VEGETARISK TIDSSKRIFT

NATURHELBREDELSE - SUND ERNÆRING - LIVSFORNYELSE

26. årgang | 15. December 1932 | Nummer 12

Udgivet af Landsforeningen Dansk vegetarisk forening.
Redigeret af Vice-Skoleinspektør Oluf Egerod, Rødkildevej 40, København Brønshøj.
Telefon Godthaab 2573 — Postkonto 282.

50 år.



Anna Ullerup,

leder af Råstrup kursted, Svendborg, fyldte den 8. december 50 år. Vi hylder hende som den praktiske vegetarismes apostel, som den, der er blevet et med bevægelsen, så den præger hende og præges af hende. Hundreder af trætte og forpinte medmennesker skylder hendes kærlige og altopofrende pleje den lindring og helbredelse, de fandt på Råstrup kursted. Anna Ullerup var selv lidende og træt i sin ungdom. Hun helbredtes på Råstrupgård under *Cathrine* og *Kristoffer Rasmussens* kloge og kærlige pleje. Derfor sender vi også vore taknemlige tanker til disse vore fynske foregangsmænd og den gård, hvor de udførte deres manddomsgerning.

INDHOLD: Den altfor dyre frugt - af Laurs Nielsen og Oluf Egerod. — Det extraordinære årsmøde. — Foreningens status. — Tanker ved den nye slagte-hals åbning - af Laura Mehrn. — Arbejdsløshedens bekæmpelse - af ingeniør C. Seegelke. — En gruppe sygdommes hovedårsag - af Th. E. Jensen. — Litteratur - Stefan Vøldan. — Vort børnehjem. — Spredt og samlet. — Foreningsmeddelelser.

FORENINGSMEDDELELSER

Vegetarisk oplysningskontor,
Fanøgade 10[1], København Ø. Telefon: Ryvang 1094 U. Postkonto 25656.

Kontortid: mandag og torsdag kl. 18^{30}—20^{30}. Fælleskontor for Landsforeningen, Københavns afdeling og „Vegetarisk ungdom".

Nytårsfesten.

Lørdag den 7. januar 1933 kl. 20,00

afholder Københavns afdelingen sin årlige „Nytårsfest" i Vegetarisk restaurant, Frederiksberggade 28.

Program.

Velkomst.
kl. 20,15 Pianomusik: Pianistinde frk. Esther Aagaard, Skodsborg.
„ 20,30 Festtale: Hr. viceskoleinspektør Oluf Egerod, formand for D. v. forening.
„ 20,45 Causeri: „Pigerne og de blanke knapper", frknr. Esther Aagaard, Alfhild Nelson og hr. Aug. Elvang.
„ 21,30 Pause.
„ 22,00 Sange: Frk. Alfhild Nelson, Skodsborg.
„ 22,30 Oplæsning: Hr. foredragsholder Aug. Elvang.
Selskabeligt samvær.

Agiter for stor tilslutning — fri adgang — ret til forandring i programmet forbeholdes — medlemmer af „Bort med Tobakken" og lokalafdelingen „Alfa" kommer tilstede denne aften — festen varer til midnat. Københavns afdelingen.

Møder og lignende. — Københavns afdelingen. (Adresse: Aage Flach, N. J. Fjords Allé 12, 1., V. Telf. nora 4812 u. (helst mandag og fredag kl. 7—9 aften).)

Onsdag den 11. januar 1933 kl. 20,00 i Vegetarisk restaurant, Frederiksberggade 28, foredrag af *fru Astrid Lassen*, Ulriksdal, Fredensborg (tidligere råkostinstitutet, Niels Hemmingsensgade), over emnet: „Råkosterfaringer". Efter foredraget kan der rettes spørgsmål til foredragsholderen.

Mød talrigt til denne interessante aften, tag venner og bekendte med.

Københavns afdelingen afholder sin årlige generalforsamling onsdag den 22. februar 1933, kl. 8 aften, denne gang i Vegetarisk restaurants lokaler, Frederiksberggade 28.

Nærmere derom i januar-numret. *A. F.*

„Vegetarisk ungdom". (Adresse: Vegetarisk oplysningskontor, Fanøgade 10[1], København Ø. — Formand: Orla Olsen, Caroline Amalie Vej 31, Kongens Lyngby.)

Mandag den 26 december 1932 (2. juledag) kl. 9,00 ved Skodsborg station. Fodtur forbi Bøllemosen og Trørød samt igennem Folehaven til Hørsholm og Usserød, hvor vi skal være kl. 11,00 hos landsforeningens tidligere formand. hr. St. Fink-Jensen, der har inviteret os på besøg hos sig.

Tog fra hovedbanegården kl. 8,20. Køb returbillet til Skodsborg.

Lørdag den 7. januar 1933 kl. 20,15 deltager „V. U." i Københavns afdelingens nytårsfest, der finder sted i „Vegetarisk restaurant" (Se nærmere under Københavns afdelingens meddelelser).

Torsdag den 12. januar 1933 kl. 19,30 på „Vegetarisk oplysningskontor". Orienterende møde for en studiekreds under ledelse af hr. St. Fink-Jensen. For os unge er det nødvendigt at deltage i en studiekreds, for derigennem, ved et aktivt arbejde, at få et grundlag at stå på, ikke alene for vor egen skyld, men også og ikke mindst for vegetarismens skyld, idet et studiekredsarbejde er et nødvendigt forarbejde for den agitation, som skal ske udadtil for at skaffe tilgang til vegetarismen.

Søndag den 15. januar 1933 kl. 9,45 ved Lyngby station. Fodtur til Ermelunden, Dyrehaven, Lundtofte, Ørholm og tilbage til Lyngby, hvor vi er inviteret på besøg hos hr. kunstmaler Petersen og hustru. Her spiser vi vor medbragte frokost og tilbringer nogle timer i fornøjeligt og kammeratligt samvær.

Tog fra hovedbanegården kl. 9,10. Køb returbillet til Lyngby.

Hver tirsdag kl. 19,30—22,00 i Prinsesse Charlottegades skole ved Nørrebros Runddel: *Undervisning i folkedans kun 1 kr. pr. måned. Agiter for tilslutning. Enhver kan deltage, også ikke-medlemmer.*

Hver onsdag kl. 19,30—22,00 hos Siegfried Bernhard, Johannevej 21, Charlottenlund. Tlf. Ordrup 699: „Spillekanterne"s sangaften.

Hver torsdag kl. 20,00—21,00 hos frk. Hertha Lykke, Fanøgade 10, 1. *Undervisning i tysk kun 4 kr. pr. måned.* *Orla.*

(fortsættes side 108)

Den altfor dyre frugt.

Nedenstående henvendelse, underskrevet af *Laurs Nielsen* og *Oluf Egerod*, blev d. 24. november indsendt til rigsdagens valutaudvalg.

På landsforeningen Dansk vegetarisk forenings vegne tillader vi os høfligst at henstille til det ærede valuta-udvalg at overføre udenlandsk frugt på frilisten.

De stadig stigende priser på dansk frugt, specielt på æbler, viser tydeligt og klart, at vort frugtforbrug endnu ikke kan dækkes af vor egen produktion, selv med en så stor frugthøst som den, Danmark har haft i indeværende år.

Vort agitationsarbejde for en vegetarisk levevis og for et større frugtforbrug hæmmes i overordentlig grad af de høje frugtpriser. Den ene gang efter den anden fremkommer udtalelsen overfor vor agitatorer: „Vi i vor familie vil meget gerne spise frugt, men vi har ikke råd til at betale den høje pris".

Det er ingenlunde Dansk vegetarisk forenings hensigt at lægge hindringer i vejen for vor hjemlige frugtavl ved at påføre den udenlandsk konkurrence.

Dansk frugtavls for nylig afholdte udstilling har vist, at der vil være en meget stor sandsynlighed for, at vi i løbet af få år vil kunne dække vort forbrug, ja måske endda vil kunne blive et æble-eksporterende land.

Da danske frugtavlere er interesserede i et stedse stigende frugtforbrug, vil det være i frugtavlernes sande interesse, at det øjeblikkelige frugtforbrug ikke daler, men tilfredsstilles til en rimelig pris.

Sålænge der i fuld udstrækning gives valuta til tobak og kaffe, er det os umuligt at indse, at det er forsvarligt overfor Danmarks befolkning at nægte valuta til dækning af det frugtforbrug, som endnu ikke til normal pris kan dækkes af vor indenlandske frugtavl.

Når vi derfor overfor valuta-udvalget fremfører disse synspunkter til gunst for frigivelse af valuta til udenlandsk frugt, da står ikke alene Dansk vegetarisk forenings medlemmer inde for disse synspunkters berettigelse, men vi er tillige i kontakt med ønsker, som næres af den største del af Danmarks befolkning, om frigivelsen af valuta til indkøb af udenlandsk frugt som et foreløbig nødvendigt supplement til vor indenlandske frugtavl.

Vi tillader os høfligst at udtale håbet om valuta-udvalgets velvillige medvirken til, at der kan fremskaffes frugt, som det sunde og nødvendige næringsmiddel, det er, i rigelig mængde til en rimelig pris.

— — —

Senere er hr. *Egerod* blevet interview'et til forskellige blade om forholdet.

Det extraordinære årsmøde

den 20. november 1932.

Mødet afholdtes i studentersamfundets lokaler og åbnedes kl. 10,15 af den fungerende formand, grosserer *Laurs Nielsen*. Mødet var meget talrigt besøgt; alle afdelinger var repræsenteret af godt 60 medlemmer, der atter ved fuldmagter repræsenterede ca. 160 fraværende medlemmer, idet ca. 25 deltagere rådede over fra 1 til 37 fuldmagtsstemmer.

Til dirigent valgtes bogtrykker *W. Date*.



Fuldmægtig St. Fink-Jensen,

der gennem mange år har udført et godt og stort arbejde for vor forening, men som nu på grund af følgerne af en færdselsulykke trækker sig ud af aktivt foreningsarbejde.

Fink Jensen redegjorde for grunden til hans mandatnedlæggelse (tiltagende sygdom på grund af ulykkestilfælde).

Laurs Nielsen takkede Fink Jensen og aflagde beretning om vegetarbogen, sportssejrene, vegetardagen, frugtudstillingen etc.

Egerod meddelte, at han var blevet opfordret til at gå ind i arbejdet igen. Han vilde gerne gøre foreningen den tjeneste men foreslog, at ungdommen fik formandsposten og flertallet i bestyrelsen.

På grund af et tilråb fra *Fink Jensen:* Hemmelige møder! udvikledes nu efterhånden en ret skarp debat, der dog tilsidst ligesom klarede luften. Stridspunkterne var bl. a. følgende: Har Fink Jensens artikel i oktober-numeret om Vegetarisk ungdom sat kunstigt skel og fornærmet gamle medarbejdere. Bør og vil ungdommen nu i konsekvens af denne artikel overtage styret. Bør hr. Egerod atter ind i ledelsen? Har bestyrelserne siden 1930 ikke svækket foreningen ved at opbruge kassebeholdningen, ikke sælge videre litterutur, flytte rundt med oplysningskontoret og desorganisere dettes materiale og arbejde? Har en kreds af medlemmer handlet galt ved pr. brev at opfordre alle medlemmer til at give møde eller afgive fuldmagt?

Egerod fastholdt sit tilbud til ungdommen om at give den flertallet i bestyrelsen samt formandsposten. Lovede at trække sit tilsagn om medarbejde i bestyrelsen tilbage, hvis man kunde kompromittere ham ved nærmere at præcisere angrebene på ham. Hertil svarede frk. *Grønberg-Petersen*, at på det sexuelle område stemmede hr. Egerods synspunkter ikke overens med naturlovene. Fink Jensen kaldte Egerod et uroelement i foreningen. Hr. *Bernhard* kendte kun hr. Egerod fra dagens debat, men alene den diskvalificerede hr. Egerod til at være med i arbejdet, mens andre angribere på direkte forespørgsel intet positivt vilde anføre.

De to parter repræsenteredes nærmest af hr. Fink Jensen, hr. Pille, frk. Grønberg Petersen, hr. Bernhard, hr. Jens Nielsen, Roskilde, hr. Vøldan og hr. Assinovski på den ene side og hr. Egerod, fru Bonnichsen, hr. Solkær, hr. Vodder og hr. Flach på den anden side, mens hr. Laurs Nielsen, hr. Orla Olsen, hr. Seegelke, hr. Heimann og hr. P. Rasmussen nærmest var neutrale.

Da man kom til formandsvalget, var begreberne for så vidt klaret, som der ikke var andre kandidater end hr. Egerod, da hr. H. L. Henriksen og hr. Orla Olsen frabad sig valg. Hr. Egerod valgtes da med 144 ja mod 27 nej og 32 blanke stemmer.

Trods hr. Egerods indtrængende anmodning, vægrede V. u.s repræsentanter i hovedbestyrelsen, hr. *Bergstrøm* og hr. *Ackermann*, sig ved at modtage genvalg (bestyrelsen havde stillet deres mandater til rådighed), ligesom andre af den kreds vægrede sig ved at træde til.

Om hr. *Laurs Nielsens* kandidatur udspandt der sig en indgående debat, idet hr. *Orla Olsen* stærkt angreb hans dispositioner m. h. t. vegetarbogen, hvad der foranledigede hr. Laurs Nielsen til at fremkomme med en detailleret redegørelse. Ved afstemningen var der kun 6 kandidater, der valgtes med følgende stemmetal: hr. forlagsboghandler H. L. Henriksen, 123 st., hr. stud. med. Jens David Henriksen, 100 st., hr. grosserer Laurs Nielsen, 92 st.. hr. assistent Heimann, 63 st. Suppleanter: hr. fabrikant Albert Johansen og fru M. Henriksen. De 3 første er siden valgt til henholdsvis næstformand, kasserer og protokolfører, mens formanden redigerer bladet.

Til medlem af børnehjemsfondens bestyrelse valgtes hr. *H. L. Henriksen* og som suppleant frk. *Math. Mortensen.* (Hovedbestyrelsen har senere valgt hr. *Egerod* ind i denne bestyrelse på den post, den skulde besætte.)

Frk. *H. Lykke* stillede derefter posten som leder af oplysningskontoret til mødets disposition, men det vedtoges enstemmigt ikke atter at nybesætte denne vigtige post.

Først ved 5-tiden var mødet sluttet. Ved den efterfølgende middag i Vegetarisk restaurant græssede ulv og lam atter fredeligt side om side, og dette håber vi for fremtiden vil være tilfældet i vor forening. Tager vi en tørn engang imellem, så lad os aldrig glemme sagen, men stedse have dens fremgang for øje!

Foreningens status

var ved den ny bestyrelses tiltræden således, at der var godt 300 kr. i kassen og en gæld for tryksager, at betale i løbet af 1933, på 160 kr. Dette vil sige, at vi nu lige kan klare december-nummeret af tidsskriftet og postpengene for det nye år. Hvis indtægterne ellers indgår som i fjor, kan vi så ellers lige overkomme tidsskriftet og nødvendige udgifter til porto etc., mens der intet bliver til oplysningskontorets drift eller agitation. Vi håber på medlemmernes trofasthed og hjælp til at klare foreningen ud af krisen, så der atter kan komme gang i vort arbejde udadtil. Vi ligger jo inde med et betydeligt lager af vegetarisk litteratur. Realiseres dette, er vi godt stillet. Altså, se at give vore bøger ben at gå pa!

Vi tør måske også anmode vore medlemmer om snarest muligt i 1933 at indsende deres medlemskontingent. Husk postkonto 25656, Vegetarisk oplysningskontor.

Nu er her vel at mærke tale om landsforeningens arbejde, de enkelte afdelinger kan nok som sædvanligt føre deres program igennem. En af grundene til, at Vegetarisk ungdom nægtede at deltage i hovedledelsens arbejde var vist den, at man følte, man kunde gøre mere for sagen ved nye fremstød på egen basis end ved det påkrævede arbejde i hovedbestyrelsen, som man fandt af mere negativ art. Om de har ret, vil tiden vise, men vi takker vore unge medlemmer for tilsagnet om et praktisk vegetarisk agitationsarbejde. Jyllandsløbet, der refereredes i forrige nr., var jo egentlig et mægtigt fremstød for vegetarismen. Med en talrig, stærk, offervillig og handlekraftig ungdom i behold, kan vi så vel nok stå krisen igennem!

Tanker ved den nye slagte-hals åbning.

En københavnerbegivenhed af rang — blot savnedes i nogen grad „parkettets navne" — men erstattedes her ved mere håndfast sagkyndighed. Selve oldermanden, hoteldirektøren, godsejeren, den kendte hr. Anders Jensen, optræder i hovedrollen og giver kittelklædt og med alt til faget hørende, rollen, ja, lad os sige som en moderniseret romersk kejser. Som hine fortidens grumme herskere dømmer han med sænket tommelfinger — blot her erstattet af en moderne revolver — skuespillets anden hovedperson, den uskyldige, dog af bange forudanelser, modstræbende kvie. Dog, som i de fleste romaner, gælder også her ingen pardon og „slagteren for en dag" nedlægger, til publikums udelte glæde, sit offer. Hurtigt iler statisterne, her spillet af almindelig dagligdags slagtere, til, idet de skærer huden af det dræbte dyr, der endog et stykke tid efter spræller i voldsomme krampetrækninger. „Det er unægtelig hyggeligere at se folk pille æbler end at overvære en slagtning" udbryder referenten og dette sidste gav mig stødet til at udtale, hvad jeg ofte har tænkt: „Er fortæring af en medskabning — den være sig nok så ringe, målt med menneskeøjne — et civiliseret menneske værdig? Vilde vore dages fine, kultiverede kvinder, der ellers er parat til at gå foran, hvor det gælder enhver human sag, overhovedet bringe kød på spisesedlen, ifald de selv skulde slagte? Og forråer ikke slagtning — (mange unge mennesker, der ikke har anden udvej end slagtervejen, beretter om den modbydelighed, de første gang følte ved udførelsen af dette hverv) — en menneskehed, som sukker efter verdensfreden, som „ikke ønsker at slå ihjel", — men som dog daglig lader myriader af medskabninger myrde, fordi forældede leveregler nu engang har ført ind på dette.

Til kødbyen — hvilket poetisk navn! — er bevilget 16 mill. kr. — en sum, der var bedst anvendt til en praktisk føde-reform. Mange ryster sikkert her på hovedet, tænkende på det umulige ved en sådan omvæltning. Men, viser vore dage ikke netop en sådan! Er ikke vore funktionalistiske, hygiejniske huse og møbler en omvæltning, vore færdselsmidler: biler og flyvemaskiner, ligeså, etc. etc.?

Hvorfor så ikke også gøre en revolution på det vigtigste område: ernæringen, til gavn for både legeme og sjæl og en bedre menneskehed.

Laura Mehrn.

Arbejdsløshedens bekæmpelse.

Af ingenior C. Seegelke.

Vi har i dette år fejret mindet om et af de største mennesker og om en af de elskeligste komponister, der har levet på jorden, Goethe og Haydn. Vi glæder os over deres værker, der vederkvæger os, og lader os se ind i en verden af skønhed. Og samtidig bekriger vi hinanden med alle mulige, selv med de djævelske midler. Vi er kommen ind på en blindvej og kan ikke finde ud igen til den blomstrende verden. Så utroligt det lyder, så er det dog sandt: Millioner af mennesker lider nød, de sulter legemlig og sjælelig, har for en stor dels vedkommende intet tag over hovedet, og så er der overflod af alt: Næringsmidler, byggemateriale, brændsel, trafikmidler, teatre, bøger o. s. v. Der må altså være en fejl ved fordelingen af disse goder.

„Rationalisering" er et meget yndet slagord, og hvis rationaliseringen anvendtes på den rigtige måde, kunde den gøre menneskene lykkelige, idet den kunde give dem

tid til at dyrke livets fornøjelige sider. Rationaliseringen bliver dog til en forbandelse, hvis den kun benyttes til berigelse af enkelte kredse eller lande. Der tales så meget om verdensøkonomi, uden at den virkelig bliver praktiseret noget sted. De fleste politiske og økonomiske førere tænker blot på deres eget land, og det betragtes næsten som landsforrædderi, hvis man foreslår noget, som tilsyneladende kun vil gavne andre lande. Hvor ligger årsagen til al denne snæversynethed? En årsag ligger i den undervisning og opdragelse, skolen giver børnene! Undervisningen går den dag i dag ud på at fremme overfladiskheden. Hvad er udenadslæren og examensterperi andet?

Måske ved enkelte af dette blads læsere, at den måde, f. ex. historien bliver behandlet på i højskolen, bedre kan fremme forståelsen af de store begivenheders sammenhæng end udenadslæren af et tidsafsnit. Men examensterperiet skader endnu meget mere: Det fremkalder hykleri, løgn og hensynsløshed. Skolen skulde først og fremmest virke i oplysningens og fordragelighedens ånd og søge at udvikle legeme og sjæl Ikke blot med erhvervslivet for øje, men også med hensyn til nydelsen af livets goder Med de sidste ord tænker jeg ikke på alkohol og tobak, men på natur og kunst. Trangen til at rejse, til at høre god musik og se god skuespilkunst o. s. v. skulde opelskes allerede i skolen. (Vor statsscenes spilleplan måtte ganske vist forandres betydeligt, hvis den skulde virke i denne retning). Frem for alt måtte kærligheden til naturen vækkes for at få flere mennesker til at flytte fra storbyerne ud på landet. (Hvor uopdragne og hensynsløs mange mennesker endnu er, kan man jo se efter hver søn- eller helligdag: papir, madrester, flasker o. s. v. på udflugtsstederne)!

Der tales så meget om overbefolkning i dobbelt forstand: Pladsmangel og for mange mennesker i forhold til arbejdsmængden. Det første passer ikke. Allerede i 1917 har jeg påvist, at der f. eks. i Danmark er plads for mindst 10—12 millioner mennesker i egne hjem, og for nogle år siden har dr. Hindhede hævdet omtrent det samme.

Og hvorledes forholder det sig med den anden påstand? Det er klart, at arbejdsmængden ikke kan udvides ubegrænset, og at arbejdstiden må nedsættes, når der stadig opfindes nye maskiner og indføres bedre arbejdsmetoder. Den påstand, at der skulde være for mange mennesker på jorden, kan let modbevises med et lille tankeeksperiment. Hvis vi formindsker deres antal til 1:1000 eller 1:100000, vil deres fornødenheder også blive nedsat til henved 1:1000 eller 1:100000, sandsynligvis til endnu mindre. Der vilde altså ikke være vundet noget som helst. Nej organisationen, fordelingen, er i uorden.

I 1913 gjorde jeg opmærksom på, at Tysklands fremadskridende industrialisering krævede en nedsættelse af arbejdstiden til 6 à 8 timer. Efter verdenskrigen blev arbejdstiden endda forhøjet i Tyskland over 8 timer. Nu, lige før Brünings fald, skulde den 40 timers arbejdsuge indføres. Jeg tror, at det vilde være det første skridt til en virkelig bedring af de nuværende forhold, hvis arbejdstiden gennemgående bliver nedsat over hele jorden. Naturligvis kan den ikke være ens alle steder og i alle fag.

Og en ting til: pensionering af alle arbejdere og funktionærer i 65 års alderen! Utopi vil der måske blive sagt. Men er det ikke bedre at afskedige de ældre mennesker med en ikke overdådig, dog anstændig pension, og at kunne ansætte de unge, end at mange ikke har noget at bestille? Endvidere mindst 2 ugers ferie hvert år. Igen utopi? Nej, kun mangel på samarbejde mellem landene og egoisme forhindrer gennemførelsen af sådanne krav. Ingen under den anden noget. Millioner af mennesker kalder sig kristne, men hvor mange af dem lever efter Kristi bud: „Elsk din næste som dig selv"? Det er blødsødenhed, siges der. Nuvel, så er det hykleri at tale om fred! Vi kan ikke bruge en dobbelt-moral! Enten samarbejde i det små og i det store, eller krig og udryddelse. Verden må vælge!

I 1917 krævede jeg en indre kolonisering af Tyskland. Endelig nu, hvor nøden tvinger landet til at gøre noget, er denne tanke ved at blive til virkelighed. Men nu er der naturligvis ingen penge til ordentlige huse, der knibes af på alle ledder og kanter. Forståeligt, når pludselig millioner af familier skal bosættes på landet. Hastværk er

lastværk. Småbeløb er jo vanskelige at låne hos bankerne, men når en mand kommer og blænder med nok så fantastiske tal, strømmer pengene til fra alle sider.

Hør følgende lille historie: I fjor søgte en funktionær et lån på 1000 kr. i en bank. Som sikkerhed skulde vedkommende stille en livsforsikringspolice på dette beløb og 2 kautionister. Da den ene ikke blev anset for god nok, stillede vedkommende endnu 2, altså i det hele 4 kautionister. Det hjalp ikke noget, lånet blev ikke bevilget, Spørges der også om så vidtgående sikkerhed, når der forlanges store lån? Vel næppe, thi ellers vilde der vel ikke næsten hver uge ske en stor fallit i Europa eller Amerika. Tror nogen, at noget dagblad for 3—4 år siden vilde have optaget en mod Kreugers magtbegær rettet artikel? I april 1932 kunde man læse i et dagblad: „Hans storhedsvanvid kendte ingen grænser". Skade, at det blev opdaget så sent. Endnu for et år siden blev Kreuger fejret som et af de største finansgenier, der har levet! (Et geni var han ganske vist, dog i en anden retning). Skulde det ikke snart gå op for menneskeheden, at det er dens fordærv, hvis kapitalen samles mere og mere på enkelte hænder, og at det vil være nødvendigt at modvirke disse bestræbelser, idet man søger at fordele pengene for derved at befrugte det økonomiske liv?

Men kan man under den nuværende mentalitet tro på en besindelse? Hvorhen man ser, ser man kampen om rekorden. Fra de vanvittige bilvæddeløb på landevejene og de særlig dertil byggede baner til rekordforsøgene i de mere harmløse sportsgrene går den samme røde tråd: pengegriskhed eller forfængelig ærgerrighed. Eller vil nogen påstå, at det højner menneskene, at det og det bilmærke har opnået 5 km mere i timen end et andet, eller at hr. X har løbet 500 m 2 sekunder hurtigere end hr. Y? Nej, arbejd hellere for en forbedring af de brede massers forhold, f. eks. ved overgang af jorden til statens, d. v. s. samfundets eje, forkortelse af arbejdstiden o. s. v. Jorden kunde være et paradis, hvis bare menneskene vilde arbejde sammen.

Her kunde kvinderne hjælpe. Hvorfor søger de ikke at få mere indflydelse på lovgivningen? De er jo i de fleste lande i flertal og skulde derfor egentlig have mange flere repræsentanter i parlamenterne, end de har. Hvis de politiske partier ikke vil opstille kvinder på lige fod med mændene, kan kvinderne jo selv danne partier; de vilde vel ikke betragte alt fra samme standpunkt som mændene, og derved kunde de virke gavnligt.

Det er et glædeligt tidens tegn med henblik på det i 3. stykke anførte, at kunne meddele, at lektieterperiet nu i København søges afløst af børnenes selvarbejde med stoffet f. ex. i den form, der kaldes læsestuearbejde. Sommerferierejser med skolebørn er også et påskønnelsesværdigt fænomen. Endelig skal anføres, at skolebørnene nu indbydes til at overvære statsradiofoniens søndagformiddags koncerter, og peges på foreningen skolescenens arbejde. — Nogen lysning er der dog. *O. E.*

En gruppe sygdommes hovedårsag.

Kræftspørgsmålets løsning.

En levende organisme behøver næringsstoffer. At finde de bedste, d. v. s. billigste, har i den sidste tid så ganske optaget sindene, at den meget vigtige iltilførsel gennem et naturligt, stærkt åndedræt ikke er blevet tilstrækkeligt påagtet, idet den opfattelse, at det klarer sig selv, ikke passer under kulturliv, byliv, stueliv.

Her er imidlertid hovedårsagen til en lang række lidelser, som ofte tillægges andre årsager, f. eks. infektion, smitte, bakterier, der skal have skylden ved lidelser som tuberkulose og hudlidelser etc. etc. (hjertelidelser har samme årsag: svag lungevirksomhed). Uhensigtsmæssig føde, fylderi, kan være medvirkende, men at hovedårsagen ved kræft er et svagt åndedræt, mangelfuld iltning, skal der her føres sandsynligheds bevis for: kræftlidelser skal efter sagkyndiges oplysninger ikke findes hos naturfolk under naturliv; fysisk arbejde i fri luft giver et kraftigt åndedræt. Sydens folk: udendørs liv, stærkt åndedræt, bevirker f. eks. hos spanierne et så ringe kræftkontingent som 4,2 pr. 10,000 indbyggere mod i Danmark 12,4, altså det tredobbelte antal.

Undersøger vi efter erhverv kræfthyppigheden, finder vi i et så udpræget indendørs erhverv som beværterfaget det allerstørste antal kræfttilfælde mod langt ringere hyppighed blandt aktive landbrugere.

Kræft er et kulturprodukt; kulturliv tvinger til stueliv, i kontorer og fabriker, der i almindelighed ikke tillader fuldt, stærkt åndedræt. I det lange løb vil der herved opstå iltmangel i legemets celler, der ved given lejlighed udarter til kræftceller. „I dit ansigts sved skal du æde dit brød"; men hvor mange kulturmennesker har mulighed for at opfylde dette hygiejnebud. Følgerne heraf, sygdomme som gigt, tuberkulose, kræft etc. taler deres alvorlige sprog.

Kræftproblemet er et åndedrætsproblem.

Vi har nu mulighed for at undgå disse farer ved fysisk arbejde i fri luft i forbindelse med ren føde (naturkost), der tilsammen er universallægemidler til regeneration af legemets syge celler.

Gentofte, den 5. oktober 1932. *Theodor Edward Jensen.*

At kræftproblemet er et åndedrætsproblem, fremgår ikke klart af ovenstående. Snarere peger det fremførte på samme årsager som Hindhede påviser, at kræft skyldes unaturlig ernæring. *O. E.*

Litteratur.

Astrid Lassen: **„Raakost-Erfaringer"**, i kommission hos Dates forlag.

I farvestrålende funkisomslag lyser denne bog sin læser i møde. Og hvor er det en *god* bog — oplysende om det positive og fuld af en egen humørfyldt satire overfor det negative — skarp som en ragekniv overfor det forløjede, humbug'en, hvad enten den trives i ly af videnskabelige eller andre autoriteter.

Det kunde på forhånd synes at være et dristigt eksperiment at udsende en bog på halvandet hundrede sider om råkosterfaringer. Det *må* dog være kedeligt stof, vil en og anden sikkert tænke. Hvis man af den grund undlader at købe bogen, narrer man sig selv — ikke alene for mange interessante og værdifulde oplysninger, men også for den virkelige nydelse, det er at læse denne bog. Den er sandheden anrettet au naturel. Stilen ligefrem sprudler af vitalitet. Selv når et så tragisk emne behandles som: „En ny menneskетype" — den sengeliggende! — bourgeoisiedamen:

„Fødevarerne er: gentagne the-anretninger med marmelade, kiks, æg. Desuden lidt due eller kylling, rejer, omeletter, søde desserter — mellem måltiderne kager, cacao, en lille likør — alt beregnet på at holde den slatne organisme netop såvidt levende, at dagsprogrammet kan gennemføres år efter år.

En sygeplejerske til at tage temperaturen, en 1. klasses lægespecialist til at tilse denne, en fader eller en sølle ægtemand til at betale regningerne.

— — —

En af vore allerstørste og kendteste nervelæger og overlæge-professor har i pressen offentliggjort sin mening om behandlingsmetoden af disse patienter. Den var ganske overraskende ligefrem. Den bestod nemlig i at lade patienten *blive liggende.* Ikke anden behandling end sovemidler, afføringsmidler og narkotiske midler, hvis der tilfældig var så meget liv i patienten, at hun kunde lave vrøvl.

— — —

Er den syge slet ikke syg? Jo vist er hun syg, men det er dog behandlingen, der slår hende ihjel, ikke sygdommen.

— — —

En sengeliggende kur, når det netop gælder om at få hele organismen i sving, er for sådanne patienter mildest talt kriminel. Tragedien er konsekvensen."

Stoffet er ordnet på ypperligste måde. Fru Lassen har samlet et omfattende materiale i form af udtalelser fra mennesker, der har prøvet råkost og opnået udmærkede resultater overfor mange forskellige sygdomme: træthed, gulsot, mave- og tarmsygdomme, næse- og svælglidelser, bronchitis, blæresygdomme, gigt, ischias, udslet, sukkersyge, nervesygdomme o. s. v. Sådanne udtalelser er indsat efter hvert kapitel, ofte i nøje tilslutning til dettes indhold.

„Og lægernes mærkelige stilling: „Interesserer ikke, interesserer ikke", det har været omkvædet overalt. Men, hvordan vil det så være muligt at opretholde glæde over eller tro på en sådan lægestand, der ikke interesserer sig?"

„Det er oplysning, vor oplyste tid mangler."

„Livet skal være glæde."

Således slutter denne udmærkede bog. *Stefan Voldan*

Vort børnehjem.

Ved De egentlig, hvor meget godt, De gør, ved at støtte dr. Mich. Larsens børnehjem? — To små børn, forladt af forældrene, skulde ved deres afgang fra spædbørnshjemmet under fattigvæsenet. Da trådte vort børnehjem til og tog dem i sin varetægt. Hvilken lykkelig vending i disse børns liv, at komme under sunde og trygge forhold. — Og en lille dreng, hvis moder er sindssyg, fandt også en god havn i vort børnehjem i Lundforlund præstegård. De han heraf se, hvor meget *godt De* udretter med *Deres* bidrag. Lad det være vor bedste tak til Dem. Og skulde en eller anden komme i tanker om, at de også vil være med til at skaffe ulykkelige småbørn et godt og kærligt hjem, da vil deres bidrag sætte os i stand til, at vi stadig kan tage flere børn under vor varetægt. *J. J.*

Indkomne gaver til børnehjælpsfonden. Lærer Thygesen 5 kr. — Installatør Harald Knudsen, Nærod pr. Årslev st. 5 kr. — Børnehjemmet „Lyshøj", Sønderborg, 3 kr. — Marie Isen, Løgager skole, 5 kr. — Vig Knudsen, Århus, 1 kr. — A. Sanders, Strandportvej 11, 5 kr. — Professorinde Anna Poulsen, St. Kongensgade 83², 12 kr.

Bidrag til børnehjemsfonden modtages stadig gerne. Det er jul! — Rettelse fra forrige liste: Lorring skal være *Læssing.* — Husk postkonto 28951, dr. Mich. Larsens vegetariske børnehjems fond.

Spredt og samlet.

Vort bibliotek er uden husly. Hvem vil være bibliotekar? Bøgerne fylder ikke så forfærdelig meget, og arbejdet er interessant. Henvendelse til formanden eller Vegetarisk oplysningskontor.

Dødsfald. Enkefru *Trine Nielsen,* Næstved, afgik ved døden den 19. oktober. Ældre medlemmer vil mindes hende som et altid trofast og offervilligt medlem af afholdsbevægelsen, Bort med tobakken og vor forening. Hun var et af de gode eksempler, der bærer en ideel sag fremefter.

Medarbejdere til Vegetarisk Tidsskrift søges. Vi får til stadighed en del udenlandske tidsskrifter, der gerne skulde gennemgås og notitser eller artikler skrives på grundlag heraf. Hvem melder sig? Opgiv sprog etc. Henvendelse til redaktøren.

Julegaver. 1) *Vegetarbogen,* 25 øre. 2) *Naturhelbredelsen,* 2,50 kr. Send den ene eller anden eller begge — eller flere, (skriv efter litteraturfortegnelse) til venner og bekendte som julehilsen.

Fås hos Vegetarisk oplysningskontor, Fanøgade 10¹, Ø, postkonto 25656; skriv bestillingen på blanketten. Beløbet kan også sendes i frimærker. Se iøvrigt omstående annonce fra Nordisk sundhedsforlag.

Skovhuset, Elmevænget 55, Bagsværd, omfatter nu: a) Et vegetarisk pensionat, som også omfatter råkost. Også værelser med eller uden møbler, med eller uden kost, er til leje. b) Et mødelokale og park for ideelle ideers tilhængere, skovhuskolonien, hvortil er knyttet et afholdsmarketenderi. c) En studiekreds, som er åben hver lørdag, for mennesker, der vil være med til at opbygge et nyt og bedre samfund, hvor arbejdsløshed ikke findes. Forhandlingen kan eventuelt fortsættes om søndagen. d) Et vandrerherberg for „herbergsringen", som også kan modtage gæster til week-end. — Nærmere oplysninger fås på telf. Bagsværd 125. *N. A. Vodder.*

Foreningsmeddelelser. (Fortsat fra omslagets 2. side).

Fra arbejdsmarken. — Københavns afdelingen.

Hr. Andreas Møllers foredrag den 30. november „Det hellige land" viste os en idealists stræben efter et mål, som måske kan være fristende for nogle mennesker, men ikke for dem, som kan og vil tænke, fordi det ikke rummer plads for åndens udvikling. Ikke en gang for foredragsholderen, der jo mange gange har vist, at han kan tænke. Men det nytter i denne verden ikke at drømme.

Desværre forbyder pladsmangelen mig at komme nærmere ind på foredraget, som rummede mange værdifulde tanker. *C. S.*

Handelskompagniet „REFORM“,

Pilestræde 19—25, København K. Telefon 10749. 10769.

Hver Onsdag gratis Demonstration af Raakost og ny-vegetariske Retter med Anvendelse af Dampstegegryden „Reform“.

Dag- og Aftenkursus-Elever antages. *Elna Regner Andersen.*

Paa Nordisk Sundhedsforlag,

København, faas bl. a. følgende Sundhedslitteratur:

Nr. 1.	*Mich. Larsen:*	„Naturhelbredelsen“, 2. Udg.	2,50
- 8.	*O. Olvik:*	„Min Hjemmekur“	6,50
- 39.	—	„Naturlægens Kokebok“	6,50
- 82.	*Vald. Bendixen:*	„Kreaturløst Jordbrug“	1,00
- 62.	*Oluf Egerod:*	„Henkogning og Tørring af Frugt og Grøntsager“, 3. Udg.	0,60
- 12.	*Maja Angelo:*	„Vegetariske Opskrifter“, 5. Udg	0,50
- 18.	—	„75 Kartoffelopskrifter“, 3. Udg.	0,50
- 21.	—	„Vegetarisk Paalæg og Salater“, 2. Udg.	0,50
- 19.	*N. Klougart:*	„Jordbrug uden Kreaturhold“	0,25
- 60.	*Schröder:*	„Hjemmebagning“	0,25
- 59.	*Egerod:*	„Sommerdrikke og andre Drikkeopskrifter“	0,25
- 37.	*J. M. Borup:*	„Det store Brændoffer“ (Mod Vaccination)	0,25
- 13.	*Mich. Larsen:*	„Vegetarismen og Næringsinstinkterne“	0,10
- 14.	*Benno Buerdorff:*	„Næringsværdi af Frugt“	0,10
- 16.	*Mich. Larsen:*	„Badebehandling i Hjemmet“	0,10
- 17.	—	„Den bedste Kost for Moderen under Svangerskab og Diegivning samt for Smaaborn under og efter Afvænningen“	0,10
- 20.	—	„Børnesygdomme“	0,10
		„Vegetarisk Tidsskrift“, udgaar maanedlig, pr. Aargang	4,00
- 5.	*Ottosen:*	„Hærdning for Sundhed, Livskraft og Evnerigdom“	4,00
- 80.	—	„Den første Hjælp“ (ved pludselig Sygdom etc.)	2,00
		Begge do. indbundne i et Bind	7,00
- 77.	*Panduro:*	„Det seksuelle Spørgsmaal i Hjem, i Skole“	3,00
- 78.	—	„Vore Drenges og Ynglinges seksuelle Opdragelse“	3,00
		Begge indbundne i et Bind	7,00
- 98.	*K. Nielsen:*	„Kærlighed og Erotik“	0,50
- 99.	—	„Moral og Livsførelse“	0,50
- 92.	*Anna Houmøller-Jensen:*	„Det vegetariske Køkken“ (Kogebog)	4,00
- 51.		„Vore Sange“. 2. Udg., Vegetar- og Sundhedssange m. fl.	0,50
	Dehn:	„Er det godt at ryge?“	0,20
	Hindhede:	„Om Tobak“	0,55
	Henriksen:	„Vegetarisk Madlavning og Raa-Salater“	0,50
		„Sundhedsbladet“, Red. Overlæge Carl Ottosen, pr. Aargang	8,00

Den ovennævnte Litteratur m. m. kan bestilles i Boghandelen eller i „Nordisk Sundhedsforlag“, Istedgade 7, København V., Telefon Vester 3509. Forlang fuldstændig Prisliste.

Fineste danske Bihonning

sendes overalt i Spande à

3 kg	5 kg	12½ kg
6,00 Kr.	9,00 Kr.	20,00 Kr.

Valdemar Bendixen, Humble.



Adresserne paa de **Kiropraktiske Kliniker** findes bl. a. i Rigstelefonkatalogets Fagregister.

Dr. Mich. Larsens veg. Børnehjemsfond

modtager gerne bidrag — årlige eller een gang for alle.
Postkonto: 28951.

Praktisk agitation.

Støt bladet ved at avertere i det!

Skaf medlemmer og abonnenter!

Sælg vor litteratur!

SANA Sundhedsfødevarer

Skindergade 27, København
Telefon 5650
Medlemmer Rabat - Aaben hele Ugen
Ingen Filialer

Gratis litteratur.

Udenlandske vegetariske tidsskrifter, skandinaviske og andre, fås mod forsendelsesporto ved henvendelse til

Vegetarisk Oplysningskontor,
Fanøgade 10[1] — Kbhvn. Ø.

Ældre årgange

af vort tidsskrift (1914—1919, 1921—24 og 1926) à 1,50 kr., fås ved henvendelse til

oplysningskontoret.

Jordstof

indeholder alle livsvigtige Mineralstoffer i *naturlig* Form og Mængde.

— For sunde og syge. —

Fremmer enhver saltfattig Diætkur. Forlang „Jordstof" paa Apotekerne. Pris pr. Pakke: Kr. 3.00 og Kr. 3.50. Skriv efter Naglers Brochure om „Jordstof".

Eneforhandler for Skandinavien:
E. Stangerup, Italiensvej 10, København S.
Telefon: Amager 8255.
Postkonto 27588.

Raastrup Kursted

(ved Christiansminde, Svendborg)
er lukket i Vintermaanederne.

Vegetarisk Restaurant

Frederiksberggade 28, Kbhvn. K. Tlf. 78 27

Sundeste, bedste og økonomiske Ernæringskilde.

Rgl. vegetarisk Kost. Raakost. Frugtlunsch. Morgenservering, Havregrød, Sundhedskaffe og Teanretninger. Frokost, Middag og Aftenservering. **Smørrebrød** og **Frokostpakker.** Husholdningskursus. Litteratursalg.

Frydenstrand Sanatorium
pr. Frederikshavn. Prospekt gratis.

SANAFER

St. Kongensgade 36-38
Telefon Palæ 1010
Vegetariske-Diætetiske
Næringsmidler for Sunde og Syge
Forlang Prisliste

FYSISK KURANSTALT

Lysbadeanstalten med Fysisk-diætetisk Klinik ved Overlæge *Carl Ottosen*:
St. Kongensgade 36-38
Kbh. K. - Telf. 9656
Forlang Prospekt

Raakostkurstedet „Ulriksdal",

Fredensborg,
modtager Gæster hele Aaret. Centralvarme. Smuk, hyggelig Beliggenhed nær Slot og St. - 6 à 7 Kr.

Skodsborg Badesanatorium

(Ikke Tuberkulose)
Største Helaarskursted i Norden
De bedste fysisk-diætetiske Kurmidler anvendes med godt Resultat
Forlang ill. Prospekt

„Sana"

Specialitet:
Sundhedsfødevarer
Alt til Raakost - Medlemmer Rabat
Smalleg. 15, Kbh. F. Tlf. Goth. 4290

VEGETARISK KOST
herunder Raakost -- faas billigst hos Fru M. Klintø, Langøgade 17, Kbh. Str.

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 + postpenge. Kan bestilles på alle postkontorer og hos landpostbudene samt redaktion og expedition.
Expedition: Fanøgade 10[1], København Ø. — Telefon; Ryvang 1094 u. (mandag og torsdag kl. 18[30]—20[30]). Postkonto 25656.

Emil Kristensen, København