VEGETARISK TIDSSKRIFT

23. ÅRGANG - 15. OKTOBER 1929 - NUMMER 10

Indhold: Møder og lignende. — Fra arbejdsmarken. — Gandhi og vegetarismen — Dr. Hindhede i Odense. — Spredt og samlet. — Annoncer.

Møder og lignende.

Københavns afdelingen. *Mandag den 21. Oktober kl. 8 aften* i K. F. U. K. — indgang Lille Kannikestræde 5 — ungdomssalen. Mangeårig køkkenchef hr. *A. Wasli*, Skodsborg badesanatorium, vil demonstrere en fuld vegetarisk middag. Der vil blive holdt et meget interessant vegetarisk foredrag med mange nyheder.

Mandag den 28. Oktober kl. 8 aften i K. F. U. K. — indgang Lille Kannikestræde 5 — ungdomssalen. Hr. *A. Wasli* og medarbejdere fra Skodsborg vil lede også dette vegetariske demonstrationsmøde. Emne: „Forskellige fødemidlers kalorieindhold og prisforhold anskueliggjort".

Til begge de ovennævnte møder medbringer man teske og underkop til smagsprøver. Medlemmer har fri adgang. Alle andre betaler 50 øre, børn 25 øre.

Tirsdag den 19. Novemper kl. 8 aften i K. F. U. K. — indgang Store Kannikestræde 19 — på 2. sal. Hr. sløjdskoleforstander *N. A. Vodder* vil tale om „Arbejde for alle" med særligt henblik på „Vegetarkolonier". Underdirektør *J. Wibolt* vil antagelig komme til stede, bl. a. for at tage ordet.

Nytårsfesten ventes afholdt i „Vegetarisk restaurant" her i byen lige først i Januar. Datoen er afhængig af, hvornår vi kan få vore musikere. Nærmere om dette vigtige Møde i November- og Decemberheftet.

Fra arbejdsmarken.

Vellykket blev Københavns afdelings møde den 23. September. Vi fik meget at vide fra den store internationale vegetarkongres, der blev afholdt i Steinschönau i den sidst forløbne sommer. Hele 8 damer og herrer af de 9 personer fra København, der besøgte kongressen, var kommen til stede, og alle fik ordet for kortere eller længere udtalelser, hvad de havde oplevet paa deres rejser og ved kongressen. Interessen blandt de tilstedeværende tilhørere var usvækket fra først til sidst, og mødet varede dog 3 timer eller mere.

Gandhi-mødet den 4. Oktober i Borups højskoles smukke festsal havde samlet en stor og stærkt interesseret forsamling. Fru dr. *Menon* holdt hovedforedraget efter hr. cand. mag. *Kierulf-Nielsens* indledning, hvorefter fuldmægtig *Fink-Jensen* holdt det andetsteds gengivne foredrag om Gandhi og vegetarismen. Redaktør *Axel Pille* afsluttede det smukke og værdige møde.

Marmite

Den vitaminrige Suppeekstrakt med den fine Smag

Landsforeningen mod tvangsvaccination holdt årsmøde d. 2. Oktbr. i København. Forstander Johs Rosbach aflagde beretning d. v. s. meddelte, at der siden sidste årsmøde absolut intet var foretaget af bestyrelsen. Fuldmægtig Fjeldborg aflagde regnskabet og begge herrerne, der danner bestyrelsen, ønskede ikke genvalg. Fuldmægtig Fink-Jensen foreslog at ophæve foreningen, hvilket af formelle grunde ikke kunde vedtages. For dog at fremme en sammendragning af kræfterne i kampen mod vaccinationen foreslog Fink-Jensen at vælge hr. Martin Bjørner til formand, hvorved begge vaccinationsforeningerne får samme formand. Dette vedtoges. Ingeniør Seegelke valgtes til næstformand, hr. Teglbjerg og hr. David Henriksen til kasserer og sekretær. Den nye bestyrelse fik pålæg om at sammenkalde til et møde, til drøftelse af fremtidsarbejdet.

Bestyrelsen har derefter indkaldt alle modstandere af tvangsvaccination til et møde Onsdag d. 16. Oktober Kl. 8 i K. F. U. K., St. Kannikestræde 19.

Mennesket og kræft. (Af John Round, D. Sc.). Med hensyn til menneskene har man fundet, at kræft er til stede i forhold til den mængde kød, vi spiser. Dette er måske ikke sandt om personer, men det er med vished sikkert om nationer og stammer. Det er umuligt at formulere en teori grundet på individuel erfaring, men det er betegnende, f. ex. at på det amerikanske kontinent er kræft almindelig i Argentina og ualmindelig i Brasilien. Som vi alle ved, er Argentina et uhyre kødproducerende land. — Nogle iagttagere har formodet, at hudens farve har noget at gøre med kræft. Dette synes ikke rimeligt, da negre også er udsat for at pådrage sig kræft, når de spiser for meget kød. Endvidere spiser de blonde danskere rigeligt med animalsk føde og har en meget høj kræftdødelighed. På den anden side har de indfødte på Ceylon en lav dødsprocent, og deres hud er ikke sort. Følgende tal repræsenterer to yderligheder:

	Kræftdødelighed pr. 100,000 Indb.
Danske byer	143,3
Ceylon	9,9

Nogle uddrag fra dr. Hoffman, den eminente amerikanske statistikers rapport, handlende om kræft hos indfødte stammer, vil yderligere illustrere vort synspunkt.

(a) Ifølge Medical Journal of South Africa (April 1925) bemærker W. Pitchard, idet han indberetter om kræft mellem de indfødte i Natal og Zululand: „I årene 1906—09 berettedes om 8 dødsfald af kræft mellem en befolkning af 930,000, dette giver en dødelighed gennem perioden af tilnærmelsesvis 0,2 pr. 100,000 pr. år. I det samme tidsrum var den gennemsnitlige årlige dødelighed af kræft blandt de indiske emigranter 11,9 og mellem europæerne 57,5".

(b) I British Medical Journal for Nov. 1924 findes en yderligere artikel om kræft blandt afrikanske indfødte af dr. A. W. Crawford, Bolton, som bl. andet skriver: „Jeg har hyppigt fremholdt, at uskikket føde, som stadig tilføres fordøjelseskanalens levende hud, lammer epitelets kræfter og derfor forstyrrer næringen af de spirende celler, som opretholder hele legemets væv og således svækker tilførslen af epitel, dette betragter jeg som en af hovedårsagerne til kræft".

(c) Kinesere drikker ofte spiritus, meget stærk og varm, og alle spiser de en hel del flæsk. Dr. Harrower fra Kong Edward den Syvende College of Medicine, Singapore, skriver følgende: „Jeg kan udtale, at kræft i alle former forekommer blandt kinesere af alle klasser med lige så stor hyppighed som blandt europæere. En ting som burde erindres, er dødelighedsprocenten i den tidlige alder blandt indfødte, særlig af lavere klasser. Et meget stort antal dør mellem 25 og 40 år, og dette er en lavere alder end den, i hvilken kræftsymptomer viser sig blandt europæerne. Men kineserne er sandsynligvis også de mest skødesløse af alle folk med hensyn til deres mad, både hvad kvalitet og de smudsige tilstande, i hvilke den tilberedes og senere forhandles åbent i gaderne, angår.

Det kan opgives, at i Storbritannien er der omtrent 52.000 dødsfald af kræft hvert år, i U. S. A. omtrent 100.000.

I samme artikel findes et citat fra en af dr. Kelloggs bøger angående kræft blandt fanger og munke; det lyder som følger: „Fængselsstatistikerne i England viser en kræftdødelighed af kun 1 for hver 1971 mand. Blandt 368 kvindelige

(Fortsættes på omslagets 3. side)

VEGETARISK TIDSSKRIFT

23. ÅRGANG 15. OKTOBER 1929 NUMMER 10

UDGIVET AF DANSK VEGETARISK FORENING. REDAKTION: KOMMUNELÆRER, CAND. PHIL. OLUF EGEROD RØDKILDEVEJ 40. TELEFON: GODTHÅB 2573. BRØNSHØJ, KØBENH.

Gandhi og vegetarismen.

Foredrag ved Gandhimødet den 4. Oktober 1929 i Borups højskole.

Når vi iaften er samlet her for at mindes Gandhi, så er det ikke så meget folkeføreren, der står for mit indre blik, ikke lederen, organisatoren, som gang på gang har stillet sig i spidsen for sit lidende folk og også har sejret. Den mand, som spejler sig for mig er een, der er større end ham, der vandt udadtil, det er helten, som sejrede, og som stadig sejrer over sig selv.

Det, der virker så stærkt hos Gandhi, er hans stadige søgen efter at harmonisere sin personlighed i samklang med evigheden, han søger stadigt dybere ind i sig selv for der at udarbejde den dybe grund, som klart kan genspejle mesterens billede; og finder han noget, som virker hæmmende, så standser han ikke, før han har fået det fjernet. — „Efterhånden som jeg søgte dybere ned i mit eget indre, indså jeg nødvendigheden af en både ydre og indre forandring".

I dette hans arbejde er vegetarismen indgået som et uundværligt og nødvendigt led — thi det er en disharmoni at berøve et levende væsen livet, det liv, som evighedens herre har givet.

Vi er tilbøjelige til i vor agitation at henvise til, at de indiske folkeslag lever og i århundreder har levet vegetarisk. Det er imidlertid ikke rigtigt. Ganske vist har flere dele (kaster) af indiens folk levet uden at spise kød; men det er som bekendt ikke det samme som vegetarisme.

Gandhi, som er udgået fra en kaste, for hvilken afhold fra kød (og æg) var en religiøs forskrift af dybtgående betydning, kommer i sin selvbiografi, som han kalder: The story of my experiments with truth, også ind på dette spørgsmål. Man kan ikke andet end gribes af beretningen om, hvorledes han i sin barndom fristes af en kammerat til at prøve kødspisning og falder en enkelt gang for fristelsen; af lydighed mod sin mor, men ikke af overbevisning, bliver det ved dette ene forsøg.

Da Gandhi skal rejse til England for at studere, volder kød-spørgsmålet også vanskeligheder fra moderens side, og først da han i nærværelse af en gejstlig højtidelig har aflagt løfte om absolut afhold fra kød (og vin og kvinder) svinder moderens betænkeligheder.

Det er i England, at vegetarismen møder Gandhi i sin udvidede form og begrundet indgående ikke blot fra religiøst, men også fra videnskabeligt, praktisk og lægevidenskabeligt synspunkt.

Da han kom til London, voldte madspørgsmålet mange vanskeligheder; den engelske nation ynder jo kød bogstavelig talt fra morgen til aften.

Det var derfor ikke så lidt af en befrielse, da Gandhi en dag stødte på en vegetarisk restaurant, hvor han frit kunde stille sin efterhånden voksende sultfølelse; „det syn fyldte mig med samme glæde som et barn føler, når det får et eller andet ret efter sit hjerte", siger han; i stuebutikken købte han en bog: forsvar for vegetarismen, som gjorde et stærkt indtryk på ham, og da han havde læst den, blev han vegetar af overbevisning. „Jeg velsignede den dag, da jeg havde aflagt løftet for min mor. Jeg havde allerede længe været afholdende fra kød for sandhedens skyld og for det løftes skyld, jeg havde aflagt, men havde samtidig ønsket, at enhver Inder skulde blive kødspiser, og havde set frem efter den dag, da jeg selv frit og åbent kunde være det og få andre til det samme. Men mit valg var truffet til gunst for vegetarismen, hvis udbredelse fra nu af blev min opgave".

Under sit videre studium af vegetarismen kom Gandhi også i forbindelse med vegetarisk forening, ja, stiftede endogså en lokalforening.

Hvor megen vægt Gandhi også i dette lægger på virkningen af handlingen fremfor af talen fremgår bl. a. af en tildragelse, som hændte i Syd-Afrika. Han

kom i huset hos en dame, som havde en lille dreng på 5 år. Jeg befinder mig altid bedst mellem børn, siger han, og havde en god ven i den unge mand. Gandhi talte spottende om det stykke kød, drengen havde på sin tallerken, og priste i høje toner de æbler, som han selv spiste; han fik ganske naturligt hurtigt drengen på sit parti — men moderen blev stødt og henstillede til Gandhi kun at diskutere med de voksne; hver dag nøler drengen med at spise kød og henviser til Deres argumenter; „Deres tale har en dårlig indflydelse på ham".

Kære frue, sagde Gandhi, det gør mig ondt — men jeg er sikker på, at hvad jeg spiser eller ikke spiser må nødvendigvis virke stærkere på drengen, end hvad jeg siger, så jeg tror, det er bedst, at jeg holder op med at komme her. — Tak, sagde fruen, synlig lettet.

Som allerede antydet er Gandhis vegetarisme gennemført, d. v. s. positiv. Han nøjes ikke med at give afkald på kødspisning, men undersøger nøje, hvad der skader, og hvad der gavner mennesket — og han vælger konsekvent og uden vaklen det, som gavner. Han nyder ikke alkohol, kaffe, te, kakao han ved, det skader mennesket; han ryger af samme grund heller ikke tobak, bruger ikke krydderier, og når Gandhi siger skader, mener han ikke blot den fysiske, men også den moralske skade, der sker ved nydelsen af alt dette; han undersøger nøje, hvormeget et mennneske *behøver* og er klar over, at hvad der nydes *mere* er til legemlig og sjælelig fortræd. — Vi tager os så omhyggelig af drukkenboltene; der var sikkert mere grund til at råbe et varsko til ædedolkene, dem er der flere af; og hvorfor er det værre at være en slave af alkohol end at være det af mad?

Luft og sol og legemets ret til disse går han i breschen for og går derfor også mod den gængse anskuelse, at det nøgne legeme er uanstændigt; og hans meninger her er af så megen mere vægt, fordi der vel næppe gives nogen, hvis sexuelle krav er renere end Gandhis. Også på dette punkt griber han kraftigt ind; det sexuelle slaveri, som menneskehedens flertal ligger under for, og som ødelægger alt virkeligt fremskridt udadtil og indadtil, søger han at bringe ind i værdige baner, og han gør det med den ret, som den har, der selv har været slave, men har kæmpet sig fri og har sejret; og han betoner stærkt, at om han ikke havde levet vegetarisk, på råkost, frugtdiæt, så vilde han ikke kunne have gennemført sin sejr på dette punkt.

Interessant er det også at se, hvorledes Gandhi under sit ophold i Syd-Afrika levede af rå frugt og derved beredte sig til at efterleve det sexuelle renhedsideal, som utvivlsomt er en af de dybeste årsager til Gandhis mægtige indflydelse ikke alene i Indien, men i en hel verden.

Fra den naturlige levemåde går der en lige vej til naturlig helbredelse, og Gandhi følger vejen. Han gør opmærksom på, at sygdommene på en egn tiltager i forhold til det antal læger, der er forhånden, og er først een medicinflaske kommen ind i huset, så er den ikke alene ikke til at få ud igen, men trækker stadig flere flasker efter. — Han går imod vaccinering mod kopper, som han med rette kalder et barbari, der hører til en af vor tids allermest skæbnesvangre vildfarelser.

Når Gandhi taler om barbari i denne sammenhæng, mener han selvfølgelig dermed de utrolige lidelser, som vi mennesker tilføjer dyrene f. ex. ved fremstillingen af vaccine og i det hele ved den i sandhed djævelske indretning, som hedder vivisektionen. Han erkender ikke menneskets ret til under noget som helst påskud at påføre dyrene disse forfærdelige lidelser; hans forståelse af livets ret strækker sig til selv den mindste skabning, og denne forståelse betyder samfølelse. Og han hævder, at fjendskabet mellem såkaldte vilde dyr og mennesker stammer fra menneskenes ondskab, ikke fra dyrenes.

Det er idag den hl. Frans af Asissi's mindedag; Frans af Asissi om hvem der fortælles, at fuglene stimlede sammen for at høre hans prædiken, og fiskestimerne stod tæt ved strandbredden for at lytte til hans tale; han, der løskøbte det lille lam, som skulde slagtes, og som formanede ulven til at aflade fra sin ondskab, om ham fortæller Gandhi, at han gennemstrejfede skovene, men blev aldrig bidt, hverken af slanger eller vilde dyr, men levede i bedste venskab med dem, og han understreger, at alle hellige bøger lærer, at såsnart mennesket fuldt og helt omvender sig til det gode, vil alle dyr leve i venskab med det.

Det falder derfor meget godt i tråd med vort møde her, at der verden over netop idag arbejdes særligt for at vække menneskets forståelse for vore lidende brødre blandt dyrene.

Vi vil herigennem fremme verdensbroderskabet og verdensfreden; lad os derfor med Gandhi opgive blodsudgydelse ved vore måltider og ernære os af blodløs kost — barmhjertighedens spise. Så vil vi også ophøre med at ofre vore sønners blod til krigens Moloch. Først da opelskes den altomfattende barmhjertighedens og retfærdighedens ånd, som gør verdensfreden til virkelighed.

St. Fink-Jensen.

Dr. Hindhede i Odense.

Den 1. Oktober talte dr. Hindhede i Odense; det er os en glæde at konstatere, at der er liv i vore provinsafdelinger og tager vel næppe fejl, når vi tilskriver fru *Petra Rasmussens* besøg hos dr. Bircher Benner årsagen til dette nye fremstød. Ialtfald har flere Odense-blade bragt forskellige interviews med fruen. Vi gengiver efter „Odense Avis" nedenstående referat af Hindhedemødet; det vil sikkert interessere vore læsere, som bl. a. deraf vil lære, at dr. Hindhede så langt fra at være gået i stå tværtimod hører til de mest fremskridtsvenlige blandt os, og f. ex. i kræftspørgsmålet taler et sandhedsord, som burde drage konsekvenser efter sig.

Dr. Hindhede holdt iaftes i Klostersalen i Odense for en ret talrig tilhørerskare et foredrag om sunde leveregler.

Doktoren påpegede det mærkelige i, at mennesket, verdens klogeste pattedyr, er blevet verdens sygeligste pattedyr. Det er, fordi mennesket er det pattedyr, der lever mest imod sin natur. I paradiset løb mennesket splitternøgent omkring og levede af træernes og havens frugter — det var den naturlige levevis. Husdyrene kommer næst efter mennesket med hensyn til sygelighed; sidst kommer de vilde dyr, hos hvem tuberkulose f. ex. slet ikke kan trives. Mennesket skulde aldrig have indført alkohol og tobak, daarlig luft, tuberkulose, kræft og syfilis. Det skulde ejheller være begyndt at genere sig ved at se hverandre nøgne — for det er den eneste skabning, der gør det.

Er vi læger måske mere umoralske end andre — nej, og vi ser endda daglig nøgne medmennesker. Det hele er en vanesag. Her i den oplyste stad Odense er der naturligvis ingen, der er så dumme at drikke brændevin eller bajere eller at ryge tobak — det betragter jeg som givet. Vi vil derfor iaften holde os til kogekunsten.

Hr. Hindhede som naturmenneske hos kvaksalverne.

Hr. Hindhede holdt derefter et længere foredrag om tør- og frugtkostens, eventuelt råkostens, berettigelse. Den kost holder, sagde han, fordøjelsesvæsenet iorden fra øverst til nederst og giver ikke ubehageligheder af nogen slags. Jeg regner mig til ære, at jeg ikke er bange for at lære af lægfolk. Jeg har opholdt mig hos en en udenlandsk kvaksalver, hos hvem mange mennesker er blevet helbredet, og i øjeblikket lærer jeg af lægfolk her i Odense. Jeg har også besøgt andre kvaksalvere, og jeg har gjort morgengymnastik i nøgen tilstand blandt tresindstyve andre mennesker, mænd og kvinder, og vi levede i et velsignet velbefindende i naturtilstand; livet var en nydelse, og ingen følte sig dårlige. Lev naturlivet — og først da slipper du alle giftstoffer. Jeg har også lært hos en kvaksalver her på Fyn, Katrine Rasmussen, Råstrup, og hun har helbredet mange mennesker ved sin frugtkost. Man skal vænne sine børn til at gnave, at tygge, fra deres yngste år; det er det eneste rigtige og de skal slet ikke have vælling og melsuppe. Giv dem brødskorper og frugt og lad dem være fri for det bløde kogte sjask, det klister, man nu bruger allevegne. En engelsk statistik viser, at ingen stand i verden kan fremvise så megen mavesygdom som lægestanden. Og så går man endda til lægerne for at få helbredet dårlige maver!

At helbrede tuberkulose.

Rå frugt og grøntsager helbreder tuberkulose langt hurtigere og sikrere end noget andet middel. Det er det nyeste mirakel fra Tyskland. Det helbreder også de fleste nervesygdomme. Hemmeligheden er, at legemet bliver sundt, og så helbredes sygdommene. Det er skam ikke lægerne og deres medicin, der helbreder folk. Man skal jo give folk noget af det stads for at få dem til at tro på deres sundhed, og når de så lever sundt, bliver de raske. Selv lupus, hudtuberkulose helbredes af frugt-diæten, og det gør på videnskaben et overvældende indtryk.

Kogsalt er bandlyst fra kosten, og man må ikke få mere end et pund kød om ugen. Af grøntsager kan man, hvis man er syg, presse saften ud og drikke indtil halvanden liter af den om dagen — det er meget sundt.

De fine herrer og kræften.

Hele denne bevægelse er kommet fra lægmænd. Lær hos fru Petra Rasmussen, tidligere skolekøkkenlærerinde, hvem jeg for tiden lærer hos her i Odense at tilla e råkosten godt. Mærkværdigt forresten, at ikke en eneste af de fine herrer, der for tiden udsender opråb til kamp mod kræften, taler et ord om diæt og frugtkost, skønt de godt ved, at man i Tyskland helbreder folk dermed. De gode kirurger mener måske, at det er nok med radium og kniv. Det skulde de nu ikke bilde folk ind; thi selv om vi alle bør give vor krone til kræftindsamlingen, er de dog kun i stand til at helbrede en brøkdel af kræftpatienterne, og det var bedre, om de forebyggede end helbredte. Om en snes år vil denne sandhed være anerkendt overalt.

— Tilslut fremviste hr. Hindhede en række interessante lysbilleder, som skulde dokumentere hans udtalelsers rigtighed.

Spredt og samlet.

Medlemmer, giv agt på, hvad der står under „Møder og lignende". De 2 store *demonstrationsmøder* i København i sidste halvdel af Oktober bør overværes af alle. Hr. Wasli er godt kendt af mange af vore medlemmer — flere kan lære ham at kende. Ved disse møder vil hr. Wasli lære os noget nyt — godt — vigtigt. Tag venner med.

Ultraviolette klæder. Fra England kommer den glædelige meddelelse, at det er lykkedes en kemiker at løse problemet: klæder, som lader de ultraviolette stråler passere. Herefter skulde vi altså kunne gå rundt på byens gader og stræder og tage solbad i fuld påklædning! *F.-J.*

Fællesindkøb af frugt. I lighed med hvad der fandt sted for et par år siden, etableres der nu atter et fællesindkøb af frugt for medlemmer af Dansk vegetarisk forening samt andre interesserede.

Fællesindkøbet giver Dem en mulighed for at få fin, udsøgt frugt til en gros Pris med tillæg af fragt. Dette vil foruden den økonomiske fordel tillige betyde, at frugten i højere grad vil indgå som et fast led i den daglige ernæring. Fordelene ved dette er i vor tid indlysende for ethvert menneske.

Der vil blive lagt vægt på indkøb af nogle få sorter virkelig god gemmefrugt. Vi nævner:

Cox orange, cox pomona, ildrød pigeon, dronning Louise af Danmark, boiken, danziger kant, reinetter og enkelte andre spise- og madæbler.

Priserne kan endnu ikke opgives.

Ønsker De at deltage, kan De sende meddelelse med vedlagte svarkonvolut til undertegnede. Nærmere meddelelse vil da blive tilsendt Dem, såsnart oplysninger foreligger.

Wilh. Date,
Gl. Kongevej 13, København V.

Handelskompagniet REFORM

Eneste Specialforretning i Ernæringsreformartikler
med Forsendelse overalt i Danmark.

Ring eller skriv efter vor Varefortegnelse.

Telefon Central 10749,
— 10769.

Niels Brocksgade 5,
(Ved Glyptoteket) København V.

Besøg af Interesserede for Demonstration af vore Varer altid velkommen. — Aaben 9—5. Lørdag 9—2.

fanger døde ikke en af kræft. I den samme periode var dødsprocenten for hele befolkningen næsten 3 gange så stor. Dr. L. Championniere, Frankrig, viste for nogle år siden, at meget lidt brug af animalsk føde i fængselskosten i Frankrig, sikrer fangerne fuldstændig immunitet mod blindtarmsbetændelse. Det viser sig, at en samme grad af beskyttelse frembringes mod kræft. En fange kan således lykønske sig selv med, at i fængsel er det mindre sansynligt, at han bliver et offer for kræft, end hvis han var på fri fod.

Fangers immunitet mod kræft er en meget bemærkelsesværdig kendsgerning, når de dårlige vaner, til hvilke de fleste forbrydere er forfaldne, tages i betragtning. Ifølge iagttagelser i England viser det sig imidlertid, at straffefanger er næsten fuldstændig fri for kræft.

Den årlige dødelighed blandt en fangebefolkning på næsten 21.000 fandt man var kun 7 pct., og af disse havde kun 3 pct. kræft, medens dødsfaldene af kræft blandt den almindelige befolkning var over 6 gange så stor.

Legrain har vist, at kræft er praktisk talt ukendt mellem trappister og karthusiske munke, og karmeliter søstre, som afstår fra animalsk føde.

Idet jeg slutter min artikel, vil jeg sammendrage vort argument med følgende sætning: *Kræft er kødspisernes største ulykke.*

(The Veg. News, July 29, Page 243 to 246) (*J. D. H.*)

Chiropractisk Nervebehandling
fjerner Aarsagen til en Mængde Sygdomme.

Chiropractiske Kliniker findes i følgende Byer:

København K.
Vendersgade 31 — Tlf. Byen 7803

Aalborg
Nytorv 12 — Telefon 4673

Aarhus
Sønderg. 1 b — Tlf. 3256

Esbjerg
Kongensgd. 53 ²

Frederikshavn
Gl. Torv 5 — Tlf. 745

Haderslev
Nørregade 15

Hjørring
Østergade 4 B — Telefon 445

Odense
Nørregade 63 — Telefon 2382

Randers
Raadhustorv 2 — Tlf. 1874

Skive
Torvegade 7, Stuen

Slagelse
St. Mikkelsgade 20

Svendborg
Skattergade 56 — Tlf. 744

Viborg
Vendersgade 3 — Tlf. 146

Kvindelig Læseforenings Restaurant og Tearoom

Gammel Mønt 1

Vegetariske Frokostretter 60 Øre - do. Middag, 2 Retter, Kr. 1,10
Mælk 15 Øre - Kærnemælk 10 Øre - The paa Kande 20 Øre

Aaben Kl. 11—7

Spis SUNDA for SUNDHED

Forlang hos Deres Handlende

Sunda Peanut-Butter.

Bedste Nødde-Paalæg. Fremstillet udelukkende af friske Nødde-Kærner.

DANSK NØDDE-IMPORT

København — Søborg

Vegetarisk Restaurant.
Frederiksberggade 27, 1. Sal.
Telefon Central 7827.
Morgenservering, Frokost, Middag, Aftenservering.
Smørrebrød og Frokostpakker.
Bedste, billigste og sundeste Ernæringskilde
Vegetariske Husholdningskursus.
Sundheds- og religiøs Litteratur.

SANA
SUNDHEDSFØDEVARER
SKINDERGADE 28, KØBENH.
TELEFON 5650
MEDLEMMER RABAT ◻ AABEN HELE UGEN
◻ INGEN FILIALER ◻

Frydenstrand Sanatorium.
pr. Frederikshavn. Prospekt gratis.

Vegetarisk kost
fås sundest, billigst og bedst hos fru *M. Klintø*, Langgade 17[a], Kbhn. Str.

Raastrup Kursted
(ved Christiansminde, Svendborg)
Vegetarisk Kost. Fysikalsk Behandling og Massage. Patienterne tilses af Dr. Backer. Priserne er fra Kr. 4,50 til Kr. 7,00 pr. Dag.
Anna Ullerup
Telef. Svendborg 755

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

„Sana" Specialitet: Sundhedsfødevarer.
Alt til Raakost **Medlemmer Rabat.**
Smallegade 15, Kbh. F. Telf. Goth. 4290.

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.