VEGETARISK TIDSSKRIFT

19. ÅRGANG - 15. MARTS 1925 - NUMMER 3

Indhold: Foreningsmeddelelser. — Møder og lignende. — Fra arbejdsmarken. — Diætreform. — Lær Esperanto. — Tolerance. — Fra Bulgarien. — Nogle kendsgerninger om vaccination og kopper. — Spredt og samlet. — Vor brevkasse. — Annoncer.

„Menneskehedens opgang eller undergang"

er det emne, hvorom hr. *Emil Grotzinger* fra Tyskland vil tale ved sine demonstrationsmøder i *„Byens køkken"*, Grønnegade 41, o. g., den 30. og 31. marts kl. 8. Se nærmere herom under „Møder og lignende". Alle medlemmer i D. v. f. i København og omegn bør give møde. *Her er noget nyt!*

Foreningsmeddelelser.

Cykletur Danmark rundt. I tilfælde af tilstrækkelig tilslutning tænkes der arrangeret en længere cykletur til sommer. Turen antages at ville tage ca. 10 à 12 dage og skal gå fra København gennem Sjælland til Korsør, Nyborg, Svendborg, Fåborg, med Mommarkfærgen over til Sønderjylland. Derefter opad Jyllands vestkyst og tilbage ad østkysten til Fredericia. Hjemtur gennem Fyen og Sjælland til København.

De vegetarer, som har lyst til at deltage i turen, bedes indsende billet mærket „Cykletur" til Vegetarisk oplysningskontor. Der arrangeres så senere et møde, hvor deltagerne drøfter turen nærmere. *D.*

Gaver. *Uddannelsesfondet:* Kr. Hansen kr. 5,00, Marius Andersen 25,00, Siesby 10,00, Ahlefeldt Laurvig 10,00, Bønlykke 10,00, Østergård, Bramminge, 10,00, Søren Kristiansen, Kvong, 3,00, Hesselager 2,00, Trine Olsen, Fredericia, 5,00, Sigurdsson 5,00, Frode Rasmussen 5,00, L. Høst 10.00, H. Nissen 2,00, J. Dige 10,00, S. Svensson 3,00, P. og K. Pedersen 15,00, Gyldenkærne 2,00, R. C. Iversen 10,00, Stemmerik 2,50, Hilda Hermansen 10,00, lærer Thygesen 3,00, Rasmussen, Ørtoft, 1,00, Lexow 5,00, E. Foltmann 10,00, M. Foltmann 10,00, Amdisen 5,00, Deleuran 3,00, Tony Müller 2,00. *Foreningen:* Marius Andersen 10,00, P. og K. Pedersen 5,00, Volkert 3,00, Råe 2,00, Tony Müller 1,00.

Lidt bedrøvelig statistik. Til ca. 350 ikke medlemmer sendte vi i januar—februar opfordring til at støtte os på en eller anden måde, da de antagelig var interesserede i vort arbejde. Vi vedlagde et indbetalingskort. På det nærmeste ingen svar — endnu! Til ca. 600 adr. på medlemmer sendte vi indbetalingskort og bad om 1) kontingent 1925, 2) gave til uddannelsesfondet (ialt ønskedes 3000 kr.) og 3) andre gaver.

ad 1) Der er kommet ca. 50 svar. Det vil altså sige, at langt de fleste ønsker opkrævning — men det er sådant et stort arbejde. Send venligst indbetalingskortet afsted selv med kontingentet.

ad 2) Der er kommet ca. 30 svar med ca. 250 kr. Det er jo lidt langt fra de 3000 kr. *Hvad skal vi så gøre?* Lad høre fra Dem!

ad 3) Ca. 6 svar. Tak! Lad resultatet svare lidt mere til anstrengelserne!

Olaf Egerod.

Møder og lignende.

Københavns afdelingen. *Mandag den 30. marts kl. 8 i „Byens køkken", Snedkerlaugets ejendom Grønnegade 41:* Hr. *Emil Grotzinger* fra Tyskland, grund-

lægeren af Diætreform-levemåden for børn og voksne, syge og sunde, vil tale om den ny ernærings- og levemetode og fremvise sin ny dampkogningsmetode.
Tirsdag den 31. marts kl. 8: Fortsættelse af foredraget, eventuelt med lysbilleder, på samme sted. *Kom til disse møder og tag Deres venner med!*

Odense afdelingen. Der afholdes et møde i Odense *den 25. marts kl. 8 aften* (se annoncerne desangående i dagbladene sidste lørdag og tirsdag før den 25. ds.). *Ved mødet holder hr. naturlæge Grotzinger fra Tyskland foredrag med lysbilleder og demonstrerer nye metoder for dampkogning af frugt og grøntsager m. m.* Vegetarisk forenings medlemmer vil få gratis adgang. *Chr. Hansen.*

Sydfyns afdeling. *Søndag den 22. marts kl. 4 eftern. i afholdsforeningens sal, Bagergade 16,* opvisnings- og lysbilledforedrag af hr. *E. Grotzinger* fra sanatoriet „Diætreform", Lehmrade. Emne: „Menneskehedens fysiske og økonomiske sammenbrud". Hr. Grotzingers nye kogemetode vil blive demonstreret.

Fra arbejdsmarken.

Kobenhavns afdelingens årlige, ordinære generalforsamling den 23. februar havde samlet fuldt hus. Formanden aflagde beretning om årets virksomhed, og kasserersken oplæste det trykte regnskab, der blev godkendt, og som balancerede med kr. 3.548,91. Hovedindtægten var medlemskontingentet kr. 1.377,50 og billetsalget ved møderne kr. 1.024,25. Andre små indtægter samt kassebeholdningen fra året forud udgjorde resten. Af udgifter var møderne i 1924 kr. 1.641,70 og indbetalt til landsforeningen og børnehjemsfonden tilsammen kr. 1.012,89 de største poster. Resten var små beløb anvendt til administration, krans etc. Kassebeholdningen 31. decbr. 1924 udgjorde kr. 808,82. Bestyrelsen kom til at bestå af — sammen med suppleanter — Aage Psilander, C. Seegelke, Cathinka Henriksen, N. A. Volder, Laura Melrn og konstruktør J. A. Dige — nyvalgt. H. L. Henriksen genvalgtes som formand. Revisorer: prokurist O. M. Petersén og maskinmester Holger Bagger — sidstnævnte nyvalgt. Under „eventuelt" drøftede man flere spørgsmål, der vil blive nærmere omtalt i fremtidige numre af vort medlemsblad, og hvori bestyrelsen fik mandat til at handle efter bedste skøn og evne. Efter mødet tilbragte medlemmerne nogen tid i hyggeligt, selskabeligt samvær. Herved en tak til alle, der deltog, og især tak til vor fortræffelige formand og aftenens vært, hr. *H. L. Henriksen*, der med en aldrig svigtende interesse og offervilliglied, sammen med sin elskværdige familie, varetager vor forenings tarv — vi kan ikke ønske os ledelsen i bedre hænder.

Dr. frk. *Regine Grønberg-Petersens* foredrag i København den 26. februar om „Vaccinationsspørgsmålets oprindelse og videre udvikling" vakte ikke den opmærksomhed, som man havde regnet med, og som det havde fortjent, desværre. Men en del tilhørere var dog kommet tilstede, og disse fik også noget at vide, thi det var et overordentligt interessant og belærende foredrag, hvortil de tilstedeværende lyttede opmærksomt fra først til sidst. Tak for det.

Århus afdelingen afholdt den 24. februar generalforsamling på Århus lysbadeanstalt. Desværre var der ikke stor tilslutning. Formanden fru Frida Hansen aflagde beretning. Der havde i årets løb været afholdt et 3 dages henkogningskursus og nogle møder. Medlemstallet er gået tilbage, væsentlig på grund af udskydning af de ikke-betalende. Den nuværende bestyrelse genvalgtes med undtagelse af læge frk. Nordheim, der er bortrejst. I hendes sted valgtes fru grosserer Arndal, Århus. Efter generalforsamlingen hyggeligt samvær om fru Hansens Ara-bord. *C. O.*

Svendborg. Torsdag den 26. marts holdt frk. *Anna Ullerup*, Råstrup kursted, Svendborg, ifølge opfordring, i „Frelsens hær's sal i Svendborg en smørrebrødsdemonstration ledsaget af oplysende foredrag. — Salen var tæt fyldt og interessen stor.

Odense afdelingen afholdt generalforsamling i Vegetarisk restaurant, Provstegade 8, den 4. marts 1925. Regnskaberne godkendtes, og der blev foretaget valg af ny bestyrelse for året 1925. Til sekretær valgtes hr. landbrugskandidat Fr. Petersen, Seden, til kasserer samme. Til bestyrelsesmedlemmer valgtes Fru Rasmussen, fru Nielsen og fru Svanefjord, til formand valgtes Chr. Hansen.

VEGETARISK TIDSSKRIFT
19. ÅRGANG 15. MARTS 1925 NUMMER 3

UDGIVET AF DANSK VEGETARISK FORENING. REDAKTION: KOMMUNELÆRER, CAND. PHIL. OLUF EGERØD (ANSVARSHAVENDE), RØDKILDEVEJ 40, TELEFON: GODTHÅB 2573, BRØNSHØJ, KØBENHAVN OG FULDMÆGTIG ST. FINK-JENSEN, USSERØD, KOKKEDAL

Diætreform.

Som det vil ses andetsteds i bladet, får Danmark i de nærmeste dage besøg af den tyske naturlæge *Emil Grotzinger.* Vi benytter lejligheden til at gøre lidt rede for hans synspunkter, således som de fremgår af hans bog *„Der Organismusbesen"*, der handler om den legemlige og åndelige genfødelse af menneskeslægten. Bogen er forsynet med anbefalende forord af en række ansete læger, som i det store og hele tiltræder *dr. Grotzingers* opfattelse.

Forfatteren går ud fra, at sygdom er begyndelsen til døden, medens sundhed er livets vækst, at det hovedsagelig er vor ernæring vi må tilskrive vort slette helbred, og at det derfor er her, at kampen skal begynde. Råkost er den grundlæggende kost for et sundt og naturligt menneskeliv, og da først og fremmest de rå frugter, der er menneskets naturlige føde, og de salte, som plantestofferne indeholder, er af afgørende betydning for livsfunktionerne.

Bemærkelsesværdig er forfatterens standpunkt overfor kornstofferne og de stivelsesholdige fødemidler i det hele taget; han benægter nemlig deres ret til en plads i den menneskelige ernæring; kornstofferne stammer fra kultiverede græsarter, som er bestemt til føde for kreaturer og visse fugle, men ikke for mennesker; og den varmetilførsel (kaloriemængde), som opstår ved kornstoffernes forbrænding, beror på en gæringstilstand i blodet og en betændelsestilstand i organerne. Kornstofferne tilfører altså rigtignok legemet varme, men det er en febervarme, som på unaturlig måde hidser legemet, giver det en falsk varme og praktisk taget opbrænder organismen. Helt anderledes med den varme, som frugternæringen afgiver; den er af en for legemet naturlig beskaffenhed og af velgørende indflydelse. At kornstoffer kræver tilberedning enten ved kogning eller formaling er for forfatteren også et bevis for, at de ikke hører med til menneskets naturlige føde.

At forfatteren tager meget kraftig til orde mod brugen af spiritus og tobak er selvfølgeligt.

I råkost har vi midlet til legemets vedligeholdelse og samtidig et helbredelsesmiddel, som er istand til at overvinde mangfoldige forhåndenværende usunde tilstande. Drejer det sig imidlertid om helbredelse af sværere sygdomstilstande, tilråder forfatteren som den korteste og sikreste vej: fastekuren. Den påstand, at faste kræver særlige anstrengelser af hjertet strider mod erfaringen; kun under kriser er dette tilfældet, men hvad kræves der ikke af hjertet ved det daglige overmål af føde, ved brugen af alkohol, pirringsmidler, sværtfordøjelige fedtstoffer og stivelsestoffer?

Faste er et stærkt indgreb i livsfunktionerne og kan derfor med rette kaldes „operation uden kniv". Fastekure er naturlægemetodens kirurgi.

Frisk luft indtager naturligvis sin store plads i en sundhedsmæssig levevis; men ikke alene til åndedrættet er frisk luft nødvendig, også hudvirksomheden kræver frisk luft; vor hud er bestemt til *stadig* at ombølges af luften, en fordring, som kun få mennesker skænker nogen større opmærksomhed. Frisk luft indvendig og udvendig stimulerer blodomløbet, fremmer stofskiftet og forhøjer livsenergien.

Bogen er udmærket skreven og rummer en mængde træffende udtalelser om en række forskellige forhold vedrørende vor livsførelse. — Der er derfor al grund til at vente et par interessante aftener. *F.-J.*

Lær Esperanto.

På omslaget af bladet stod i sidste nummer en opfordring til medlemmerne om at lære Esperanto. Det har glædet mig meget, ligesom det har glædet mig at se, at to af de mest indflydelsesrige bestyrelsesmedlemmer i den internationale liga siden kongressen i Stockholm er blevet Esperantister, så turde det altså ikke være helt forgæves, at *Vegetara Esperantista Ligo* var officielt inviteret til at deltage i kongressen og derved fik lejlighed til at slå til lyd for Esperanto blandt deltagerne. Som en af repræsentanterne for denne liga havde jeg fornøjelsen at tale med de fleste af deltagerne om denne tanke at få de mange sprog afløst af et fælles, og når jeg undtager en Englænder, der indtog en meget afvisende holdning og fortalte mig, at der var ingen i England, der mere interesserede sig for Esperanto, så fandt jeg hos de fleste endogså et meget stærkt ønske om at få virkeliggjort den tanke. Hele kongressen var et levende bevis for, at det er på høje tider, at man indser, at 3 à 4 sprog tager for megen tid på et forhandlingsmøde; hvad man bruger 5 dage til at forhandle, kan godt afgøres på 2 à 3 dage, når vi alle taler det samme sprog. Forhandlingerne i Stockholm led alle i høj grad under sprogvanskelighederne. Tolkningerne bliver kun resumeer, ikke alle talerne bliver resumerede, og den der ikke kan følge med på alle sprogene, har egentlig et kummerligt udbytte af en sådan kongres, rent bortset fra det behagelige samvær med alle de prægtige mennesker, der smiler velvilligt til hverandre og så inderligt ønsker at kunne meddele sig til hverandre. I Stockholm blev de fleste spørgsmål henvist til hovedbestyrelsens nærmere drøftelse, fordi vi måtte bryde forhandlingerne af for at nå at komme igennem det store og righoldige program. Og alle de interessante foredrag, som det er ganske umuligt at få tid til at tolke, hvormange havde fornøjelsen af dem? Eller var det måske lutter sprogkyndige folk, der var tilstede? Jeg tror det ingenlunde, i det mindste konstaterede

jeg, at de fleste Tyskere og Englændere ikke forstod hverandre. Jeg vil slet ikke tale om en Spanier, der var rejst fra Madrid til Stockholm uden at kunne andre sprog foruden sit eget modersmål end Esperanto og Fransk, så vidt var han den eneste, der holdt foredrag på dette sidste sprog, og hvormange, der forstod det, skal jeg ikke kunne sige.

Et af de mange spørgsmål, der var på dagsordenen, var oprettelsen af et internationalt organ for ligaen; man kunde slet ikke blive enige om dette punkt. Her trådte sprogvanskelighederne atter i forgrunden; på *Vegetara Esperantista Ligos* vegne tilbød jeg vort esperanto organ „*Vegetarano*", som allerede har existeret i 8 år — dette spørgsmål blev også henlagt til hovedbestyrelsens afgørelse.

Her er allerede et punkt, som viser det praktiske i kun at have ét fælles sprog, og at dette må være neutralt, forstår man, når man blot en gang har overværet en kongres, hvor flere nationer er tilstede og hver foreslår sit sprog.

Overalt er sprogspørgsmålet på tale både direkte sat på dagsordner og indirekte gennem beklagelser over sprogvanskelighederne, misforståelserne og den megen tid og penge, de mange sprog koster både organisationerne og individerne. Det er helt nye tider, vi går ind i, og menneskene, i særdeleshed dem, som rækker hverandre hænderne ud over landenes grænser, må snart vænne sig til den tanke at tale et for alle fælles neutralt sprog, meget vil derved være vundet. Et sådant sprog skal ikke opfindes, det har vi allerede i Esperanto, som i de 38 år det har bestået, har bevist sin levedygtighed og stået sin prøve som skriftligt og mundtligt forståelsesmiddel.

At Esperanto er gledet ind i det daglige liv rundt om i verden, skyldes først og fremmest praktiske idealister, der har indset, at ved hjælp af dette sprog kan de komme sammen og drøfte deres fælles ideer, oprette organer, udgive deres litteratur, og i anden række vække forretningsfolk, der søger nye midler, for at fremme deres mere materielle interesser, disse har opdaget, at der findes Esperantister overalt i verden, der ligesom andre mennesker har behov for deres varer.

Den rapport, som Folkenes forbund i 1922 samlede og forelagde delegeretforsamlingen, om Esperantos udbredelse, er det fyldigste dokument om esperantosagen man har, den beretter kun ganske nøgterne fakta og har Folkenes forbunds navn som garanti for dens pålidelighed. Af den fremgår det, at F. F. ser på Esperanto som den eneste antagelige løsning — blandt andre konkurrerende sprog — af spørgsmaalet om et internationalt sprog.

Det er derfor på tiden, at vegetarerne også tager en beslutning om at lære Esperanto; de skal jo ikke til at bryde hovedet med at løse sagen rent sproglig, kun sætte sig hen og lære sproget, så de kan tale det til næste kongres, jo flere vi kommer tilstede, der kan tale sproget, jo før kan vi sætte igennem, at kongresserne bliver udelukkende holdt på Esperanto, ligesom vegetarerne gør under Esperanto-verdenskongresserne, så får vi noget ud af samværet.

At Esperanto er så let, at alle kan lære det, behøver jeg vist ikke at tilføje, og at jeg altid er rede til at give alle oplysninger samt kursus, har redaktionen jo allerede meddelt. *Margrethe Noll.*

Tolerance.

Tolerance er en ganske fortrinlig og brugbar egenskab hos vi mennesker, når vi blot anvender den ret og på de rigtige steder. Men anvendt fejlagtigt gør den uhyre megen skade.

På den rette plads vil den uden tvivl være alle vegne, hvor den anvendes over for *personer* uden samtidig at skulle udøves overfor *modbydelige* eller ligefrem *slette handlinger.*

Ja, man kan sikkert uden skade ndstrække sin tolerance så vidt, at man tør nære en vis sympati og medfølelse for de stakkels mennesker, der på en eller anden måde er kommen på kant med samfundslovene og for kortere eller længere tid er bleven berøvet friheden.

Thi der er ingen tvivl om, at der bag tugthusenes mure sidder mangen en menneskesjæl, som er af bedre karakter og langt større værdi end mange af de heldigere forbrydere og livslovovertrædere, der vandrer fri og franke omkring iblandt os — ja, kanske er nogle af vore bedste embeder eller største tillidsposter betroede,

Men man bør aldrig gå så vidt i sin tolerance, at man tolererer en *ond* eller endog blot *dårlig handling* for den persons skyld, der udøver den.

Den onde eller skadelige *gerning* bør man altid fordømme og tage afstand fra, selv om den er udført af éns nærmeste ven eller slægtning. Men derimod bør man være skånsom og overbærende imod den *menneskesjæl,* der kommer for skade at udføre den mislige dåd.

Thi: „alle have vi fejl og forsynde os daglig meget; men derfor vil vi også af hjertet tilgive og gerne gøre dem vel, som forsynde sig imod os," som det står skrevet i vor børnelærebog.

Personerne i al deres skrøbelighed kan det aldrig være forkert at være overbærende og tilgivende imod, da vi alle uden undtagelse selv trænger til overbærenhed og tilgivelse.

Men noget helt andet er det at være tolerante over for deres bevidste eller ubevidste degenererende og demoraliserende *handlinger.*

Thi kommer vi ind på at tolerere og goutere de slette eller endog blot tvivlsomme *gerninger* i vore omgangskredse, vore hjem, vore selskaber og i vort samfundsliv, da er vi selv paa glidebanen nedad i vildmosens hængedynd. Og da vil vi aldrig kunne hjælpe hverken os selv eller andre op af dyndet. Thi jo fastere vi da må træde for at få blot vore egne ben med os, desto dybere synker vi i mudderet.

Det er jo ikke ganske hen i vejret, når folkeerfaringen er kommen til det resultat, at „når man giver fanden en finger, så tager han hele hånden."

Se, derfor bør vi menneskers tolerance overfor vore medmennesker aldrig strække sig så vidt, at vi på noget som helst felt gør os til hælere eller medhjælpere for dem i nogen art af tvivlsomme eller nedbrydende gerninger.

Vi kan jo godt være de bedste, mest overbærende og mest trofaste venner imod deres *personer* samtidig med, at vi med urokkelig fast bestemthed tager afstand fra deres urigtige *handlinger.*

Thi hvorledes skal vi ellers praktisere det led i vor trosbekendelse, — at: „forsage djævelen og alle hans gerninger og alt hans væsen?" —

Ingen kan med rette forlange af os, at vi skal adlyde mennesker mere end Gud.

Og derfor kan heller ingen kræve, at vi hverken i småt eller stort skal bryde de grundlove i naturen, som vi tror, Gud selv har nedlagt der som sine bud — som tilkendegivelsen af sin vilje overfor menneskenes livsførelse.

Og hvis vi alligevel gør det — for at tækkes Povl eller Per — så har vi næppe en gang lov til at skyde os ind under, at vi gennem den art tolerance søger at undgå „forargelse".

Thi hvis vi ransager vore hjerter oprigtigt efter en sådan „from" tolerance, vil det vist nok i de fleste tilfælde vise sig, at det var mere for vor egen end for de andres skyld, hvad vi gjorde. Det var langt mere fejghed og magelighed, end det var godhed og medlidenhed, der dikterede os bruddet på vore mindre solide principer.

Det er jo altid betydeligt lettere at følge med strømmen og være som „de andre" end at hævde en original og selvstændig personligheds anskuelser i ord og gerning.

Alt dette kunde vist både vi vegetarer og andre idealister have nytte af alvorligt at overveje og lægge os på sinde.

Thi grunden til, at det går så forbistret småt med fremgangen for vegetarismen, turde vist bl. m. a. væsenligst findes i den kendsgerning, at de fleste af os halter til hvilken side hveranden gang og lefler alt for meget både for vore egne og andres tidligere usunde vaner.

Der kan nu én gang hverken agiteres for eller skabes begejstring på noget sølle halteri.

Vi burde enes om at fastslå en bestemt modereret og rimelig grænse for, hvad der skulde forstås ved en sund vegetarisk levevis. Og *den* burde vi så aldrig overtræde til den forkerte side, men kun derfra bygge videre fremad.

Så kunde vi dog kanske vinde lidt agtelse og respekt for vor livsførelse og vore bestræbelser og blive flere i følge.

„Følg ej med strømmen, men følg med tiden, hvis du vil holde dig ung i striden! Kan strømmen ta' dig, så vil den sluge dig, går tiden fra dig, kan den ej bruge dig!" (Hostrup).

Karl Klinte.

Fra Bulgarien.

De bulgarske vegetarer afholdt fra $^{31}/_{8}$—$^{2}/_{9}$ 1924 deres årlige kongres i Plovid. Med henblik på de drøftelser om et internationalt organ, der fandt sted på den internationale kongres i Stockholm, besluttede kongressen at udtale følgende henvendelse til den kommende kongres:

1) *at* forbindelsen mellem den *Internationale vegetariske union* og de deri stående nationale foreninger, takket være de store sproglige vanskeligheder, er meget svag;

2) *at* på grund af disse sproglige vanskeligheder har unionen endnu intet eget officielt organ;

3) *at* på den anden side er det internationale sprog, Esperanto, meget udbredt blandt vegetarerne i Bulgarien;

4) *at* esperanto-talende vegetarer med held har propaganderet vegetarismens idé, og *at* deres organ, „Vegetarano", faktisk allerede er et internationalt vegetarisk tidsskrift, som har fundet stor støtte blandt de bulgarske vegetarer, og

anbefaler bestyrelsen for den Internationale vegetariske union:

a) *at* den anbefaler sine medlemmer at antage og videst mulig bruge dette meget praktiske forståelsesmiddel — sproget Esperanto — til forbindelse med meningsfæller, som taler andre sprog, for således at styrke båndet imellem dem, hvad der er meget nødvendigt i en organiseret modstand mod voldelige angreb;

b) *at* man antager som officielt organ „Vegetarano", hvilket blad bedst kan tjene til at sprede kendskab om den Internationale vegetariske union.

— — —

Det er værd at lægge mærke til, at Bulgarien tæller 25.000 vegetarer af en befolkning på 5 mill. Der findes 15 vegetariske spisesteder, deraf 4 i Sofia. Vegetarforeningen, der er 13 år gammel, har især sine medlemmer iblandt åndsarbejderne; således er ca. 30 pct. af lærerstanden vegetarer. Medlemsbladet „Svoboda" (frihed) udkommer *hver uge* og kæmper ikke alene for vegetarismen, men også for fredssagen og Tolstojs lære; næstens alle Bulgariens vegetarer er Tolstojanere. Overordentlig mange af dem taler Esperanto.

Nogle kendsgerninger om vaccination og kopper.

Af Major *R. F. E. Austin*,
Militærlæge.

(Slutning).

Hvorfor flertallet af lægerne endnu forsvarer vaccinationen.

Det er nu formentlig bleven tilstrækkelig bevist, at vaccination som værn mod kopper er en grovkornet overtro. Der kan så endnu spørges: hvorfor støtter lægerne som helhed da denne behandling?

Jeg vil dertil svare, at lægerne i almindelighed overhovedet intet kender til sagen. Som student hører de, hvorledes de skal vaccinere og så forresten

ikke stort mere om den ting. Dr. Charles Creightons, prof. Crookshanks, dr. Scott Teebs og andre fremragende lægers skrifter mod vaccinationen er ganske ukendt for dem. Ikke een af deres bøger omtales i „Studentens håndbog i vaccinationsspørgsmålet", som udkom 1922.

Lægerne, d. v. s. lægestanden, vil ikke studere sagen; de vægrer sig mod at læse eller høre noget om vaccinationsspørgsmålet. De få, som åbenbarer et mere kritisk sindelag, bliver køligt behandlet af deres standsfæller og bliver set ned på som „særlinge". Ingen læge, som åbenlyst drager vaccinationens nytte i tvivl, kan få ansættelse ved et større hospital med sengeliggende patienter. Intet af de offentlige embeder står ham åben. Vaccination er stadigvæk en betingelse for at få ansættelse i hæren, flåden eller andre statsvirksomheder; det samme gælder adgangen til de forskellige lærerstillinger og andre offentlige virksomheder. Universiteterne vælger ingen læge til at repræsentere dem i parlamentet, hvis han er vaccinationsmodstander.

Lægefrihed opnås kun ved et folkekrav.

Sandheden knebles af pressen og kvæles af lægestanden — denne store og mægtige fagforening — som ikke vil give efter i vaccinationsspørgsmålet. De spekulerer nemlig på at forhindre og behandle andre sygdomme ved inoculation, en fremgangsmåde af lignende art, som de håber i en nær fremtid at kunne påtvinge folk.

Men vaccinationens kuldkastelse betyder død over alle inoculationsplaner. Vaccinationsspørgsmålet bliver aldrig løst tilfredsstillende, før folket selv er rede til at bringe et offer for at opnå valgfrihed med hensyn til, om de vil vaccineres eller ej, og det kan kun ske, ved at de gør deres indflydelse gældende på den eneste mulige måde, nemlig ved at fremtvinge en ændring i lovgivningen, som kan fri dem fra lægevæsenets slavelænker, som bliver tungere dag for dag. Folket må kæmpe for videnskabelig samvittighedsfrihed, som man forhen kæmpede for religiøs samvittighedsfrihed. Mandig kamp, så er sejren sikker!

Spredt og samlet.

En ungarnsk „Breckwoldt". I januar måned holdt 36 unge mennesker i Budapest et verdensmesterskabsløb over 10 km. Det vakte stor opsigt, at der blandt de unge også fandtes en gråhåret ældre herre. Det var den 62-årige Henrik Ripszam, der har levet strengt vegetarisk de sidste 20 år. Han kom ind i glimrende forfatning og bagefter ham kom — 30 af de unge mennesker! Han blev altså nr. 7 og beviste herved, hvad der kan ydes på vegetarisk kost.

Helbredelse ved suggestion. Fredag den 27. februar holdt forskeren, hr. *R. N. Knudsen*, et interessant foredrag i Koncertpalæets store sal, hvori han offentliggjorde sine undersøgelser og erfaringer.

Den store sal blev næsten fyldt.

Hr. Knudsen gik ud fra beretningerne i biblen om helbredelser af syge ved mirakler, idet han forklarede, at disse helbredelser er sket på en ganske naturlig måde. Disse naturhelbredere besidder nemlig en vis evne til at underkaste deres patienter en suggestiv nervepåvirkning, således at der udsendes strømme af levende energi eller en slags elektricitet fra naturhelbrederen til patienten, der derved helbredes.

Hr. Knudsen fortalte adskillige exempler på syge, som han havde helbredet på denne måde.

Hr. Knudsen omtalte også de mange medicinske præparater, som efterhånden er opfundet i de senere år. De bliver som regel alle vældig opreklameret i aviserne til at begynde med, men senere hører man ikke mere til dem.

Hr. Knudsen har fra sin tidligste ungdom fattet interesse for naturhelbredelsen. Ved at opsøge de forskellige såkaldte „kloge" landet over og få tilladelse

til at overvære deres behandling af syge, var hr. Knudsen gennem mange års studium kommen tilbunds i denne helbredelsesmetode.

Hr. Knudsen ønskede nu, at videnskaben skulde underkaste metoden en nærmere undersøgelse, for at få rigtigheden deraf videnskabelig fastslået, men har stadig fået afslag.

Forsamlingen hilste hr. Knudsens interessante foredrag med stormende bifald. Han blev fremkaldt to gange. *J. A. Dige.*

Vor brevkasse.

Diætreform. Efter at jeg har gjort diætreform-grundlæggeren og lederen af sanatoriet „Diätreform", Lehmrade b. Mölln (Lauenburg), hr. naturlæge *Emil Grotzinger* bekendt med den danske vegetarisme, vilde jeg gerne, efter atter at være kommet hertil for at være med i ledelsen af et „diätreform"-børnehjem, sende Dem en lille beretning. Mit første ophold på tilbagerejsen var i Hamburg, hvor netop hr. Grotzinger holdt sit 3. foredrag i løbet af 14 dage i en fuldt besat sal. Hr. Grotzinger blev da ligelrem hyldet, og det mener jeg for vegetarerne at være en sjældenhed, men Hr. Grotzinger betyder næsten også en begivenhed både for den veg. og ikke veg. verden. Han er en vældig taler og fyldt med udmærkede argumenter mod den sædvanlige, falske ernæring, så at selv de mest forstokkede bliver stille og beskæmmede, må tilstå sandheden i den rene vegetarisme, diætreform. Han bliver ikke som ellers mest er tilfældet spottet som fanatiker, men bliver stadig af forsamlingerne opfordret til at holde ny foredrag, og Hr. Grotzinger har besluttet sig til at holde endnu tre foredrag i Hamburg før sin store forårsforedragsrejse. Den gamle vegetarisme er ved at dø hen her, „Die veg. Warte", andre veg. blade og de veg. foreninger kan næppe eksistere og slet ikke foranstalte foredrag. Folket er ikke rigtig modent for den etiske vegetarisme, og den sundhedsmæssige er jo næsten kvalt af autoritetstroen, men hr. Grotzinger bringer med en vældig bevisførelse også den økonomiske, vegetarismens sparsommelighedsværd, og derfor har jo næsten hele verden netop nu et åbent øre. Godt anlagt, gennemgribende begrundet og ved billeder fra det daglige liv taler han til sine tilhørere og er, også gennem sin i flere oplag udkommet bog „Der Organismusbesen" (vejen til åndelig, legemlig og økonomisk sundhed), blevet en af nutidens største pionerer for den veg. sag. Han har også talt i udlandet, og det vilde tjene et hvert lands, også Danmarks, vegetarisme, om en sådan mand kunde få folket i tale. Vegetarismen i alle lande behøver nyt liv, tror jeg, om den da ikke skal sove hen, og det må til, om der skal oprinde en bedre fremtid. *Anna Kristine Nielsen.*

Klid endnu engang. Hr. *Andreas Møller* har sendt os et brev og gør opmærksom på, at han hverken har skrevet eller tænkt at beskylde „Sana" for vareåger — men blot konstateret, at der et eller andet sted bliver forlangt en ublu avance for den omtalte klid. *Red.*

Indkøb af frugt har altid interesseret vegetarer — også mig. Jeg har, tidligere forsøgt at få gang i **fællesindkøb** — desværre ikke med absolut held. Nu har jeg fået (andenhånds) forbindelse med en grosserer, og medlemmer af D. v. f. (og deres bekendte) kan gennem mig købe frugt til en gros priser. I øjeblikket leveres kaliforniske æbler (fin kvalitet) til ca. 57 kr. pr. tønde (55 kg). sælgeren er villig til at dele en tøndes indhold i 3 dele à 21 kr., frit tilbragt, Abrikoser, 12½ kg pr. kasse, à kr. 2,50 pr. kg, figener kr. 6,50 pr. kasse (ca. 10 kg) dadler osv. Tal med Deres venner om at dele, når det er for meget til Dem selv. Ved forespørgsler må frankeret konvolut medsendes. Event. reklamationer omgående. *Wilh. Date,* Kronprinsensgade 1. Telefon Byen 7399. K.

Havemand.

Til 1. april søger en flink, omgængelig og vegetarisk interesseret 44-årig mand plads i et vegetarisk hjem ved pasning af have og lign.

Billet mrkt. „Havemand" modt. Veg. tidsskrifts ekspedition.

Havebrugselever.

Tre unge mennesker, mandlige eller kvindelige, kan få plads her i løbet af foråret. Bedriften er på 10 tdr. ld. Her dyrkes træ- og buskfrugt, asparges, jordbær, peberrod og en del konservesærter og karotter m. m. Nærmere ved

Frode Rasmussen,
Ågård, Gravens st. (Koldingegnen).

Gartner søges

til at bestyre et privat gartneri, 1½ td. land frugtplantage, 3 tdr. land køkkengartneri, 20 mistbænke.

Ansøgning bilagt oplysninger i billet mrkt. „M" modtager bladets kontor.

„Egelundshuset"

søger en Gartner.

Johs. Røsbach, Frederikssund.

Husbestyrerinde søges.

Vegetarisk interesseret, gerne ældre Dame, søges straks el. senere (1 Person).

Lærer *N. Larsen,*
Hammelev St., Sønderjylland.

Ophold på landet

i Nordsjælland kan fås hos veg. dame med nogen uddannelse i sygepleje.

Ingeborg Raaschou,
Usserød pr. Kokkedal.

Montessori, Odense.

Forældre, som ønsker at opdrage børn efter den metode, tilbydes hjælp af en samvittighedsfuld lærer og børneven. Billet mrkt. Nr. 80 modtager bladets kontor.

Køb frugt

til en gros priser. Æbler, abrikoser, figener, dadler etc. — Frit overalt i København. Ved forespørgsler frankeret svarkonvolut.

Wilh. Date,
Tlf. Byen 7399. Kronprinsensgade 1. K.

Dansk - Engelsk - Fransk.

Undervisning.
Maskinskrevne Oversættelser.

Julie Petersen, kgl. Translatrice.
Forhaabningsholms Allé 17 E, St.
Tlf. Vester 9228 v. (Tr. 9-2 og 4-9).

Vegetarisk kost

fås sundest, billigst og bedst hos fru *M. Klintø,* Langøgade 17³, Kbhn. Str.

Undervisning

i

Talestemmens rette Brug

efter Prof. Engels Metode.

Stammen og Talefejl rettes.

Elisabeth Arboe,
diplom: Talelærerinde.
Telf. Nora 222 x. mellem 11—1
Dosseringen 63 A, St.

NYHED

Vegetarisk Kogebog

med særligt Afsnit om

Sygediæten

af *Anna Houmøller Jensen,* Køkkenchef paa Skodsborg Sanatorium.

Faas i Bogladerne

KAI RASTEDS BOGHANDEL, Hellerup.

Sendes overalt.
Pris: 4,50 Kr. — Indb. 5,50 Kr. Kolportører antages.

Vegetarisk Restaurant,
Løvstræde 8, 1.
Telefon Byen 7419.
Morgenservering, Frokost, Middag,
Smørrebrød og Frokostpakker.
Bedste, billigste og sundeste Ernæringskilde.
Vegetariske Husholdningskursus.
Sundheds- og religiøs Litteratur.

Skodsborg Badesanatorium
(Ikke Tuberkulose).
Største Helaars Kursted i Norden.
De bedste fysisk-diætetiske Kurmidler anvendes med godt Resultat.
Forlang Ill. Prospekt.

„Sana" Specialitet: **Sundhedsfødevarer.**
Nye tørrede Bananer.
Smallegade 15. Kbh. F.
Telefon Goth. 4290.
Medlemmer Rabat.

Jordemoder
fru *M. Henriksen,*
Istedgade 7, st. Kbh. B.
Telf. Vester 3509.
Vegetar. - Naturhelbredelsesuddannet.

A/S Sanafer
St. Kongensgade 36-38
København K.
Telefoner: 10962 — 9658
Sundhedsfødevarer
Sundheds-Kaffe og -The
Diætetiske Præparater
Alkoholfrie Vine
Hygiejnisk Underbeklædning
Medlemmer Rabat.

SKINDERGADE 28, KBHVN.



TELEFON 5659
∴ INGEN FILIALER ∴

Raastrup Kursted samt Vegetarhjemmet „Anka"
(ved Christiansminde, Svendborg).
Lukket i Vintermaanederne.
Anna Nielsen Ullerup.

Frydenstrand Sanatorium.
pr. Frederikshavn. Prospekt gratis.

Højskolehjemmet i Roskilde.
Algade 12. Logi og veget. Kost faas.

FYSISK KURANSTALT
Lysbadeanstalten med Fysisk-diætetisk Klinik ved Overlæge
Carl Ottosen:
St. Kongensg. 36-38. Kbhv. K.
Telf. 9656.
Forlang Prospekt.

Annoncepris: 30 øre pr. 1-spaltet petitlinje eller 36 kr. pr. side. **Rabat:** 15 pct. for 3 gange, 25 pct. for 6 gange, 33⅓ pct. for 12 gange.
Abonnementspris: 4 kr. årlig. Kan bestilles på alle postkontorer og hos landpostbudene samt hos redaktionen.
Emil Kristensens bogtrykkeri, Sankt Pederstræde 27. Kbhvn.