

WISSEN KOMPAKT

Krebs und Kunstlicht

In Ländern, in denen Kunstlicht häufiger verwendet wird, gibt es für Männer ein höheres Prostatakrebrisiko. Das hat eine Studie der Universität Haifa herausgefunden. Bereits in früheren Forschungen fanden die israelischen Wissenschaftler heraus, dass das Brustkrebrisiko bei Frauen ebenfalls durch Kunstlicht erhöht ist. ja

Totenbuch gefunden

Ein Verzeichnis der Toten des Nordthüringer Konzentrationslagers Mittelbau-Dora ist in Frankreich aufgefunden worden. Darin sind Namen und Daten von 8007 Häftlingen notiert, die zwischen dem 3. Oktober 1943 und 8. April 1945 durch Zwangsarbeit unter unmenschlichen Bedingungen ums Leben kamen. dpa

Dreyfus-Jahr

Der Bund jüdischer Soldaten (RJF) begeht 2009 das Alfred-Dreyfus-Jahr. Aus Anlass seines 150. Geburtstages soll an den französischen Hauptmann Alfred Dreyfus erinnert werden, der 1894 Opfer von Judenhass in den höchsten Gremien des Militärs wurde. Im Herbst wird der RJF einen Alfred-Dreyfus-Preis verleihen. ja

Hilfe für Afrika

Mit der Vermittlung von Know-how über Bewässerungs- und Anbaumethoden wollen Wissenschaftler der Ben-Gurion-Universität in Beer Scheva die Landwirtschaft in Nigeria verbessern. „Ich will zeigen, dass eine afrikanische Familie ein vergleichsweise gutes Leben führen kann, auch wenn nur ein kleines und schlecht bewässertes Feld zur Verfügung steht“, sagt Dov Pasternak, Professor der Ben-Gurion-Universität. Nach seinen Plänen wurden bereits 2.500 Felder in acht verschiedenen afrikanischen Ländern kultiviert. ja



Nigerianerinnen beim Hirscheschlagen

Foto: Reuters



Zeigt her Eure Füße: Von den Sohlen lassen sich viele Beschwerden ablesen.

Foto: Stephan Pramme

VON KATRIN RICHTER

Jetzt bloß nicht lachen. Auch wenn es kitschelt. Nur schnell an etwas anderes denken. Emilys Frage kommt da wie gerufen: „Was möchtest du in deinem Leben erreichen?“ Während die ausgebildete Grinberg-Praktikerin konzentriert die Füße betrachtet, sie abtastet und drückt, stellt sie immer wieder Fragen, die weder mit Füßen noch im Entferntesten mit deren Pflege zu tun haben. Denkt man. Denn die Füße verraten viel mehr als durchgetanzte Nächte in zu engen Schuhen. Sie sind eine Landkarte der Seele.

Diese Karte lesen und interpretieren zu können, ist der Anfang der Fußtherapie nach der Grinberg-Methode, benannt nach ihrem Erfinder Avi Grinberg.

Der Israeli entwickelte in den 70er-Jahren ganz verschiedene Arten, Körperbewegungen zu erforschen. Seine Klienten, wie die Besucher genannt werden, erzählten ihm von ihren meist körperlichen Beschwerden. Mal tat der Rücken weh, mal empfanden sie ihren Alltag als extrem stressig oder waren einfach unzufrieden mit sich selbst. Und darin sah Grinberg den Ansatzpunkt. Selbstheilung. „Schwächen aus eigener Kraft anzugehen, um mehr Selbstausdruck im Leben zu gewinnen.“

Auch Emily Poel kam über körperliche Beschwerden zur Grinberg-Methode. Die studierte Tänzerin und Historikerin hatte einen Unfall und fand in der Grinberg-Methode eine Therapie, die half, ihre Bewegungen wieder richtig auszuführen. Seit acht Jahren lebt die aus Michigan kommende Praktikerin in Berlin.

Die Praxis im Prenzlauer Berg liegt im Dachgeschoss. Helles Parkett, lindgrün und weiß gestrichene Wände – ein großzügiges Arbeitsumfeld. Auf dem kleinen Flur stehen Biscotti, Nüsse und Wasser. In einer Schale schwimmen Blüten, die farblich zu den Wänden passen.

Auf den ersten Blick könnte das auch ein Kosmetikstudio sein. Nur die herumliegenden Informationsblätter deuten darauf hin, dass hier keine Nägel in Form gebracht oder Augenbrauen gezupft werden. Der „Behandlungsraum“ ist sparsam eingerichtet, eine Liege, davor ein Stuhl, einige Lampen. Emily sitzt vor der Liege mit direktem Blick auf die Füße.

Ihre Arbeit sieht sie nicht einfach nur als Job. „Wenn sich Menschen am Ende einer Behandlung wohler fühlen als zuvor

und sie ihre persönlich gesteckten Ziele erreichen können, dann bin ich zufrieden.“

Deshalb stellt sie zu Beginn der Fußtherapie immer die Frage nach den Zielen. Auch die Vergangenheit der Klienten wird in die Diagnose mit eingebunden. Gab es ein auslösendes Ereignis, was den Lebensweg beeinflusst hat. Eine Krankheit, vielleicht eine unaufgearbeitete Geschichte in der Familie – die Ursachen, warum sich der Körper mit Schmerzen meldet, können so mannigfaltig sein wie die Erscheinungsformen menschlicher Füße.

Emily tastet weiter, doch von Lachen keine Spur. Es drückt, es ist unangenehm und tut weh. Das ist ein Zeichen. Nur wofür? Sie untersucht weiter und schon wieder dieses durchdringende Ziehen. „Die rechte Körperhälfte ist etwas verspannt.“ sagt sie. „Woher kommt das?“ Ihre Fragen sind direkt und treffen manchmal direkt ins Schwarze. Denn erst dann, wenn man die eigenen Verhaltensweisen, die der Auslöser für die körperliche Verspannung sein können, erkannt und ausgesprochen hat, wird das Folgepro-

gramm festgelegt. Und das besteht aus einer Entspannungssitzung, 20 Minuten massiert Emily Nacken und Schultern.

Jetzt ist das Lachen endgültig weg, denn sie ertastet Punkte, die richtig wehtun. „Tief in den Brustkorb einatmen und wieder ausatmen.“ Die Hauptsache ist es, den Schmerz nicht mit gleichzeitigem Verkrampfen des Muskels zu erwidern. Das ist einfacher gesagt als getan. „Mach den Oberkörper ganz leicht und wieder tief einatmen.“ Zur Unterstützung atmet Emily gleichzeitig mit.

Die Atmung spielt bei der Grinberg-Methode eine zentrale Rolle, denn wer sein Atemvolumen trainiert, kann Stress und Anspannung verringern. Im Entspannungskurs lernen Teilnehmer, wie sie ihre Aufmerksamkeit bündeln können, um den Kopf und somit auch den ganzen Körper zu beruhigen. Denn Stress, weiß Emily, kann sich auf die Konzentration, die Kreativität auf die Gesundheit – kurz auf das ganze Wohlbefinden auswirken.

Wie sehr der Körper gearbeitet hat, wie intensiv er auch behandelt wurde, das merkt man in den letzten zehn Minuten der Entspannungssitzung. Nämlich dann, wenn man einfach nur daliegt, langsam atmet, die Stille hört, die Schultern auf dem weichen Laken pulsieren fühlt und nicht lacht.

Die Füße sind wie Landkarten der Seele. Man muss sie lesen und interpretieren können.

Unterlassene Hilfeleistung

Zwei neue Studien belegen: Auch Norwegen und die Türkei kollaborierten mit dem NS-System

VON MICHA BRUMLIK

Allmählich spricht sich herum, dass der Holocaust nicht nur Teil der deutschen Geschichte ist, sondern auch ein gesamteuropäisches Ereignis war.

Als ein Beispiel für äußerst aktive Kollaboration stellt sich auf der Basis neuester Forschungen derzeit Norwegen dar, das bisher oft in einem Atemzug mit der dänischen Bevölkerung genannt wurde – zu Unrecht, wie sich jetzt zeigen lässt. So hat der norwegische Statistiker Espen Söbye in diesem Jahr die gründlich recherchierte Lebensgeschichte eines jüdischen Mädchens vorgelegt. Sie war die Tochter russischer Juden, die zu Beginn des 20. Jahrhunderts nach Norwegen geflohen waren. 1927 wurde sie dort geboren und 1942 in Auschwitz ermordet. Mit dem Buch *Kathe. Deportiert aus Norwegen* liegt zum ersten Mal eine penible Studie vor, die nachweist, wie die von Deutschland besetzte norwegische Nation noch über die Anstrengungen der Quisling-Regierung hinaus, aufgrund traditioneller Vorurteile aber auch bürokratischer Hartherzigkeit im Pass- und Staatsbürgerschaftsgesetz, den damals in Norwegen lebenden und dort geborenen Juden jenen Schutz entzog, der sie eventuell

hätte retten können. Der mit aufschlussreichem Bildmaterial ausgestattete Band erzählt indes nicht nur eine anrührende Geschichte, sondern ist eine umfassende Darstellung des Holocaust in Norwegen, in einem Land, dessen Einwohner sich bis heute nicht wenig auf ihre Solidarität mit den Ländern des Südens, das heißt: auch mit den Palästinensern zugute halten.

Regelrechten Sprengstoff enthält die ebenfalls 2008 erschienene Studie der Hamburger Turkologin und Übersetzerin Cory Gutttstadt *Die Türkei, die Juden und der Holocaust*. Diese Studie ist deswegen so brisant, weil sie einen Mythos zum Einsturz bringt: von dem die europäischen Juden nach allen Kräften rettenden neutralen Staat am Bosphorus.

Gutttstadts Studie, die keineswegs nur den Holocaust, sondern die ganze Geschichte der Juden in der kemalistischen Türkei seit den 20er-Jahren penibel auf Basis von neu erhobenen Quellen darstellt, zeigt, dass das schöne Bild nicht stimmt. Die einzelnen mutigen Taten türkischer Botschafter und Konsularbeamter im von den Deutschen besetzten Europa stellen mit Blick auf die Haltung der Türkei bestenfalls ein Viertel der Wahrheit und damit eine ganze Lüge dar.

Gutttstadt weist nach, wie der jungtürkische und kemalistische, auf Homogenisierung von Armeniern, Kurden und Juden zielende Nationalismus vor und nach dem Ersten Weltkrieg Abertausende türkischer Juden zur Auswanderung nach Europa, nach Deutschland, Frankreich und in die Benelux-Staaten trieb und zwar so, dass die ersten und größten türkischen Kolonien etwa in Paris und Berlin vor allem aus Juden bestanden. Die Türkei beließ diese Menschen in oft ungelärten konsularischen Statusfragen, so dass bald Abertausende türkischer Juden unter den Einfluss Deutschlands gerieten, sie aber ihrer „neutralen“ Staatsangehörigkeit wegen zu-



Vidkun Quisling vor deutschen Soldaten

Foto: dpa

nächst noch vor Deportationen in die Vernichtungslager geschützt waren. Die kemalistischen Passgesetze besagten, dass ehemalige osmanische Staatsbürger, die nicht am „Befreiungskampf“ in den frühen 20er-Jahren teilgenommen hatten, nicht in die Türkei zurückkehren durften.

Mitte des Jahres 1942 stellte die nationalsozialistische deutsche Reichsregierung verschiedenen neutralen Staaten ein Ultimatum, ihre jüdischen Bürger, die noch in Westeuropa lebten, zu repatriieren, so auch im Oktober des Jahres der Türkei. Trotz erheblichem deutschen Druck reagierte die Türkei nicht, räumte indes ein Jahr später, 1943, immerhin ein, begründete Einzelfälle zu prüfen, entzog aber gleichwohl in den Jahren 1942 bis 1944 Tausenden türkischen Juden im besetzten Europa die Staatsbürgerschaft – und das, wie Cory Gutttstadt nachweisen kann, dem Umstand zum Trotz, dass man sich in den politischen Kreisen Ankara spätestens 1943 ein genaues Bild über die Ermordung der in Europa vegetierenden Juden machen konnte. Man wird also im Fall der damaligen türkischen Regierung nicht nur von unterlassener, sondern von wissentlich unterlassener Hilfeleistung sprechen müssen,

Corry Gutttstadts ebenso umfassende wie differenzierte Arbeit wird auf Jahre hinaus das Standardwerk zum Thema bleiben.

Vergleicht man endlich die beiden, vom kleinen Hamburger Verlag Assoziation A vorgelegten Studien miteinander, so zeigt sich, dass es in beiden Fällen das Staatsangehörigkeits- und Passrecht gewesen ist, das sich als Instrument zur tödlichen Preisgabe von Menschen vorzüglich eignete.

Diese Erkenntnis enthält eine Lehre, die für alle, die sich in der Europäischen Union und im Schengen-Raum für die Menschenrechte einsetzen, von besonderer Bedeutung ist: Ohne eine unseren Regierungen und Parlamenten abzufordernde großzügige Handhabung derartiger Regelungen können auch wir nicht sicher sein, uns nicht schuldig zu machen.

ESPEN SÖBYE: KATHE. DEPORTIERT AUS NORWEGEN
Assoziation A, Berlin/Hamburg 2008, 188 S., 18 €

CORRY GUTTTSTADT: DIE TÜRKEI, DIE JUDEN UND DER HOLOCAUST
Assoziation A, Berlin/Hamburg 2008, 516 S., 26 €