowskiego Klubu Studenckiego – JCC West, zespół JCC Krakow, przy wsparciu merytorycznym Instytutu Judaistyki UJ, przygotował dla krakowian i turystów coś wyjątkowego – zaprojektowane przez Justynę Janikowską-Radosz ikonografiki synagog oraz historyczny rys, dotyczący każdej z nich w pięknej oprawie graficznej. Prezentacja była wyświetlana pomimo ulewnego deszczu i wiemy, że wiele osób wybrało się na Kazimierz specjalnie po to, by ją zobaczyć. Dziękujemy za Wasza obecność.

Dziękujemy dr Annie Jakimyszyn-Gadosze, dr Edycie Gawron, dr Monice Stępień, dr Alicji Maślak-Maciejewskiej, dr hab. Leszkowi Hońdo, dr Markowi Tuszewickiemu z Instytutu Judaistyki Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie za pomoc w stworzeniu projekcji.

23 maja w niedzielę w godzinach popołudniowych czekaliśmy na chętnych do zagrania w samoobługową grę miejską "Kazimierz od podszewki". Po nocnym spacerze zaprosiliśmy wszystkich amatorów gier miejskich i miłośników krakowskich synagog, by spędzili z nami niedzielne popołudnie. JCC Krakow we współpracy z Muzeum Etnograficznym imienia Seweryna Udzieli w Krakowie przygotowało dla wszystkich nie lada gratkę. Na chętnych czekała 2-godzinna przygoda ulicami Kazimierza i poznawanie go od podszewki. Wspólnie z Muzeum przygotowaliśmy 50 zestawów samoobługowej gry miejskiej, opracowanej przez zespół Muzeum Etnograficznego. JCC Krakow, a dokładnie ogródek, był miejscem, gdzie rozpoczynano grę, natomiast metą była przestrzeń Muzeum Etnograficznego na Placu Wolnica. Bardzo nam było miło zobaczyć tyle osób przychodzących do nas i poczuliśmy z powrotem tę energię płynącą od naszych sympatyków i gości. Wiemy, że wielu z nich udało się ukończyć grę i odebrać nagrody ufundowane przez Muzeum Etnograficzne.

Za rok chcemy wrócić do Was z koncertami, wystawami, warsztatami, spotkaniami oraz projekcjami już we wnętrzach krakowskich synagog.

Do zobaczenia!

Tekst: Agnieszka Kocur-Smoleń
Dyrektorka Programowa



Ogród Botaniczny

W słoneczną majową niedzielę w krakowskim Ogrodzie Botanicznym Uniwersytetu Jagiellońskiego, Klub Seniora JCC zainaugurował sezon letni.

Mamy również nadzieję, że wraz z nadjeściem lata opuści nas na dobre pandemia i wrócimy do swych codziennych zajęć. Cóż pisać o ogrodzie? Kto nie był, ten nie wie, co traci. Jest to wyjątkowe i urokliwe miejsce, zwłaszcza dla osób wrażliwych na piękno przyrody, których u nas nie brakuje.

Jednak najważniejszy był długo wyczekiwany moment spotkania. Z wieloma osobami nie widzieliśmy się kilka miesięcy, gdyż albo obawa przed zakażeniem, lub stan zdrowia wynikający z innych chorób, nie pozwalał na to.

Podczas spotkania mogliśmy kupić sobie unikatowe gatunki kwiatów, wypić kawę oraz wreszcie spokojnie porozmawiać „twarzą w twarz”. Dla osób starszych spotkania w świecie rzeczywistym są niestęchanie ważne, gdyż budują relacje oraz umacniają więzi. W wielu przypadkach są sensem życia. Niestety nie wszyscy potrafią poruszać się w wirtualnym świecie pandemicznej współczesności, zatem miniony okres doświadczył ich w dwójnasób.

Dziękujemy młodym za niespodzianki, Dyrekcji za organizację i czekamy na jeszcze!

Tekst: Małgorzata Zajda

W zdrowym ciele zdrowy duch – część druga

Powiedzenie „W zdrowym ciele, zdrowy duch” zazwyczaj używane jest, aby podkreślić jak ważne jest dbanie o nasze ciało poprzez ruch, dietę i inne aspekty zdrowego stylu życia i to było główne przesłanie mojego poprzedniego artykułu. Możemy jednak podejść do tego przysłowia także od drugiej strony: „Zdrowy duch wspiera zdrowe ciało” i na tym chciałabym się skoncentrować tym razem.

Wypadek był poważny. Uratowano życie człowieka, ale człowiek nie mógł przetykać. Miał zrujnowany przetyk. Wypreparowano mu odżołądkową część przetyku w okolicy pępka. Żył jeszcze wiele lat, ale odżywiał się w ten sposób, że przeżuwał jedzenie w ustach, a następnie wprowadzał je sobie do takiej kieszonki w okolicach pępka, bezpośrednio do żołądka. Wścibscy badacze włożyli wziernik i zdumieli się, bo kolor śluzówki żołądka zmieniał się w zależności od tego, co człowiek aktualnie przeżywał, jakie emocje dominowały. Mało tego, zmieniała się też produkcja soków trawiennych, ich ilość i skład chemiczny, a także napięcie mięśniowe ścian żołądka i jelit.

Już w starożytności wiedziano, że istnieje związek pomiędzy naszą psychiką a zdrowiem. Choć w normalnych

warunkach nie możemy po prostu zajrzeć do naszego żołądka lub jelit, ale pewnie wszyscy pamiętamy jak reagowały te części ciała w ważnych chwilach takich jak egzaminy maturalne czy pierwsza randka. Możemy więc bez trudności zaakceptować, że istnieje związek pomiędzy naszymi uczuciami, emocjami, myślami i naszym ciałem.

Badania nad tym, czym jest nasz umysł trwają nieustająco i nadal mamy spore luki w naszej wiedzy na jego temat. Pomimo to, już Zygmunt Freud (1856-1939) zwrócił uwagę na to, że niektóre objawy somatyczne (fizyczne) mogą być wywołane przez procesy zachodzące w naszym umyśle, a w szczególności jego części, którą nazwał podświadomością. W czasach Freuda takie przypadki były klasyfikowane pod nazwą „histeria”, choć współcześnie mówimy raczej o nerwicach lub tzw. zaburzeniach konwersyjnych – nazwa stworzona z Freudowskiej teorii, która twierdzi, że ładunek emocjonalny wygenerowany przez bolesne doświadczenia i wyparty w celu złagodzenia bólu zmienia się (konwertuje) w objawy neurologiczne, takie jak np. drętwienie, ślepotą, paraliż czy drgawki, dla których nie można znaleźć żadnego podłoża organicznego

i których początek można powiązać z urazem psychicznym w przeszłości. Co więcej, według Freuda dotarcie to korzeni tego urazu psychicznego jest środkiem, poprzez którym odbywa się terapia i który stanowi podstawę praktyki w psychoanalizie.

Badania Freuda były dalej prowadzone i rozwijane przez jego uczniów i uczniów tych uczniów. Jeden z uczniów Freuda, William Reich (1897-1957), który tak jak Freud miał żydowskich rodziców, zainicjował w psychoanalizie podejście oparte na pracy z ciałem. Kontynuatorem tej pracy był uczeń Reicha, Alexander Lowen (1910-2008), amerykański psychiatra, który urodził się w Nowym Jorku w rodzinie żydowskich imigrantów i który nawet bardziej rozwinął w psychoanalizie podejście poprzez pracę z ciałem. Lowen podczas formułowania diagnozy pacjenta oprócz metod psychologicznych koncentrował się również na obserwacji struktury ciała (np. postawy) i funkcji (np. oddychania). Zaobserwował, że emocje uwięzione w ciałach pacjentów powodowały postępujące chroniczne napięcie mięśni i brak spontaniczności i wdzięku ruchów. Lowen stworzył cały system terapeutyczny, który umożliwiał pacjentom uwolnienie zablokowanych emocji i odzyskanie przez ich ciało naturalnego wdzięku. Sam dożył sędziwego wieku, 97 lat i jeszcze jako 90-latek stosował swoje ćwiczenia, w tym kopał w materac 200 razy dziennie, aby uwolnić zablokowane emocje.

Istnieje wiele sposobów na zatroszczenie się o nasz umysł. W tym artykule chciałabym skoncentrować się na jednym z nich, który stał się bardzo popularny w ostatnim czasie i nazywa się Mindfulness (Uważność). Napisany z dużej litery Mindfulness jest programem na redukcję stresu powiązany z osobą prof. Jona Kabata Zinna, który wychował się w Nowym Jorku w niereligijnej rodzinie żydowskiej i w późniejszym okresie zapoznał się z praktykami medytacyjnymi i buddyzmem Zen. Pomimo tego, że spędził wiele lat u różnorodnych mistrzów buddyjskich, jego metoda nie jest związana z żadną religią i używa podstaw naukowych do stworzenia systemu pomagającego ludziom radzić sobie ze stresem, bólem i chorobą.

Główną zasadą Mindfulness jest skupienie się na chwili obecnej, na tu i teraz. Zazwyczaj spędzamy dużo czasu od nowa analizując przeszłość i wybiegając w przyszłość, choć wczoraj już się wydarzyło (i nie możemy go zmienić), a jutro jeszcze nie nadeszło (i nie wiemy jak będzie wyglądać). W rzeczywistości mamy jedynie obecną chwilę. Poprzez staranne skoncentrowanie się na tu i teraz poprawiamy jakość naszego życia. Praktyka Mindfulness uczy nas obserwować rzeczywistość (w tym nasze ciało i to co w nim zachodzi) z zainteresowaniem, życzliwością, cierpliwością, akceptacją i bez osądzania.

Na co dzień nasz umysł nieustająco przeskakuje z jednego pomysłu na drugi. W buddyzmie taki umysł na-

zywany jest małpim i odnosi się do umysłu, który jest niespokojny i pomieszany. Małpi umysł jest także naszym nieustającym wewnętrznym krytykiem, który sugeruje nam, że jesteśmy do niczego, że nasze plany skazane są na niepowodzenie, że nie warto zrobić tego czy tamtego... Czy poznajecie te myśli? Wszyscy je mamy i niemożliwe jest ich powstrzymanie – nie możemy przestać myśleć! Kiedy uświadomimy sobie to i to zaakceptujemy, możemy zacząć obserwować wszystkie myśli i akceptować je jako po prostu myśli, pozwalając im przychodzić i odchodzić.

Nieosądzająca postawa jest bardzo ważna w Mindfulness. Nie oznacza to, że nie powinniśmy używać naszego umysłu w podejmowaniu wniosków z tego czego doświadczamy, ale że nie powinniśmy funkcjonować na automatycznym pilocie, włączając natychmiastowe oceny sytuacji i ludzi. Szabat dla mnie pełni różne funkcje (czas dla bliskich, na studiowanie Tory, odpoczynek od aktywności dnia codziennego), ale z natury jest to także czas, który jest cichszy i spokojniejszy niż pozostałe dni tygodnia, kiedy łatwiej mi być uważną. Choć tak naprawdę to powinniśmy być uważni każdego dnia!

Dobrze jest rozpocząć praktykę Mindfulness od bycia świadomym tego, co wydarza się wewnątrz naszego ciała – jakie sygnały są w danym momencie wysyłane przez różne części ciała, o tym, jaki jest nasz stan emocjonalny. Może to być kilka minut rano lub wieczorem spędzone na obserwowa-

niu co dzieje się w naszym ciele. Możemy to robić leżąc lub siedząc, albo też podczas aktywności fizycznej – jeśli lubicie biegać to polecam Wam książkę Mackenzie L. Havey „Mindfulness w bieganiu”.

Kiedy zaznajomimy się z tym, co wydarza się w nas (w ciele i umyśle), wtedy możemy przejść do praktykowania zewnętrznego Mindfulness zauważając, co dzieje się dookoła nas, jak inni wpływają na nas i jak my wpływamy na innych. Ja budzę się rano zaczynając od modlitwy „Moda ani” i poświęcając kilka chwil na poczucie, że żyję i na uczucie wdzięczności, że jestem tutaj aby doświadczyć jeszcze jednego dnia. Natomiast modlitwy pod koniec dnia są pewnego rodzaju rozliczeniem dnia, który właśnie się kończy (choć oczywiście dzień żydowski zaczyna się o zmierzchu!). Jest to czas kiedy zapisuję kilka linijek w swoim pamiętniku i próbuję znaleźć przynajmniej jedną rzecz, za którą jestem wdzięczna danego dnia.

Obecnie istnieje wiele kursów Mindfulness, także w Krakowie. Zazwyczaj są to kursy 8-tygodniowe, bo 8 tygodni powinno wystarczyć na to, aby uważność stała się nawykiem. Są nawet kursy w Jewish Mindfulness.

Życzę wszystkim wielu uważnych dni!

Tekst: Hanna Taylor-Bodnar

A healthy mind in a healthy body – part two

The Latin saying „a healthy mind in a healthy body” (mens sana in corpore sano) is usually used in support of looking after our bodies through physical activity, diet or other aspects of a healthy lifestyle and this is what I concentrated on in my previous article. However, it is also possible to approach it from the opposite direction: „a healthy mind supports a healthy body” and this is what I would like to focus on this time.

The accident was serious. The life of the victim was saved, but he could not swallow. With some ingenious engineering a system was created where the man could forego the usual route taken by the digestive system and feed himself through chewing food in his mouth and then introducing it to his stomach through a small „pocket” near his navel. Quite a wonderful thing for the man concerned. But this is not the end. He became of interest not only to his doctors but also to other researchers when it was observed that the color of the lining of his stomach was changing in line with the emotions he was experiencing at a given moment! It was later found that the amount and chemical composition of his digestive juices also changed with his changing emotions and the tension of the muscles in his

stomach and intestines also varied. The ancients already knew that there was a connection between our psyche and the health of our body. We might not be able to look inside our stomach and intestines at will, but we probably still remember how our own „insides” reacted to important events such as exams or meeting an important person (whether it was our boss or a person who was to become our spouse). It isn't very difficult then to accept that there is a connection between our feelings, emotions, thoughts (which we associate with mind) and our body.

Research into what mind exactly is continues all the time and there is still much that we do not know about it. However, it was Sigmund Freud (1856-1939) who drew our attention to the fact that certain physical symptoms could be caused by what was going on in the mind, and the subconscious part of it in particular. In the times of Freud such cases were classified as hysteria, but a more modern term is conversion disorder – name derived from Freud's theory that emotional charge generated by painful experiences and repressed in order to reduce pain would convert into neurological symptom such as numbness, blindness, paralysis or fits, for which no

organic cause can be found and which can be traced back to a psychological trigger. Indeed, according to Freud uncovering the roots of such psychological trigger was a means to achieve a cure and became the basis for his practice of psychoanalysis.

Freud's line of work was further developed by his pupils and the pupils of those pupils. One of Freud's pupils, William Reich (1897-1957), who like Freud had Jewish parents, pioneered a body-based approach to psychotherapy within the psychoanalytic framework. The continuator of Reich's work, Alexander Lowen (1910-2008), American psychiatrist, born in New York to Jewish immigrants, developed and refined the somatic approaches in psychoanalysis even further. Lowen in the diagnosis of his patients, alongside psychological methods, also concentrated on the body structure (e.g., posture) and function (e.g. respiration). He observed that emotions locked inside patients' bodies led to the development of chronic muscle tension and lack of spontaneity and grace of body movements. Lowen developed a whole therapeutic system to enable his clients to release the repressed emotions and enable the body to regain its natural gracefulness. He himself lived to the age of 97 and apparently well into his 90s practiced his exercises, including kicking a mattress to vent his emotions 200 times a day).

There are many ways in which we can take care of our mind and I would like to concentrate on just one which has

become very popular over the years: Mindfulness. Written with a capital letter, Mindfulness is a stress reduction program associated with the person of prof. Jon Kabat Zinn, who grew up in New York in a non-practicing Jewish family and later was introduced to meditation and Zen Buddhism. Even though he spent many years with various Buddhist masters, the practice he created is not associated with any religion and uses scientific framework to provide a system helping people cope with stress, pain and illness.

The main principle of Mindfulness is the focus on the present moment, on the here and now. Usually, we tend to spend much time rethinking the past and running ahead into the future, but yesterday has already been and tomorrow has not yet come. In reality we have only the present moment. By carefully focusing on the here and now we enhance our life experience. The practice of Mindfulness teaches us to observe things (including our body and what goes on inside it) with interest, kindness and in a nonjudgmental, patient and accepting way. In our everyday lives our mind is constantly jumping from one idea onto another. In Buddhism this is called a monkey mind and refers to being unsettled, restless and confused. The monkey mind is also our constant inner critic, who suggests that we are no good, that our plans are bound to fail, that it is not worth taking the bother to do this or that... Do you recognize these thoughts? We all have them and there is no method for stopping

them – we can't stop thinking! Once we realize and accept this, we can start observing all thoughts and accepting them as what they are... just thoughts, letting them come and go. The nonjudgmental approach is very important in Mindfulness. It does not mean that we shouldn't use our brain to draw conclusions from what we see, but rather that we should not function on an automatic pilot, judging a situation or person instantaneously. For me Shabbat is many things (time with the dear ones, Torah study, time to rest from everyday activities), but it is also time which is by nature quieter and more peaceful and when it is easier to be mindful. Even though the objective is to eventually be mindful all the time!

It is good to start our mindfulness practice by being aware of what is happening inside our body – what signals different parts of the body are sending to us, what is our emotional state. It might be a few minutes spent in the morning or evening to examine what is happening inside our body. We can do this lying down, sitting, but also during physical activity – if you are a runner, I recommend „Mindful Running” written by Mackenzie L. Havey for very helpful advice as to how to do it.

When we become familiar with what is going on inside us (body and mind), then we can move on to outer mindfulness noticing what is happening around us, how others influence us and how we influence others. I wake up in the morning, I say the pray-

er „Moda ani” and spend a few moments to feel that I am alive and to feel gratefulness that I am still here to experience another day. The prayers at the end of the day are the time to take stock of the day just ending. This is also the time when I write down a few lines in my journal, trying to find at least one thing for which I am grateful that day.

There are these days many Mindfulness courses in very many countries. They are typically 8-weeks long because this length of time should be sufficient to make mindfulness a habit. There are even courses in Jewish mindfulness.

I wish you many days full of mindfulness!

Hanna Taylor-Bodnar



LATAJĄCY
UNIwersYTET
MŁODZIEŻY

Latający Uniwersytet
Młodzieży

Cztery miasta, ponad stu uczestników i rozmaite działania edukacyjne na polu historii i nowych mediów. Czym jest Latający Uniwersytet Młodzieży, w jaki sposób powstał i dlaczego dowodzi, że ciekawość nie jest pierwszym krokiem do piekła? Zapraszam do wejścia w świat tego ważnego i interesującego przedsięwzięcia, który został opisany słowami Tomasa Cebulskiego, pomysłodawcy i organizatora projektu.

Kilka słów o założeniach projektu

Latający Uniwersytet Młodzieży rozpoczął swoją działalność w 2020 roku. Zrodził się z potrzeby edukacji i możliwości dostarczenia treści historycznych w inny sposób niż przyjęte treści ogólnoszkolne. Jest też formą przyjrzenia się historii najbardziej oczywistej, którą często mamy

pod nosem i właśnie dlatego to ją najbardziej ignorujemy. Często skostniałe formy oficjalnych ceremonii nie niosą już ze sobą przekazu historii i jej wagi dla następnych pokoleń. Czasami realizacja bieżących potrzeb politycznych bierze górę nad faktycznym rozumieniem historii.

Projekt zwraca uwagę na historię lokalną mniejszych miast w Polsce oraz na wielokulturowe życie Polski przed II wojną światową. Ta historia jest ważna i może lokalnej młodzieży powiedzieć więcej niż wizyta w muzeum Auschwitz-Birkenau czy też innym sztandarowym miejscu pamięci. Działania realizowane w projekcie są moim zdaniem potrzebą czasu i moją osobistą potrzebą prowadzenia dalej narracji historycznej, w nowej pandemicznej rzeczywistości nauczania zdalnego. Z jednej strony młodzież została odcięta od

nauczania w terenie, czy od edukacji pozaszkolnej, została pozbawiona bezpośredniego doświadczenia historii w relacji w miejscami pamięci. Z drugiej jednakże narzędzia zdalne dały nam możliwość prezentowania treści i uczenia w oparciu o wiedzę i doświadczenie ekspertów, którzy inaczej nie spotkaliby się z młodzieżą z mniejszych miast i miasteczek. To jest pewnego rodzaju narracyjny spadochron bezpieczeństwa, a także zupełnie nowe doświadczenie.

Grupa ludzi biorąca udział w projekcie to polscy nastolatki, których do tej pory jeszcze nie było dane mi uczyć. Dotychczas moimi odbiorcami były zwykle osoby w średnim wieku lub starsze i młodzież spoza Polski. Cieszę się, że w tym momencie mam szansę sprawdzić się w działaniach z polską młodzieżą.

Od zamysłu do działania

Od dwudziestu lat zajmuję się genealogią, spełniam się naukowo jako politolog i samozwańczy historyk i jestem przewodnikiem po Krakowie oraz po miejscach pamięci związanych z Holocaustem. W pewnym momencie, a było to przynajmniej dziesięć lat temu pomyślałem o tym, żeby zacząć robić coś innego, coś co jest związane z historią lokalną i nauczaniem na szerszą skalę. Okres pandemii stał się niejako pretekstem i katalizatorem, żeby nareszcie to rozpocząć. Do marca 2020 to co robiłem zajmowało mi 120% czasu, nie miałem nawet możliwości aby pomyśleć o innej działalności, a okres pandemii dał mi ten „komfort”. Okazało się, że jest to idealny czas, żeby

niedoczekanie się z oprowadzania i opowiadania historii dla turystów zagranicznych i grup, a troszkę bardziej wejść w przymnażanie historii lokalnej, której według mnie bardzo brakuje. I nie mówię tu tylko o miejscowościach biorących udział w projekcie, ale również o Krakowie, czy innych większych miastach. Przed pandemią młodzi ludzie często lepiej znali historię Warszawy czy Krakowa ze szkolnych wycieczek, lub innych miast Europy ze szkolnych wymian czy podróży, świadomości historii i topografii lokalnej było natomiast niewiele. Pandemia przyczyniła się do tego, że nagle odcięto nam dalsze kierunki i przyszedł czas aby odkryć ten budynek który znajduje się zaraz obok szkoły albo wejść na najbliższą górę za szkołą i stamtąd przyjrzeć się okolicy. Wydaje mi się, że warto to wykorzystać. Stąd zrodził się pomysł Latającego Uniwersytetu Młodzieży.

Nazwa inspirowana nie tylko historią

W myśl cytatu „Stoimy na ramionach gigantów” przyznać można, że wszystko we współczesnym świecie jest czymś inspirowane. Tak jest również z nazwą projektu. Z jednej strony nawiązuje ona do pewnego wydarzenia czy też zjawiska historycznego, jakim był Latający Uniwersytet lat 80-tych czy też początki Solidarności, ale i pewnego rodzaju odczarowywania historii, która została bardzo politycznie zaprzężona w jarzma oficjalnej narracji. Myślę, że tu dotarliśmy do momentu w którym tego typu nawiązania niestety musimy czynić jeśli chodzi o edukację publiczną. Człon

nazwy „latający” odnosi się do mojej bieżącej aktywności zapoczątkowanej w czasie pandemii. Zaczęłam zajmować się dokumentowaniem miejsc pamięci i miejsc historycznych z innej perspektywy, z perspektywy powietrznej – drona w ramach mojego projektu Sky Heritage Pictures. Największe wyzwanie stanowi przetłumaczenie nazwy Latający Uniwersytet Młodzieży na język angielski. Żeby było to w miarę sensowne i zrozumiałe, stanęło na: „Teen Flying University”.

Co łączy Czarny Dunajec, Jordanów, Kraśnik i Nowy Targ?

O wyborze miejscowości zdecydowały względy praktyczne związane z moimi dotychczasowymi doświadczeniami badań genealogicznych oraz powody osobiste, rodzinne. Wpływ miała również bieżąca polityka tych miast. Finałowo są to cztery miejsca: Czarny Dunajec, Jordanów, Kraśnik i Nowy Targ.

Z Kraśnikiem mam sentymentalne i miłe wspomnienia. Gdy pracowałam w archiwum czy Urzędzie Stanu Cywilnego w Kraśniku, spotykałam się z dużą serdecznością ze strony pracowników tych instytucji. Część mojej rodzinnej historii jest związana z okolicami Kraśnika, a dokładniej z Dzierzkowicami. Najważniejsza rzecz jaka wydaje mi się przy wyborze tego miasta znajdującego się na Lubelszczyźnie polegała na bieżącej sytuacji oraz znacznej ilości hejtu który wylał się na Kraśnik w ostatnim czasie. Wydaje mi się niestłuszone to, że krytyka

spadła nie tyle na włodarzy, co bardziej na ludzi mieszkających w Kraśniku. Tego typu wydarzenia dość mocno cofają mnie do okresu, kiedy sam byłem nastolatkiem i do mojego czasu próby przepracowania hejtu czy niezrozumiałej historii oraz opinii dotyczących mojego miasta, w których ja dorastałem, a było to miasto Oświęcim. W latach 80-tych i 90-tych XX wieku dostało ono dość mocno po głowie poprzez upraszczanie pewnych opinii i powielanie przekleństw, wydaje mi się, że niezastąpienie. To mnie ukształtowało. W jakiś sposób ten Kraśnik współcześnie, który oberwał w mediach krajowych oraz międzynarodowych i trafił na łamy New York Times’a prawie regularnie, dość mocno zazębił się z moimi doświadczeniami. Miejsce to wydało mi się naturalne do tego, żeby zbudować pewność siebie wśród młodzieży i pomóc lepiej zrozumieć czym jest to miasto w oparciu o to, z czym ja pracuję na codzien – w oparciu o historię.

Jeśli chodzi o Czarny Dunajec, Jordanów i Nowy Targ to są miasta, z którymi też jestem rodzinnie związany ze strony mojego pradziadka. W czasie I wojny światowej został on nauczycielem mianowanym w gminie Czarny Dunajec. Jednocześnie wydaje mi się, że historia społeczności żydowskiej w tych miastach jest nieoczywista. Jednak Podhale przeciętnie w Polsce nie kojarzy się za bardzo z historią mniejszości etnicznych, z zagładą Żydów lub Romów, kojarzy się za to z przyjemnymi krajobrazami, wypożyczaniem nijkako w oderwaniu od swej wojennej historii. Tereny te były za-

mieszkiwane przez Polaków różnych wyznań i etniczności, niektóre z tych społeczności do tej pory funkcjonują na Podhalu. Pamięć o nich od wielu lat odzyskuje i pielęgnuje między innymi badaczka historii dr Karolina Panz, artystka Małgorzata Mirga-Tas lub olimpijczyk i społecznik Dariusz Popieła. Latający Uniwersytet Młodzieży ma za zadanie pokazać lokalnej młodzieży ich pracę i zachęcić do odpowiedzialności za lokalne miejsca pamięci.

Najbardziej odpowiedzialną formą pamięci jest poczucie, że upamiętniona historia wpisuje się w moją własną narrację historii lokalnej i wymaga pracy, nieraz fizycznej, aby nie ulec zatarciu przez czas.

Praca z młodzieżą – wyzwanie, ale i satysfakcja. Motory zmian.

Tak jak wspomniałem, polska młodzież to dla mnie nowa grupa odbiorców z którą się spotkałem i z którą, wydaje mi się, jestem w stanie znaleźć wspólny język, porozmawiać o rzeczach które są dla nich ważne. Istotne jest dla mnie aby zrozumieli, że to od nich i ich aktywności zależy, jak dalek potoczy się historia ich miejscowości. Oczywiście na bazie rozmowy o miejscach pamięci w świecie idealnym chciałbym, żebyśmy rozmawiali również o pewnych formach wykluczenia, nieprzystawania do ogólnej narracji, która dominuje w danej społeczności ponieważ tacy ludzie tam żyją, istnieją, funkcjonują, a ich narracje są uciszane. W pewnym stopniu traktuję tę pracę z miejscami pamięci

jako pretekst do tego, żeby nauczyć ich opowiadania o tym, co jest dla nich ważne, czy w kontekście historii, miejsc pamięci czy poza nim.

Oczywiście trafiliśmy w dziurę pandemii i moment, w którym nasze relacje ograniczają się do okienka komputera i spotkania na Zoom. Uważam, że takie narzędzia online są w stanie oczywiście dużo szerzej promować wiedzę, ale są trudne w nawiązaniu kontaktu, a na tym cała moja praca do tej pory się opierała. Ale powiedziawszy to, jestem na końcu części merytorycznej projektu i przechodzę do części praktycznej.

Powoli, z końcem maja, a początkiem czerwca zaczną spotykać się z tymi młodymi ludźmi. Zaczynamy pracować w miejscach pamięci na bazie tego, czego się dowiedzieliśmy.

Jeśli zastanowić się nad tym, jakie cele posiada ten projekt, na pewno podstawowym z nich jest przymnożenie wiedzy o tym, jak wielokulturowa, wieloetniczna była Polska przez około 900 lat i jak łatwo jest tę wielokulturowość stracić. Dla człowieka młodego, który dorasta czy dojrzewa gdzieś w małym mieście w Polsce, ta wielokulturowość wcale nie jest oczywista. Często wręcz przeciwnie: jest jakąś opowieścią, z którą bardzo często młody człowiek nigdy się nie stykał. Wydaje mi się, że takie spotkanie z kimś kto otwarcie mówi o historii żydowskiej czy romskiej danego miasta, a jednocześnie odniesienie tego do faktu że Żydzi i Romowie dalej żyją w tym mieście jest istotne. Gdy dodamy do tego udzielenie odpowie-

dzi na proste pytanie, nawet jeśli jest ono zadane na czacie na Zoom: „Czy kiedykolwiek w Życiu rozmawiałem świadomie dłużej niż 5 minut z osobą, która jest Romem/Romką?” i 100% odpowiedzi na tym czacie jest przecząca, a mówimy o mieście w którym społeczność romska istnieje, można ją spotkać w instytucjach, administracji czy sklepie, to coś jest nie tak. Myślę, że jest to akcent zmuszający do refleksji.

Miejsca pamięci są pewnego rodzaju pretekstem. Owszem, warto zastanowić się co oznacza dla zwykłego nastolatka formalne miejsce pamięci jak na przykład pomnik Józefa Piłsudskiego stojący na rynku w Kraśniku. Czy jest tylko smutnym dorocznym obowiązkiem, żeby stanąć na apelu szkolnym, czy jednak czymś więcej. Czy może ten nastolatek przeczyta książkę o tym, kim był Piłsudski i dowie się, że zaczynał on jako socjalistyczny polityk, który nigdy nie porzucił młodzieńczych ideałów równości i narodowej wieloetniczności i z wszelakimi nacjonalizmami było mu zawsze nie po drodze.

Ciekawość – pierwszy krok do nieba

Sam Zoom nie jest wdzięcznym narzędziem do nawiązywania interakcji, ale jestem miło zaskoczony frekwencją. Zakładałem początkowo, że uczniowie będą się migać od dodatkowych zajęć, które trwają godzinę lub półtorej i wymagają dalszego siedzenia przy komputerze po zdalnych lekcjach. 90% uczestników pojawia się na spotkaniach, są coraz bardziej aktywni, zadają pytania, które nie

są wymuszone, ale faktycznie wynikające z ich zainteresowania. To też jest bardzo ważne. W naszej kulturze niestety wielu z nas ma wpajane od dziecka bardzo nieprawdziwe i krzywdzące przekonanie, że „ciekawość jest pierwszym krokiem do piekła”. Ten absurdalny cytat zapożyczony pewnie od XI wiecznego zakonnika i organizatora drugiej krucjaty Bernarda de Fontaine do tej pory zdaje się czynić spustoszenie w polskim systemie edukacji. Wydaje mi się, że nawet jeśli się z tym nie zgadzamy, w naszej świadomości gdzieś to się obja.

Działania w terenie – praca w miejscach pamięci

Teoria jest istotna i warto zdobyć najpierw informacje na temat pewnego zagadnienia. Dla mnie największy sens stanowią jednak działania praktyczne. Praca w terenie i zderzenie się z miejscami pamięci i ich obecnym stanem to jest taka sól tego projektu. Na początek zdefiniujemy miejsca pamięci w danej miejscowości chociażby po to, żeby je zinwentaryzować. Dzięki temu młodzież pozna, że mamy tych miejsc nie 5, nie 10, ale 45-50. Że wliczają się w nie zarówno przydrożne kaplice jak i nieoczywiste pomniki. Grób pana Milka Reintera, który znajduje się gdzieś przy obwodnicy Zakopianki vis a vis Castoramy w Nowym Targu czy nieoznaczone miejsca egzekucji w Borze Kombinackim to też miejsca pamięci. Samo uświadomienie sobie tego jest istotne.

Po zapoznaniu się z miejscami pamięci mam nadzieję na to, że uda nam

się z młodzieżą wybrać jedno, może dwa tego typu miejsca, odwiedzić je, zobaczyć jak wyglądają i w takim planie minimum przynajmniej zadbać o ich porządek i czytelność. W założeniu bardziej optymistycznym zadamy o to, żeby pojawił się opis miejsca i to nie tylko opis fizyczny w terenie, ale także opis internetowy z zawarciem treści, które opowiadają o tym miejscu w języku polskim i angielskim. W wersji wręcz idealnej praca młodzieży miałyby polegać na przyczynieniu się do odnowienia czy rewitalizacji danego miejsca. Są to jednak dalekosiężne plany na najbliższe miesiące, a nie tygodnie. Każda forma aktywności w terenie mająca na celu pracę nad utrzymaniem miejsc pamięci będzie już dużym sukcesem dla młodzieży jak i dla Latającego Uniwersytetu Młodzieży.

A co potem? Mam nadzieję, że wzrost świadomości, wiedzy i działania praktyczne zmienią także sposób myślenia młodzieży o miejscach pamięci i o tym, co ich na codzien otacza.

Wysłuchała i opracowała: Magdalena Pulikowska

Dziękuję Tomaszowi Cebulskiemu za rozmowę na temat projektu, a także za możliwość bycia jego częścią poprzez poprowadzenie dla młodzieży spotkań o nazwie „Judaizm bez tajemnic”.

Projekt Latający Uniwersytet Młodzieży finansowany jest ze stypendium Fundacji Alfreda Landeckera we współpracy z organizacją

Humanity in Action. Więcej informacji na temat projektu Latający Uniwersytet Młodzieży:

Strona na portalu społecznościowym Facebook

<https://www.facebook.com/latajacy.uniwersytet.mlodziezy/>

Strona www

<https://latajacy-uniwersytet-mlodziezy.pl/>



„Był sobie sztetl...” to autorski projekt dydaktyczno - wychowawczy zaplanowany do realizacji w roku szkolnym 2021/2022 w ramach edukacyjnej aktywności młodzieży Szkoły Podstawowej nr 1 im. ks. prof. Józefa Tischnera w Starym Sączu, czytelników Powiatowej i Miejsko - Gminnej Biblioteki Publicznej im. Wiktora Bazieliha w Starym Sączu oraz uczniów ANGLOSTACJI - Szkoły Języka Angielskiego w Starym Sączu.

Projekt ten swoim honorowym patronatem zaszczyli:

- Pani Bronisława Horowitz-Karakulska - „Nusia”, krakowianka, świadek historii, „Dziecko Holocaustu”, więźniarka getta, obozów w Płaszowie, Auschwitz i Brännlitz, uczestnicząca w produkcji „Listy Schindlera”, konsultantka historyczna amerykańskie-

go reżysera Stevena Spielberga

- twórcy filmu „Lista Schindlera” honorującego pamięć o Sprawiedliwym Wśród Narodów Świata, ocalona z Zagłady przez tytułowego bohatera,

- prof. dr. hab. med. Pan Aleksander Skotnicki - naukowiec Uniwersytetu Jagiellońskiego - lekarz, wnuk sędziarki - nauczycielki języka polskiego Anny Sokołowskiej - Sprawiedliwej Wśród Narodów Świata, wybitny hematolog, transplantolog, wykładowca UJ, kierownik Kliniki Hematologii w Krakowie w latach 1993-2018, współpracownik i następcą prof. Juliana Aleksandrowicza, orędownik dialogu polsko-żydowskiego, zasłużony dla zachowania w Polsce pamięci o ofiarach Holocaustu, społecznik, badacz losów Żydów uratowanych z Holocaustu i ich wielki

przyjaciół, działający również na rzecz współpracy chrześcijańsko - żydowskiej i pamięci o dziedzictwie kultury żydowskiej w Krakowie, pasjonat czasów wojennych, dokumentalista historii krakowian rozsianych w następstwie II wojny światowej po różnych częściach świata.

Projekt to nie tylko pamięć o zagładzie Narodu Żydowskiego, ale i pamięć o dziejach Żydów na terenie Polski i ich kilkusetletnim wkładzie w tworzenie historii Polski. To przekazanie faktograficznej prawdy i kształtowanie społecznej pamięci historycznej. To pamięć o Polakach zamordowanych przez Niemców za udzielanie pomocy Żydom. To wreszcie oddanie hołdu blisko 22 tysiącom Sprawiedliwych Wśród Narodów Świata, w gronie których najliczniejszą grupę - blisko 7 tysięcy stanowią Polacy.

Projekt, mający historyczne znaczenie, w założeniach autorki inicjatywy pani Jadwigi Postawy upamiętniać będzie te osoby, które współtworzyły kulturę materialną i duchową, reprezentując polską naukę, kulturę, sztukę. Przedsięwzięcie o charakterze dydaktyczno - wychowawczym umożliwi uczestnikom projektu poznanie przedstawicieli dwóch narodów - polskich patriotów, czynnie uczestniczących w rozwoju Ojczyzny i Małych Ojczyzn: Nowego Sącza, Starego Sącza, Krakowa.

Honorując pamięć o tragicznych wydarzeniach rozgrywających się podczas II wojny światowej w dniach 19 kwietnia - 16 maja 1943 roku w oku-

powanej przez nazistów stolicy Polski, uczestnicy projektu włączyli się w inicjatywę koordynowaną przez edukatorów Muzeum POLIN w Warszawie, między innymi w akcję „Żonkile 2021”. W dniu 19 kwietnia 2021 roku gościem młodzieży była Pani Krystyna Budnicka - warszawianka, bohaterka książki „Dziewczyny ocalałe” Anny Herbich, mająca w chwili wybuchu powstania w getcie warszawskim - w kwietniu 1943 roku - 11 lat.

Podczas walk ukrywała się w kanałach podziemnych, narażona na liczne niebezpieczeństwa. Jako kilkuletnia dziewczynka, najmłodsza spośród rodzeństwa, otaczana była troskliwą opieką członków rodziny i znajomych. To dzięki nim przeżyła, choć jej bliscy nie mieli tyle szczęścia. Przez wiele lat nie potrafiła mówić o tym, co ją spotkało. Dopiero po latach, nawiązawszy kontakt ze Stowarzyszeniem Dzieci Holocaustu, nauczyła się opowiadać swoją historię. Z czasem uznała to za swoją misję, stwierdziwszy, że mówienie jest właśnie rodzajem pomnika, bo dopóki się o kimś myśli i mówi, to te osoby nadal żyją. Podczas 78. rocznicy powstania w getcie warszawskim Krystyna Budnicka opowiedziała swoją historię, zapalając symboliczną świecę na pamiątkę bohaterów i bohaterek poległych w powstaniu.

Na łamach publikacji „Dziewczyny ocalałe” Pani Krystyna Budnicka wspomina: „ Nikt z mojej najbliższej rodziny - ani rodzice, ani rodzeństwo (6 braci i siostra) - nie ma grobu. Moja ojczyzna jest tutaj. Na ziemi, na której się urodziłam, w której spoczy-

wają szczątki moich przodków. Czuję się Polką. Jestem Żydówką i chrześcijanką w jednej osobie - praktykującą katoliczką. Wiara katolicka nie przeszkadza mi pamiętać o żydowskich świętach. O Holocauście musimy mówić prawdę i dawać świadectwo. Póki żyjemy. My, ostatni świadkowie.”

Wywiad ze świadkiem historii, zatytułowany „Stawiam pomnik tym, którzy zginęli”, przeprowadził Pan Mikołaj Grynberg - pisarz, psycholog, finalista Nagrody Literackiej Nike w 2018 roku. Wychowawcy: pani Urszula Dzięga, pani Anna Grabek, pani Katarzyna Gurgul, pani Eliza Huza, pani Renata Jasińska - Nowacka, pani Liliana Królikowska, pani Anna Nalepa, pani Jadwiga Postawa, pani Barbara Trzop wspólnie z wychowankami - uczniami klas: IV a, V a, VI a, VI d, VI f, VII b, VII c, VII d, VIII a, VIII d uczestniczyli również w wyjątkowych premierach filmowych i literackich Muzeum POLIN:

- „Muranów - Dzielnica Północna" (Opowieść o żydowskiej historii dzielnicy Muranów w Warszawie. Narratorka Ala, młoda warszawska Żydówka, zabiera widzów w multimedialną podróż po różnych miejscach Muranowa i opowiada najważniejsze historie z nim związane z okresu ostatnich stuleci. Film jest zrealizowany w stylistyce youtuberskiej i zawiera animacje oraz archiwalne filmy i fotografie),

- „Będę pisać” (Film edukacyjny powstały z myślą o uczniach klas IV – VI prezentujący losy dwójki żydowskich nastolatków. Ich historię poznaje współczesna dziewczyna z Muranowa,

której telefon nawiedza duch z przeszłości. Wspólnie z nią przenosimy się do dawnej Warszawy. Obserwujemy codzienne życie bohaterów przed wojną i po jej wybuchu), – „Nie było żadnej nadziei. Powstanie w getcie warszawskim 1943” (Film o powstaniu w getcie warszawskim składający się z trzech spójnych części. Pierwsza – przedstawia sytuację Żydów w przedwojennej stolicy oraz historię getta warszawskiego do momentu wybuchu powstania przy użyciu niepublikowanych wcześniej archiwalnych zdjęć i filmów. Sercem filmu jest pokazanie przebiegu powstania w getcie warszawskim. Ostatnia część to materiał prezentujący upamiętnienie polskich Żydów w przestrzeni współczesnego miasta).

Projekt, w którym uczestniczy młode pokolenie starszadzian – w ramach edukacyjnej inicjatywy pozalekcyjnej, lekcji historii i języka polskiego oraz zajęć z wychowawcą – współfinansowany został między innymi przez Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego.

Tekst: Jadwiga Postawa



